

Bestenliste der LG Rhein-Wied 2019

Männer

100 m	10,39 (1,7)	Roger Gurski	97	30.06.	Mannheim	
	10,52 (0,7)	Pascal Kirstges	97	29.06.	St.Wendel	
	10,82 (0,4)	Kai Kazmirek	91	02.10.	Doha/QAT	
	10,88 (0,1)	Daniel Roos	90	28.08.	Göttingen	
	10,97 (-1,0)	Hendrik Reinhard	94	29.05.	Koblenz	
	11,13 (1,8)	Rainer Macamo	94	20.06.	St. Wendel	
	12,33 (-0,8)	Markus Paquée	75	25.05.	Mayen	
	12,36 (1,3)	Justin Lösch	96	06.04.	Bad N-A	
	12,39 (1,2)	Wiyval Pvok Deng	92	06.04.	Bad N-A.	
	13,63 (0,9)	Jürgen Prechtel	60	05.05.	Herdorf	
	14,11 (0,6)	Uwe Klein	72	19.10.	Bad N-A	
	14,23 (-0,4)	Friedhelm Adorf	43	12.07.	Leinefelde	
	200 m	21,01 (-0,5)	Roger Gurski	97	01.06.	Jena
		21,91 (-0,4)	Kai Kazmirek	91	11.05.	Neuwied
22,00 (-0,7)		Hendrik Reinhard	94	29.05.	Koblenz	
22,08 (-1,7)		Daniel Roos	90	02.06.	Saulheim	
22,12 (-0,4)		Pascal Kirstges	97	18.05.	Bad N-A	
22,85 (-0,7)		Chris Leffler	97	19.05.	Leibnitz/AUT	
25,06 (0,1)		Tom Große	92	08.09.	Bad Ems	
25,23 (0,0)		Justin Lösch	96	05.05.	Herdorf	
25,27 (0,0)		Markus Paquée	75	08.05.	Ochtendung	
29,45 (-1,7)		Friedhelm Adorf	43	11.09.	Venedig/ITA	
29,78 (1,0)		Uwe Klein	72	19.10.	Bad N-A	
400 m		46,81	Kai Kazmirek	91	29.06.	Ratingen
		48,06	Henrik Reinhard	94	07.06.	Bottrop
		53,37	Wiyval Pvok Deng	92	18.05.	Bad N-A
	64,14	Stefan Marx	82	07.09.	Urmitz	
	66,08	Jürgen Prechtel	60	05.05.	Herdorf	
	67,27	Uwe Klein	72	02.06.	Bitburg	
	74,00	Friedhelm Adorf	43	25.05.	Mayen	
800 m	1:56,74	Yannick Pütz	97	23.06.	Koblenz	
	2:30,29	Thomas Gilberg	69	25.05.	Mayen	
	2:40,63	Jürgen Dolate	64	02.06.	Bitburg	
1000 m	3:03,83	Stefan Marx	82	07.09.	Urmitz	
	3:18,88	Thomas Gilberg	69	06.04.	Bad N-A	
1500 m	4:03,77	Yannick Pütz	97	29.05.	Koblenz	
	4:41,72	Kai Kazmirek	91	30.06.	Ratingen	
	4:47,15	Stefan Marx	82	25.05.	Mayen	
	4:52,37	Hendrik Reinhard	94	08.09.	Bad Ems	
	4:54,38	Thomas Gilberg	69	25.05.	Mayen	
	5:04,62	Thomas Gilberg	69	06.04.	Bad N-A	
	5:13,44	Tom Große	92	08.09.	Bad Ems	
	5:59,49	Justin Lösch	96	08.09.	Bad Ems	
	3000 m	9:53,19	Benjamin Becker	85	12.05.	Mayen
		10:21,69	Thomas Gilberg	69	06.04.	Bad N-A
10:50,64		Stefan Marx	82	07.09.	Urmitz	
10:55,05		Ingo Neumann	71	07.09.	Urmitz	
5000 m	15:45,36	Ahferom Teame	99	07.06.	Hachenburg	
	16:58,51	Benjamin Becker	85	29.05.	Koblenz	
	17:25,06	Thomas Gilberg	69	23.06.	Landau	
10000 m	34:08,26	Yannick Pütz	97	07.09.	Urmitz	
	34:37,19	Thierry van Riesen	90	07.09.	Urmitz	
	35:08,03	Ruben Auer	93	07.09.	Urmitz	
	35:12,32	Thomas Gilberg	69	07.09.	Urmitz	

	38:00,09	Manuel Becker	91	07.09.	Urmitz
	41:00,48	Uwe Klein	72	07.09.	Urmitz
10 km	32:44	Yannick Pütz	97	23.03.	Niederfischbach
	34:41	Thierry van Rießen	90	11.05.	Bad Ems
	35:35	Ingo Neumann	71	15.09.	Siegburg
	35:43	Benjamin Becker	85	08.09.	Koblenz
	35:59	Thomas Gilberg	69	23.03.	Niederfischbach
	36:39	Ruben Auer	93	09.03.	Urmitz
	38:10	Sven Külgen	90	23.03.	Niederfischbach
	38:11	Johann Rehan	83	09.03.	Urmitz
	38:59	Manuel Becker	91	13.10.	Mülheim-K.
	39:21	Stefan Marx	82	09.03.	Urmitz
	40:10	Holger Nickolaus	65	22.09.	Polch
	40:52	Uwe Klein	72	13.10.	Mülheim-K.
	44:02	Torsten Marx	77	09.03.	Urmitz
10 km-Mannschaft	1:43:21			23.03.	Niederfischbach
		Pütz 32:44, Weiß 34:38, Gilberg 35:59			
	1:57:05			23.03.	Niederfischbach
		Purt 36.>07. Külgen 38:10, Klein 42:48			
Halbmarathon	1:11:56	Yannick Pütz	97	27.10.	Föhren
	1:16:59	Thierry van Riesen	90	27.10.	Föhren
	1:18:56	Ingo Neumann	71	27.10.	Föhren
	1:19:15	Thomas Gilberg	69	27.10.	Föhren
	1:19:50	Ruben Auer	93	27.10.	Föhren
	1:24:14	Manuel Becker	91	27.10.	Föhren
	1:32:12	Uwe Klein	72	27.10.	Föhren
	1:32:16	Siegmond Kreier	76	27.10.	Föhren
Halbmarathon-M.	3:47:51			27.10.	Föhren
		Pütz 1:11:56, van Riesen 1:16:59, Neumann 1:18:56			
	4:03:19			27.10.	Föhren
		Gilberg 1:19:15, Auer 1:19:50, Becker 1:24:14			
Marathon	3:27:36	Holger Nickolaus	65	08.09.	Koblenz
110 m Hürden	14,29 (0,1)	Kai Kazmirek	91	24.08.	Paris/FRA
400 m Hürden	53,11	Daniel Roos	90	20.07	Rhede
4 x 100 m	39,85			04.08.	Berlin
		Roos, Gurski, Kirstges, Reinhard			
Hochsprung	2,05	Kai Kazmirek	91	02.10.	Doha/QAT
	1,63	Justin Lösch	96	24.05.	Sinzig
Stabhochsprung	5,20	Kai Kazmirek	91	03.10.	Doha/QAT
	3,50	Justin Lösch	96	18.05.	Bad N-A
Weitsprung	7,74 (-0,2)	Kai Kazmirek	91	29.06.	Ratingen
	6,70 (-0,1)	Hendrik Reinhard	94	08.09.	Bad Ems
	6,09 (-0,2)	Tom Große	92	08.09.	Bad Ems
	5,79 (-0,1)	Justin Lösch	96	10.05.	Sinzig
	4,98 (0,0)	Uwe Palm	63	10.07.	Trebur
	4,93 (-0,9)	Jürgen Prechtel	60	05.05.	Herdorf
Dreisprung	9,57 (0,0)	Uwe Palm	63	23.06.	Landau
Kugelstoßen	14,94	Kai Kazmirek	91	25.05.	Götzis/AUT
	11,44	Justin Lösch	96	10.07.	Trebur
	9,30	Markus Paquée	75	02.06.	Bitburg
Diskuswurf	44,85	Kai Kazmirek	91	03.10.	Doha/QAT
	35,14	Justin Lösch	96	18.05.	Bad N-A
	34,17	Tom Große	92	08.09.	Bad Ems
	32,60	Markus Paquée	75	23.06.	Landau
	29,36	Hendrik Reinhard	94	08.09.	Bad Ems
Speerwurf	60,08	Kai Kazmirek	91	03.10.	Doha/QAT
	51,28	Markus Paquée	75	02.06.	Bitburg

	49,15	Justin Lösch	96	10.07.	Trebur
	45,32	Tom Grpße	92	08.09.	Bad Ems
	41,42	Hendrik Reinhard	94	08.09.	Bad Ems
Fünfkampf	3133	Hendrik Reinhard	94	08.09.	Bad Ems
		6,70-41,42-22,12-29,36-4:52,37			
	2759	Tom Große	92	08.09.	Bad Ems
		6,09-45,32-25,06-34,17-5:13,44			
	2099	Justin Lösch	96	08.09.	Bad Ems
		4,83-47,70-27,76-33,56-5:59,46			
Fünfkampf-Mannschaft	7991			08.09.	Bad Ems
		Reinhard 3133, Große 2759, Lösch 2099			
Zehnkampf	8444	Kai Kazmirek	91	29/30.06.	Ratingen
		10,85-7,74-14,72-1,99-46,81-14,14-44,71-5,10-56,95-4:41,72			

MJ U 20

100 m	11,32 (0,7)	Paul Thomas	00	25.05.	Bad Bergzabern
	11,62 (-1,0)	Julian Dilla	01	31.08.	Trier
	12,38 (0,6)	Michael Poncelet	01	29.06.	Hamm
200 m	23,42 (-3,6)	Paul Thomas	00	02.06.	Saulheim
400 m	51,77	Lennart Roos	01	31.08.	Trier
	54,85	Michael Poncelet	01	29.06.	Hamm
800 m	2:07,78	Eric Putz	01	14.04.	Diez
1000 m	2:46,60	Eric Putz	01	07.09.	Urmitz
1500 m	4:27,35	Eric Putz	01	29.05.	Koblenz
	5:21,37	Michael Poncelet	01	30.06.	Hamm
10 km	36:07	Eric Putz	01	23.03.	Niederfischbach
110 m Hürden	16,03 (-0,4)	Julian Dilla	01	25.05.	Bad Bergzabern
	16,30 (0,5)	Michael Poncelet	01	31.08.	Trier
	18,30 (-0,4)	Thorben Schröders	01	25.05.	Bad Bergzabern
4 x 100 m	44,17			12.05.	Mayen
		Thomas, Dilla, Roos, Willrich			
3 x 1000	8:42,80			01.05.	Mainz
		Esten, Pluymackers, Putz			
Hochsprung	1,63	Michael Poncelet	01	29.06.	Hamm
Stabhochsprung	4,12	Julius Dilla	01	31.08.	Trier
	3,90	Michael Poncelet	01	30.06.	Hamm
Weitsprung	6,62 (0,1)	Paul Thomas	00	08.09.	Brey
	6,25 (1,5)	Julian Dilla	01	08.09.	Brey
	6,13 -1,0)	Thorben Schröders	01	12.05.	Mayen
	5,92 (-0,1)	Michael Poncelet	01	18.05.	Bad N-A
Kugelstoßen	12,67	Medina Amaury Alcantara02		31.08.	Trier
	11,80	Thorben Schröders	01	25.05.	Bad Bergzabern
	10,61	Paul Thomas	00	12.05.	Mayen
	8,74	Julian Dilla	01	25.05.	Bad Bergzabern
	7,90	Michael Poncelet	01	29.06.	Hamm
Diskuswurf	27,49	Thorben Schröders	01	25.05.	Bad Bergzabern
	27,02	Michael Poncelet	01	30.06.	Hamm
	24,58	Julian Dilla	01	25.05.	Bad Bergzabern
Speerwurf	45,03	Dominik Willrich	02	31.08.	Trier
	41,56	Paul Thomas	00	12.05.	Mayen
	39,48	Thorben Schröders	01	12.05.	Mayen
	34,76	Julian Dilla	01	12.05.	Mayen
	26,05	Michael Poncelet	01	30.06.	Hamm
Fünfkampf	2600	Michael Poncelet	01	29.06.	Hamm
		12,38-5,92-7,90-1,63-54,85			

Zehnkampf	4377	Michael Poncelet	01	29/30.06.Hamm
		12,38-5,92-7,90-1,63-54,85-		
		24,20-27,02-3,90-26,05-5:21,37		

MJ U 18

100 m	11,35 (-1,1)	Medina Amaury Alcantara02	31.08.	Trier
	12,38 (0,2)	Alexander Hamann	03	12.05. Mayen
	12,59 (0,0)	Max Montermann	03	12.05. Mayen
	12,74 (0,0)	Jakob Reinfeld	03	12.05. Mayen
	12,94 (-0,9)	Philipp Schlaus	02	07.09. Urmitz
	13,15 (0,2)	Stanley Penner	03	12.05. Mayen
	13,16 (0,2)	Brian Penner	03	12.05. Mayen
	13,40 (-0,4)	Janik Winnen	02	07.09. Urmitz
200 m	27,41 (-0,3)	Philipp Schlaus	02	07.09. Urmitz
800 m	2:09,71	Moritz Engel	02	29.05. Koblenz
800 m	2:11,22	Florian Weiß	02	14.04. Diez
1000 m	2:50,67	Moritz Engel	02	07.09. Urmitz
3000 m	10:22,57	Florian Weiß	02	29.05. Koblenz
10 km	34:38	Florian Weiß	02	23.03. Niederfischbach
4 x 100 m	50,06			12.05. Mayen
	B.Penner, Hamann, S.Penner, Montermann			
Hochsprung	1,75	Dominik Willrich	02	31.08. Trier
Weitsprung	6,12 (-0,1)	Medina Amaury Alcantara02	18.05.	Bad N-A
	5,72 (0,1)	Dominik Willrich	02	18.05. Bad N-A
	5,51 (-1,3)	Max Montermann	03	02.06. Saulheim
	5,48 (00)	Alexander Hamann	03	12.05. Mayen
	5,02 (-0,7)	Jakob Reinfeld	03	12.05. Mayen
	4,94 (-1,2)	Brian Penner	03	12.05. Mayen
	4,86 (-0,6)	Stanley Penner	03	12.05. Mayen
	4,52 (0,0)	Philipp Schlaus	02	07.09. Urmitz
Kugelstoßen	14,00	Medina Amaury Alcantara03	18.05.	Bad N-A
	12,57	Dominik Willrich	02	12.05. Mayen
	10,52	Philipp Schlaus	02	07.09. Urmitz
Diskuswurf	33,78	Dominik Willrich	02	12.05. Mayen
Speerwurf	54,71	Dominik Willrich	02	18.05. Bad N-A
	37,51	Max Montermann	03	02.06. Saulheim

M 15

100 m	12,62 (1,7)	Robin Pluymackers	04	21.09. Bad N-A
	13,05 (0,4)	Erik Kreuter	04	19.05. Neuwied
300 m	41,68	Robin Pluymackers	04	15.06. Katzenelnbogen
800 m	2:05,71	Robin Pluymackers	04	24.08. Diez
1000 m	2:48,55	Robin Pluymackers	04	07.09. Urmitz
3000 m	10:22,60	Robin Pluymackers	04	29.05. Koblenz
80 m Hürden	12,95 (0,7)	Erik Kreuter	04	19.05. Neuwied
Hochsprung	1,88	Colin Kremer	04	04.06. Koblenz
	1,52	Erik Kreuter	04	19.05. Neuwied
Weitsprung	4,82 (-0,2)	Erik Kreuter	04	19.05. Neuwied
Kugelstoßen	13,79	Colin Kremer	04	04.06. Koblenz
Speerwurf	16,06	Erik Kreuter	04	19.05. Neuwied
Ball 200 g	56,50	Robin Pluymackers	04	21.09. Bad N-A
Block Sprint/Sprung	2309	Erik Kreuter	04	19.05. Neuwied
	13,05-12,95-4,82-1,52-16,06			

M 14

100 m	13,86 (-1,0)	David Conze	05	07.09. Urmitz
800 m	2:25,57	David Conze	05	21.09. Bad N-A

Hochsprung	1,51	David Conze	05	07.09.	Urmitz
Weitsprung	4,77 (1,0)	David Conze	05	21.09.	Bad N-A

M 13

75 m	10,35	Felix Moormann	06	21.09.	Bad N-A
	11,16	Kian Tamke	06	15.09.	Dierdorf
	11,45	Mathis Steinebach	06	19.05.	Neuwied
800	2:33,66	Felix Moormann	06	18.05.	Neuwied
	2:46,42	Mathis Steinebach	06	19.05.	Neuwied
	3:03,42	Kian Tamke	06	19.05.	Neuwied
60 m Hürden	11,78	Felix Moormann	06	19.05.	Neuwied
	12,98	Mathis Steinebach	06	19.05.	Neuwied
	13,30	Kian Tamke	06	19.05.	Neuwied
Hochsprung	1,24	Felix Moormann	06	16.06.	Dierdorf
Weitsprung	4,36	Felix Moormann	06	14.04.	Diez
	4,05	Kian Tamke	06	15.09.	Dierdorf
	3,63	Mathis Steinebach	06	19.05.	Neuwied
Ball 200 g	39,50	Felix Moormann	06	16.06.	Dierdorf
	28,50	Kian Tamke	06	16.06.	Dierdorf
	23,00	Mathis Steinebach	06	19.05.	Neuwied
Dreikampf	1208	Felix Moormann	06	16.06.	Dierdorf
	1017	Kian Tamke	06	16.06.	Dierdorf
		10,71-4,30-30,50			
		11,21-3,70-28,50			
Block Lauf	2006	Felix Moormann	06	19.05.	Neuwied
		10,51-11,78-4,31-34,00-2:33,66			
	1610	Mathis Steinebach	06	19.05.	Neuwied
		11,45-12,98-3,63-23,00-2:46,42			
	1594	Kian Tamke	06	19.05.	Neuwied
		11,26-13,30-3,90-26,00-3:03,42			

M 12

75 m	10,76	Robin Ott	07	19.05.	Neuwied
	12,50	Paul Meuter	07	16.06.	Dierdorf
800	2:39,93	Robin Ott	07	19.05.	Neuwied
	3:00,11	Benjamin Clos	07	08.09.	Bad Ems
	3.05,58	Pascal Sterczyk	07	08.09.	Bad Ems
60 m Hürden	12,14	Robin Ott	07	19.05.	Neuwied
Weitsprung	4,48	Robin Ott	07	19.05.	Neuwied
	4,32	Lennard Kunze	07	19.05.	Neuwied
	3,57	Paul Meuter	07	16.06.	Dierdorf
Ball 200 g	33,50	Robin Ott	07	19.05.	Neuwied
	30,00	Paul Meuter	07	16.06.	Dierdorf
Dreikampf	908	Paul Meuter	07	16.06.	Dierdorf
		12,50-3,57-30,00			
Block Lauf	1937	Robin Ott	07	19.05.	Neuwied
		10,76-12,14-4,48-33,50-2:39,93			

M 11

50 m	7,60	Matti Merl	08	15.09.	Dierdorf
	8,10	Moritz Esser	08	16.06.	Dierdorf
	8,21	Max Überhofen	08	15.09.	Dierdorf
	8,25	Peter Alterauge	08	15.09.	Dierdorf
	8,37	Paul Rasch	08	16.06.	Dierdorf
	8,53	Samuel Lehnart	08	16.06.	Dierdorf
	8,57	Moritz Becker	08	08.09.	Bad Ems
	8,62	Marius Nienhaus	08	15.09.	Dierdorf

800 m	8,91	David Lück	08	11.05.	Neuwied
	2:46,62	Matti Merl	08	16.06.	Dierdorf
	2:50,64	Moritz Becker	08	08.09.	Bad Ems
	2:51,50	Moritz Esser	08	16.06.	Dierdorf
	2:56,16	Samuel Lehnart	08	16.06.	Dierdorf
	3.04,11	Marius Nienhaus	08	16.06.	Dierdorf
4 x 50 m	3:18,09	Max Überhofen	08	08.05.	Ochtendung
	30,90			15.09.	Dierdorf
	32,13	Alterauge, Oster, Tamke, Merl		15.09.	Dierdorf
Hochsprung	1,26	Carstens, Lehnart, Nienhaus, Überhofen		15.09.	Dierdorf
	1,18	Matti Merl	08	15.09.	Dierdorf
	1,06	Samuel Lehnart	08	15.09.	Dierdorf
	0,98	Marius Nienhaus	08	15.09.	Dierdorf
Weitsprung	4,53	Max Überhofen	08	15.09.	Dierdorf
	3,97	Matti Merl	08	16.06.	Dierdorf
	3,88	Moritz Esser	08	16.06.	Dierdorf
	3,74	Paul Rasch	08	16.06.	Dierdorf
	3,57	Peter Alterauge	08	15.09.	Dierdorf
	3,57	Marius Nienhaus	08	16.06.	Dierdorf
	3,54	David Lück	08	16.06.	Dierdorf
	3,49	Samuel Lehnart	08	15.09.	Dierdorf
	3,04	Max Überhofen	08	11.05.	Neuwied
	3,04	Younes Zahouani	08	16.06.	Dierdorf
Schlagball	38,00	Marius Nienhaus	08	16.06.	Dierdorf
	32,00	Paul Rasch	08	16.06.	Dierdorf
	30,50	Moritz Esser	08	16.06.	Dierdorf
	28,50	Peter Alterauge	08	15.09.	Dierdorf
	27,50	Samuel Lehnart	08	11.05.	Neuwied
	26,50	David Lück	08	16.06.	Dierdorf
	26,50	Matti Merl	08	11.05.	Neuwied
	25,00	Max Überhofen	08	15.09.	Dierdorf
	1045	Matti Merl	08	15.09.	Dierdorf
	916	7,60-4,36-26,50 Peter Alterauge	08	15.09.	Dierdorf
909	8,25-3,74-28,50 Marius Nienhaus	08	15.09.	Dierdorf	
853	8,62-3,53-36,00 Max Überhofen	08	15.09.	Dierdorf	
838	8,21-3,43-25,00 Paul Rasch	08	11.05.	Neuwied	
836	8,46-3,34-27,50 Samuel Lehnart	08	11.05.	Neuwied	
761	8,55-3,40-27,50 David Lück	08	11.05.	Neuwied	
	8,91-3,25-25,00				
M 10					
50 m	8,27	Janis Oster	09	15.09.	Dierdorf
	8,33	Maro Tamke	09	16.06.	Dierdorf
	8,78	Jona Carstens	09	15.09.	Dierdorf
	9,35	Liam Keller	09	11.05.	Neuwied
	9,60	Piet Wirges	09	16.06.	Dierdorf
	10,01	Johannes Gögler	09	15.09.	Dierdorf
800 m	3:12,18	Liam Keller	09	16.06.	Dierdorf
	3:12,21	Maro Tamke	09	16.06.	Dierdorf
Weitsprung	3,72	Maro Tamke	09	15.09.	Dierdorf
	3,45	Janis Oster	09	16.06.	Dierdorf

	3,42	Jona Carstens	09	15.09.	Dierdorf
	2,90	Liam Keller	09	16.06.	Dierdorf
	2,57	Johannes Gögler	09	15.09.	Dierdorf
	2,17	Piet Wirges	09	16.06.	Dierdorf
Schlagball	32,00	Janis Oster	09	16.06.	Dierdorf
	30,00	Jona Carstens	09	15.09.	Dierdorf
	23,00	Maro Tamke	09	15.09.	Dierdorf
	19,50	Piet Wirges	09	16.06.	Dierdorf
	18,00	Liam Keller	09	11.05.	Neuwied
	16,00	Johannes Gögler	09	11.05.	Neuwied
Dreikampf	883	Janis Oster	09	15.09.	Dierdorf
		8,27-3,32-31,00			
	842	Maro Tamke	09	15.09.	Dierdorf
		8,47-3,72-23,00			
	838	Jona Carstens	09	15.09.	Dierdorf
		8,78-3,42-30,00			
	474	Liam Keller	09	11.05.	Neuwied
		9,35-2,88-18,00			
	446	Johannes Gögler	09	15.09.	Dierdorf
		10,01-2.57-12,50			
Frauen					
100 m	11,46 (0,6)	Sophia Junk	99	30.06.	Mannheim
	11,77 (0,0)	Jessica Roos	94	25.05.	Weinheim
	11,86 (1,1)	Maja Höber	99	22.06.	Koblenz
	12,36 (0,0)	Viktoria Müller	96	18.05.	Bad N-A
	12,52 (0,2)	Karoline Zentowski	93	11.05.	Neuwied
	12,60 (1,5)	Jana Thiessen	98	02.06.	Saulheim
	13,45 (1,6)	Julia Bachtin	86	29.05.	Koblenz
200 m	23,38 (0,9)	Sophia Junk	99	04.08.	Berlin
	24,59 (0,0)	Jessica Roos	94	18.05.	Bad N-A
	25,77 (0,0)	Maja Höber	99	18.05.	Bad N-A
	25,84 (-0,3)	Karoline Zentowski	93	12.07.	Weinheim
	26,09 (-0,6)	Jana Thiessen	98	29.05.	Koblenz
	26,61 (0,5)	Maren Wilms	99	01.06.	Filderstedt
	28,23 (-0,7)	Julia Bachtin	86	29.05.	Koblenz
400 m	57,86	Karoline Zentowski	93	18.05.	Bad N-A
800 m	2:20,07	Maren Wilms	99	30.06.	Hamm
	2:21,26	Theresa Oxfort	99	23.06.	Koblenz
10 km	42:07	Franziska Rennecke	99	09.03.	Urmitz
	45:35	Sabine Neumann	73	09.03.	Urmitz
100 m Hürden	13,76 (0,4)	Viktoria Müller	96	18.05.	Bad N-A
	14,37 (1,0)	Jana Thiessen	98	16.06.	Wetzlar
	15,18 (1,2)	Maren Wilms	99	29.06.	Hamm
	16,68 (1,2)	Julia Bachtin	86	29.06.	Hamm
400 m Hürden	63,85	Maren Wilms	99	23.06.	Koblenz
4 x 100 m	46,11			18.05.	Bad N-A
		Zentowski, Höber, Roos, Müller			
Hochsprung	1,69	Maren Wilms	99	09.06.	Limburgerhof
Hochsprung	1,66	Jana Thiessen	98	18.05.	Bad N-A
	1,55	Julia Bachtin	86	02.06.	Saulheim
Weitsprung	5,91 (1,5)	Maren Wilms	99	22.06.	Koblenz
	5,71 (0,2)	Jana Thiessen	98	25.08.	Herdorf
	5,13 (-0,7)	Viktoria Müller	96	04.09.	Westerburg
	4,91 (0,0)	Julia Bachtin	86	12.05.	Mayen
Dreisprung	11,87 (1,1)	Maren Wilms	99	23.06.	Koblenz
Kugelstoßen	11,21	Viktoria Müller	96	04.09.	Westerburg
Kugelstoßen	9,99	Maren Wilms	99	10.08.	Bietigheim-B.

	8,58	Julia Bachtin	86	12.05.	Mayen
Speerwurf	32,18	Maren Wilms	99	30.06.	St.Wendel
Siebenkampf	4897	Maren Wilms	99	29/20.06.	Hamm
	15,18-1,65-9,31-26,96-5,65-32,18-2:20,07				

WJ U 20

100 m	13,15 (0,6)	Sarah Plümer	00	19.10.	Bad N-A
	13,41 (0,8)	Nina Sinzig	01	12.05.	Mayen
	14,48 (0,7)	Hannah Brog	00	25.05.	Bad Bergzabern
200 m	26,85 (1,0)	Sarah Plümer	00	19.10.	Bad N-A
100 m Hürden	15,66 (-0,3)	Nina Lorenz	01	31.08.	Trier
4 x 100 m	51,44	Suta, Lorenz, Körner Merl			
Hochsprung	1,40	Sarah Plümer	00	18.05.	Bad N-A
Weitsprung	5,03 (0,0)	Nina Sinzig	01	12.05.	Mayen
	5,00 (0,0)	Nina Lorenz	01	25.05.	Bad Bergzabern
	4,96 (-1,7)	Sarah Plümer	00	12.05.	Mayen
Kugelstoßen	7,56	Hannah Brog	00	12.05.	Mayen
Speerwurf	34,47	Sarah Plümer	00	18.05.	Bad N-A
	25,29	Hannah Brog	00	25.05.	Bad Bergzabern

WJ U 18

100 m	13,56 (-0,3)	Anesa Suta	02	05.05.	Herdorf
	14,35 (-0,5)	Kiara Baulig	03	07.09.	Urmitz
	14,73 (1,9)	Victoria Assenmacher	03	12.05.	Mayen
200 m	27,38 (0,0)	Anesa Suta	02	10.07.	Trebur
400 m	62,47	Anesa Suta	02	06.04.	Bad N-A
100 Hürden	15,30 (1,2)	Emma Rollepatz	02	18.05.	Bad N-A
400 m Hürden	67,90	Anesa Suta	02	10.06.	Mönchengladbach
4 x 100 m	51,01	Suta, Rollepatz, Schön, Merl			
Weitsprung	5,31 (0,0)	Emma Rollepatz	02	08.06.	Gladbeck
	4,27 (-2,0)	Victoria Assenmacher	03	12.05.	Mayen
Kugelstoßen	8,31	Anesa Suta	02	01.09.	Burgbrohl
	7,19	Victoria Assenmacher	03	12.05.	Mayen
Diskuswurf	15,03	Anesa Suta	02	01.09.	Burgbrohl
Speerwurf	17,63	Anesa Suta	02	01.09.	Burgbrohl

W 15

100 m	12,94 (1,3)	Rabea Schön	04	21.09.	Bad N-A
	13,12 (0,5)	Cecile Merl	04	31.08.	Trier
	13,81 (2,0)	Irina Fischbach	04	19.05.	Neuwied
300 m	45,74	Irina Fischbach	04	15.06.	Katzenelnbogen
800 m	2:36,53	Irina Fischbach	04	09.06.	Selters
2000 m	8:14,20	Irina Fischbach	04	19.05.	Neuwied
5 km	23:49	Charlotte Haa	04	11.05.	Bad Ems
80 m Hürden	13,42 (0,0)	Irina Fischbach	04	09.06.	Selters
	16,41 (-0,9)	Cecile Merl	04	19.05.	Neuwied
300 m Hürden	49,20	Irina Fischbach	04	25.05.	Bad Bergzabern
4 x 100 m	52,21	Fischbach, Schön, Körner, Stampfl			
Hochsprung	1,20	Cecile Merl	04	19.05.	Neuwied
Weitsprung	4,82 (0,2)	Irina Fischbach	04	15.06.	Katzenelnbogen
	4,64 (-0,1)	Rabea Schön	04	12.05.	Mayen
	4,62 (-2,0)	Cecile Merl	04	31.08.	Trier
Speerwurf	10,22	Cecile Merl	04	19.05.	Neuwied
Ball 200 g	31,50	Irina Fischbach	04	21.09.	Bad N-A

Block Sprint/Sprung	1891	Cecile Merl	04	19.05.	Neuwied
		14,14-16,41-1,20-4,28-10,22			
Block Lauf	2289	Irina Fischbach	04	19.05.	Neuwied
		13,81-13,49-4,45-30,00-8:14,20			
Block-Mannschaft	9893			19.05.	Neuwied
		Fischbach 2289, Körner 2212, Merl 1891, Buehnert 1866, Razlaw 1689			

W 14

100 m	13,55 (0,0)	Hannah Stampfl	05	12.05.	Mayen
	13,81 (1,9)	Aaliah Körner	05	21.09.	Bad N-A
	14,22 (1,6)	Melissa Stratovic	05	29.05.	Koblenz
	14,27 (0,1)	Nele Wagner	05	15.06.	Katzenelnbogen
	15,15 (1,6)	Leni Buehnert	05	19.05.	Neuwied
	15,93 (0,0)	Annika Esch	05	16.06.	Dierdorf
	16,21 (0,5)	Karina Raziaw	05	19.05.	Neuwied
300 m	46,11	Hannah Stampfl	05	21.09.	Gießen
800 m	2:27,42	Hannah Stampfl	05	06.04.	Bad N-A
	2:42,50	Lena Ulmen	06	04.06.	Koblenz
	2:43,35	Ann-Kathrin Wuppert	05	04.06.	Koblenz
	2:49,66	Lena Ulmen	05	12.05.	Mayen
	3:18,43	Marie Becker	05	08.09.	Bad Ems
2000 m	8:14,76	Karina Raziaw	05	19.05.	Neuwied
	9:11,82	Leni Buehnert	05	19.05.	Neuwied
	11:08,41	Annika Esch	05	19.05.	Neuwied
80 m Hürden	14,29 (0,5)	Aaliah Körner	05	19.05.	Neuwied
	16,16 (0,0)	Leni Buehnert	05	19.05.	Neuwied
	18,04 (0,0)	Annika Esch	05	19.05.	Neuwied
	19,04 (0,0)	Karina Raziaw	05	19.05.	Neuwied
Hochsprung	1,39	Nele Wagner	05	07.09.	Urmitz
	1,36	Aaliah Körner	05	16.06.	Dierdorf
Weitsprung	4,67 (0,4)	Aaliah Körner	05	19.05.	Neuwied
	4,57 (0,0)	Nele Wagner	05	07.09.	Urmitz
	3,85 (-0,7)	Melissa Stratovic	05	12.05.	Mayen
	3,73 (0,7)	Leni Buehnert	05	16.06.	Dierdorf
	3,47 (0,6)	Karina Raziaw	05	16.06.	Dierdorf
	3,03 (-0,2)	Annika Esch	05	19.05.	Neuwied
Kugelstoßen	7,30	Aaliah Körner	05	16.06.	Dierdorf
	5,62	Karina Razlaw	05	16.06.	Dierdorf
	5,59	Leni Buehnert	05	16.06.	Dierdorf
	4,21	Annika Esch	05	16.06.	Dierdorf
Diskuswurf	30,03	Lisa Krupp	05	07.09.	Bad Kreuznach
Speerwurf	33,35	Lisa Krupp	05	08.09.	Hachenburg
	13,17	Aaliah Körner	05	12.05.	Mayen
Ball 200 g	27,00	Leni Buehnert	05	19.05.	Neuwied
	21,50	Karina Raziaw	05	19.05.	Neuwied
	14,50	Annika Esch	05	19.05.	Neuwied
Vierkampf	1716	Aaliah Körner	06	16.06.	Dierdorf
		13,94-4,19-1,36-7,30			
Block Sprint/Sprung	2158	Aaliah Körner	05	19.05.	Neuwied
		13,90-14,29-4,67-1,32-12,40			
Block Lauf	1866	Leni Buehnert	05	19.05.	Neuwied
		15,15-16,16-3,67-27,00-9:11,82			
	1689	Karina Raziaw	05	19.05.	Neuwied
		16,21-19,04-3,36-21,50-8:14,76			
	1392	Annika Esch	05	19.05.	Neuwied
		16,36-18,04-3,03-14,50-11:08,41			

W 13

75 m	10,46	Alicia Rivera	06	14.04.	Diez
	11,18	Mayra Schuchmann	06	15.09	Dierdorf
	11,59	Fiona Wiens	06	16.06.	Dierdorf
	13,36	Emilia Hasenauer	06	16.06.	Dierdorf
	800 m	2:50,52	Mayra Schuchmann	06	21.09.
60 m Hürden	11,84	Mayra Schuchmann	06	19.05.	Neuwied
	12,91	Fiona Wiens	06	19.05.	Neuwied
4 x 75 m	43,03			15.09.	Dierdorf
		Michels, Schuchmann, Stampfl, Rivera			
Hochsprung	1,31	Alicia Rivera	06	14.04.	Diez
	1,28	Fiona Wiens	06	19.05.	Neuwied
Weitsprung	4,42	Alicia Rivera	06	15.09.	Dierdorf
	4,21	Mayra Schuchmann	06	16.06.	Dierdorf
	3,87	Fiona Wiens	06	16.06.	Dierdorf
	3,07	Emilia Hasenauer	06	16.06.	Dierdorf
	Speerwurf	11,74	Fiona Wiens	06	19.05.
Ball 200 g	42,00	Alicia Rivera	06	19.05.	Neuwied
	38,00	Mayra Schuchmann	06	21.09.	Bad N-A
	21,50	Emilia Hasenauer	06	16.06.	Dierdorf
	18,50	Fiona Wiens	06	16.06.	Dierdorf
	Dreikampf	1269	Mayra Schuchmann	06	16.06.
		11,33-4,21-32,50			
1071		Fiona Wiens	06	16.06.	Dierdorf
		11,59-3,87-18,50			
870		Emilia Hasenauer	06	16.06.	Dierdorf
	13,36-3,07-21,50				
Dreikampf-Mannschaft	5715			16.06.	Dierdorf
		Schuchmann 1269, Dommershausen 1166, Burlletti 1161, Wiens 1071, Stampfl 1048			
Block Sprint/Sprung	1804	Fiona Wiens	06	19.05.	Neuwied
		11,78-12,91-3,80-1,28-11,74			
Block Lauf	2007	Mayra Schuchmann	06	19.05.	Neuwied
		11,37-11,84-3,69-30,00-2:54,74			

W 12

75 m	10,92	Laura Burlletti	07	21.09.	Bad N-A
	11,17	Jette Hasenberg	07	21.09.	Bad N-A
	11,33	Julia Schilling	07	15.06.	Katzenelnbogen
	11,55	Lea Dommershausen	07	19.05.	Neuwied
	11,61	Jana Stampfl	07	15.09.	Dierdorf
	12,44	Lara Breitenbach	07	15.06.	Katzenelnbogen
	12,60	Zoe Michels	07	16.06.	Dierdorf
800 m	2:56,56	Emilia Schiffmann	07	08.09.	Bad Ems
	2:56,92	Eva Roth	07	08.09.	Bad Ems
	3:03,18	Lea Dommershausen	07	19.05.	Neuwied
	3:04,12	Laura Burlletti	07	19.05.	Neuwied
	3:05,72	Laura Köhler	07	09.06.	Selters
	3:05,99	Jette Hasenberg	07	09.06.	Selters
60 m Hürden	11,61	Lea Dommershausen	07	09.06.	Selters
	12,57	Laura Burlletti	07	19.05.	Neuwied
Weitsprung	4,27	Lea Dommershausen	07	09.06.	Selters
	4,22	Laura Burlletti	07	09.06.	Selters
	4,02	Jette Hasenberg	07	15.06.	Katzenelnbogen
	3,65	Julia Schilling	07	15.06.	Katzenelnbogen

	3,60	Jana Stampfl	07	16.06.	Dierdorf
	3,58	Zoe Michels	07	21.09.	Bad N-A
	3,45	Lara Breitenbach	07	15.06.	Katzenelnbogen
Ball 200 g	30,00	Lea Dommershausen	07	19.05.	Neuwied
	29,50	Laura Burletti	07	19.05.	Neuwied
	22,50	Jette Hasenberg	07	15.06.	Katzenelnbogen
	21,00	Julia Schilling	07	15.06.	Katzenelnbogen
	20,00	Jana Stampfl	07	16.06.	Dierdorf
	16,00	Zoe Michels	07	16.06.	Dierdorf
	15,00	Lara Breitenbach	07	15.06.	Katzenelnbogen
Dreikampf	1166	Lea Dommershausen	07	16.06.	Dierdorf
		11,65-3,99-27,00			
	1161	Laura Burletti	07	16.06.	Dierdorf
		11,16-3,99-22,00			
	1048	Jana Stampfl	07	16.06.	Dierdorf
		11,66-3,60-20,00			
	904	Zoe Michels	07	16.06.	Dierdorf
		12,60-3,40-16,00			
Block Lauf	1965	Lea Dommershausen	07	19.05.	Neuwied
		11,55-12,13-3,87-30,00-3:03,18			
	1951	Laura Burletti	07	19.05.	Neuwied
		11,33-12,57-3,87-29,50-3:04,12			
W 11					
50 m	7,94	Lena Eichhorn	08	15.09.	Dierdorf
	8,04	Lisa Lemke	08	15.09.	Dierdorf
	8,12	Miriam Dietz	08	15.06.	Katzenelnbogen
	8,12	Theresa Deus	08	15.06.	Katzenelnbogen
	8,31	Johanna Karst	08	16.06.	Dierdorf
	8,60	Julia Wagner	08	16.06.	Dierdorf
	8,75	Hana Idrizovic	08	15.09.	Dierdorf
	9,01	Lena Montermann	08	15.09.	Dierdorf
	9,08	Serena Delen	08	11.05.	Neuwied
800 m	2:43,65	Lena Eichhorn	08	16.06.	Dierdorf
	2:52,09	Theresa Deus	08	15.06.	Katzenelnbogen
	3:16,57	Julia Wagner	08	16.06.	Dierdorf
4 x 50 m	30,30			15.09.	Dierdorf
		Schmidt, Eichhorn, Merta, Lemke			
	35,04			15.09.	Dierdorf
		Delen, Montermann, Karst, Idrizovic			
Hochsprung	1,10	Lisa Lemke	08	15.09.	Dierdorf
	0,98	Serena Delon	08	15.09.	Dierdorf
Weitsprung	4,16	Lena Eichhorn	08	15.09.	Dierdorf
	3,95	Miriam Dietz	08	15.06.	Katzenelnbogen
	3,86	Theresa Deus	08	15.06.	Katzenelnbogen
	3,84	Lisa Lemke	08	15.09.	Dierdorf
	3,49	Johanna Karst	08	16.06.	Dierdorf
	3,36	Julia Wagner	08	16.06.	Dierdorf
	3,19	Serena Delen	08	11.05.	Neuwied
	3,19	Lena Montermann	08	11.05.	Neuwied
	3,06	Hana Idrizovic	08	15.09.	Dierdorf
Schlagball	28,50	Sirena Delen	08	16.06.	Dierdorf
	25,00	Miriam Dietz	08	15.06.	Katzenelnbogen
	25,00	Lisa Lemke	08	15.09.	Dierdorf
	20,50	Lena Montermann	08	15.09.	Dierdorf
	20,00	Hana Idrizovic	08	16.06.	Dierdorf
	19,00	Lena Eichhorn	08	15.09.	Dierdorf
	14,00	Julia Wagner	08	16.06.	Dierdorf
	13,50	Johanna Karst	08	15.09.	Dierdorf

Dreikampf	1145	Lisa Lemke 8,04-3,84-25,00	08	15.09.	Dierdorf
	1022	Lena Eichhorn 7,94-4,16-19,00	08	15.09.	Dierdorf
	912	Serena Delen 9,08-3,19-21,50	08	11.05.	Neuwied
	885	Lena Montermann 9,01-3,03-20,50	08	15.09.	Dierdorf
	881	Hana Idrizovic 8,75-3,06-18,00	08	15.09.	Dierdorf
	876	Johanna Karst 8,36-3,21-13,50	08	15.09.	Dierdorf
W10					
50 m	8,18	Lina Schmidt	09	15.09.	Dierdorf
	8,23	Nele Merta	09	15.09.	Dierdorf
	8,86	Laura Kunze	09	15.09.	Dierdorf
	8,89	Luana Legaye	09	15.09.	Dierdorf
	9,25	Mathea Herbst	09	11.05.	Neuwied
	9,25	Lotta Meuter	09	16.06.	Dierdorf
	9,33	Aglaia Stieber	09	16.06.	Dierdorf
	9,34	Friederike Weger	09	11.05.	Neuwied
	9,42	Mia Busic	09	16.06.	Dierdorf
	9,43	Cim Lunar	09	16.06.	Dierdorf
	9,48	Mathea Herbst	09	16.06.	Dierdorf
	9,59	Friederike Weger	09	15.09.	Dierdorf
	9,72	Nika Zulj	09	16.06.	Dierdorf
	800 m	3:23,07	Laura Kunze	09	16.06.
3:39,13		Cim Lunar	09	16.06.	Dierdorf
3:42,01		Friederike Weger	09	16.06.	Dierdorf
Hochsprung	1,10	Aglaia Stieber	09	15.09.	Dierdorf
	1,10	Nele Merta	09	15.09.	Dierdorf
	1,02	Lina Schmidt	09	15.09.	Dierdorf
	0,94	Friederike Weger	09	15.09.	Dierdorf
Weitsprung	3,78	Lina Schmidt	09	16.06.	Dierdorf
	3,36	Lena Merta	09	11.05.	Neuwied
	3,33	Laura Kunze	09	16.06.	Dierdorf
	3,27	Luana Legaye	09	15.09.	Dierdorf
	3,19	Aglaia Stieber	09	15.09.	Dierdorf
	3,19	Friederike Weger	09	15.09.	Dierdorf
	3,16	Mia Busic	09	16.06.	Dierdorf
	3,03	Mathea Herbst	09	16.06.	Dierdorf
	2,97	Lotta Meuter	09	16.06.	Dierdorf
	2,90	Nika Zulj	09	16.06.	Dierdorf
	2,87	Cim Lunar	09	16.06.	Dierdorf
	2,86	Friederike Weger	09	11.05.	Neuwied
	Schlagball	25,00	Nika Zulj	09	16.06.
24,50		Lotta Meuter	09	16.06.	Dierdorf
23,00		Lina Schmidt	09	15.09.	Dierdorf
18,00		Aglaia Stieber	09	15.09.	Dierdorf
17,50		Luana Legaye	09	16.06.	Dierdorf
15,50		Mia Busic	09	16.06.	Dierdorf
14,50		Laura Kunze	09	15.09.	Dierdorf
14,50		Friederike Weger	09	15.09.	Dierdorf
14,50		Nele Merta	09	15.09.	Dierdorf
13,50		Mathea Herbst	09	16.06.	Dierdorf
8,50		Friederike Weger	09	11.05.	Neuwied
Dreikampf		991	Lina Schmidt	09	11.05.

		8,45-3,46-20,00			
882		Nele Merta	09	11.05.	Neuwied
		8,57-3,36-14,00			
860		Luana Legaye	09	15.09.	Dierdorf
		8,89-3,27-15,50			
844		Aglaia Stieber	09	15.09.	Dierdorf
		9,33-3,19-18,00			
835		Laura Kunze	09	15.09.	Dierdorf
		8,86-3,17-14,50			
773		Friederike Weger	09	15.09.	Dierdorf
		9,59-3,19-14,50			
754		Mia Bosic	09	11.05.	Neuwied
		9,48-2,93-15,00			
693		Mathea Herbst	09	11.05.	Neuwied
		9,25-2,87-10,50			
680		Nika Zulj	09	11.05.	Neuwied
		10,09-2,60-16,50			

M 30

3000 m	9:53,19	Benjamin Becker	85	12.05.	Mayen
5000 m	16:58,51	Benjamin Becker	85	29.05.	Koblenz
10 km	35:43	Benjamin Becker	85	08.09.	Koblenz

M 35

400 m	64,14	Stefan Marx	82	07.09.	Urmitz
1000 m	3:03,83	Stefan Marx	82	07.09.	Urmitz
1500 m	4:47,15	Stefan Marx	82	25.05.	Mayen
3000 m	10:50,64	Stefan Marx	82	07.09.	Urmitz
10 km	38:11	Johann Rehan	83	09.03.	Urmitz
	39:21	Stefan Marx	82	09.03.	Urmitz

M 40

100 m	12,33 (-0,8)	Markus Paquée	75	25.05.	Mayen
200 m	25,27 (0,0)	Markus Paquée	75	08.05.	Ochtendung
10 km	44:02	Torsten Marx	77	09.03.	Urmitz
Halbmarathon	1:32:16	Siegmund Kreier	76	27.10.	Föhren
110 m Hürden	16,37 (-0,5)	Markus Paquée	75	12.07.	Leinefelde
Kugelstoßen	9,30	Markus Paquée	75	02.06.	Bitburg
Diskuswurf	32,60	Markus Paquée	75	23.06.	Landau
Speerwurf	51,28	Markus Paquée	75	02.06.	Bitburg

M 45

100 m	14,11 (0,6)	Uwe Klein	72	19.10.	Bad N-A
200 m	29,78 (1,0)	Uwe Klein	72	19.10.	Bad N-A
400 m	67,27	Uwe Klein	72	02.06.	Bitburg
3000 m	10:55,05	Ingo Neumann	71	07.09.	Urmitz
10000 m	41:00,48	Uwe Klein	72	07.09.	Urmitz
10 km	35:35	Ingo Neumann	71	15.09.	Siegburg
	40:52	Uwe Klein	72	13.10.	Mülheim-K.
Halbmarathon	1:18:56	Ingo Neumann	71	27.10.	Föhren
	1:32:12	Uwe Klein	72	27.10.	Föhren

M 50

800 m	2:30,29	Thomas Gilberg	69	25.05.	Mayen
1000 m	3:18,88	Thomas Gilberg	69	06.04.	Bad N-A
1500 m	4:54,38	Thomas Gilberg	69	25.05.	Mayen
3000 m	10:21,69	Thomas Gilberg	69	06.04.	Bad N-A

5000 m	17:25,06	Thomas Gilberg	69	23.06.	Landau
10000 m	35:12,32	Thomas Gilberg	69	07.09.	Urmitz
10 km	35:59	Thomas Gilberg	69	23.03.	Niederfischbach
	40:10	Holger Nickolaus	65	22.09.	Polch
Halbmarathon	1:19:15	Thomas Gilberg	69	27.10.	Föhren
Marathon	3:27:36	Holger Nickolaus	65	08.09.	Koblenz

M 55

100 m	13,63 (0,9)	Jürgen Prechtel	60	05.05.	Herdorf
400 m	66,08	Jürgen Prechtel	60	05.05.	Herdorf
800 m	2:40,63	Jürgen Dolate	64	02.06.	Bitburg
400 m Hürden	71,32	Jürgen Prechtel	60	2804	Troisdorf
Weitsprung	4,98 (0,0)	Uwe Palm	63	10.07.	Trebur
	4,93 (-0,8)	Jürgen Prechtel	60	05.05.	Herdorf
Dreisprung	9,57 (0,0)	Uwe Palm	63	23.06.	Landau
Kugelstoßen	9,55	Uwe Palm	63	07.08.	Pfungstadt
Diskuswurf	34,79	Uwe Palm	63	23.06.	Landau
Speerwurf	33,26	Uwe Palm	63	13.04.	Sinzig

M 60

Diskuswurf	37,57	Dieter Lösch	58	01.09.	Burgbrohl
------------	-------	--------------	----	--------	-----------

M 65

Kugelstoßen	9,06	Lothar Knab	52	01.09.	Burgbrohl
Diskuswurf	27,69	Lothar Knab	52	01.09.	Burgbrohl
Speerwurf	30,73	Lothar Knab	52	01.09.	Burgbrohl

M 70

Kugelstoßen	11,22	Peter Busch	49	23.06.	Landau
Diskuswurf	32,63	Peter Busch	49	03.10.	Weisel
Hammerwurf	33,08	Peter Busch	49	12.05.	Trier

M 75

100 m	14,23 (-0,4)	Friedhelm Adorf	43	12.07.	Leinefelde
200 m	29,45 (-1,7)	Friedhelm Adorf	43	11.09.	Venedig/ITA
400 m	70,99	Friedhelm Adorf	43	09.09.	Venedig/ITA

W 30

100 m	13,45 (1,6)	Julia Bachtin	86	29.05.	Koblenz
200 m	28,23 (-0,7)	Julia Bachtin	86	29.05.	Koblenz
Hochsprung	1,55	Julia Bachtin	86	02.06.	Saulheim
Weitsprung	4,91 (0,0)	Julia Bachtin	86	12.05.	Mayen
Kugelstoßen	8,58	Julia Bachtin	86	12.05.	Mayen