

# Niedersächsischer Leichtathletik-Verband

Rekord-Liste: Kreis-Leichtathletik-Verb. Diepholz

Stand: 7.01.2023

[Männer](#)

[Frauen](#)

[Männliche Jugend U20](#)

[Männliche Jugend U18](#)

[Weibliche Jugend U20](#)

[Weibliche Jugend U18](#)

Männliche Jugend: [MJ U16](#) [M15](#) [M14](#) [MJ U14](#) [M13](#) [M12](#)

Weibliche Jugend: [WJ U16](#) [W15](#) [W14](#) [WJ U14](#) [W13](#) [W12](#)

Männliche Kinder: [MK U12](#) [M11](#) [M10](#) [MK U10](#) [M09](#) [M08](#)

Weibliche Kinder: [WK U12](#) [W11](#) [W10](#) [WK U10](#) [W09](#) [W08](#)

Senioren: [M30](#) [M35](#) [M40](#) [M45](#) [M50](#) [M55](#) [M60](#) [M65](#) [M70](#) [M75](#) [M80](#) [M85](#)

Seniorinnen: [W30](#) [W35](#) [W40](#) [W45](#) [W50](#) [W55](#) [W60](#) [W75](#)

## Männer

100 m Lauf	10,4	Sundermann mJA, damals M, Rudolf	1939	SG Diepholz	Hannover	20.07.1958
100 m Lauf	10,4	Nitsch, Volker	1963	TuS Sulingen	Nienburg	12.05.1985
200 m Lauf	21,97 *	Knüpling, Louis	1994	TSV Asendorf	Berlin	10.07.2016
400 m Lauf	48,3	Bisewski, Christoph	1963	SG Diepholz	Hannover	02.06.1984
800 m Lauf	1:53,8	Schilling, Roman	1983	TuS Syke	Sottrum	15.07.2004
1000 m Lauf	2:29,92	Schilling, Roman	1983	TuS Syke	Garbsen	17.07.2004
1500 m Lauf	3:56,04	Blum, Viktor	1970	TUS Syke	Delmenhorst	15.05.1993
1 Meilen-Lauf	5:21,36	Kracke, Fritz	1960	LG Delmenhorst/Diepholz	Bad Gandersheim	21.09.2012
3000 m Lauf	8:35,3	Blum, Viktor	1970	TUS Syke	Weyhe	03.04.1993
5000 m Lauf	14:51,96	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Stuhr	26.06.1999
10000 m Lauf	30:10,50	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Hamburg	26.08.2000
Stundenlauf	18.020	Kohlwes, Sebastian	1989	LC Hansa Stuhr	Schortens	04.06.2019
10 km Str.	29:53	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Hamburg	02.09.2001
10 km Str.	1:36:06	LC Hansa Stuhr			Hamburg	02.09.2001
Ma.		Bartholome, Thomas (1969); Mäusner, Frank (1965); Sivulka, Juraj (1969)				
Halbmarathon	1:05:33	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Xanten	27.03.1999
Halbmarathon	3:34:49	LC Hansa Stuhr			Magdeburg	04.03.2000
Ma.		Bartholome, Thomas (1969); Sivulka, Juraj (1969); Pedro-Rodrigue, Joaquim (1969)				
Marathon	2:21:09	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Hamburg	25.04.1999
Marathon	7:56:47	LC Hansa Stuhr			Bremen	02.10.2016
Ma.		Sebrantke, Oliver (1976) - 2:32:14; Kohlwes, Sebastian (1989) - 2:39:17; Lawendel, Mario (1983) - 2:45:16				
100 km	8:03:03	Krause, Stefan	1969	LC Hansa Stuhr	Neuwittenbek	12.09.1998
110 m Hürden	14,85	Eggert, Matthias	1975	TuS Syke	Bremen	05.09.1998
400 m Hürden	56,1	Striethorst mJA, damals M, Helmut	1939	SG Diepholz	Osnabrück	07.09.1958
400 m Hürden	59,98	True, Stefan	1986	LC Hansa Stuhr	Bremen	14.06.2008
3000 m Hind.	8:42,85	Volkman mJA, damals M, Jens	1967	LG Huntgau	Wetzlar	07.09.1986
4 x 100 m Staffel	42,8	SG Diepholz			Hamburg	22.09.1984
		Schult (1965); Bisewski, Christoph (1963); Stärk (1966); Eickbusch (1965)				
4 x 400 m Staffel	3:23,7	LG Hansa Stuhr			Weyhe	19.08.1992
		Geffers, Ingo (1971); Wiechmann, Mirko (1971); Oltsch, Christian (1973); Mahlstedt, Andre (1973)				
3 x 1000 m Staffel	8:03,16	LC Hansa Stuhr			Hameln	19.06.1999
		Neubauer, Jan Simon (1979); Stephan, Udo (1963); Herz, Oliver (1979)				
10.000 m Bahng.	55:39,0	Kloppe, Herwald	1924	TSV Schwarme	Hildesheim	31.08.1984
20km Str.Gehen	1:50:28	Kloppe, Herwald	1924	TSV Schwarme	Rodenberg	30.04.1983
Hochsprung	2,10	Nagel, Gerd	1957	TuS Sulingen	Hildesheim	13.05.1995
Stabhochsprung	3,51	Seil, Helmut	1964	SG Diepholz	Münster	21.07.1964
Weitsprung	6,95	Rebel, Wolfgang	1954	SG Diepholz	Bad Meinberg	04.08.1974
Dreisprung	15,18 *	Knüpling, Louis	1994	TSV Asendorf	Bochum-Wattenscheid	24.07.2016
Kugelstoß	15,17	Ehlers, Dieter	1953	SG Diepholz	Verden	06.10.1974
Diskuswurf	49,53	Dr. Scheele, Klaus	1941	TSV Bassum	Leer	22.08.1965
Hammerwurf	37,87	Vogt, Bruno	1923	TuS Sulingen	Sulingen	05.10.1952
Speerwurf	70,24	Schröder, Sven	1988	TSV Asendorf	Hoya	11.06.2011
5-Kampf	2.985	Meyer, Udo	1964	TuS Syke	Goslar	30.09.1991
		6,21-48,70-23,94-35,00-5:06,64				
5-Kampf Ma.	7.430	LG Hansa Stuhr			Stuhr	05.06.1990
		Ruhland, Frank (1962); Otterstedt, Ralph (1967); Vogel, Kai Uwe (1965)				
10-Kampf	5.988	Meyer, Udo	1964	TuS Syke	Stadthagen	15.09.1990
		11,4-6,25-11,03-1,74-53,3/16,6-35,98-3,50-46,82-4:55,1				16.09.1990

10-Kampf Ma. DMM Gruppe 3	12.944 8.818	TuS Syke Eggert, Matthias (1975); Meyer, Udo (1964); Böhm, Frank (1972) LG Delmenhorst/Diepholz	Gelsenkirchen Wunstorf	03.10.1998 04.10.1998 23.09.2007
---------------------------------	-----------------	---	---------------------------	--

## Frauen

100 m Lauf	11,30	* Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Nürnberg	25.07.2015
200 m Lauf	23,08	* Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Nürnberg	26.07.2015
400 m Lauf	56,94	Sosna, Sabine	1978	TuS Syke	Delmenhorst	25.06.1998
800 m Lauf	2:08,90	Winkler, Jasmin	1975	MTV Jahn Barnstorf	Braunschweig	06.09.1999
1000 m Lauf	2:46,66	Winkler, Jasmin	1975	LC Hansa Stuhr	Hannover	01.08.1998
1500 m Lauf	4:33,43	Winkler, Jasmin	1975	MTV Jahn Barnstorf	Poznan/Polen	06.09.1998
3000 m Lauf	9:48,21	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Hannover	16.07.1989
5000 m Lauf	17:07,6	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Weyhe	06.09.1989
10000 m Lauf	35:25,86	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Verden	29.09.1989
Halbstundenlauf	5.828	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Großenkneten	30.10.2022
Stundenlauf	15.100	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Delmenhorst	27.04.2019
5 km Str.	23:40	Jaschinski, Manuela	1965	TSV Barrien	Sottrum	11.05.2012
10 km Str.	39:17	Schmökel, Andrea	1963	LC Hansa Stuhr	Jügesheim	19.04.1995
10 km Str. Ma.	2:03:29	LC Hansa Stuhr Schmökel, Andrea (1963); Golenia, Christiane (1959); Drücker, Dörte (1969)			Sottrum	16.05.2003
Halbmarathon	1:25:14	Golenia, Christiane	1959	LG Hansa Stuhr	Bremen	12.09.1993
Halbmarathon Ma.	4:35:20	LC Hansa Stuhr Schmökel, Andrea (1963); Rost, Gabriele (1946); Haase, Renate (1950)			Hamburg	15.06.1996
Marathon	2:46:39	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Bremen	11.09.1988
Marathon Ma.	9:55:22	LC Hansa Stuhr Rikken, Sonja (1972) - 3:05:28; Welp, Angela (1960) - 3:18:49; Niemann-Scheffel, Birgit (1964) - 3:31:05			Bremen	19.09.2010
100 m Hürden	14,56	Witt, Mareike	1979	TuS Syke	Ahlen	02.07.2002
400 m Hürden	69,40	Müller, Imke	1946	LG Huntégau	Hannover	06.06.1984
4 x 100 m Staffel	51,60	* StG Brinkum/Asendorf/Friedrich Stieglitz, Rieke (1984); Sandfort, Corinna (1987); Bergmann, Amelie (2003); Schäfer, Fenja (2002)			Oldenburg	08.09.2019
4 x 400 m Staffel	4:20,45	* LC Hansa Stuhr Jerkovic, Anna (2004); Kern, Nanke Regina (2003); Varnhorn, Yella (2005); Jerkovic, Lea (2001)			Syke	27.06.2021
3 x 800 m Staffel	7:26,2	LG Huntégau Golenia, Christiane (1959); Müller, Imke (1946); Müller, Kerstin (1969)			Lingen	08.05.1986
5000 m Bahng.	25:41,59	Sundermann, Sabine	1971	TSV Schwarme	Hannover	27.07.1991
10km Str.Gehen	53:02	Sundermann, Sabine	1971	TSV Schwarme	Naumburg	21.04.1991
Hochsprung	1,70	Hartje, Birte	1981	TuS Syke	Delmenhorst	15.06.2002
Weitsprung	6,13	* Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Osterode	05.06.2012
Dreisprung	13,25	* Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Wesel	28.05.2012
Kugelstoß	13,58	Bormann, Christin	1994	TSV Asendorf	Hannover	02.06.2013
Diskuswurf	51,70	Westermann, Liesel wJA, damals F	1944	TuS Sulingen	London	15.06.1963
Hammerwurf	29,21	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Verden	09.06.2021
Speerwurf	48,48	Ihli, Imme	1991	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	26.05.2018
Gewicht	10,98	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Bremen	22.04.2018
5-Kampf	3.618	Witt, Mareike	1979	TuS Syke	Dörpen	29.09.2002
5-Kampf Ma.	9.542	LG Delmenhorst/Diepholz Witt, Mareike (1979) - 3.506; Meyer, Jennifer (1985) - 3.170; Klapper, Jessica (1982) - 2.866			Delmenhorst	05.09.2010
7-Kampf	5.230	Witt, Mareike	1979	TuS Syke	Vaterstetten	25.08.2001
7-Kampf Ma.	13.389	LG Delmenhorst/Diepholz Witt, Mareike (1979) - 4.781; Klapper, Jessica (1982) - 4.538; Meyer, Jennifer (1985) - 4.070			Winsen	05.06.06.06
DMM Gruppe 3	7.023	StG Hansa-Brinkum-Asendorf			Lingen	18.09.2016

## Männliche Jugend U20

100 m Lauf	10,4	Sundermann, Rudolf	1939	SG Diepholz	Hannover	20.07.1958
200 m Lauf	21,6	Sundermann, Rudolf	1939	SG Diepholz	Bremen	05.07.1958
400 m Lauf	49,44	Mahlstedt, Andre	1973	LG Hansa Stuhr	Erfurt	26.09.1992
800 m Lauf	1:57,34	Schilling, Roman	1983	TuS Syke	Hameln	08.06.2002
1000 m Lauf	2:30,79	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Fulda	18.06.1985
1500 m Lauf	3:46,11	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Rhede	02.07.1986
3000 m Lauf	8:17,79	Volkman, Jens	1986	LG Huntégau	Wolfsburg	28.05.1986
5000 m Lauf	15:23,3	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Kaltenkirchen	06.06.1984
5000 m Lauf	16:51,01	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Sulingen	25.04.2010
10000 m Lauf	34:51,1	Volacek, Jörg	1964	LG Hansa 81	Weyhe	24.06.1981
10 km Str.	34:08	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Wolfenbüttel	10.04.2010
Halbmarathon	1:30:39	Hillmann-Apmann, Jonas	1999	TSV Schwarme	Bremen	07.10.2018
Marathon	3:12:58	Neubauer, Jan Simon	1979	LC Hansa Stuhr	Steinfurt	15.03.1997
110 m Hürden	14,88	* Pixberg, Lasse	2002	LC Hansa Stuhr	Bremen	01.08.2020
400 m Hürden	56,1	Striethorst, Helmut	1939	SG Diepholz	Osnabrück	11.05.1958

2000 m Hind.	5:29,60	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Athen	20.07.1986
4 x 100 m Staffel	42,88 *	StG Hansa-Oldenburg-Gnarrenbur			Oldenburg	20.09.2020
		Schumacher, Stefan (2002); Kremming, Elvio (2002); Pixberg, Lasse (2002); Gutzeit, Tim (2002)				
4 x 400 m Staffel	3:28,79	LG Hansa Stuhr			Hannover	24.05.1992
		Oltsch, Christian (1973); Franke, Carsten (1973); Sindermann, Marcus (1976); Mahlstedt, Andre (1973)				
3 x 1000 m Staffel	7:43,48	TuS Sulingen			Sulingen	16.05.1996
		Dujat, Sebastian (1978); Stenzel, Marius (1978); Sikorski, Tomas (1977)				
Hochsprung	2,17	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Erfurt	07.07.1996
Stabhochsprung	4,40	Voß, Jannick	2002	LC Hansa Stuhr	Dortmund	11.07.2020
Weitsprung	7,43	Stärk, Andreas	1966	SG Diepholz	Oldenburg	25.05.1985
Dreisprung	14,24 *	Knüpling, Louis	1994	TSV Asendorf	Garbsen	01.05.2013
Kugelstoß	16,18	Ehlers, Dieter	1953	SG Diepholz	Celle	26.05.1971
Diskuswurf	47,88	Tolle, Gerd	1969	SG Diepholz	Scheeßel	22.05.1988
Hammerwurf	63,02	Meyer, Askold	1960	TuS Kirchdorf	Göttingen	30.07.1978
Speerwurf	65,69	Cordes, Tim	1994	TSV Asendorf	Stuhr-Moordeich	05.05.2012
5-Kampf	3.148	Boog, Tobias	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Hoya	19.08.1995
		11,6-6,26-11,65-1,72-53,0				
10-Kampf	6.678 *	Pixberg, Lasse	2002	LC Hansa Stuhr	Bremen	15.07.2020
		11,41(0,0)-6,83(+0,1)-13,11-1,87-51,86/15,44(-0,5)-35,39-3,90-44,32-4:56,98				16.07.2020
10-Kampf Ma.	13.980	LG Hansa Stuhr			Zeven	21.09.1991
		Oltsch, Christian (1973); Steinbeck, Jörn (1972); Mahlstedt, Andre (1973)				22.09.1991
DJMM Gruppe 3	6.152	StG Hansa-Ettenbüttel-Oldenbur			Oldenburg	08.09.2019

## Männliche Jugend U18

100 m Lauf	10,8	Schmidt, Heinfried	1953	TuS Sulingen	Nienburg	07.06.1970
200 m Lauf	22,70	Treptow, Erik	1981	TSV Barrien	Weyhe	28.05.1997
400 m Lauf	51,44	Panning, Lucas	1992	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	18.06.2008
800 m Lauf	1:59,22	Dujat, Sebastian	1978	TuS Sulingen	Salzgitter	25.06.1994
1000 m Lauf	2:34,5	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Oldenburg	28.04.1984
1500 m Lauf	3:58,51	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Oldenburg	28.04.1984
3000 m Lauf	8:41,3	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Oldenburg	08.08.1984
5000 m Lauf	15:23,3	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Kaltenkirchen	18.08.1984
10000 m Lauf	34:51,1	Volacek, Jörg	1964	LG Hansa 81	Weyhe	24.06.1981
10 km Str.	35:09	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Wolfenbüttel	18.03.2007
Halbmarathon	1:29:53	Beverborg, Georg	2005	TuS Sulingen	Berlin	03.04.2022
110 m Hürden	14,63	Pasenu, Maximilian	1984	TSV Asendorf	Osterode	17.06.2001
400 m Hürden	57,29	Panning, Lucas	1992	LC Hansa Stuhr	Berlin	18.07.2008
2000 m Hind.	5:53,27	Volkman, Jens	1967	LG Huntégau	Fulda	22.07.1984
4 x 100 m Staffel	41,94	StG Hansa-Ettenbüttel-Oldenbur			Ulm	26.07.2019
		Pixberg, Lasse (2002); Kremming, Elvio (2002); Serbin, Jeron (2002); Gutzeit, Tim (2002)				
3 x 1000 m Staffel	7:43,70	TuS Sulingen			Bremen	02.07.1995
		Dujat, Sebastian (1978); Stenzel, Marius (1978); Wolowicz, Martin (1978)				
5000 m Bahng.	21:48,9	Wolters, Stefan	1973	TSV Schwarme	Kiel	07.10.1989
10km Str.Gehen	47:07	Wolters, Stefan	1973	TSV Schwarme	Schwarme	08.04.1989
Hochsprung	2,09	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Ulm	30.07.1994
Stabhochsprung	4,60	Voß, Jannick	2002	LC Hansa Stuhr	Rostock	27.07.2018
Weitsprung	6,91	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Scheeßel	22.05.1994
Dreisprung	13,66 *	Knüpling, Louis	1994	TSV Asendorf	Garbsen	22.05.2011
Kugelstoß	15,66	Meyer, Askold	1960	TuS Kirchdorf	Braunschweig	26.06.1976
Diskuswurf	50,22	Tolle, Gerhard	1969	SG Diepholz	Marienhafe	15.10.1985
Hammerwurf	66,74	Meyer, Askold	1960	TuS Kirchdorf	Brinkum	04.09.1976
Speerwurf	57,94	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Vatterstetten	02.09.1994
5-Kampf	3.659	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Papenburg	11.06.1994
		11,70(+0,0)-6,68(+0,0)-13,41-2,04-53,10				
10-Kampf	6.850	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Papenburg	11.06.1994
		11,70-6,68-13,41-2,04-53,10/15,32-36,00-4,00-55,64-5:09,37				12.06.1994
DJMM Gruppe 3	4.660	TV Bruchhausen-Vilsen			Stuhr	15.09.2007
DJMM Gruppe 4	4.075	LC Hansa Stuhr			Stuhr	20.09.2003

## Männliche Jugend U16

5 km Str. Ma.	1:04:58	LC Hansa Stuhr			Stuhr	31.03.1999
		Schittkowski, Benjamin (1984); Göde, Marcus (1984); True, Stefan (1986)				
4 x 100 m Staffel	46,59 *	StG Hansa-Brinkum-Asendorf			Verden	03.09.2017
		Nüssle, Marius (2003); Voß, Jannick (2002); Pixberg, Lasse (2002); Kremming, Elvio (2002)				
3 x 1000 m Staffel	8:53,40	FTSV Jahn Brinkum			Göttingen	01.05.2011
		Witt, Niclas (1996); Walter, Nicolas (1996); Wübbeler, Lennart (1996)				
4-Kampf Ma.	9.859 *	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	20.05.2017
		Kremming, Elvio (2002) - 2.363; Pixberg, Lasse (2002) - 2.276; Nüssle, Marius (2003) - 1.903				
		Johnßen, Bent (2003) - 1.694; Voß, Jannick (2002) - 1.623				
Block Mannschaft	13.066 *	LC Hansa Stuhr			Stuhr	11.06.2017
		Kremming, Elvio (2002) - 3.105; Pixberg, Lasse (2002) - 2.877; Voß, Jannick (2002) - 2.777				
		Nüssle, Marius (2003) - 2.291; Klinke, Fynn (2003) - 2.016				

**Jugend M15**

100 m Lauf	11,5	Schmidt, Guido	1972	TuS Sulingen	Weyhe	20.05.1987
200 m Lauf	24,21 *	Purschwitz, Aaron	2005	TSV Asendorf	Verden	22.07.2020
300 m Lauf	38,08	Oelke, Tim Bjarne	1999	TuS Sulingen	Wilhelmshaven	20.07.2014
800 m Lauf	2:13,84	Klinke, Fynn	2003	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	26.08.2018
1000 m Lauf	2:40,71	Dujat, Sebastian	1978	TuS Sulingen	Vöhrum	28.08.1993
2000 m Lauf	6:25,76	Kortas, Tobias	1990	LC Hansa Stuhr	Papenburg	04.09.2005
3000 m Lauf	9:20,8	Volkman, Jens	1967	LG Huntgau	Weyhe	26.05.1982
5 km Str.	17:01	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Oldenburg	15.10.2006
10 km Str.	41:08	Lammers, Finley	2006	TuS Sudweyhe	Bremen	03.10.2021
80 m Hürden	11,02 *	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Verden	02.09.2017
300 m Hürden	42,61	Panning, Lucas	1992	LC Hansa Stuhr	Wilhelmshaven	25.08.2007
3000 m Bahng.	13:44,6	Wolters, Stefan	1973	TSV Schwarme	Norderstedt	04.06.1988
5000 m Bahng.	23:00,92	Wolters, Stefan	1973	TSV Schwarme	Ahlen	03.09.1988
Hochsprung	2,00	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Münster	24.05.1992
Stabhochsprung	4,10	Voß, Jannick	2002	LC Hansa Stuhr	Bremen	13.08.2017
Weitsprung	6,65 *	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Hannover	26.05.2021
Dreisprung	13,40 *	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Berlin	18.07.2021
Kugelstoß	15,15	Rehn, Ben	1987	LC Hansa Stuhr	Berlin	25.09.2002
Diskuswurf	50,58	Voß, Jannick	2002	LC Hansa Stuhr	Verden	02.09.2017
Hammerwurf	43,71	Lange, Moritz	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Bremen	03.10.2004
Speerwurf	55,05	Kurka, Paul	1999	TSV Asendorf	Bremen	27.04.2014
Ballwurf 200g	86,50	Kurka, Paul	1999	TSV Asendorf	Sulingen	26.07.2014
4-Kampf	2.363	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	20.05.2017
Block S/S	2.953	Fugel, Niklas Ole	1994	FTSV Jahn Brinkum	Hameln	07.06.2009
Block Lauf	2.643	Fugel, Niklas Ole	1994	FTSV Jahn Brinkum	Loxstedt	22.05.2009
Block Wurf	3.105	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr	11.06.2017

**Jugend M14**

100 m Lauf	11,72 *	Reiß, John David	1997	LC Hansa Stuhr	Stadthagen	26.06.2011
300 m Lauf	39,01	Reiß, John David	1997	LC Hansa Stuhr	Bremen	01.06.2011
800 m Lauf	2:17,08	Roski, Linus	1998	TuS Sulingen	Celle	30.06.2012
1000 m Lauf	2:38,84	Kraft, Philipp	1973	TV Bruchhausen-Vilsen	Hannover	27.06.1987
2000 m Lauf	6:03,92	Kraft, Philipp	1973	TV Bruchhausen-Vilsen	Verden	23.08.1987
3000 m Lauf	10:15,94	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Wilhelmshaven	26.06.2005
5 km Str.	17:21	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Oldenburg	17.10.2005
10 km Str.	42:15	Kortas, Tobias	1990	LC Hansa Stuhr	Bremen	05.09.2004
80 m Hürden	11,58	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	19.06.2006
300 m Hürden	43,70	Panning, Lucas	1992	LC Hansa Stuhr	Stuhr	16.09.2006
3000 m Bahng.	13:58,0	Wolters, Stefan	1973	TSV Schwarme	Omme/DEN	15.08.1987
Hochsprung	1,90	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Illertissen	10.08.1991
Stabhochsprung	3,60	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Hannover	23.06.1991
Weitsprung	6,29 *	Reiß, John David	1997	LC Hansa Stuhr	Hameln	02.07.2011
Dreisprung	10,87 *	Purschwitz, Aaron	2005	TSV Asendorf	Braunschweig	31.08.2019
Kugelstoß	13,67	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Berlin	24.09.2016
Diskuswurf	40,12	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Hannover	13.09.2020
Speerwurf	49,40	Meyer, Johannes	1949	TuS Sulingen	Oldenburg	01.09.1963
Ballwurf 200g	69,00	Kurka, Paul	1999	TuS Sulingen	Sulingen	16.06.2014
4-Kampf	2.138	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	03.09.2016
Block S/S	2.850	Reiß, John David	1997	LC Hansa Stuhr	Stadthagen	26.06.2011
Block Lauf	2.629	Panning, Lucas	1992	LC Hansa Stuhr	Hannover	26.09.2006
Block Wurf	2.746	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr	19.06.2016

**Männliche Jugend U14**

4 x 75 m Staffel	40,33	StG Hansa-Brinkum-Asendorf			Oldenburg	27.09.2015
3 x 800 m Staffel	7:42,46	StG Hansa-Brinkum-Asendorf			Stuhr-Brinkum	20.09.2015

3 x 1000 m Staffel	9:45,29	FTSV Jahn Brinkum Hehr, Fynn (1996); Wübbeler, Lennart (1996); Krüger, Florian (1997)	Stuhr-Brinkum	05.09.2009
3-Kampf Ma.	6.030	LC Hansa Stuhr Pixberg, Lasse (2002) - 1.393; Kremming, Elvio (2002) - 1.364; Johnßen, Bent (2003) - 1.128 Ehlich, Robin (2002) - 1.098; Graap, Tom Niclas (2004) - 1.047	Huchting	18.07.2015
4-Kampf Ma.	8.133	LC Hansa Stuhr Pixberg, Lasse (2002) - 1.952; Kremming, Elvio (2002) - 1.843; Johnßen, Bent (2003) - 1.457 Ehlich, Robin (2002) - 1.449; Klinke, Fynn (2003) - 1.432	Huchting	18.07.2015
Block Mannschaft	9.993	LC Hansa Stuhr Pixberg, Lasse (2002) - 2.454; Kremming, Elvio (2002) - 2.376; Johnßen, Bent (2003) - 1.936 Ehlich, Robin (2002) - 1.828; Nüssle, Marius (2003) - 1.399	Stuhr-Moordeich	30.05.2015

## Jugend M13

75 m Lauf	9,31	Reiß, John-David	1997	SC Weyhe	Bremen	04.09.2010
800 m Lauf	2:29,96	Johnßen, Bent	2003	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.09.2016
1000 m Lauf	2:45,35	Kraft, Philipp	1973	TV Bruchhausen-Vilsen	Oldenburg	21.09.1986
2000 m Lauf	6:19,4	Kraft, Philipp	1973	TV Bruchhausen-Vilsen	Wilhelmshaven	28.09.1986
5 km Str.	17:01	Franke, Sebastian	1991	SG Diepholz	Wilhelmshaven	15.10.2006
60 m Hürden	9,3	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Wilhelmshaven	20.09.1990
2000 m Bahng.	10:15,0	Lütje, Jan	1977	TSV Schwarme	Gerau	30.09.1989
Hochsprung	1,72	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Dortmund	05.08.1990
Stabhochsprung	2,80	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Lehrte	01.07.1990
Weitsprung	5,81	Reiß, John-David	1997	SC Weyhe	Bremen-Blumenthal	28.08.2010
Kugelstoß	11,59	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	Lilienthal	26.09.2015
Diskuswurf	34,75	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Stuhr	25.05.2019
Speerwurf	45,02	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Wilhelmshaven	29.09.1980
Ballwurf 200g	70,50	Kurka, Paul	1999	TuS Sulingen	Stuhr-Brinkum	16.09.2012
3-Kampf	1.393	Pixberg, Lasse 10,00(+0,3)-4,90(+0,2)-47,00	2002	LC Hansa Stuhr	Huchting	18.07.2015
4-Kampf	1.879	Michelmann, Leon 10,24-4,72-1,66-42,50	2006	TSV Asendorf	Brinkum	15.09.2019
Block S/S	2.454	Pixberg, Lasse 10,53-10,13-4,68-1,57-32,58	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	30.05.2015
Block Lauf	2.398	Panning, Lucas 10,31-10,00-5,13-45,00-3:13,85	1992	LC Hansa Stuhr	Stuhr/Moord.	02.07.2005
Block Wurf	2.376	Kremming, Elvio 10,48-10,25-4,87-9,68-27,25	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	30.05.2015

## Jugend M12

75 m Lauf	9,77	Reiß, John-David	1997	SC Weyhe	Stuhr-Moordeich	26.09.2009
800 m Lauf	2:29,52	Johnßen, Bent	2003	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	09.05.2015
1000 m Lauf	3:04,6	Krüger, Florian	1997	FTSV Jahn Brinkum	Sottrum	23.04.2009
2000 m Lauf	6:40,4	Krüger, Florian	1997	FTSV Jahn Brinkum	Sottrum	23.04.2009
5 km Str.	18:50	Krüger, Florian	1997	FTSV Jahn Brinkum	Sottrum	08.05.2009
60 m Hürden	10,33	Aichem, Fabian	1997	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	26.09.2009
2000 m Bahng.	10:15,0	Lütje, Jan	1977	TSV Schwarme	Gerau	30.09.1989
3000 m Bahng.	15:20,1	Wolters, Stefan	1973	LG Huntgau	Hildesheim	07.06.1985
Hochsprung	1,52	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Oldenburg	23.09.2018
Stabhochsprung	2,00	Graap, Tom Niclas	2004	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.09.2016
Weitsprung	5,03	Reiß, John-David	1997	SC Weyhe	Stuhr-Moordeich	26.09.2009
Kugelstoß	9,13	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Sulingen	18.08.2018
Diskuswurf	27,81	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Sulingen	18.08.2018
Speerwurf	35,70	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Vöhrum	03.09.1989
Ballwurf 200g	56,00	Geweiler, Ilian	2006	TuS Sulingen	Sulingen	18.08.2018
3-Kampf	1.426	Reiß, John-David 9,77(+0,0)-5,03-46,00	1997	SC Weyhe	Stuhr-Moordeich	26.09.2009
4-Kampf	1.864	Reiß, John-David 9,77-5,03-1,42-46,00	1997	SC Weyhe	Stuhr-Moordeich	26.09.2009
Block S/S	1.998	Pixberg, Lasse 11,17-11,23-4,21-1,33-20,12	2002	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	10.05.2014
Block Lauf	2.148	Aichem, Fabian 10,65-10,50-4,49-45,50-3:39,52	1997	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	27.06.2009
Block Wurf	1.446	Mester, Dominik 13,04-13,76-3,54-6,59-15,82	1990	LC Hansa Stuhr	Bremen	23.06.2002

## Männliche Kinder U12

4 x 50 m Staffel	28,9	LG Huntgau Feja (1982); Meyer (1982); Kruse (1981); Treptow (1981)	Stuhr-Moordeich	17.06.1992
3 x 800 m Staffel	8:46,98	LC Hansa Stuhr Pixberg, Lasse (2002); Klement, Jonas (2002); Kremming, Elvio (2002)	Sulingen	29.09.2013
3 x 1000 m	10:24,20	LC Hansa Stuhr	Stade	12.09.2006

Staffel		Hehr, Fynn (1996); Oehl, Christian (1995); Krüger, Florian (1997)		
3-Kampf Ma.	4.879	LC Hansa Stuhr		Stuhr-Moordeich 15.09.2013
		Pixberg, Lasse (2002) - 1.075; Klement, Jonas (2002) - 984; Johnßen, Bent (2003) - 962 Ehlich, Robin (2002) - 945; Kremming, Elvio (2002) - 913		
4-Kampf Ma.	6.519	LC Hansa Stuhr		Stuhr-Moordeich 15.09.2013
		Pixberg, Lasse (2002) - 1.470; Ehlich, Robin (2002) - 1.274; Johnßen, Bent (2003) - 1.268 Kremming, Elvio (2002) - 1.264; Klement, Jonas (2002) - 1.243		
DSMM Gruppe 1	4.298	LC Hansa Stuhr		Stuhr-Moordeich 16.09.2006
DSMM Gruppe 2	2.580	LC Hansa Stuhr		Stuhr-Moordeich 17.09.2005

## Kinder M11

50 m Lauf	7,1	Boog, Tobias	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Wilhelmshaven	10.06.1988
50 m Lauf	7,1	Treptow, Erik	1981	TSV Barrien	Stuhr	18.05.1992
50 m Lauf	7,1	Dührkop, Arne	1993	TV Bruchhausen-Vilsen	Bruchhausen-Vilsen	26.05.2004
75 m Lauf	11,26	Roddewig, Lukas Nevio	2006	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	06.05.2017
800 m Lauf	2:39,73	Johnßen, Bent	2003	LC Hansa Stuhr	Hannover	11.06.2014
1000 m Lauf	3:11,0	Kraft, Philipp	1973	TV Bruchhausen-Vilsen	Verden	01.07.1984
5 km Str.	20:54	Krüger, Florian	1997	FTSV Jahn Brinkum	Sottrum	09.05.2008
Hochsprung	1,49	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Neustadt a. Rbge	24.09.2017
Weitsprung Zone	4,90	Oehl, Christian	1995	LC Hansa Stuhr	Minden	09.09.2006
Schlagball 80g	52,00	Kurka, Paul	1999	TuS Sulingen	Stuhr-Brinkum	11.09.2010
3-Kampf	1.166	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	27.08.2017
		7,70-4,76-38,00				
4-Kampf	1.636	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Scheeßel	20.09.1988
		7,6-4,35-1,45-49,00				

## Kinder M10

50 m Lauf	7,2	Kusche, Jens-Fabian	1976	TuS Sulingen	Stuhr	21.09.1986
75 m Lauf	12,74	Reinhardt, Dimitrij	2009	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	05.05.2019
800 m Lauf	2:45,83	Roddewig, Lukas Nevio	2006	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.09.2016
1000 m Lauf	3:18,43	Hain, Johannes	2000	TuS Sulingen	Bremen	29.05.2010
5 km Str.	18:52	Hehr, Fynn	1996	LC Hansa Stuhr	Ofen	15.10.2006
Hochsprung	1,36	Hoppe, Jason Lee	2006	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.09.2016
Weitsprung Zone	4,26	Schadwinkel, Jonathan	1999	FTSV Jahn Brinkum	Brinkum	05.09.2009
Weitsprung Zone	4,26	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Neustadt am Rbg	25.09.2016
Schlagball 80g	59,50	Siemer, Christian	1972	LG Hansa 81	Verden	04.06.1982
3-Kampf	1.159	Yildirim, Özkan	1993	TUS Sulingen	Sulingen	06.09.2003
		8,00-4,22-50,50				
4-Kampf	1.461	Geweiler, Ilian	2006	TuS Sulingen	Stuhr-Brinkum	10.09.2016
		7,85-4,13-1,20-47,00				

## Männliche Kinder U10

4 x 50 m Staffel	31,86	LC Hansa Stuhr		Stade	10.07.2005
		Kobbelt, Paul (1996); Wübbeler, Lennart (1996); Krüger, Florian (1997); Wübbeler, Niklas (1996)			
3-Kampf Ma.	4.069	LC Hansa Stuhr		Bruchhausen-Vilsen	06.07.2005
		Kobbelt, Paul (1996) - 1.037; Krüger, Florian (1997) - 833; Wübbeler, Lennart (1996) - 722 Wuebbeler, Niklas (1996) - 725; Hehr, Fynn (1996) - 752			

## Kinder M09

50 m Lauf	7,5	Boog, Tobias	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	Wilhelmshaven	29.06.1986
800 m Lauf	2:52,93	Roddewig, Lucas Nevio	2006	LC Hansa Stuhr	Hannover	03.05.2015
1000 m Lauf	3:27,59	Hain, Johannes	2000	TuS Sulingen	Neustadt am Rbge.	27.09.2009
Weitsprung Zone	4,13	Siemer, Christian	1972	TSV Leeste	Weyhe	26.08.1981
Weitsprung Zone	4,13	Bauer, Thomas	1980	TV Bruchhausen-Vilsen	Celle	26.08.1989
Schlagball 80g	48,00	Siemer, Christian	1972	TSV Leeste	Weyhe	26.08.1981
3-Kampf	1.047	Kiseljow, Sven	2007	TUS Sulingen	Stuhr-Brinkum	10.09.2016
		7,91-3,90-38,00				

## Kinder M08 u.j.

50 m Lauf	8,06	Kobbelt, Paul	1996	LC Hansa Stuhr	Minden	06.07.2004
800 m Lauf	3:06,17	Graap, Tom Niclas	2004	LC Hansa Stuhr	Sulingen	15.07.2012
1000 m Lauf	3:37,20	Krüger, Florian	1997	LC Hansa Stuhr	Celle	01.01.2005
Weitsprung Zone	3,82	Wilhelm, Johannes	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	16.05.2018
Schlagball 80g	39,00	Kobbelt, Paul	1996	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	08.09.2004

## Senioren M30

100 m Lauf	11,6	Ruhland, Frank	1962	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	28.06.1995
200 m Lauf	24,2	Ruhland, Frank	1962	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	02.06.1995
400 m Lauf	54,30	Ruhland, Frank	1962	LC Hansa Stuhr	Barnstorf	28.05.1995
800 m Lauf	2:09,92	Ruhland, Frank	1962	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	13.06.1996
1000 m Lauf	2:49,06	Lawendel, Mario	1983	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	07.08.2013
1500 m Lauf	4:28,29	Lawendel, Mario	1983	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	28.08.2015
3000 m Lauf	8:31,25	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Cuxhaven	23.07.1999
5000 m Lauf	14:51,96	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Stuhr	26.06.1999
10000 m Lauf	30:10,50	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Hamburg	26.08.2000
10 km Str.	29:53	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Hamburg	02.09.2001
10 km Str.	1:36:06	LC Hansa Stuhr			Hamburg	02.09.2001
Ma.		Bartholome, Thomas (1969); Mäusner, Frank (1965); Sivulka, Juraj (1969)				
Halbmarathon	1:05:33	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Xanten	27.03.1999
Halbmarathon	4:30:29	LC Hansa Stuhr			Bremen	05.09.2004
Ma.		Selz, Hartmut (1948); Baake, M. (1967); Schmökel, W. (1951)				
Marathon	2:21:09	Bartholome, Thomas	1969	LC Hansa Stuhr	Hamburg	25.04.1999
Marathon	8:00:45	LC Hansa Stuhr			Hamburg	25.04.1999
Ma.		Bartholome, Thomas (1969); Krause, Stefan (1969); Bischoff, Hartmut (1959)				
100 km	8:55:05	Krause, Stefan	1969	LC Hansa Stuhr	Winschoten	11.09.2004
Hochsprung	1,60	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Diepholz	06.05.1989
Weitsprung	6,15	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Diepholz	06.05.1989
Dreisprung	12,33	Vogt, Bruno	1923	TuS Sulingen	Twistringen	19.06.1955
Kugelstoß	12,51	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Weyhe	11.07.1990
Diskuswurf	39,82	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Delmenhorst	15.06.1991
Hammerwurf	33,70	Vogt, Bruno	1923	TuS Sulingen	Twistringen	19.06.1955
Speerwurf	65,31	Schröder, Sven	1988	TSV Asendorf	Garbsen	01.05.2019
5-Kampf	2.587	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Stuhr	05.06.1989
		6,08(+0,0)-41,44-24,8(+0,0)-27,54-5:10,4				

## Senioren M35

100 m Lauf	12,42	Keese, Johannes	1971	LG Delmenhorst/Diepholz	Papenburg	25.09.2009
200 m Lauf	25,15	Keese, Johannes	1971	LG Delmenhorst/Diepholz	Papenburg	25.09.2009
400 m Lauf	51,80	Ruhland, Frank	1962	LC Hansa Stuhr	Zeven	22.05.1999
800 m Lauf	1:56,9	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf	Weyhe	06.06.1990
1000 m Lauf	2:33,5	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf	Bad Oeynhausen	26.08.1990
1500 m Lauf	4:04,03	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf	Wittlich	26.06.1991
3000 m Lauf	8:54,3	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf	Oldenburg	03.07.1991
5000 m Lauf	15:15,7	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf	Lohne	08.09.1991
10000 m Lauf	32:33,62	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf	Verden	21.09.1990
10 km Str.	34:13	Stephan, Udo	1963	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	21.03.1999
Halbmarathon	1:12:58	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Bremen	07.10.2012
Marathon	2:29:20	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Bremen	07.10.2012
Marathon	10:08:53	TuS Sulingen			Bremen	24.04.1983
Ma.		Wortmann, Rolf (1947) - 3:09:48; Förster, Heinrich (1929) - 3:16:12; Löhmann, Heinz (1940) - 3:42:53				
100 km	9:23:22	Krause, Stefan	1969	SC Weyhe	Winschoten	13.09.2008
Hochsprung	2,10	Nagel, Gerd	1957	TuS Sulingen	Hildesheim	13.05.1995
Weitsprung	5,82	Keese, Johannes	1971	LG Delmenhorst/Diepholz	Stadthagen	29.08.2009
Kugelstoß	12,21	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Porta Westfalica	15.03.1992
Diskuswurf	40,66	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Misburg	24.05.1992
Speerwurf	38,58	Ruhland, Frank	1962	LG Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	05.06.1989
5-Kampf	2.671	Keese, Johannes	1971	LG Delmenhorst/Diepholz	Stadthagen	29.08.2009
		5,82-38,51-25,38(+0,0)-31,22-5:04,25				

## Senioren M40

100 m Lauf	12,4	Selz, Hartmut	1948	LG Hansa Stuhr	Weyhe	12.07.1989
200 m Lauf	25,7	Herrling, Michael	1948	LG Hansa Stuhr	Weyhe	10.06.1992
400 m Lauf	52,0	Sanders, Harm	1947	LG Hansa Stuhr	Weyhe	12.06.1991
800 m Lauf	2:03,6	Sanders, Harm	1947	LG Hansa Stuhr	Weyhe	29.05.1991
1500 m Lauf	4:29,6	Selz, Hartmut	1948	LG Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	11.05.1991
3000 m Lauf	9:32,05	Wittmershaus, Horst	1968	SC Weyhe	Stuhr	01.07.2008
5000 m Lauf	16:39,26	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Schöningen	25.06.2016
10000 m Lauf	34:26,38	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Zeven	01.09.2016
10 km Str.	34:38	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Meppen	13.03.2016
10 km Str.	2:16:17	LC Hansa Stuhr			Oldenburg	18.10.2009

Ma.		Ecker, Kai (1966) - 41:42; Rüter, Michael (1965) - 47:04; Tappert, Lutz (1961) - 47:31			
Halbmarathon	1:13:18	Wittmershaus, Horst	1968	SC Weyhe	Bremerhaven 18.07.2010
Halbmarathon	5:02:57	SC Weyhe			Bremen 04.10.2009
Ma.		Laverentz, Joachim (1960) - 1:31:21; Mahn, Erhard (1968) - 1:42:16; Kratz, Carsten (1967) - 1:49:20			
Marathon	2:30:51	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Bremen 01.06.2017
Marathon	8:59:36	LC Hansa Stuhr			Hamburg 25.04.1999
Ma.		Selz, Hartmut (1948); Walinski, Wilfried (1958); Schmökkel, W. (1951)			
4 x 100 m Staffel	55,85	TuS Syke			Sulingen 07.06.2015
		Geffers, Holger (1971); Müller, Wolfgang (1960); Meyer, Udo (1964); Geffers, Ingo (1971)			
Weitsprung	5,54 *	Keese, Johannes	1971	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst 29.05.2011
Kugelstoß	11,55	Meyer, Udo	1964	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst 03.08.2008
Diskuswurf	34,85	Meyer, Udo	1964	LG Delmenhorst/Diepholz	Wunstorf 23.09.2007
Hammerwurf	18,31	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Salzgitter 11.05.2019
Speerwurf	39,44	Requard, Heiko	1969	SC Weyhe	Bremen 19.04.2009
Gewicht	6,63	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Salzgitter 11.05.2019
5-Kampf	2.695	Keese, Johannes	1971	LG Delmenhorst/Diepholz	Stuhr-Moordeich 04.09.2011
		5,22(+0,1)-37,42-25,84(-1,3)-26,03-4:59,02			
Wurf-Fünfkampf	1.561	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Horneburg 05.05.2018
		17,87-8,05-21,14-29,63-6,33			

## Senioren M45

100 m Lauf	12,87 *	Keese, Johannes	1971	TuS Syke	Celle 18.06.2017
200 m Lauf	26,32 *	Keese, Johannes	1971	TuS Syke	Delmenhorst 13.06.2017
400 m Lauf	53,9	Sanders, Harm	1947	LG Hansa Stuhr	Weyhe 10.06.1992
800 m Lauf	2:11,6	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Sottrum 23.06.1994
1000 m Lauf	2:45,9	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Weyhe 15.06.1994
1500 m Lauf	4:25,4	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Sottrum 01.06.1995
3000 m Lauf	9:31,2	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Oldenburg 02.08.1995
5000 m Lauf	16:31,7	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Weyhe 25.06.1997
10000 m Lauf	34:51,6	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Weyhe 17.05.1995
10 km Str.	38:05	Cordes, Gerd	1966	SC Weyhe	Sottrum 08.05.2015
Halbmarathon	1:18:30	Schmökkel, Wolfgang	1951	LC Hansa Stuhr	Bremen 08.09.1996
Halbmarathon	4:52:18	LC Hansa Stuhr			Oldenburg 16.10.2011
Ma.		Kruse, Jörg (1963) - 1:31:04; Ulbricht, Andreas (1963) - 1:36:38; Mügge, Jens Henry (1966) - 1:44:36			
Marathon	2:38:42	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Bremen 02.10.2022
5000 m Bahng.	44:31,57	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Oldenburg 07.05.2022
Hochsprung	1,52	Schrader, Markus	1970	FTSV Jahn Brinkum	Verden 28.04.2018
Weitsprung	5,56 *	Keese, Johannes	1971	TuS Syke	Celle 18.06.2017
Kugelstoß	11,17	Meyer, Udo	1964	TuS Syke	Delmenhorst 29.05.2011
Diskuswurf	35,23	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Gronau 03.09.2006
Hammerwurf	33,13	Ellwart, Helge J.	1965	LC Hansa Stuhr	Bremen-Huchting 03.10.2013
Speerwurf	40,89	Ellwart, Helge	1965	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst 27.05.2010
5-Kampf	2.171	Falke, Harri	1965	SC Weyhe	Stuhr-Moordeich 04.09.2011
		4,69(+0,9)-30,18-28,54(+0,0)-16,18-5:26,07			

## Senioren M50

100 m Lauf	12,3	Lüpke, Manfred	1940	LG Hansa 81	Trier 16.08.1991
200 m Lauf	25,9	Lüpke, Manfred	1940	LG Hansa 81	Weyhe 04.09.1991
400 m Lauf	60,22	Kracke, Fritz	1960	LG Delmenhorst/Diepholz	Wunstorf 10.06.2012
800 m Lauf	2:14,23	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Weyhe 13.06.1998
1000 m Lauf	2:54,54	Büchel, Arno	1945	LC Hansa Stuhr	Minden 15.07.1995
1500 m Lauf	4:31,88	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst 30.06.1998
3000 m Lauf	10:12,3	Büchel, Arno	1945	LC Hansa Stuhr	Oldenburg 02.08.1995
5000 m Lauf	16:38,0	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	Weyhe 04.05.1985
10000 m Lauf	34:59,82	Cleff, Johannes	1964	TSV Aschen	Delmenhorst 19.06.2014
Stundenlauf	16.724	Cleff, Johannes	1964	TSV Aschen	Schortens 03.06.2014
10 km Str.	34:53	Cleff, Johannes	1964	TSV Aschen	Lingen 30.03.2014
Halbmarathon	1:15:16	Cleff, Johannes	1964	TSV Aschen	Gütersloh 02.11.2014
Halbmarathon	4:16:44	LC Hansa Stuhr			Spelle 24.04.1994
Ma.		Barjenbruch, Bernhard (1941); Brelie, W. (1941); Blauhut, R (1940)			
Marathon	2:49:46	Barjenbruch, Bernhard	1941	LC Hansa Stuhr	Hamburg 30.04.1995
Marathon	9:01:55	LC Hansa Stuhr			Herzlake 28.08.1994
Ma.		Barjenbruch, Bernhard (1941); Brelie, W. (1941); Zils, E. (1943)			
3000 m Hind.	13:06,09	Falke, Harri	1965	SC Weyhe	Verden 27.04.2019
Hochsprung	1,50	Lüpke, Manfred	1940	LG Hansa 81	Runkel 03.08.1991
Weitsprung	5,67	Lüpke, Manfred	1940	LG Hansa 81	Bad Driburg 08.09.1991
Dreisprung	7,90 *	Kracke, Fritz	1960	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst 24.06.2012
Kugelstoß	12,12	Meyer, Udo	1964	TuS Syke	Lohne 17.09.2017
Diskuswurf	38,43	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Minden 05.05.2007
Speerwurf	37,88	Ellwart, Helge J.	1965	LC Hansa Stuhr	Huchting 03.10.2017



---

## Senioren M55

---

100 m Lauf	13,68	Kamp, Gerhard	1962	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	02.09.2001
200 m Lauf	28,21 *	Müller, Wolfgang	1960	TuS Syke	Sulingen	06.06.2015
400 m Lauf	64,54	Büchel, Arno	1945	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	02.09.2001
800 m Lauf	2:24,35	Büchel, Arno	1945	LC Hansa Stuhr	Brisbane/Australien	06.07.2001
1000 m Lauf	3:09,84	Büchel, Arno	1945	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	08.08.2001
1500 m Lauf	4:34,50	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	Delmenhorst	30.06.1990
3000 m Lauf	9:41,7	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	Syke	27.08.1986
5000 m Lauf	16:37,5	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	Weyhe	20.08.1986
10000 m Lauf	35:33,59	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	Radolfzell	06.09.1986
10 km Str.	39:30	Wührmann, Werner	1955	LC Hansa Stuhr	Bad Zwischenahn	03.10.2010
Halbmarathon	1:21:45	Barjenbruch, Bernhard	1941	LC Hansa Stuhr	Kaiserslautern	21.03.1996
Marathon	2:53:16	Barjenbruch, Bernhard	1941	LC Hansa Stuhr	Hannover	14.04.1996
100 km	11:17:40	Baumgarten, Karl Wolfgang	1952	SC Weyhe	Leipzig	14.08.2010
20km Str.Gehen	1:50:28	Kloppe, Herwald	1924	TSV Schwarme	Rodenberg	30.04.1983
Weitsprung	4,30 *	Müller, Wolfgang	1960	TuS Syke	Delmenhorst	16.06.2016
Kugelstoß	11,97	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TSV Mellinghausen	Delmenhorst	24.06.2012
Diskuswurf	33,84	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TuS Sulingen	Delmenhorst	02.08.2013
Hammerwurf	36,10	Ellwart, Helge J.	1965	LC Hansa Stuhr	Bremen	03.10.2020
Speerwurf	38,32	Ellwart, Helge J.	1965	LC Hansa Stuhr	Zeven	29.08.2020

---

## Senioren M60

---

100 m Lauf	13,99	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	19.07.2006
200 m Lauf	25,57 *	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Büdelsdorf	24.08.2003
800 m Lauf	2:27,44	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	Minden	18.08.1995
1500 m Lauf	2:42,80	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	Trier	16.08.1991
3000 m Lauf	9:58,7	Becker, Herbert	1991	LG Hansa Stuhr	Weyhe	06.04.1991
5000 m Lauf	17:30,65	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	Delmenhorst	15.06.1991
10 km Str.	39:40	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Bremen	07.10.2012
Halbmarathon	1:28:25	Barjenbruch, Bernhard	1941	LC Hansa Stuhr	Berlin	10.04.2004
Marathon	3:28:26	Prübusch, Gerhard	1947	LC Hansa Stuhr	Berlin	28.09.2008
100 km	12:42:51	Baumgarten, Karl Wolfgang	1952	SC Weyhe	Biel	08.06.2012
4 x 100 m	54,46	StG Stuhr-Aurich-Burgdorf			Delmenhorst	07.06.2008
Staffel		Keck, Heinz (1941); Düerkop, Klaus (1942); Kamp, Gerhard (1942); Kolbow, Hans-Jürgen (1944)				
10.000 m Bahng.	55:39,0	Kloppe, Herwald	1924	TSV Schwarme	Hildesheim	31.08.1984
Kugelstoß	10,56	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TSV Mellinghausen	Lingen	25.08.2018
Diskuswurf	34,79	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TSV Mellinghausen	Delmenhorst	22.09.2018

---

## Senioren M65

---

100 m Lauf	13,59	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	07.06.2008
200 m Lauf	28,57	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Büdelsdorf	24.08.2003
400 m Lauf	66,27	Keck, Heinz	1941	LC Hansa Stuhr	Schweinfurt	12.07.2008
800 m Lauf	2:27,44	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	Minden	18.08.1995
1000 m Lauf	3:31,62	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	07.08.2013
1500 m Lauf	4:53,72	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	11.08.1996
3000 m Lauf	10:37,7	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	Weyhe	28.08.1996
5000 m Lauf	18:23,98	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	13.06.1996
10000 m Lauf	42:29,9	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Sottrum	18.07.2013
10 km Str.	43:22	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	18.10.2015
Halbmarathon	1:31:33	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Bremen	06.10.2013
Marathon	3:30:58	Wittmershaus, Dietrich	1946	LG Delmenhorst/Diepholz	Bremen	07.10.2012
100 km	14:34:53	Baumgarten, Karl Wolfgang	1952	SC Weyhe	Biel	08.06.2018
4 x 100 m	54,46	StG Stuhr-Aurich-Burdorf			Stuhr-Moordeich	03.05.2008
Staffel		Kamp, Gerhard (1942); Arnd, Manfred (1942); Keck, Heinz (1941); Düerkop, Klaus (1942)				
10.000 m Bahng.	01:01:07	Kloppe, Herwald	1924	LC Hansa Stuhr	Eilenburg	03.05.1992
20km Str.Gehen	02:04:54	Kloppe, Herwald	1924	LC Hansa Stuhr	Rostock	26.04.1992
Weitsprung	4,21 *	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	03.05.2008
Kugelstoß	9,90	Keck, Heinz	1941	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	03.05.2008
Diskuswurf	38,18	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Bremen	03.10.2009
Hammerwurf	23,80	Keck, Heinz	1941	LC Hansa Stuhr	Osnabrück	12.05.2009
Speerwurf	25,42	Keck, Heinz	1941	LC Hansa Stuhr	Ahlen	14.06.2009
5-Kampf	2.859	Keck, Heinz	1941	LC Hansa Stuhr	Ahlen	14.06.2009

4,00(+1,4)-25,42-29,47(+0,0)-27,55-6:33,08

---

## Senioren M70

---

100 m Lauf	14,73 *	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	30.05.2012
200 m Lauf	31,07 *	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	23.06.2012
10 km Str.	45:50	Wittmershaus, Dietrich	1946	TSV Barrien	Garrel	17.09.2016
Halbmarathon	1:43:10	Wittmershaus, Dietrich	1946	TSV Barrien	Oldenburg	23.10.2016
Marathon	3:37:31	Wittmershaus, Dietrich	1946	TSV Barrien	Bremen	02.10.2016
Weitsprung	3,97 *	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Papenburg	18.05.2014
Kugelstoß	9,35	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	Verden	28.04.2018
Diskuswurf	36,62	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Wunstorf	09.06.2012
Speerwurf	33,49	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Sulingen	31.08.2012

## Senioren M75

50 m Lauf	8,67	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Worpswede	09.09.2018
100 m Lauf	16,82 *	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Büdelndorf	17.06.2018
200 m Lauf	33,52 *	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Gronau	28.05.2017
10 km Str.	51:41	Wittmershaus, Dietrich	1946	TSV Barrien	Bremerhaven	28.08.2022
Halbmarathon	1:54:30	Wittmershaus, Dietrich	1946	TSV Barrien	Wolgast	03.09.2022
Marathon	5:39:51	Neye, Gerhard	1943	LC Hansa Stuhr	Berlin	16.09.2018
Weitsprung	3,53	Kamp, Gerhard	1942	LC Hansa Stuhr	Gronau	28.05.2017
Kugelstoß	8,16	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Oldendorf	14.05.2017
Diskuswurf	31,17	Düerkop, Klaus	1942	LC Hansa Stuhr	Bremen	23.04.2017

## Senioren M80

10 km Str.	1:26:05	Hoffmann, Günther	1939	TSV Drebber	Diepholz	14.09.2019
Halbmarathon	2:35:10	Cattau, Friedrich	1935	TuS Sulingen	Hannover	19.04.2015

## Weibliche Jugend U20

100 m Lauf	12,04 *	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Hannover	02.06.2012
200 m Lauf	23,83 *	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Weinheim	26.05.2012
400 m Lauf	56,5	Mauer, Bettina	1962	LG Stuhr	Weyhe	10.06.1980
800 m Lauf	2:16,14	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Göttingen	23.06.2019
1500 m Lauf	4:45,34	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Göttingen	22.06.2019
3000 m Lauf	11:04,01	Duong, Katharina	1983	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	16.06.2002
5000 m Lauf	19:34,84	Duong, Katharina	1983	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	15.06.2002
10 km Str.	42:08	Duong, Katharina	1983	LC Hansa Stuhr	Stuhr	17.03.2002
Halbmarathon	1:46:44	Neubauer, Judith	1985	LC Hansa Stuhr	Bremen	07.08.2003
Marathon	3:47:38	Neubauer, Judith	1985	LC Hansa Stuhr	Berlin	28.09.2003
100 m Hürden	13,90	Schwenker, Marita	1954	TuS Sulingen	Hernösand (Schweden)	25.05.1972
400 m Hürden	68,40	Müller, Kerstin	1969	LG Huntegau	Syke	09.06.1988
2000 m Hind.	7:23,65	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Ulm	27.07.2019
4 x 100 m	49,4	TuS Sulingen			Osnabrück	04.07.1971
Staffel		Pump, Ute (1954); Reuschel, Karen (1956); Schwenker, Marita (1954); Jahn, Hella (1955)			Sulingen	29.09.2013
3 x 800 m	7:10,69	TuS Sulingen				
Staffel		Böttcher, Antonie (1997); Gazka, Karolina (1995); Holda, Olga (1996)				
5000 m Bahng.	24:55,26	Sundermann, Sabine	1971	TSV Schwarme	Ahlen	15.03.1990
Hochsprung	1,76	Hartje, Birte	1981	TuS Syke	Dresden	15.07.2000
Weitsprung	5,75 *	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Verden	20.06.2010
Dreisprung	13,16 *	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Mannheim	03.07.2010
Kugelstoß	14,35	Westermann, Liesel	1944	TuS Sulingen	Westerstede	15.06.1963
Diskuswurf	51,70	Westermann, Liesel	1944	TuS Sulingen	London	24.08.1963
Speerwurf	42,95	Bentrup, Celina	1997	FTSV Jahn Brinkum	Delmenhorst	27.08.2016
4-Kampf	2.779	Müller, Kerstin	1969	LG Huntergau	Nienburg	25.09.1988
		15,5-1,64-9,53-26,3				
5-Kampf	3.618	Witt, Mareike	1979	TuS Syke	Dörpen	29.09.2002
		12,93-5,57-11,04-1,64(-0,8)-2:26,72				
7-Kampf	3.806	Jacobi, Neele	1990	LC Hansa Stuhr	Hannover	07.06.2008
		16,62-1,48-7,86-27,81/5,01-33,89-2:54,38				08.06.2008
7-Kampf	7.905	LG Delmenhorst/Diepholz			Hannover	16.06.2007
Ma.		Meier, Jil (1989) - 2.892; Steineker, Ann-Kristin (1989) - 2.660; Kügel, Natalie (1988) - 2.353				17.06.2007

## Weibliche Jugend U18

100 m Lauf	11,90 *	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Zeven	22.05.2010
200 m Lauf	23,84 *	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Lille/FRA	09.07.2011
400 m Lauf	58,76	Wolpmann, Janicke	1994	FTSV Jahn Brinkum	Zeven	22.05.2010
800 m Lauf	2:13,01	Winkler, Jasmin	1975	LG Hansa Stuhr	Mönchengladbach	01.07.1992
1500 m Lauf	4:47,17	Winkler, Jasmin	1975	LG Hansa Stuhr	Bruchköbel	15.07.1990

3000 m Lauf	10:12,67	Hehr, Antonia	1996	FTSV Jahn Brinkum	Jena	05.08.2011
5000 m Lauf	18:39,39	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Pliezhausen	12.05.2018
10 km Str.	40:43	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Uelzen	22.04.2018
Halbmarathon	1:38:42	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Bremen	01.10.2017
100 m Hürden	14,55 *	Wübbeler, Alicia	1996	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	25.05.2011
400 m Hürden	69,15	Till, Wiebke	1999	TSV Asendorf	Verden	04.07.2015
1500 m Hind.	5:15,29	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Zeven	20.05.2018
4 x 100 m	49,15	FTSV Jahn Brinkum			Zeven	22.05.2010
Staffel		Prokopp, Henrike (1994); Freese, Anna-Lena (1994); Wolpmann, Janicke (1994); Wessel, Denise (1994)				
3 x 800 m	7:25,1	TuS Varrel			Salzgitter	20.05.1978
Staffel		Liebing, Sabrina (1962); Vosteen, Martina (1962); Nullmeyer, Heike (1963)				
3000 m Bahng.	14:49,88	Loerke, Christine	1972	TSV Schwarme	Lübeck	08.07.1988
5000 m Bahng.	25:37,96	Loerke, Christine	1972	TSV Schwarme	Lübeck	08.07.1988
Hochsprung	1,74	Hartje, Birte	1981	TSV Barrien	Oldenburg	20.08.1997
Stabhochsprung	1,80	Wermann, Carola	1977	TuS Syke	Hannover	29.08.1993
Weitsprung	6,18 *	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Schweinfurt	13.06.2009
Dreisprung	13,13 *	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Wesel	01.06.2009
Kugelstoß	13,51	Bormann, Christin	1994	TSV Asendorf	Celle	09.07.2011
Diskuswurf	41,72	Westermann, Liesel	1944	TuS Sulingen	Kiel	24.06.1961
Hammerwurf	31,54	Bier, Jasmina	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Hannover	02.06.2013
Speerwurf	38,09	Meiboom, Katrin	1990	LC Hansa Stuhr	Stuhr	25.05.2006
4-Kampf	2.602	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Langen	29.06.2013
		15,80(+0,2)-1,48-8,98-12,82(+0,8)				
7-Kampf	4.185	Jacobi, Neele	1990	LC Hansa Stuhr	Hannover	16.06.2007
		15,87-1,52-8,05-13,55/5,22-36,63-2:45,69				17.06.2007
7-Kampf	8.899	LG Delmenhorst/Diepholz			Winsen	06.09.2008
Ma.		Sawatzki, Meike (1992) - 3.997; Foerster, Jana (1992) - 2.953; Oppermann, Alyssa (1992) - 1.949				07.09.2008
DJMM Gruppe 2	6.748	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	16.09.2006

## Weibliche Jugend U16

4 x 100 m	49,00	FTSV Jahn Brinkum			Papenburg	13.06.2009
Staffel		Wübbeler, Alicia (1996); Freese, Anna-Lena (1994); Wolpmann, Janicke (1994); Wessel, Denise (1994)				
3 x 800 m	7:16,53	TuS Sulingen			Göttingen	01.05.2011
Staffel		Hermanowicz, Roksana (1997); Holda, Olga (1996); Schäfer, Mailin (1998)				
3-Kampf	5.916	FTSV Jahn Brinkum			Stuhr-Moordeich	15.09.2013
Ma.		Wingenbach, Marlene (1998) - 1.285; Bauer, Marie (1999) - 1.237; Mahlstedt, Nele (1998) - 1.215 Frauenheim, Rabea (1999) - 1.177; Sappa, Chiara (1999) - 1.002				
4-Kampf	9.433	LC Hansa Stuhr			Sarstedt	13.05.2007
Ma.		Hübner, Hanna (1993) - 2.015; Wehner, Marika (1992) - 2.010; Freese, Anna-Lena (1994) - 1.812 Ehrenbruch, Märthe (1992) - 1.805; Lehmkuhl, Kristin (1992) - 1.791				
7-Kampf	9.298	LC Hansa Stuhr			Stuhr	03.07.2004
Ma.		Meiboom, Katrin (1990); Jacobi, Neele (1990); Schramm, Maria (1990)				04.07.2004
Block Mannschaft	11.939	FTSV Jahn Brinkum			Nienhagen	05.06.2010
		Wübbeler, Alicia (1996) - 2.581; Schadwinkel, Frederieke (1996) - 2.378; Janke, Annemieke (1996) - 2.355 Vömel, Malyzia Catjana (1995) - 2.332; Hehr, Antonia (1996) - 2.293				
DJMM DSMM Gruppe 2	7.889	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	17.09.2005
DJMM DSMM Gruppe 3	5.537	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	24.09.2011
DJMM DSMM Gruppe 4	3.792	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	20.09.2003

## Jugend W15

100 m Lauf	12,15 *	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Bremen	20.05.2009
300 m Lauf	39,84	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Papenburg	14.06.2009
800 m Lauf	2:17,50	Holda, Olga	1996	TuS Sulingen	Hamburg	24.09.2011
1500 m Lauf	4:47,17	Winkler, Jasmin	1975	LC Hansa Stuhr	Bruchköbel	15.07.1992
2000 m Lauf	6:43,54	Vömel, Malyzia Catjana	1995	FTSV Jahn Brinkum	Dessau	21.08.2010
3000 m Lauf	10:47,76	Vömel, Malyzia Catjana	1995	FTSV Jahn Brinkum	Sulingen	25.04.2010
5 km Str.	24:09	Stroink, Lilo	1994	SG Diepholz	Drebber	20.06.2009
80 m Hürden	11,50	Maier, Anna	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Verden	24.04.2004
300 m Hürden	47,26	Wolpmann, Janicke	1994	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	24.05.2009
Hochsprung	1,67	Petersen, Swantje	1975	LG Hansa Stuhr	Weyhe	09.05.1990
Stabhochsprung	2,70	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	Papenburg	15.07.2007
Stabhochsprung	2,70	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Hamburg	29.09.2012
Weitsprung	5,80	Hübner, Hanna	1993	LC Hansa Stuhr	Hameln	29.06.2008
Dreisprung	11,79 *	Brüning, Tabea	1994	TSV Asendorf	Lübeck	19.07.2009
Kugelstoß	13,22	Bormann, Christin	1994	TSV Asendorf	Bergen/Rügen	14.06.2009
Diskuswurf	34,23	Bier, Jasmina	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Loxstedt	03.10.2012
Hammerwurf	27,02	Bier, Jasmina	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Celle	01.07.2012
Speerwurf	37,10	Meiboom, Katrin	1990	LC Hansa Stuhr	Osterholz-Schamb.	08.10.2005
Ballwurf 200g	52,00	Schorling, Katharina	1988	LC Hansa Stuhr	Stuhr	20.09.2003

3-Kampf	1.474	Tandel, Samantha 13,13(+1,1)-4,90(+0,0)-7,93	1997	LC Hansa Stuhr	Zeven	15.09.2012
4-Kampf	2.095	Meiboom, Katrin 13,47-5,12-1,48-11,22	1990	LC Hansa Stuhr	Bremen	28.08.2005
7-Kampf	3.530	Wehner, Marika 12,61-1,48-8,39-13,03/4,92-28,37-2:33,32	1992	LC Hansa Stuhr	Hameln	30.05.2007 31.05.2007
Block S/S	2.784	Hübner, Hanna 12,76-12,31-5,56-1,58-26,42	1993	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	21.06.2008
Block Lauf	2.645	Wolpmann, Janicke 12,96(+0,0)-13,47(-0,8)-5,48(+0,0)-44,50-7:39,06	1994	FTSV Jahn Brinkum	Bad Oeynhausen	02.08.2009
Block Wurf	2.566	Meiboom, Katrin 13,20-14,51-5,10-12,19-26,34	1990	LC Hansa Stuhr	Munster	18.06.2005

## Jugend W14

100 m Lauf	12,49 *	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	Hameln	28.06.2008
300 m Lauf	42,27	Kammann, Adina	2007	TSV Asendorf	Garbsen	09.07.2021
800 m Lauf	2:22,6	Winkler, Jasmin	1974	LG Hansa Stuhr	Weyhe	14.06.1989
2000 m Lauf	6:48,38	Hehr, Antonia	1996	FTSV Jahn Brinkum	Berlin	11.09.2010
5 km Str.	19:33	Hehr, Antonia	1996	FTSV Jahn Brinkum	Sottrum	07.05.2010
80 m Hürden	11,74	Maier, Anna	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Lage	10.08.2003
300 m Hürden	47,77	Wolpmann, Janicke	1994	FTSV Jahn Brinkum	Hamburg	27.09.2008
3000 m Bahng.	16:08,9	Maschendorf, Kerstin	1971	LG Huntegau	Kassel	21.04.1985
Hochsprung	1,64	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Goslar	26.06.1999
Hochsprung	1,64	Gurka, Lena Isabel	2007	FTSV Jahn Brinkum	Syke	27.06.2021
Stabhochsprung	2,80	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Heidmühle	08.05.2011
Weitsprung	5,45	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Huchting	19.09.1999
Dreisprung	10,82	Hübner, Hanna	1993	LC Hansa Stuhr	Cuxhaven	17.06.2007
Kugelstoß	12,05	Meiboom, Katrin	1990	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	13.06.2004
Diskuswurf	29,52	Bier, Jasmina	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Loxstedt	08.10.2011
Speerwurf	34,30	Meiboom, Katrin	1990	LC Hansa Stuhr	Papenburg	24.09.2004
Ballwurf 200g	50,50	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Burgdorf	02.10.1999
3-Kampf	1.447	Isselhorst, Liliane 13,42(+0,7)-4,65(-0,3)-8,51	2001	FTSV Jahn Brinkum	Huchting	18.07.2015
4-Kampf	2.079	Meiboom, Katrin 13,58-4,82-1,51-11,44	1990	LC Hansa Stuhr	Bremen	29.08.2004
7-Kampf	3.592	Wehner, Marika 12,58-1,46-8,43-12,97/5,29-25,24-2:23,53	1992	LC Hansa Stuhr	Stuhr	10.11.2006 11.11.2006
Block S/S	2.653	Evers, Carolin 13,52(+0,3)-12,87(+0,0)-5,08(-1,0)-1,60-27,52	2008	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	26.06.2022
Block Lauf	2.705	Wehner, Marika 12,79-12,52-5,11-46,00-7:31,52	1992	LC Hansa Stuhr	Zeven	08.07.2006
Block Wurf	2.498	Meiboom, Katrin 13,70-12,89-4,68-11,64-22,20	1990	LC Hansa Stuhr	Rhede	15.08.2004

## Weibliche Jugend U14

4 x 75 m Staffel	39,48	LC Hansa Stuhr Freese, Anna-Lena (1994); Prokopp, Henrike (1994); Wolpmann, Janicke (1994); Wessel, Denise (1994)			Stuhr-Moordeich	15.09.2007
3 x 800 m Staffel	7:56,0	FTSV Jahn Brinkum Horstmann, Berit (1996); Hehr, Antonia (1996); Wübbeler, Alicia (1996)			Wilhelmshaven	13.09.2009
3-Kampf Ma.	6.728	FTSV Jahn Brinkum Schadwinkel, Frederieke (1996) - 1.486; Wübbeler, Alicia (1996) - 1.477; Bokelmann, Rabea (1996) - 1.319 Horstmann, Berit (1996) - 1.234; Sudmann, Jasmin (1996) - 1.212			Stuhr-Brinkum	05.09.2009
4-Kampf Ma.	8.820	FTSV Jahn Brinkum Wübbeler, Alicia (1996) - 1.994; Schadwinkel, Frederieke (1996) - 1.880; Bokelmann, Rabea (1996) - 1.713 Sudmann, Jasmin (1996) - 1.631; Horstmann, Berit (1996) - 1.602			Stuhr-Brinkum	05.09.2009
Block Mannschaft	10.994	LC Hansa Stuhr Freese, Anna-Lena (1994) - 2.447; Wolpmann, Janicke (1994) - 2.296; Wessel, Denise (1994) - 2.227 Prokopp, Henrike (1994) - 2.169; Lemcke, Lena (1994) - 1.855			Stuhr-Moordeich	20.05.2007
DJMM DSMM Gruppe 1	6.678	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	15.09.2007
DJMM DSMM Gruppe 2	3.525	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	026.09.2009

## Jugend W13

75 m Lauf	9,5	Sanders, Meike	1978	TV Bruchhausen-Vilsen	Wettbergen	18.05.1991
800 m Lauf	2:23,75	Schäfer, Mailin	1998	TuS Sulingen	Hamburg	24.09.2011
2000 m Lauf	7:02,3	Winkler, Jasmin	1975	LG Hansa Stuhr	Sarstedt	21.08.1988
5 km Str.	20:12	Hehr, Antonia	1996	FTSV Jahn Brinkum	Ofen	03.10.2009
60 m Hürden	9,4	Maier, Anna	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Burgdorf	28.09.2002
80 m Hürden	13,45 *	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Göttingen	18.06.2021
300 m Hürden	55,03	Nordmeyer, Yfke	2008	TSV Asendorf	Bremen	29.05.2021

Hochsprung	1,56	Wehner, Marika	1992	LC Hansa Stuhr	Stade	26.06.2005
Hochsprung	1,56	Freese, Anna-Lena	1994	LC Hansa Stuhr	Hamburg	30.09.2007
Stabhochsprung	2,74	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Bremen-Blumenthal	28.08.2010
Weitsprung	5,20	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Wilhelmshaven	28.06.1998
Weitsprung	5,20	Wehner, Marika	1992	LC Hansa Stuhr	Stade	01.10.2005
Kugelstoß	10,72	Petersen, Swantje	1975	LC Hansa Stuhr	Flensburg	18.09.1988
Diskuswurf	30,87	Bier, Jasmina	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Loxstedt	05.10.2010
Speerwurf	31,06	Meiboom, Katrin	1990	TuS Varrel	Delmenhorst	03.05.2003
Ballwurf 200g	49,00	Thaler, Jana	1998	SC Weyhe	Bremen	18.06.2011
Schlagball 80g	54,00	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Dortmund	20.09.1998
3-Kampf	1.479	Wolpmann, Janicke 10,32-4,87-37,00	1994	LC Hansa Stuhr	Bremen	23.06.2007
4-Kampf	1.996	Maier, Anna 10,60-4,60-1,46-46,00	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Bruchhausen-Vilsen	15.09.2002
Block S/S	2.632	Maier, Anna 10,0-9,4-4,78-1,47-42,50	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Burgdorf	28.09.2002
Block Lauf	2.637	Wehner, Marika 10,1-10,6-5,20-44,50-2:24,7	1992	LC Hansa Stuhr	Stade	01.10.2005
Block Wurf	2.453	Meiboom, Katrin 10,32-10,34-4,59-9,35-27,19	1990	TuS Varrel	Stuhr	28.06.2003

## Jugend W12

75 m Lauf	10,28	Freese, Anna-Lena	1994	LC Hansa Stuhr	Minden	09.09.2006
800 m Lauf	2:26,01	Schäfer, Mailin	1998	TuS Sulingen	Celle	02.10.2010
2000 m Lauf	7:03,0	Winkler, Jasmin	1975	LG Hansa Stuhr	Nienburg	21.06.1987
5 km Str.	20:11	Prokopp, Henrike	1994	LC Hansa Stuhr	Sottrum	12.05.2006
60 m Hürden	10,01	Wübbeler, Alicia	1996	FTSV Jahn Brinkum	Hamburg	27.09.2008
2000 m Bahng.	10:40,0	Menke, Alix-Anik	1977	TSV Schwarme	Schwanewede	08.04.1989
Hochsprung	1,52	Freese, Anna-Lena	1994	LC Hansa Stuhr	Bremen	24.06.2006
Stabhochsprung	2,09	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Bremen	25.08.2009
Weitsprung	4,90	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Bremen	14.09.1997
Kugelstoß	8,64	Schütte, Felicia	2008	TSV Asendorf	Bremen	03.10.2020
Diskuswurf	28,47	Bier, Jasmina	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Zeven	16.08.2009
Speerwurf	27,90	Illgen, Chiara	2000	FTSV Jahn Brinkum	Schortens	06.05.2012
Ballwurf 200g	40,00	Surmann, Laura	1996	TSV Asendorf	Delmenhorst	28.09.2008
Ballwurf 200g	40,00	Riechers, Anna-Lena	2002	TuS Sulingen	Sulingen	26.07.2014
Ballwurf 200g	40,00	Legostaev, Anastassija	2004	TuS Sulingen	Uchte	28.05.2016
Schlagball 80g	60,00	Glöckler, Katja	1970	LG Hansa 81	Weyhe	17.06.1982
3-Kampf	1.466	Wehner, Marika 10,80-4,75-43,50	1992	LC Hansa Stuhr	Bruchhausen-Vilsen	20.06.2004
4-Kampf	1.948	Wehner, Marika 10,80-4,75-1,42-43,50	1992	LC Hansa Stuhr	Bruchhausen-Vilsen	20.06.2004
Block S/S	2.400	Tandel, Samantha 10,65-10,84-4,51-1,44-38,00	1997	LC Hansa Stuhr	Hameln	13.09.2009
Block Lauf	2.337	Wübbeler, Alicia 10,65-10,84-4,39-31,00-2:34,28	1996	FTSV Jahn Brinkum	Hameln	01.06.2008
Block Wurf	1.786 *	Schütte, Felicia 11,72(-1,2)-14,78(0,0)-3,59-7,52-20,20	2008	TSV Asendorf	Stuhr	29.08.2020

## Weibliche Kinder U12

4 x 50 m Staffel	28,51	LC Hansa Stuhr Wübbeler, Alicia (1996); Klinge, Jana (1995); Tandel, Samantha (1997); Schnepf, Charleen (1995)			Stuhr-Moordeich	16.09.2006
3 x 800 m Staffel	8:28,58	LC Hansa Stuhr Wübbeler, Alicia (1996); Schnepf, Charleen (1995); Horstmann, Berit (1996)			Stuhr-Moordeich	01.07.2006
3-Kampf Ma.	6.077	LC Hansa Stuhr Tandel, Samantha (1997) - 1.294; Schadwinkel, Frederike (1996) - 1.225; Wübbeler, Alicia (1996) - 1.217 Bokelmann, Rabea (1996) - 1.174; Horstmann, Berit (1996) - 1.167			Stuhr-Moordeich	08.07.2007
4-Kampf Ma.	7.582	LC Hansa Stuhr Wübbeler, Alicia (1996) - 1.572; Tandel, Samantha (1997) - 1.569; Bokelmann, Rabea (1996) - 1.529 Schadwinkel, Frederike (1996) - 1.527; Horstmann, Berit (1996) - 1.385			Stuhr-Moordeich	08.07.2007
DSMM Gruppe 1	4.017	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	24.09.2011
DSMM Gruppe 2	1.807	LC Hansa Stuhr			Stuhr-Moordeich	026.092009

## Kinder W11

50 m Lauf	7,0	Sanders, Meike	1978	SG Diepholz	Dortmund	30.07.1989
50 m Lauf	7,27	Wehner, Marika	1992	LC Hansa Stuhr	Peine	01.07.2003
75 m Lauf	11,23	Bergmann, Zoe Marie	2009	FTSV Jahn Brinkum	Verden	22.07.2020
800 m Lauf	2:31,57	Schäfer, Mailin	1998	TuS Sulingen	Neustadt am Rbge.	27.09.2009
2000 m Lauf	7:21,13	Miller, Lera	2007	TuS Sulingen	Delmenhorst	22.09.2018
5 km Str.	25:46	Bothe, Caroline	1997	LG Delmenhorst/Diepholz	Drebber	21.06.2008

Hochsprung	1,40	Hammann, Petra	1967	SC Twistringen	Weyhe	08.10.1978
Hochsprung	1,40	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	15.09.2019
Weitsprung Zone	4,77	Maier, Anna	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Braunschweig	01.10.2000
Schlagball 80g	49,50	Illgen, Chiara	2000	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	11.09.2011
3-Kampf	1.468	Maier, Anna 7,46-4,60-41,00	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Sulingen	17.09.2000
4-Kampf	1.876	Maier, Anna 7,47-4,77-1,38-36,50	1989	TV Bruchhausen-Vilsen	Braunschweig	01.10.2000

## Kinder W10

50 m Lauf	7,69 *	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Verden	20.08.1995
50 m Lauf	7,69	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moord.	08.07.2007
75 m Lauf	12,16	Bergmann, Zoe	2009	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	05.05.2019
800 m Lauf	2:40,44	Lehmkuhl, Kristin	1992	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	15.09.2002
2000 m Lauf	7:44,2	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Weyhe	13.06.1995
5 km Str.	21:46	Wübbeler, Alicia	1996	LC Hansa Stuhr	Sottrum	13.05.2006
Hochsprung	1,38	Petersen, Swantje	1975	Stuhr regional	Weyhe	06.10.1985
Weitsprung Zone	4,38	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Verden	20.08.1995
Schlagball 80g	41,00	Schütte, Felicia	2008	TSV Asendorf	Sulingen	18.08.2018
3-Kampf	1.360	Meyer, Jennifer 7,74-4,13-39,00	1985	MTV Jahn Barnstorf	Stuhr	23.09.1995
4-Kampf	1.635	Meyer, Jennifer 7,74-4,13-1,14-39,00	1985	MTV Jahn Barnstorf	Stuhr	23.09.1995

## Weibliche Kinder U10

4 x 50 m Staffel	31,47	LC Hansa Stuhr Wübbeler, Alicia (1996); Tandel, Samantha (1997); Schadwinkel, Frederike (1996); Horstmann, Berit (1996)		Stade		10.07.2005
3-Kampf Ma.	4.756	LC Hansa Stuhr Wuebbler, Alicia (1996) - 908; Tandel, Samantha (1997) - 1.047; Horstmann, Berit (1996) - 894 Schadwinkel, Frederike (1996) - 1.103; Matthiesen, Kati (1996) - 804		Bruchhausen-Vilsen		11.09.2005

## Kinder W09

50 m Lauf	7,95	Meyer, Jennifer	1985	MTV Jahn Barnstorf	Barnstorf	07.09.1994
800 m Lauf	2:50,64	Schwenke, Kim-Michelle	1999	LG Delmenhorst/Diepholz	Braunschweig	07.09.2008
Weitsprung Zone	4,26	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Minden	09.09.2006
Schlagball 80g	34,50	Holthus, Johanna	2000	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	05.09.2009
3-Kampf	1.083	Schrader, Svea 8,65-3,65-27,50	2005	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	21.09.2014

## Kinder W08 u.j.

50 m Lauf	8,11	Tandel, Samantha	1997	LC Hansa Stuhr	Bruchh./Vilsen	11.09.2005
800 m Lauf	3:03,75	Schwenke, Kim-Michelle	1999	LG Delmenhorst/Diepholz	Oldenburg	28.09.2007
Weitsprung Zone	3,70	Schütte, Felicia	2008	TSV Asendorf	Neustadt am Rbg	25.09.2016
Schlagball 80g	27,50	Holthus, Johanna	2000	TSV Asendorf	Neustadt	28.09.2008
3-Kampf	1.051	Tandel, Samantha 8,16-3,44-22,50	1997	LC Hansa Stuhr	Celle	01.10.2005

## Seniorinnen W30

100 m Lauf	13,02	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Garbsen	01.05.2009
200 m Lauf	26,61 *	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Potsdam	26.08.2010
400 m Lauf	62,76	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Wunstorf	10.06.2012
800 m Lauf	2:24,9	Golenia, Christiane	1959	LG Hansa Stuhr	Weyhe	19.08.1992
1500 m Lauf	4:54,40	Golenia, Christiane	1959	LG Hansa Stuhr	Osterode	01.08.1992
3000 m Lauf	9:48,21	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Hannover	16.07.1989
5000 m Lauf	17:07,6	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Weyhe	06.09.1989
10000 m Lauf	35:25,86	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Verden	29.09.1989
10 km Str.	39:17	Schmökel, Andrea	1963	LC Hansa Stuhr	Jügesheim	19.04.1995
10 km Str. Ma.	2:03:29	LC Hansa Stuhr Schmökel, Andrea (1963); Golenia, Christiane (1959); Drücker, Dörte (1969)			Sottrum	16.05.2003
Halbmarathon	1:25:14	Golenia, Christiane	1959	LG Hansa Stuhr	Bremen	12.09.1993
Halbmarathon Ma.	4:52:18	LC Hansa Stuhr Schröder, Angelika (1968) - 1:30:59; Welp, Angela (1960) - 1:31:06; Kuchinke, Sigrid (1959) - 1:50:13			Lingen	28.08.2005
Marathon	2:46:39	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	Bremen	11.09.1988
Marathon	10:24:38	LG Hansa Stuhr			Bremen	25.09.2005

Ma.		Welp, Angela (1960) - 3:08:43; Schröder, Angelika (1968) - 3:19:25; Seeberg, Petra (1967) - 3:56:30			
100 m Hürden	15,09 *	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Winsen 05.06.2010
4 x 100 m Staffel	49,96 *	StG Brinkum-Barßel-Friedrichs			Zeven 30.08.2020
Hochsprung	1,66	Hartje, Birte	1981	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst 29.05.2011
Weitsprung	5,53 *	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Potsdam 27.08.2010
Dreisprung	8,08 *	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Sulingen 18.08.2018
Kugelstoß	11,84	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst 16.07.2010
Diskuswurf	34,49	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Göttingen 23.06.2019
Hammerwurf	29,21	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Verden 09.06.2021
Speerwurf	39,10	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Bad Oeynhausen 13.06.2011
Gewicht	10,98	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Bremen 22.04.2018
5-Kampf	3.506	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst 05.09.2010
		13,11(-0,4)-5,50(-0,8)-11,34-1,59-2:28,29			
7-Kampf	4.913	Witt, Mareike	1979	LG Delmenhorst/Diepholz	Potsdam 27.09.2010
		15,44(-0,1)-1,57-11,77/26,61(-0,2)-5,53(-0,5)-38,21-2:29,82			28.09.2010

## Seniorinnen W35

100 m Lauf	13,8	Heldenmaier, Selma	1910	TuS Sulingen	Diepholz 07.09.1946
800 m Lauf	2:26,77	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Rheine 24.09.1994
1500 m Lauf	4:53,5	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Unterlüss 13.06.1994
3000 m Lauf	10:47,43	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst 04.06.1994
5000 m Lauf	18:31,6	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Weyhe 15.06.1994
10000 m Lauf	38:19,20	Schmökel, Andrea	1963	LC Hansa Stuhr	Weyhe 03.06.1998
10 km Str.	40:04	Schmökel, Andrea	1963	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich 22.10.2000
Halbmarathon	1:26:06	Schmökel, Andrea	1963	LC Hansa Stuhr	Hannover 05.04.1998
Marathon	3:05:28	Rikken, Sonja	1972	LC Hansa Stuhr	Bremen 19.09.2010
400 m Hürden	69,40	Müller, Imke	1946	LG Huntgau	Hannover 06.06.1984
4 x 100 m Staffel	55,28	StG Brinkum-Barßel-Friedrichs			Oldenburg 24.08.2022
		Voß, Rieke (1984); Gangnus, Jala (1986); Fröhling, Jutta (1981); Nowotny, Silke (1980)			
Hochsprung	1,48	Hartje, Birte	1979	TuS Syke	Verden 16.09.2018
Weitsprung	4,78	Heldenmaier, Selma	1910	TuS Sulingen	Diepholz 07.09.1946
Dreisprung	7,74 *	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Damme 12.06.2022
Kugelstoß	10,45	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Bad Bevensen 14.05.2022
Diskuswurf	32,23	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Ganderkesee 01.05.2022
Hammerwurf	26,13	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Verden 13.06.2022
Speerwurf	35,81	Witt, Mareike	1979	TuS Syke	Lohne 17.09.2017
5-Kampf	1.925	Thomae, Birte	1979	TuS Syke	Hameln 20.08.2017
		14,69(+2,4)-3,69(+2,2)-8,52-1,27-3:16,69			

## Seniorinnen W40

100 m Lauf	14,97	Meyer, Melanie	1976	TuS Syke	Worpswede 01.09.2019
200 m Lauf	31,88 *	Meyer, Melanie	1976	TuS Syke	Delmenhorst 25.06.2019
800 m Lauf	2:55,20	Nowotny, Silke	1980	FTSV Jahn Brinkum	Lage 10.09.2022
1500 m Lauf	5:17,49	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Delmenhorst 21.08.2020
3000 m Lauf	11:34,72	Niemann-Scheffel, Birgit	1964	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich 01.07.2008
5000 m Lauf	19:53,04	Haase, Renate	1950	LG Hansa Stuhr	Bad Oeynhausen 25.08.1990
10000 m Lauf	42:33,7	Haase, Renate	1950	LG Hansa Stuhr	Weyhe 05.05.1993
10 km Str.	39:42	Schmökel, Andrea	1963	LC Hansa Stuhr	Sottrum 16.05.2003
10 km Str.	2:09:43	LC Hansa Stuhr			Otterndorf 11.09.2005
Ma.		Welp, Angela (1960); Schmökel, Andrea (1963); Wehner, Birgit (1961)			
Halbmarathon	1:30:51	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Fulda 07.09.2003
Halbmarathon	4:59:00	LC Hansa Stuhr			Greene 09.09.2006
Ma.		Welp, Angela (1960) - 1:33:38; Stratmann, Angelika (1953) - 1:39:12; Wehner, Birgit (1961) - 1:46:10			
Marathon	3:17:50	Haase, Renate	1950	LG Hansa Stuhr	Bremen 29.04.1990
Marathon	9:57:12	LG Hansa Stuhr			Bremen 29.04.1990
Ma.		Fuchs, Christine (1940); Haase, Renate (1950); Rost, Gabriele (1946)			
Hochsprung	1,40	Schröder, Ute	1958	TSV Asendorf	Sulingen 17.05.1998
Weitsprung	4,20 *	Meyer, Melanie	1976	TuS Syke	Celle 26.05.2019
Kugelstoß	8,51	Fiebig, Heike	1973	TuS Sulingen	Sulingen 26.07.2014
Diskuswurf	25,59	Fiebig, Heike	1973	TuS Sulingen	Sulingen 06.06.2015
Speerwurf	26,85	Fiebig, Heike	1973	TuS Sulingen	Porta Westfalica 20.09.2014
					Nammen

## Seniorinnen W45

100 m Lauf	15,19 *	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Hameln 20.08.2017
800 m Lauf	2:52,13	Richter-Berends, Manuela	1975	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst 24.06.2021
1500 m Lauf	5:28,0	Rost, Gabriele	1946	LG Hansa Stuhr	Weyhe 12.06.1991

3000 m Lauf	11:35,3	Rost, Gabriele	1946	LG Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	08.05.1991
5000 m Lauf	19:59,17	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Neustadt/Rbge.	25.04.2004
10000 m Lauf	42:53,4	Rost, Gabriele	1946	LC Hansa Stuhr	Weyhe	17.05.1995
10 km Str.	41:02	Welp, Angela	1960	LC Hansa Stuhr	Otterndorf	11.09.2005
Halbmarathon	1:31:06	Welp, Angela	1960	LC Hansa Stuhr	Berlin	02.04.2006
Halbmarathon	5:16:20	LC Hansa Stuhr			Bremen	06.09.2009
Ma.		Niemann-Scheffel, Birgit (1964) - 1:34:16; Wehner, Birgit (1961) - 1:46:24; Gaspar-Brandis, Gora (1962) - 1:55:40				
Marathon	3:08:46	Rost, Gabriele	1946	LG Hansa Stuhr	Hannover	21.04.1991
Marathon	13:27:38	LC Hansa Stuhr			Berlin	20.09.2009
Ma.		Gaspar-Brandis, Gorana (1962) - 4:32:47; Hische, Ilsemarie (1959) - 4:41:00; Wehner, Birgit (1961) - 4:13:51				
Hochsprung	1,23	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Sulingen	06.06.2015
Weitsprung	3,42 *	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Hameln	20.08.2017
Kugelstoß	8,53	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Hameln	20.08.2017
Diskuswurf	19,92	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Stuhr-Moordeich	16.09.2017
Speerwurf	22,14	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Stuhr-Moordeich	16.09.2017
5-Kampf	2.030	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Hameln	20.08.2017
		15,19(+1,4)-3,42(+0,6)-8,53-1,23-4:15,41				

## Seniorinnen W50

100 m Lauf	15,12 *	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Zeven	10.07.2021
1500 m Lauf	5:17,7	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Weyhe	12.06.1991
3000 m Lauf	11:13,5	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Weyhe	29.05.1991
5000 m Lauf	19:08,5	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Weyhe	03.07.1991
10000 m Lauf	39:42,3	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	14.09.1991
Stundenlauf	12.624	Stratmann, Angelika	1953	TuS Varrel	Delmenhorst	16.04.2005
10 km Str.	38:08	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Birmingham (GB)	29.08.1992
Halbmarathon	1:30:58	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Bremen	13.09.1992
Halbmarathon	6:01:53	LC Hansa Stuhr			Bremen	06.09.2009
Ma.		Jeske, Ulla (1951) - 2:00:36; Hische, Ilsemarie (1959) - 2:00:36; Stockmeier, Beate (1956) - 2:00:41				
Marathon	3:14:01	Fuchs, Christine	1940	LG Hansa Stuhr	Oelde	27.04.1991
Hammerwurf	33,54	Möde-Meyer, Birgit	1963	SV Heerde	Stadthagen	22.10.2016
Speerwurf	19,46	van den Boom, Petra	1970	TSV Mellinghausen	Zeven	30.08.2020

## Seniorinnen W55

1500 m Lauf	5:55,90	Häfker, Ingrid	1938	LG Hansa Stuhr	Weyhe	13.05.1993
3000 m Lauf	12:26,1	Häfker, Ingrid	1938	LG Hansa Stuhr	Weyhe	08.09.1993
5000 m Lauf	21:27,08	Häfker, Ingrid	1938	LG Hansa Stuhr	Minden	29.08.1993
10000 m Lauf	46:51,0	Baumhöfner, Christa	1931	LG Hansa Stuhr	Schneverdingen	07.05.1989
10 km Str.	44:38	Golenia, Christiane	1959	LC Hansa Stuhr	Neuenkirchen	15.05.2015
Halbmarathon	1:36:33	Häfker, Ingrid	1938	LG Hansa Stuhr	Bremen	12.09.1993
Marathon	4:44:54	Jeske, Anke	1963	SC Weyhe	Oldenburg	21.10.2018
10km Str.Gehen	01:11:30	Häfker, Ingrid	1938	LC Hansa Stuhr	Kaiserslautern	31.03.1996

## Seniorinnen W60

10 km Str.	48:26	Schneider, Selma	1947	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	14.09.2008
Halbmarathon	1:48:28	Schneider, Selma	1947	LC Hansa Stuhr	Cuxhaven	05.04.2009
Marathon	4:12:55	Schneider, Selma	1947	LC Hansa Stuhr	Hannover	03.05.2009
5000 m Bahng.	32:56,0	Häfker, Ingrid	1938	LC Hansa Stuhr	Hannover	07.06.1998

## Seniorinnen W75

10 km Str.	63:20	Fuchs, Christine	1940	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	08.03.2015
Halbmarathon	2:13:50	Fuchs, Christine	1940	LC Hansa Stuhr	Hannover	10.04.2016