

## Bestenliste der LG Rhein-Wied 2013

### Männer

100 m	10,75 (0,9)	Marcel Kirstges	91	01.09.	Völklingen	
	10,81 (0,8)	Kai Kazmirek	91	11.07.	Tampere/FIN	
	11,13 (0,0)	Daniel Roos	90	04.09.	Lübeck	
	11,44 (0,1)	Carsten Becker	88	06.07.	Heidesheim	
	11,46 (-0,1)	Tom Große	92	28.09.	Betzdorf	
	12,70 (0,1)	Markus Paquée	75	16.10.	Porto Alegre/BRA	
	200 m	21,59 (0,0)	Marcel Kirstges	91	28.08.	Friedberg
		22,35 (-1,5)	Daniel Roos	90	10.08.	Kreuztal
		22,74 (0,8)	Tom Große	92	21.09.	Dierdorf
		23,18 (0,5)	Carsten Becker	88	05.06.	Pfungstadt
25,76 (-0,1)		Markus Paquée	75	30.06.	Bad Neuenahr-A	
29,01 (-0,6)		Jürgen Prechtel	61	06.09.	Urmitz.	
400 m	46,98	Kai Kazmirek	91	11.07.	Tampere/FIN	
	49,46	Daniel Roos	90	09.05.	Kaiserslautern	
	52,12	Tom Große	92	28.09.	Betzdorf	
	53,13	Carsten Becker	88	24.08.	Lage	
	57,93	Markus Paquée	75	16.10.	Porto Alegre/BRA	
	63,54	Jürgen Dolate	64	06.09.	Urmitz	
	78,65	Hans-Albert Still	38	30.06.	Bad Neuenahr-A.	
800 m	2:17,97	Jürgen Dolate	64	27.04.	Bad N-A	
	2:40,22	Volker Kirchesch	53	30.05.	Diez	
	2:59,69	Hans-Albert Still	38	30.06.	Bad Neuenahr-A.	
1000 m	2:57,50	Jürgen Dolate	64	07.06.	Troisdorf	
1500 m	4:34,46	Kai Kazmirek	91	12.07.	Tampere/FIN	
	4:43,62	Jürgen Dolate	64	14.06.	Troisdorf	
	4:45,41	Tom Große	92	21.09.	Dierdorf	
	5:06,66	Patrick Küpper	68	13.04.	Bad Neuenahr-A.	
	5:07,01	Carsten Becker	88	07.07.	Heidesheim	
	5:08,86	Markus Paquée	75	17.10.	Porto Alegre/BRA	
	5:48,22	Jürgen Prechtel	61	28.09.	Nieder-Olm	
	6:11,67	Hans-Albert Still	38	30.06.	Bad Neuenahr-A.	
	6:22,94	Peter Pinger	49	30.06.	Bad Neuenahr-A.	
	3000 m	13:25,15	Hans-Albert Still	38	06.09.	Urmitz
		14:03,10	Peter Pinger	49	26.04.	Emmelshausen
	5000 m	17:19,49	Stefan Pulger	66	30.06.	Bad Neuenahr-A.
		18:33,42	Steven Kuppert	82	15.05.	Mayen
10 km	35:19	Ingo Neumann	71	17.03.	Urmitz	
	35:22	Stefan Pulger	66	13.07.	Niederbreitbach	
	36:04	Markus Bielen	69	17.03.	Urmitz	
	36:27	Johannes Miller		06.10.	Weißenthurm	
	37:26	Eckhard Rüth	66	17.03.	Urmitz	
	39:04	Manuel Becker	91	13.07.	Niederbreitbach	
	39:16	Rudi Dürksen	56	17.03.	Urmitz	
	39:43	Holger Nickolaus	65	29.09.	Polch	
	39:55	Patrick Küpper	68	17.03.	Urmitz	
	42:24	Steven Schellert	91	17.03.	Urmitz	
	42:32	Matthias Gröber	93	17.03.	Urmitz	
	55:49	Peter Pinger	49	11.05.	Bad Ems	
	10 km-Mannschaft	1:47:17			17.03.	Urmitz
			Neumann 35:19, Pulger 35:54, Bielen 36:04			
		1:56:37			17.03.	Urmitz
		Rüth 37:26, Dürksen 39:16, Küpper 39:55				
	2:07:03			17.03.	Urmitz	
	Becker 42:07, Schellert 42:24, Gröber 42:32					
Halbmarathon	1:15:50	Moritz Beinlich	96	14.09.	Weitersburg	
	1:19:40	Ingo Neumann	71	14.04.	Refrath	
	1:20:59	Markus Bielen	69	14.04.	Refrath	
	1:21:27	Stefan Pulger	66	14.04.	Refrath	

	1:21:54	Marc Sülzen	71	14.04.	Refrath
	1:28:34	Rudi Dürksen	56	14.04.	Bonn
Halbmarathon-M.	4:02:06			14.04.	Refrath
	Neumann 1:19:40, Bielen 1:20:59, Pulger 1:21:27				
Marathon	3:15:17	Holger Nickolaus	65	03.10.	Waldbreitbach
110 m Hürden	14,26 (-0,4)	Kai Kazmirek	91	09.05.	Kaiserslautern
	15,67 (0,8)	Carsten Becker	88	07.07.	Heidesheim
	15,80 (-0,2)	Tom Große	92	01.09.	Hachenburg
	16,19 (1,7)	Markus Paquée	75	12.07.	Mönchen-Gl.
	16,46 (0,0)	Tom Große	92	29.09.	Betzdorf
400 m Hürden	53,08	Daniel Roos	90	05.09.	Lübeck
Hochsprung	2,09	Kai Kazmirek	91	15.06.	Ratingen
	1,84	Carsten Becker	88	06.07.	Heidesheim
	1,75	Markus Paquée	75	30.06.	Bad N-A
	1,72	Tom Große	92	01.09.	Hachenburg
	1,45	Dieter Lösch	58	06.09.	Urmitz
Stabhochsprung	5,20	Kai Kazmirek	91	12.07.	Tampere/FIN
	4,10	Tom Große	92	29.09.	Betzdorf
	3,30	Carsten Becker	88	25.08.	Lage
	3,20	Dieter Lösch	58	13.07.	Mönchen-Gl.
	3,00	Markus Paquée	75	17.10.	Porto Alegre/BRA
Weitsprung	7,58 (-1,3)	Kai Kazmirek	91	11.07.	Tampere/FIN
	7,48 (1,1)	Marcel Kirstges	91	02.08.	Weinheim
	6,77 (1,5)	Tom Große	92	21.09.	Dierdorf
	6,34 (-1,0)	Carsten Becker	88	06.07.	Heidesheim
	5,83 (0,0)	Markus Paquée	75	06.09.	Urmitz
	5,00 (0,0)	Jürgen Prechtel	61	06.09.	Urmitz
Kugelstoßen	13,65	Kai Kazmirek	91	25.05.	Götzis/AUT
	13,12	Carsten Becker	88	24.08.	Lage
	12,13	Tom Große	92	06.09.	Urmitz
	9,94	Markus Paquée	75	16.10.	Porto Alegre/BRA
Diskuswurf	47,60	Philipp Müller	87	04.07.	Koblenz
	44,77	Kai Kazmirek	91	12.07.	Tampere/FIN
	43,36	Carsten Becker	88	07.07.	Heidesheim
	37,33	Tom Große	92	15.09.	Koblenz
	30,83	Markus Paquée	75	15.09.	Koblenz
Speerwurf	59,09	Kai Kazmirek	91	20.04.	Bad Ems
	58,42	Carsten Becker	88	07.07.	Heidesheim
	51,85	Tom Große	92	01.09.	Hachenburg
	51,51	Markus Paquée	75	17.10.	Porto Alegre/BRA
	47,69	Julian Haupt	91	04.07.	Koblenz
Fünfkampf	3409	Tom Große	92	21.09.	Dierdorf
		6,77-49,96-22,74-36,99-4:45,41			
	3112	Carsten Becker	88	21.09.	Dierdorf
		5,84-52,87-23,21-39,02-5:07,43			
	1672	Jürgen Prechtel	61	28.09.	Nieder-Olm
		4,67-29,74-29,14-28,66-5:48,22			
Zehnkampf	8366	Kai Kazmirek	91	11/12.07.	Tampere/FIN
		10,81-7,58-13,09-2,07-46,98-14,35-44,77-5,20-52,69-4:34,46			
	6440	Carsten Becker	88	06/07.07.	Heidesheim
		11,44-6,34-12,73-1,84-55,37-15,67-43,36-3,10-58,42-5:07:01			
	6356	Tom Große	92	28/29.9.	Betzdorf
		11,46-6,62-11,46-1,72-52,12-16,46-35,07-4,10-47,84-4:58,61			
	5104	Markus Paquée	75	16/17.10.	Porto Alegre/BRA
		12,70-5,69-9,94-1,72-57,93-16,40-25,10-3,00-51,51-5:08,86			
MJ U 20					
100 m	12,36 (1,2)	Dario Baum	95	29.09.	Bad Kreuznach

200 m	25,96 (1,8)	Dario Baum	95	29.09.	Bad Kreuznach
4 x 400 m	3:36,00			08.09.	Neuwied
		Karstens, Beinlich, Buchholz, Christoffel			
Hochsprung	1,76	Dennis Trottnner	95	06.09.	Urmitz
Weitsprung	4,84 (0,0)	Dario Baum	95	06.09.	Urmitz
<b>MJ U 18</b>					
100 m	11,99 (-1,8)	Gian-Luca Buchholz	97	06.07.	Daun
	12,08 (1,8)	Marvin Karstens	97	28.09.	Betzdorf
	12,24 (0,5)	Marcel Rasbach	97	25.05.	Trier
	12,41 (-0,7)	Jonas Neffgen	97	06.07.	Daun
	12,50 (-2,3)	Fabian Christoffel	96	06.09.	Urmitz
	12,77 (0,5)	Florian Stein	97	27.04.	Bad N-A
	13,21 (-1,8)	Justin Lösch	96	06.07.	Daun
200 m	24,02 (0,0)	Gian-Luca Buchholz	97	01.06.	Bad Ems
	24,51 (0,0)	Marcel Rasbach	97	01.06.	Bad Ems
	24,67 (0,0)	Fabian Christoffel	96	01.06.	Bad Ems
	24,96 (0,0)	Jonas Neffgen	97	01.06.	Bad Ems
400 m	52,52	Gian-Luca Buchholz	97	25.05.	Trier
	53,43	Marvin Karstens	97	01.06.	Bad Ems
	54,98	Fabian Christoffel	96	08.06.	Ingelheim
	57;28	Justin Lösch	96	13.04.	Bad Neuenahr-A.
	59,16	Jonas Neffgen	97	06.07.	Daun
	59,25	Florian Stein	97	06.07.	Daun
800 m	1:58,01	Moritz Beinlich	96	01.06.	Bad Ems
	2:02,83	Marvin Karstens	97	13.06.	Koblenz
	2:07,30	Yannick Pütz	97	06.09.	Schweich
1000 m	2:45,18	Yannick Pütz	97	19.10.	Bad N-A
1500 m	3:57,08	Moritz Beinlich	96	08.06.	Ingelheim
	4:23,09	Marvin Karstens	97	22.06.	Landau
	4:26,16	Yannick Pütz	97	27.09.	Bitburg
	4:52,03	Fabian Christoffel	96	07.07.	Daun
	5:14,24	Gian-Luca Buchholz	97	07.07.	Daun
	5:57,07	Jonas Neffgen	97	07.07.	Daun
3000 m	8:26,67	Moritz Beinlich	96	22.06.	Schweinfurt
	9:44,87	Yannick Pütz	97	08.06.	Ingelheim
5000 m	14:53,63	Moritz Beinlich	96	15.05.	Koblenz
	17:01,58	Yannick Pütz	97	13.09.	Trier
10 km	31:58	Moritz Beinlich	96	17.03.	Urmitz
	37:45	Yannick Pütz	97	30.06.	Trier
110 m Hürden	16,16 (0,0)	Jonas Neffgen	97	25.05.	Trier
	17,31 (0,6)	Gian-Luca Buchholz	97	07.07.	Daun
	18,58 (-2,2)	Fabian Christoffel	96	07.07.	Daun
4 x 100 m	46,36			25.05.	Trier
		Christoffel, Buchholz, Neffgen, Rasbach			
3 x 1000 m	8:31,55			24.04.	Wittlich
		Lösch, Pütz, Beinlich			
Hochsprung	1,80	Rustam Omarov	96	13.06.	Koblenz
	1,80	Gian-Luca Buchholz	97	06.07.	Daun
	1,65	Jonas Neffgen	97	01.06.	Bad Ems
	1,59	Fabian Christoffel	96	06.07.	Daun
	1,52	Marvin Karstens	97	28.09.	Betzdorf
	1,44	Florian Stein	97	06.07.	Daun
	1,32	Justin Lösch	96	06.07.	Daun
Stabhochsprung	3,30	Justin Lösch	96	08.06.	Ingelheim
	2,50	Gian-Luca Buchholz	97	07.07.	Daun
	2,40	Fabian Christoffel	96	07.07.	Daun
	2,40	Jonas Neffgen	97	07.07.	Daun
Weitsprung	5,88 (0,0)	Gian-Luca Buchholz	97	04.05.	Dierdorf
	5,68 (0,0)	Florian Stein	97	06.07.	Daun
	5,58 (0,0)	Marcel Rasbach	97	06.09.	Urmitz

	5,26 (0,0)	Fabian Christoffel	97	06.09.	Urmitz
	5,25(0,0)	Justin Lösch	96	04.05.	Dierdorf
	5,14 (1,6)	Jonas Neffgen	97	06.07.	Daun
	4,96 (0,0)	Marvin Karstens	97	28.09.	Betzdorf
Kugelstoßen	11,15	Fabian Christoffel	96	06.07.	Daun
	9,48	Florian Stein	97	06.07.	Daun
	9,13	Gian-Luca Buchholz	97	06.07.	Daun
	9,09	Marvin Karstens	97	28.09.	Betzdorf
	8,47	Jonas Neffgen	97	06.07.	Daun
Diskuswurf	35,86	Justin Lösch	96	15.09.	Koblenz
	32,72	Fabian Christoffel	96	07.07.	Daun
	23,02	Jonas Neffgen	97	07.07.	Daun
	20,38	Gian-Luca Buchholz	97	07.07.	Daun
Speerwurf	45,59	Fabian Christoffel	96	07.07.	Daun
	40,46	Justin Lösch	96	01.09.	Hachenburg
	40,28	Gian-Luca Buchholz	97	04.05.	Dierdorf
	38,57	Rustam Omarov	96	13.06.	Koblenz
	25,40	Jonas Neffgen	97	04.05.	Dierdorf
Fünfkampf	2822	Gian-Luca Buchholz	97	06.07.	Daun
		11,99-5,42-9,13-1,80-53,92			
	2435	Marvin Karstens	97	28.09.	Betzdorf
		12,08-4,96-9,09-1,52-55,21			
	2417	Fabian Christoffel	96	06.07.	Daun
		12,82-4,78-11,15-1,59-55,86			
	2322	Jonas Neffgen	97	06.07.	Daun
		12,41-5,14-8,47-1,65-59,16			
	2254	Florian Stein	97	06.07.	Daun
		12,83-5,68-9,48-1,44-59,25			
Zehnkampf	4857	Gian-Luca Buchholz	97	06/07.07.	Daun
		11,99-5,42-9,13-1,80-53,92-17,31-20,38-2,50-39,91-5:14,24			
	4755	Fabian Christoffel	96	06/07.07.	Daun
		12,82-4,78-11,15-1,59-55,86-18,58-32,72-2,40-45,59-4:52,03			
	4068	Jonas Neffgen	97	06/07.07.	Daun
		12,41-5,14-8,47-1,65-59,16-16,39-23,02-2,40-25,16-5:57,07			
Zehnkampf-Mannschaft	13680	Buchholz 4857, Christoffel 4755, Neffgen 4068		06/07.07.	Daun
<b>M 15</b>					
100 m	12,45 (0,1)	Tim Henning Becker	98	0.06.	Bad Ems
	12,71 (0,3)	Maxim Tscherkaschin	98	28.09.	Betzdorf
1000 m	3:13,40	Tim Henning Becker	98	07.07.	Daun
80 m Hürden	12,31 (0,4)	Tim Henning Becker	98	07.07.	Daun
Hochsprung	1,64	Tim Henning Becker	98	13.06.	Koblenz
	1,48	Maxim Tscherkaschin	98	28.09.	Betzdorf
Stabhochsprung	2,30	Tim Henning Becker	98	07.07.	Daun
Weitsprung	5,46 (0,0)	Tim Henning Becker	98	22.06.	Landau
	4,69	Maxim Tscherkaschin	98	29.06.	Ochtendung
Kugelstoßen	12,38	Maxim Tscherkaschin	98	28.09.	Betzdorf
	10,60	Tim Henning Becker	98	06.07.	Daun
Diskuswurf	28,35	Tim Henning Becker	98	01.06.	Bad Ems
Speerwurf	28,91	Tim Henning Becker	98	07.07.	Daun
Vierkampf	2014	Maxim Tscherkaschin	98	28.09.	Betzdorf
		12,71-4,65-1,48-12,38			
Neunkampf	4435	Tim-Henning Becker	98	06.07.	Daun
		12,64-5,40-10,60-1,56-12,31-24,12-2,30-28,91-3:13,40			
Block Sprint/Sprung	2446	Tim Henning Becker	98	26.05.	Hamm
		13,44-12,94-5,21-1,52-28,74			

## M 14

Hochsprung	1,28	Silas Jung	99	01.09.	Hachenburg
Kugelstoßen	5,37	Silas Jung	99	01.09.	Hachenburg

## M 13

75 m	9,84	Lukas Jäger	00	01.09.	Hachenburg
	9,98	Nils Dreidoppel	00	21.09.	Dierdorf
	10,55	Maximilian Emmert	00	21.09.	Dierdorf
	10,82	Daniel Schütz	00	29.06.	Ochtendung
	10,87	Leonhard Emmert	00	21.09.	Dierdorf
	10,87	Jonathan Neffgen	00	21.09.	Dierdorf
800 m	2:30,74	Lukas Jäger	00	06.07.	Daun
	2:32,55	Jonathan Neffgen	00	14.09.	Ingelheim
	2:45,58	Maximilian Emmert	00	29.06.	Ochtendung
	3:02,10	Nils Dreidoppel	00	06.07.	Daun
2000 m	7:39,84	Jonathan Neffgen	00	15.06.	Dierdorf
	7:49,99	Lukas Jäger	00	26.05.	Hamm
	8:57,13	Nils Dreidoppel	00	15.06.	Dierdorf
60 m Hürden	10,02	Lukas Jäger	00	01.09.	Hachenburg
	10,62	Jonathan Neffgen	00	01.09.	Hachenburg
	10,79	Nils Dreidoppel	00	01.09.	Hachenburg
4 x 75 m	39,28			21.09.	Dierdorf
	43,33	Dreidoppel, Neffgen, Emmert, Jäger			21.09.
Hochsprung	1,48	Roos, Emmert L., Driouche, Luedtke			
	1,36	Lukas Jäger	00	01.09.	Hachenburg
	1,32	Nils Dreidoppel	00	01.09.	Hachenburg
Weitsprung	5,15	Jonathan Neffgen	00	04.05.	Dierdorf
	4,98	Lukas Jäger	00	08.09.	Neuwied
	4,89	Jonathan Neffgen	00	21.09.	Dierdorf
	4,02	Nils Dreidoppel	00	06.07.	Daun
	3,52	Maximilian Emmert	00	29.06.	Ochtendung
Kugelstoßen	10,23	Leonard Emmert	00	29.06.	Ochtendung
	9,67	Lukas Jäger	00	08.09.	Neuwied
	9,44	Daniel Schütz	00	29.06.	Ochtendung
	8,24	Nils Dreidoppel	00	01.09.	Hachenburg
	8,11	Lukas Jäger	00	20.04.	Bad Ems
Speerwurf	36,31	Jonathan Neffgen	00	08.09.	Neuwied
	35,36	Lukas Jäger	00	08.09.	Neuwied
	22,20	Nils Dreidoppel	00	08.09.	Neuwied
Ballwurf 200 g	56,00	Jonathan Neffgen	00	08.09.	Neuwied
	47,00	Nils Dreidoppel	00	21.09.	Dierdorf
	39,50	Lukas Jäger	00	21.09.	Dierdorf
	36,50	Daniel Schütz	00	29.06.	Ochtendung
	34,00	Jonathan Neffgen	00	06.07.	Daun
	34,00	Leonhard Emmert	00	21.09.	Dierdorf
Dreikampf	1367	Maximilian Emmert	00	21.09.	Dierdorf
		Nils Dreidoppel	00	06.07.	Daun
	1349	10,41-4,89-50,50			
		Lukas Jäger	00	06.07.	Daun
Block Basis	2164	10,47-5,12-44,50			
	2103	Jonathan Neffgen	00	06.07.	Daun
	1992	11,30-4,49-36,50			
		Lukas Jäger	00	26.05.	Hamm
DSMM Gr. 3		10,65-10,47-4,94-38,00-7:49,99			
	3853	Nils Dreidoppel	00	15.06.	Dierdorf
		10,22-10,85-4,59-47,00-8:57,13			
	Jonathan Neffgen	00	15.06.	Dierdorf	
	11,02-11,03-4,32-33,00-7:39,84				
				21.09.	Dierdorf

## M 12

75 m	11,19	Fabian Luedtke	01	21.09.	Dierdorf
	11,89	Amin Driouche	01	21.09.	Dierdorf
	13,46	Leon Hohnen	01	08.09.	Neuwied
800 m	2:47,68	Lennart Roos	01	06.07.	Daun
Weitsprung	4,16	Lennart Roos	01	21.09.	Dierdorf
	4,03	Fabian Luedtke	01	08.09.	Neuwied
	3,87	Amin Driouche	01	21.09.	Dierdorf
	3,18	Leon Hohnen	01	08.09.	Neuwied
Kugelstoßen	3,72	Leon Hohnen	01	08.09.	Neuwied
Ball 200 g	39,50	Fabian Luedtke	01	21.09.	Dierdorf
	32,50	Lennart Roos	01	06.07.	Daun
Dreikampf	1084	Lennart Roos	01	06.07.	Daun
		11,12-3,96-32,50			

## M 11

50 m	7,83	Timo Middelkamp	02	15.06.	Dierdorf
Weitsprung	4,27	Timo Middelkamp	02	08.09.	Neuwied
	3,52	Luke Hammer	02	29.06.	Ochtendung
Schlagballwurf	35,50	Timo Middelkamp	02	15.06.	Dierdorf

## M 10

50 m	8,39	Leon Weber	03	08.09.	Neuwied
	8,55	Thomas Engers	03	08.09.	Neuwied
	8,99	Brian Penner	03	29.06.	Ochtendung
	8,99	Stanley Penner	03	29.06.	Ochtendung
	8,99	Linus Wirtz	03	08.09.	Neuwied
	9,08	Oskar Niederhausen	03	15.06.	Dierdorf
Weitsprung	3,65	Leon Weber	03	15.06.	Dierdorf
	3,18	Thomas Engers	03	08.09.	Neuwied
	2,90	Oskar Niederhausen	03	15.06.	Dierdorf
	2,68	Linus Wirtz	03	08.09.	Neuwied
Schlagballwurf	33,00	Leon Weber	03	08.09.	Neuwied
	26,00	Brian Penner	03	29.06.	Ochtendung
	25,00	Stanley Penner	03	29.06.	Ochtendung
	25,00	Thomas Engers	03	08.09.	Neuwied
	21,00	Linus Wirtz	03	08.09.	Neuwied
	17,00	Oskar Niederhausen	03	15.06.	Dierdorf
Kinder-LA		Matthias Kirst			
		Thomas Engers			

## M 9

50 m	9,78	Jarno Grünewald	04	08.09.	Neuwied
Weitsprung	2,56	Jarno Grünewald	04	08.09.	Neuwied
Schlagballwurf	12,00	Jarno Grünewald	04	08.09.	Neuwied

## M 8

50 m	9,27	Simon Emmert	05	15.06.	Dierdorf
	9,92	Laurin Wirtz	05	08.09.	Neuwied
	10,92	Dennis Reinus	05	08.09.	Neuwied
800 m	3:39,24	Simon Emmert	05	15.06.	Dierdorf
Weitsprung	2,81	Simon Emmert	05	15.06.	Dierdorf
	2,50	Dennis Reinus	05	08.09.	Neuwied
	2,47	Laurin Wirtz	05	08.09.	Neuwied
Schlagballwurf	15,00	Simon Emmert	05	08.09.	Neuwied
	14,50	Laurin Wirtz	05	08.09.	Neuwied
	13,50	Dennis Reinus	05	08.09.	Neuwied

## Frauen

100 m	12,14 (1,2)	Friederike Reher	91	08.06.	Ingelheim
	12,67 (-0,4)	Rebekka Kramer	87	04.08.	Schiffingen

	13,28 (-1,0)	Katrin Wöhlken	92	01.09.	Völklingen
	13,32 (0,0)	Julia Wehr	87	10.08.	Kreuztal
	14,29 (-0,5)	Heike Fergen	79	30.06.	Bad Neuenahr-A.
	14,99 (0,0)	Gabi Horwedel	57	30.06.	Bad Neuenahr-A
200 m	25,69 (0,3)	Rebekka Kramer	87	0408	Schifflingen.
	27,71 (1,7)	Luzie Schmitt	71	14.07.	Mönchen-Gl.
	28,21 (-0,5)	Katrin Wöhlken	92	07.09.	Wetzlar
	28,60 (0,0)	Nina Maur	86	06.07.	Daun
	30,57 (0,2)	Heike Fergen	79	30.06.	Bad Neuenahr-A.
	32,77 (1,8)	Gabi Horwedel	57	02.06.	Mayen
400 m	60,63	Rebekka Kramer	87	25.05.	Trier
	61,67	Natalie Blechschmidt	93	12.06.	Wiesbaden
	62,37	Luzie Schmitt	71	13.07.	Mönchen-Gl.
	62,59	Katrin Wöhlken	92	06.09.	Schweich
800 m	2:23,16	Katrin Wöhlken	92	10.08.	Kreuztal
	2:23,94	Natalie Blechschmidt	93	28.08.	Wiesbaden
	2:43,05	Nina Maur	86	07.07.	Daun
3000 m	10:09,71	Linda Betzler	92	09.05.	Kaiserslautern
5000 m	17:20,52	Linda Betzler	92	15.06.	Göttingen
10 km	36:22	Linda Betzler	92	09.11.	Langsur
	46:24	Brigitte Knopp	58	17.03.	Urmitz
100 m Hürden	16,00 (0,4)	Nina Maur	86	06.07.	Daun
4 x 100 m	49,70			25.05.	Trier
		Reher, A.Zündorf, Kramer, Theisen		24.04.	Wittlich
4 x 400 m	4:11,69			24.04.	Wittlich
		Theisen, Zündorf, Zündorf, Wöhlken		24.04.	Wittlich
3 x 800 m	7:21,65			24.04.	Wittlich
		Blechschmidt, Wöhlken, Betzler			
5000 m Gehen	31:38,33	Ilona Kirchesch	58	22.06.	Jüterbog
5 km Gehen	30:24	Ilona Kirchesch	58	23.03.	San Sebastian/SPA
10 km Gehen	1:02:08	Ilona Kirchesch	58	07.04.	Ahlen
20 km Gehen	2:14:29	Ilona Kirchesch	58	28.04.	Naumburg
Hochsprung	1,50	Nina Maur	86	06.07.	Daun
Weitsprung	4,91 (0,4)	Nina Maur	86	07.07.	Daun
Kugelstoßen	10,06	Nina Maur	86	25.05.	Trier
	9,48	Annika Schmitt	83	15,09	Koblentz
Speerwurf	27,30	Nina Maur	86	07.07.	Daun
Siebenkampf	3927	Nina Maur	86	06/07.07.	Daun
		16,00-1,50-9,69-28,60-4,91-27,30-2:43,05			
<b>WJ U 20</b>					
100 m	13,13 (0,6)	Anna Mettler	95	29.09.	Bad Kreuznach
	13,44 (-0,4)	Isabelle Zündorf	94	22.06.	Landau
200 m	26,99 (1,7)	Anna Mettler	95	29.09.	Bad Kreuznach
	27,23 (0,0)	Isabelle Zündorf	94	22.06.	Landau
10 km	49:19	Franziska Malburg	95	17.03.	Urmitz
400 m Hürden	72,11	Isabelle Zündorf	94	01.06.	Bad Ems
4 x 100 m	51,70			01.06.	Bad Ems
		Ehlscheid, Zündorf, Zündorf, Theisen		01.05.	Mainz
4 x 400 m	4:05,54			01.05.	Mainz
		Theisen, Zündorf, Zündorf, Selas			
Weitsprung	4,52 (1,3)	Isabelle Zündorf	94	19.05.	Selters
Kugelstoßen	10,93	Sophia Hübner	96	01.06.	Bad Ems
	7,30	Isabelle Zündorf	94	27.04.	Bad N-A
Speerwurf	40,15	Sophia Hübner	96	01.06.	Bad Ems
	37,98	Jana Löhndorf	95	25.05.	Trier
<b>WJ U 18</b>					
100 m	13,12 (-0,4)	Alexandra Zündorf	96	25.05.	Trier
	13,33 (0,9)	Anna-Lena Theisen	97	31.08.	Kirn
	13,58 (1,0)	Melanie Ehlscheid	96	08.06.	Ingelheim
	14,06 (0,4)	Wiebke Elberskirch	96	01.06.	Bad Ems

	14,33 (1,7)	Alena Strüder	97	08.06.	Ingelheim
	14,66 (-0,4)	Lara Niggemann	97	01.06.	Bad Ems
	14,85 (1,3)	Anna-Sophia Patscheider	97	28.09.	Betzdorf
200 m	26,82 (-0,2)	Alexandra Zündorf	96	25.05.	Trier
	27,22 (-0,3)	Anna-Lena Theisen	97	25.05.	Trier
	28,99 (-0,7)	Jasmin Brubach	98	06.09.	Urmitz
	29,03 (0,0)	Annika Schmitt	98	08.06.	Ingelheim
	29,85 (-0,2)	Wiebke Elberskirch	96	01.06.	Bad Ems
	30,11 (-0,7)	Lara Niggemann	97	06.09.	Urmitz
400 m	60,33	Anna-Lena Theisen	97	25.05.	Trier
	69,81	Lara Niggemann	97	01.06.	Bad Ems
800 m	2:15,93	Anna-Lena Theisen	97	08.06.	Ingelheim
	3:00,15	Anna-Sophia Patscheider	97	29.09.	Betzdorf
1500 m	4:55,59	Anna-Lena Theisen	97	14.09.	Bernkastel-Kues
100 m Hürden	16,72 (1,3)	Anna-Sophia Patscheider	97	28.09.	Betzdorf
4 x 100 m	52,54			08.06.	Ingelheim
		Ehlscheid, Zündorf, Schmitt, Theisen			
Hochsprung	1,60	Anna-Sophia Patscheider	97	28.09.	Betzdorf
	1,52	Julia Walderich	97	13.06.	Koblenz
	1,48	Alexandra Zündorf	96	13.06.	Koblenz
	1,45	Melanie Ehlscheid	96	08.06.	Ingelheim
Weitsprung	5,04 (0,8)	Anna-Lena Theisen	97	13.06.	Koblenz
	4,73 (0,0)	Anna-Sophia Patscheider	97	29.09.	Betzdorf
	4,70 (0,5)	Alexandra Zündorf	96	19.05.	Selters
	4,45 (0,0)	Melanie Ehlscheid	96	22.06.	Landau
	3,79 (0,0)	Lara Niggemann	97	22.06.	Landau
	3,54 (0,0)	Alena Strüder	97	01.06.	Bad Ems
Kugelstoßen	13,27	Sophia Hübner	96	08.06.	Ingelheim
	10,39	Julia Walderich	97	13.06.	Koblenz
	9,11	Alexandra Zündorf	96	27.04.	Bad N-A
	8,68	Anna-Sophia Patscheider	97	28.09.	Betzdorf
	6,36	Alena Strüder	97	08.06.	Ingelheim
Speerwurf	43,46	Sophia Hübner	96	04.09.	Westerburg
	27,08	Julia Walderich	97	13.06.	Koblenz
	26,71	Anna-Sophia Patscheider	97	29.09.	Betzdorf
Vierkampf	2285	Anna-Sophia Patscheider	97	28.09.	Betzdorf
		16,72-1,60-8,68-14,85			
Siebenkampf	3550	Anna-Sophia Patscheider	97	28/29.9.	Betzdorf
		16,72-1,60-8,68-14,85-4,73-26,71-3:00,15			
<b>W 15</b>					
100 m	13,66 (1,4)	Jasmin Brubach	98	01.06.	Bad Ems
	13,95 (0,4)	Annika Schmitt	98	21.09.	Dierdorf
	14,87 (1,3)	Lara Neuroth	98	21.09.	Dierdorf
300 m	46,17	Jasmin Brubach	98	22.06.	Landau
	47,24	Annika Schmitt	98	28.09.	Bonn
800 m	2:43,10	Jasmin Brubach	98	21.09.	Dierdorf
300 m Hürden	52,37	Annika Schmitt	98	08.09.	Neuwied
4 x 100 m	54,83			21.09.	Dierdorf
		Schmitt, Brubach, Roos, Neuroth			
Weitsprung	4,20 (0,8)	Jasmin Brubach	98	27.04.	Bad N-A
	4,18 (0,5)	Annika Schmitt	98	27.04.	Bad N-A
Kugelstoßen	7,65	Lara Neuroth	98	21.09.	Dierdorf
DSMM Gr. 3	4517			21.09.	Dierdorf
<b>W 14</b>					
100 m	14,54	Paula Roos	99	01.09.	Hachenburg
	15,55	Annalena Otto	99	01.09.	Hachenburg
	15,71	Lea Axmann	99	01.09.	Hachenburg
300 m	48,77	Paula Roos	99	01.09.	Hachenburg
800	2:29,42	Franziska Rennecke	99	21.09.	Dierdorf
	3:10,66	Lea Axmann	99	01.09.	Hachenburg
2000 m	7:16,69	Franziska Rennecke	99	22.06.	Landau



5 km	21:59	Franziska Rennecke	99	17.03.	Urmitz
Hochsprung	1,16	Lea Axmann	99	01.09.	Hachenburg
Weitsprung	4,02 (0,2)	Paula Roos	99	21.09.	Dierdorf
	3,92 (0,0)	Annalena Otto	99	21.09.	Dierdorf
Kugelstoßen	6,51	Paula Roos	99	21.09.	Dierdorf
	6,46	Annalena Otto	99	01.09.	Hachenburg

### W 13

75 m	10,60	Linda Zeitz	00	21.09.	Dierdorf
	11,54	Lina Fliegel	00	08.09.	Neuwied
	11,57	Hannah Brog	00	21.09.	Dierdorf
	12,19	Lea Jonat	00	04.05.	Mayen
800 m	2:40,22	Linda Zeitz	00	06.07.	Daun
60 m Hürden	12,58	Hannah Brog	00	01.09.	Hachenburg
4 x 75 m	43,05			21.09.	Dierdorf
	43,51	Sinzig, Rollepatz, Günther, Brog		21.09.	Dierdorf
		Zeitz, Patscheider, Lüddemann, Marlewski			

Hochsprung	1,21	Hannah Brog	00	04.05.	Dierdorf
Weitsprung	4,16	Linda Zeitz	00	08.09.	Neuwied
	4,01	Tanja Marlewski	00	21.09.	Dierdorf
	3,86	Hannah Brog	00	21.09.	Dierdorf
	3,38	Lea Jonat	00	04.05.	Mayen
Kugelstoßen	6,40	Hannah Brog	00	01.09.	Hachenburg
Ballwurf 200 g	29,50	Tanja Marlewski	00	21.09.	Dierdorf
	29,00	Linda Zeitz	00	06.07.	Daun
	25,00	Hannah Brog	00	04.05.	Dierdorf
	21,50	Lea Jonat	00	04.05.	Mayen
Dreikampf	1270	Linda Zeitz	00	06.07.	Daun
	994	10,75-4,01-29,00 Lea Jonat	00	04.05.	Mayen
DSMM, Gr. 3	3452	12,19-3,38-21,50		21.09.	Dierdorf
	3360			21.09.	Dierdorf

### W 12

75 m	10,73	Nina Sinzig	01	06.07.	Daun
	11,25	Marie Lüddemann	01	29.06.	Ochtendung
	11,41	Emma Rollepatz	02	21.09.	Dierdorf
	11,49	Marijke Günther	01	15.06.	Dierdorf
	11,69	Theresa Patscheider	01	15.06.	Dierdorf
	12,39	Edda Fuchs	01	04.05.	Dierdorf
	12,48	Nilda Macar	02	04.05.	Dierdorf
	12,83	Charis Weber	02	04.05.	Dierdorf
	13,28	Anesa Suta	02	04.05.	Dierdorf
800 m	2:52,06	Marijke Günther	01	04.05.	Dierdorf
	3:11,79	Nina Sinzig	01	06.07.	Daun
2000 m	9:23,83	Marijke Günther	01	15.06.	Dierdorf
	9:54,12	Theresa Patscheider	01	15.06.	Dierdorf
	10:46,85	Nina Sinzig	01	15.06.	Dierdorf
60 m Hürden	11,38	Nina Sinzig	01	01.09.	Hachenburg
	11,44	Emma Rollepatz	02	01.09.	Hachenburg
	11,93	Theresa Patscheider	01	15.06.	Dierdorf
	12,32	Marijke Günther	01	15.06.	Dierdorf
Hochsprung	1,34	Theresa Patscheider	01	29.06.	Ochtendung
	1,34	Marie Lüddemann	01	29.06.	Ochtendung
	1,33	Nina Sinzig	01	04.05.	Dierdorf
	1,28	Marijke Günther	01	08.09.	Neuwied
	1,24	Wiete Scheideler	01	08.09.	Neuwied

Weitsprung	1,16	Edda Fuchs	01	08.09.	Neuwied	
	4,52	Nina Sinzig	01	21.09.	Dierdorf	
	4,31	Theresa Patscheider	01	21.09.	Dierdorf	
	4,28	Marie Lüddemann	01	21.09.	Dierdorf	
	4,00	Marijke Günther	01	06.07.	Daun	
Kugelstoßen	3,71	Edda Fuchs	01	08.09.	Neuwied	
	6,18	Nina Sinzig	01	01.09.	Hachenburg	
	5,74	Edda Fuchs	01	08.09.	Neuwied	
Ballwurf 200 g	34,50	Nina Sinzig	01	06.07.	Daun	
	31,00	Marie Lüddemann	01	21.09.	Dierdorf	
	28,50	Edda Fuchs	01	04.05.	Dierdorf	
	26,50	Marijke Günther	01	06.07.	Daun	
	21,50	Emma Rollepatz	02	04.05.	Dierdorf	
	19,50	Theresa Patscheider	01	04.05.	Mayen	
	19,50	Charis Weber	02	04.05.	Dierdorf	
	19,50	Anesa Suta	02	04.05.	Dierdorf	
	17,50	Nilda Macar	02	04.05.	Dierdorf	
	Dreikampf	1330	Nina Sinzig	01	06.07.	Daun
			10,73-4,11-34,50			
		1174	Marijke Günther	01	06.07.	Daun
	Block-WK Basis		11,64-4,00-26,50			
1910		Nina Sinzig	01	15.06.	Dierdorf	
		10,91-13,01-4,45-29,00-10:46,85				
1884		Marijke Günther	01	15.06.	Dierdorf	
	11,49-12,32-3,99-24,50-9:23,83					
	1818	Theresa Patscheider	01	15.06.	Dierdorf	
		11,69-11,93-4,10-19,50-9:54,12				
<b>W 11</b>						
50 m	7,91	Emma Rollepatz	02	15.06.	Dierdorf	
	8,02	Emily Fliegel	02	15.06.	Dierdorf	
	8,03	Maxime Molinski	02	15.06.	Dierdorf	
	8,33	Nilda Macar	02	08.09.	Neuwied	
	8,41	Paula Ziegowski	02	08.09.	Neuwied	
	8,53	Anesa Suta	02	15.06.	Dierdorf	
	8,53	Sarah Hermann	02	15.06.	Dierdorf	
	8,57	Charis Weber	02	15.06.	Dierdorf	
	8,57	Hannah Roth	02	08.09.	Neuwied	
	8,91	Lisa Neffgen	02	08.09.	Neuwied	
	9,07	Carmen Zeitz	02	29.06.	Ochtendung	
	800 m	2:47,75	Emily Fliegel	02	15.05.	Mayen
		3:07,52	Anesa Suta	02	15.05.	Mayen
	5 km	26:17	Emily Fliegel	02	28.04.	Mülheim-K.
Hochsprung	1,20	Emma Rollepatz	02	01.09.	Hachenburg	
	1,13	Charis Weber	02	04.05.	Dierdorf	
Weitsprung	1,13	Anesa Suta	02	04.05.	Dierdorf	
	4,32	Emma Rollepatz	02	15.06.	Dierdorf	
	3,83	Sarah Hermann	02	15.06.	Dierdorf	
	3,71	Maxime Molinski	02	15.06.	Dierdorf	
	3,69	Emily Fliegel	02	15.06.	Dierdorf	
	3,59	Charis Weber	02	15.06.	Dierdorf	
	3,55	Lisa Neffgen	02	15.06.	Dierdorf	
	3,50	Paula Ziegowski	02	08.09.	Neuwied	
	3,48	Hannah Roth	02	15.06.	Dierdorf	
	3,39	Anesa Suta	02	15.06.	Dierdorf	
	3,28	Nilda Macar	02	04.05.	Dierdorf	
	3,05	Carmen Zeitz	02	29.06.	Ochtendung	
	Schlagballwurf	27,50	Emma Rollepatz	02	15.06.	Dierdorf
23,50		Hannah Roth	02	15.06.	Dierdorf	
22,50		Nilda Macar	02	08.09.	Neuwied	
22,50		Anesa Suta	02	08.09.	Neuwied	
22,00		Charis Weber	02	08.09.	Neuwied	

	21,00	Emily Fliegel	02	08.09.	Neuwied
	19,00	Sarah Hermann	02	15.06.	Dierdorf
	18,00	Maxime Molinski	02	15.06.	Dierdorf
	17,50	Paula Ziegowski	02	08.09.	Neuwied
	13,00	Lisa Neffgen	02	15.06.	Dierdorf
6 x 50 m	48,62			08.09.	Neuwied
	50,36			08.09.	Neuwied
Kinder-LA		Evelyn Giesbrecht			
W 10					
50 m	8,14	Celina Dunkel	03	15.06.	Dierdorf
	8,65	Lucia Lahr	03	15.06.	Dierdorf
	9,04	Alia Ambani	03	08.09.	Neuwied
	9,49	Ksenia Zahorenko	03	08.09.	Neuwied
Weitsprung	3,65	Celina Dunkel	03	15.06.	Dierdorf
	3,23	Lucia Lahr	03	15.06.	Dierdorf
	3,13	Alia Ambani	03	08.09.	Neuwied
	2,64	Ksenia Zahorenko	03	08.09.	Neuwied
Schlagballwurf	22,50	Ksenia Zahorenko	03	08.09.	Neuwied
	22,00	Celina Dunkel	03	15.06.	Dierdorf
	21,50	Lucia Lahr	03	08.09.	Neuwied
	13,50	Alia Ambani	03	15.06.	Dierdorf
Kinder-LA		Alisia Donecker			
W 9					
50 m	8,83	Gianivel Brustolon	04	15.06.	Dierdorf
	8,83	Enya Noll	04	08.09.	Neuwied
	9,28	Cecile Merl	04	08.09.	Neuwied
	9,64	Melina Hohnen	04	08.09.	Neuwied
	9,66	Mira Chahoud	04	08.09.	Neuwied
	9,71	Julia Luedtke	04	08.09.	Neuwied
	9,90	Leonie Kahlenbach	04	08.09.	Neuwied
	9,99	Sara Jessen	04	08.09.	Neuwied
	11,20	Aylia Akkurt	04	08.09.	Neuwied
800 m	3:16,87	Mira Chahoud	04	15.06.	Dierdorf
	3:20,41	Gianivel Brustolon	04	15.06.	Dierdorf
	3:39,85	Leonie Kahlenbach	04	15.06.	Dierdorf
	3:52,84	Sara Jessen	04	15.06.	Dierdorf
Weitsprung	3,19	Gianivel Brustolon	04	08.09.	Neuwied
	3,03	Enya Noll	04	08.09.	Neuwied
	2,87	Cecile Merl	04	08.09.	Neuwied
	2,85	Sara Jessen	04	08.09.	Neuwied
	2,84	Leonie Kahlenbach	04	08.09.	Neuwied
	2,66	Julia Luedtke	04	08.09.	Neuwied
	2,64	Mira Chahoud	04	08.09.	Neuwied
	2,64	Melina Hohnen	04	08.09.	Neuwied
	2,02	Aylia Akkurt	04	08.09.	Neuwied
Schlagballwurf	24,50	Julia Luedtke	04	08.09.	Neuwied
	19,50	Mira Chahoud	04	15.06.	Dierdorf
	19,00	Gianivel Brustolon	04	08.09.	Neuwied
	18,50	Enya Noll	04	08.09.	Neuwied
	14,50	Sara Jessen	04	08.09.	Neuwied
	14,50	Melina Hohnen	04	08.09.	Neuwied
	13,00	Leonie Kahlenbach	04	08.09.	Neuwied
	10,00	Cecile Merl	04	08.09.	Neuwied
	8,50	Aylia Akkurt	04	08.09.	Neuwied
4 x 50 m	34,91			08.09.	Neuwied
		Brustolon, Noll, Branß, Stampfl		08.09.	Neuwied
	37,35			08.09.	Neuwied
		Kahlenbach, Chaoud, Jessen, Merl		08.09.	Neuwied
	40,50			08.09.	Neuwied
		Hoffmann, Hohnen, Akkurt, Luedtke			

Kinder-LA  
 Hanna Stein  
 Tgianivel Brustolon  
 Julia Giesbrecht

W 8

50 m	8,85	Laura Branß	05	15.06.	Dierdorf
	8,91	Hannah Stampfl	05	08.09.	Neuwied
	9,94	Lilli Hoffmann	05	08.09.	Neuwied
800 m	3:06,25	Hannah Stampfl	05	15.06.	Dierdorf
	3:37,92	Laura Branß	05	15.06.	Dierdorf
Weitsprung	3,25	Laura Branß	05	15.06.	Dierdorf
	2,89	Hannah Stampfl	05	08.09.	Neuwied
	2,73	Lilli Hoffmann	05	08.09.	Neuwied
Schlagballwurf	16,00	Laura Branß	05	08.09.	Neuwied
	12,00	Hannah Stampfl	05	15.06.	Dierdorf
	5,50	Lilli Hoffmann	05	08.09.	Neuwied

Kinder-LA  
 Selina Baba  
 Andrea Kirst

Senioren M 30

5000 m	18:33,42	Steven Kuppert	82	15.05.	Mayen
--------	----------	----------------	----	--------	-------

Senioren M 35

100 m	12,70 (0,1)	Markus Paquée	75	16.10.	Porto Alegre/BRA
200 m	25,76 (-0,1)	Markus Paquée	75	30.06.	Bad Neuenahr-A.
400 m	57,93	Markus Paquée	75	16.10.	Porto Alegre/BRA
1500 m	5:08,86	Markus Paquée	75	17.10.	Porto Alegre/BRA
110 m Hürden	16,19 (1,7)	Markus Paquée	75	12.07.	Mönchen-Gl.
Hochsprung	1,75	Markus Paquée	75	30.06.	Bad Neuenahr-A.
Stabhochsprung	3,00	Markus Paquée	75	17.10.	Porto Alegre/BRA
Weitsprung	5,83 (0,0)	Markus Paquée	75	06.09.	Urmitz
Kugelstoßen	9,94	Markus Paquée	75	16.10.	Porto Alegre/BRA
Diskuswurf	30,83	Markus Paquée	75	15.09.	Koblenz
Speerwurf	51,51	Markus Paquée	75	17.10.	Porto Alegre/BRA
Zehnkampf	5356	Markus Paquée	75	16/17.10.	Porto Alegre/BRA

12,70-5,69-9,94-1,72-57,93-16,40-25,10-3,00-51,51-5:08,86

Senioren M 40

10 km	35:19	Ingo Neumann	71	17.03.	Urmitz
	36:04	Markus Bielen	69	17.03.	Urmitz
	36:27	Johannes Miller		06.10.	Weißenthurm
Halbmarathon	1:19:42	Ingo Neumann	71	14.04.	Refrath
	1:20:59	Markus Bielen	69	14.04.	Refrath
	1:21:54	Marc Sülzen	71	14.04.	Refrath

Senioren M 45

400 m	63,54	Jürgen Dolate	64	06.09.	Urmitz
800 m	2:17,97	Jürgen Dolate	64	27.04.	Bad N-A
1000 m	2:57,50	Jürgen Dolate	64	07.06.	Troisdorf
1500 m	4:43,62	Jürgen Dolate	64	14.06.	Troisdorf
	5:06,66	Patrick Küpper	68	13.04.	Bad Neuenahr-A.
5000 m	17:19,49	Stefan Pulger	66	30.06.	Bad Neuenahr-A.
10 km	35:22	Stefan Pulger	66	13.07.	.Niederbreitbach
	37:26	Eckhard Rüth	66	17.03.	Urmitz
	39:43	Holger Nickolaus	65	29.09.	Polch
	39:55	Patrick Küpper	68	17.03.	Urmitz
Halbmarathon	1:21:27	Stefan Pulger	66	14.04.	Refrath
Marathon	3:15:17	Holger Nickolaus	65	03.10.	Waldbreitbach

Senioren M 50

200 m	29,01 (-0,6)	Jürgen Prechtel	61	06.09.	Urmitz
-------	--------------	-----------------	----	--------	--------

1500 m	5:48,22	Jürgen Prechtl	61	28.09.	Nieder-Olm
Weitsprung	5,00 (0,0)	Jürgen Prechtl	61	06.09.	Urmitz
Kugelstoßen	8,68	Jürgen Prechtl	61	06.09.	Urmitz
Diskuswurf	28,66	Jürgen Prechtl	61	28.09.	Nieder-Olm
Speerwurf	29,74	Jürgen Prechtl	61	28.09.	Nieder-Olm
Fünfkampf	1672	Jürgen Prechtl	61	28.09.	Nieder-Olm

4,57-29,74-29,14-28,66-5:48,22

### Senioren M 55

10 km	39:16	Rudi Dürksen	56	17.03.	Urmitz
Halbmarathon	1:28:34	Rudi Dürksen	56	14.04.	Bonn
Hochsprung	1,45	Dieter Lösch	58	06.09.	Urmitz
Stabhochsprung	3,20	Dieter Lösch	58	13.07.	Mönchen-Gl.

### Senioren M 60

800 m	2:40,22	Volker Kirchesch	53	30.05.	Diez
1500 m	6:22,94	Peter Pinger	49	30.06.	Bad Neuenahr-A.
10 km	55:49	Peter Pinger	49	11.05.	Bad Ems
3000 m	14:03,10	Peter Pinger	49	26.04.	Emmelshausen
Kugelstoßen	11,15	Walter Stoffels	50	13.04.	Niederselters
	10,06	Peter Busch	49	30.06.	Bad Neuenahr-A.
Diskuswurf	36,66	Peter Busch	49	30.06.	Bad Neuenahr-A.

### Senioren M 65

Speerwurf	24,46	Dieter Zerwas	45	30.06.	Bad Neuenahr-A.
-----------	-------	---------------	----	--------	-----------------

### Senioren M 70

### Senioren M 75

400 m	78,65	Hans-Albert Still	38	30.06.	Bad Neuenahr-A.
800 m	2:59,69	Hans-Albert Still	38	30.06.	Bad Neuenahr-A.
1500 m	6:11,67	Hans-Albert Still	38	30.06.	Bad Neuenahr-A.
3000 m	13:25,15	Hans-Albert Still	38	06.09.	Urmitz

### Seniorinnen W 30

100 m	14,29 (-0,5)	Heike Fergen	79	30.06.	Bad Neuenahr-A.
200 m	30,57 (0,2)	Heike Fergen	79	30.06.	Bad Neuenahr-A.
Kugelstoßen	9,48	Annika Schmitt	83	15.09.	Koblenz

### Seniorinnen W 35

### Seniorinnen W 40

200 m	27,71 (1,7)	Luzie Schmitt	71	14.07.	Mönchen-Gl.
400 m	62,37	Luzie Schmitt	71	13.07.	Mönchen-Gl.

### Seniorinnen W 45

### Seniorinnen W 50

### Seniorinnen W 55

100 m	14,99 (0,0)	Gabi Horwedel	57	30.06.	Bad Neuenahr-A.
200 m	32,77 (1,8)	Gabi Horwedel	57	02.06.	Mayen
10 km	46:24	Brigitte Knopp	58	17.03.	Urmitz
5000 m Gehen	31:38,33	Ilona Kirchesch	58	22.06.	Jüterbog
5 km Gehen	30:24	Ilona Kirchesch	58	23.03.	San Sebastian/SPA
10 km Gehen	1:02:08	Ilona Kirchesch	58	07.04.	Ahlen
20 km Gehen	2:14:29	Ilona Kirchesch	58	28.04.	Naumburg