

Weser-Ems Rekordliste

Männer

100 m Lauf						
10,43	*	Schulze, Rainer	1981	LG Wilhelmshaven	Wattenscheid	02.07.2005
200 m Lauf						
21,10	*	Schulze, Rainer	1981	LG Wilhelmshaven	Zeulenroda	28.05.2006
400 m Lauf						
46,78		Wegner, Uwe	1959	LG Wilhelmshaven	Mainz	31.08.1980
800 m Lauf						
1:48,33		Onken, Jan-Gerhard	1988	VfL Germania Leer	Leverkusen	31.07.2009
1000 m Lauf						
2:20,8		Wollstein, Jost	1952	DSC Oldenburg	Hannover	23.07.1975
1500 m Lauf						
3:40,79		Schlangen, Carsten	1980	SV Union Meppen	Wattenscheid	03.07.2005
1 Meilen-Lauf						
4:13,20		Wollherr, Maik	1985	OTB Osnabrück	Berlin	17.08.2011
3000 m Lauf						
8:01,69		Schlangen, Carsten	1980	SV Union Meppen	Cuxhaven	09.07.2005
5000 m Lauf						
14:04,0		Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Berlin	12.06.1976
10000 m Lauf						
29:22,92		Diettrich, Georg	1970	LG Wilhelmshaven	Connecticut/USA	28.04.1994
Stundenlauf						
19.082		Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Celle	28.03.1976
10 km Str.						
30:30		Paetzke, Christoph	1983	DSC Oldenburg	Korschenbroich	10.04.2005
10 km Str.						
1:36:25		DSC Oldenburg Ma.			Bad Liebenzell	19.09.2004
		Paetzke, Christoph(1983) - 30:30;				
		Pupkes, Eike Carsten (1984)- 32:50; Hackl, Daniel (1982) -				
33:05						
Halbmarathon						
1:07:00		Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Den Haag	27.03.1994
Halbmarathon						
3:38:37		LG Wilhelmshaven Ma.			Den Haag	27.03.1994
		Raddatz, Thomas (1971) - 1:11:51;				
		Zimmermann, R. (1971) - 1:17:27; Diettrich, Georg (1970) -				
1:09:19						
Marathon						
2:19:44		Ollesch, Hartmut	1954	Heidmühler FC	Bremen	27.04.1986
MarathonMa.						
7:20:05		Heidmühler FC			Bremen	28.04.1985
		Nicolai, Albertus (1945);				
		Donnerstag, Werner (1946); Ollesch, Hartmut (1954)				
100 km						
7:01:09		Bandelt, Jürgen	1951	LG Oldenburg	Rodenbach	31.10.1987
100 km						
28:48:06		LG Wilhelmshaven Ma.			Neuwittenbeck	12.09.1998
		Schuhmacher, Olaf (1967) - 9:34:13;				
		Boehme, Dr. Detlev (1947) - 9:35:52; Feil, Wilfried (1943) -				
9:38:01						
110 m Hürden						
14,22		Müller, Frank	1968	TV Norden	Götzis	31.05.1992
400 m Hürden						
51,54		Lescow, Kilian	1966	OTB Osnabrück	Scheeßel	04.06.1995
3000 m Hind.						
8:50,8		Kepp, Norbert	1948		Osnabrück	21.06.1969
4 x 100 m Staffel						
41,33		TV Norden			Erfurt	21.07.2007

Thielecke-Klei, Paul (1986); André, Siewert (1986);
Eilers, Saarko (1989); Goldenstein, Carsten (1988)

4 x 400 m Staffel
3:10,20 TV Norden Düsseldorf 12.08.1990
Schweter, Gregor (1965); Müller, Frank (1968);
Kleemann, Gerd (1965); Steinke, Michael (1964)

3 x 1000 m Staffel
7:23,76 StG Lönningen-Rosche Wattenscheid 17.06.2012
Petersen, Tilmann (1995); Brümmer, Steffen (1994); Burger, Yannick
(1995)

10.000 m Bahng.
42:27,71 Luttmann, Andreas 1969 OFV Ostercappeln Fulda 03.09.1989
20km Str.Gehen
1:28:31 Luttmann, Andreas 1969 OFV Ostercappeln Hamburg 11.08.1989
20km Str.Gehen Ma.
4:40:24 OFV Ostercappeln Bad Krotzing 16.04.1989
Luttmann, Andreas (1969) - 1:29:17;
Kollorz, Manuel (1969) - 1:32:30; Bresser, Klaus (1969) -
1:38:37

50km Str.Gehen
4:03:23 Heitmann, Detlef 1952 LG Unterweser Brake Letter 13.10.1985
Hochsprung
2,22 Wegmann, Rainer 1970 Oldenburg 15.07.1990
Stabhochsprung
5,10 Müller, Frank 1968 TV Norden Atlanta/USA 01.08.1996
Weitsprung
7,74 Heide, Thorsten 1969 Delmenhorster TV Hannover 22.08.1991
Dreisprung
16,49 Müller, Frank 1968 TV Norden Hamburg 12.08.1989
Kugelstoß
18,14 Steinberg, Ewald 1942 LG Osnabrück Gretesch 09.06.1972
Diskuswurf
57,24 Isenecker, Roland 1972 TV Norden Soltau 05.06.2002
Hammerwurf
65,66 Meyer, Askold 1960 LG Bersenbrück/Engter Hannover 19.06.1982
Speerwurf
71,64 Bieck, Marcus 1969 TV Norden Bad Oeynhausen 22.04.1995
5-Kampf
4.013 Müller, Frank 1968 TV Norden Attendorn 21.05.1989
7,41 - 58,40 - 21,50 - 41,90 - 4:26,45

5-Kampf
11.062 TV Norden Attendorn 21.05.1989
Ma. Müller, Frank (1968); Zander, Robert (1968); Kleemann, Gerd
(1965)

10-Kampf
8.256 Müller, Frank 1968 TV Norden Salzgitter 21.06.1990
10,74 - 7,63w - 13,93 - 2,00 - 48,15 - 14,55 - 44,02 - 4,60 -
59,60 - 4:26,62

10-KampfMa.
22.107 TV Norden Salzgitter 21.06.1990
Müller, Frank (1968); Kleemann, Gerd (1965); Zander, Robert
(1968)

Frauen

100 m Lauf
11,75 * Bartschat, Katrin 1970 LG Delmenhorst/Diepholz Göttingen 08.09.1990
200 m Lauf
23,85 * Krug, Corinna 1964 Koblenz 30.08.1981
400 m Lauf

52,63	Spelmeyer, Ruth Sophia	1990	VfL Oldenburg	Ulm	06.07.2013
800 m Lauf					
2:01,29	Bens, Monika	1966	VfL Ockenhausen	Schwechat/AUT	27.08.1983
1000 m Lauf					
2:40,66	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Zürich/SUI	17.08.1994
1500 m Lauf					
4:18,13	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Eindhoven/NED	10.07.2011
1 Meilen-Lauf					
5:07,45	Borchers, Anke	1978	LG Oldenburg	ColumbusUSA	03.06.1995
3000 m Lauf					
9:11,13	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Dortmund	12.05.2011
5000 m Lauf					
15:54,00	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Koblenz	25.05.2011
10000 m Lauf					
34:00,37	Helmich, Jutta	1961	OTB Osnabrück	Wetzlar	06.09.1986
Stundenlauf					
15.680	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Delmenhorst	13.04.2002
10 km Str.					
35:14	Bokern, Kristina	1986	VfL Oldenburg	Mannheim	15.09.2007
10 km Str. Ma.					
1:52:11	OFV Ostercappeln			Alfeld	15.03.1998
	Brandenburg,Barbara (1967); Karsch, Jutta(1961); Köhne,Manuela				
	(1965)				
Halbmarathon					
1:17:53	Willcox, Viktoria	1973	LG Wilhelmshaven	Bremen	07.09.1997
Halbmarathon Ma.					
4:04:53	OFV Ostercappeln			Emmerthal	01.03.1998
	Brandenburg,Barbara(1967); Karsch,Jutta (1961); Köhne, Manuela				
	(1965)				
Marathon					
2:44:52	Rusch, Corinna	1965	TV Cloppenburg	Herzlake	25.10.1987
Marathon Ma.					
9:20:47	OSC Damme			Berlion	29.09.2002
	Bussmann,Elke (1966); Rolfes,Silvia (1959); Kramer, Christina				
	(1958)				
100 km					
9:00:09	Köhne, Manuela	1965	LG Osnabrück	Rheine	31.08.2002
100 m Hürden					
13,58	* Rieger, Silvia	1970	TuS Eintracht Hinte	Scheeßel	18.05.1997
400 m Hürden					
54,22	Rieger, Silvia	1970	SV Emden-Harsweg	Johannesburg/RSA	11.09.1998
3000 m Hind.					
10:53,53	Kahmann, Kerstin	1973	OFV Ostercappeln	Braunschweig	11.07.2004
4 x 100 m Staffel					
48,52	StG DSC/BTB Oldenburg			Papenburg	18.06.2011
	Hungar, Constanze (1993); Diekmann, Lara (1993); Krause, Ruth (1986); Pflug, Birte (1981)				
4 x 400 m Staffel					
3:41,50	SV Emden-Harsweg			Berlin	05.07.1998
	Wollers, Silke (1979); Ringel, Kristin (1979); Jacob, Hedda (1979); Rieger, Silvia (1970)				
3 x 800 m Staffel					
6:18,88	VfL Ockenhausen			Berlin	21.07.1985
	Janhsen, Frieda (1965); Huneke, Heike (1966); Bens, Monika				
	(1966)				
5000 m Bahng.					
22:30,15	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Neustadt/Rbg.	25.04.2004
10.000 m Bahng.					
48:39,63	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Berlin	04.07.1998
10km Str.Gehen					
47:17	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Kerpen	04.06.2005
10km Str.Gehen Ma.					
2:34:26	OFV Ostercappeln			Naumburg	21.04.1991

Kollorz, Babara (1967) - 50:20;

Luttmann, Anja (1972) - 52:00; Krahn, Birgit (1971) - 52:06

20km Str.Gehen

1:43:27 Brandenburg, Barbara 1967 LG Osnabrück Hildesheim 05.06.2004

Hochsprung

1,87 Wilken, Marlies 1959 LG Wilhelmshaven Bremerhaven 18.06.1977

Stabhochsprung

3,70 Möllers, Ria 1996 SC Melle 03 Hannover 02.06.2012

Weitsprung

6,48 Ganseforth, Annette 1970 LG Emstal Dörpen Hamburg 12.08.1989

Dreisprung

13,50 * Linnenbaum, Eva 1989 TuS Neuenhaus Wesel 30.05.2010

Kugelstoß

15,43 Selzam, Ute 1973 LG Osnabrück Stuttgart 01.07.2001

Diskuswurf

56,04 Galler, Dagmar 1961 LG Wilhelmshaven Posen 12.07.1980

Hammerwurf

70,73 Bunjes, Andrea 1976 SV Holtland Athen 23.08.2004

Speerwurf

45,66 Gnoth, Kirstin 1973 TuS Gildehaus Papenburg 24.09.1999

5-Kampf

2.936 Harms, Kira 1990 VfL Oldenburg Stuhr-Moordeich 09.09.2013
13,05(+0,6)-4,77(+0,1)-8,41-1,63-2:48,3

5-Kampf Ma.

9.049 OTB Osnabrück Delmenhorst 05.09.2010

Kleen, Johanna (1992) - 3.092;

Wollherr, Tina (1990) - 2.990; Kröner, Berit (1990) - 2.967

7-Kampf

5.265 Reiners, Jennifer 1978 LG Papenburg/Aschendorf Bernhausen 21.06.1997
15,39-1,63-10,68/25,50-5,89-36,10-2:16,01

7-Kampf Ma.

13.490 LG Papenburg/Aschendorf (Reiners ; Spiller ; Kuhr) Salzgitter 07.06.1997

Männliche Jugend U20

100 m Lauf

10,58 * Amarteifio, Patrick 1973 LG Wilhelmshaven Mönchengladbach 10.07.1992

200 m Lauf

21,60 * Helbig, Till 1995 LG Wilhelmshaven Bremen 15.06.2013

400 m Lauf

46,94 Caspers, Claas 1986 Heidmühler FC Mannheim 20.06.2004

800 m Lauf

1:50,2 Plätzer, Stefan 1966 TuS Ofen Koblenz 22.05.1985

1000 m Lauf

2:24,51 Gruber, Daniel 1989 LG Emstal Dörpen Leverkusen 30.07.2008

1500 m Lauf

3:46,11 Volkmann, Jens 1967 LG Huntégau Rhede 02.07.1986

3000 m Lauf

8:16,66 Pehrs, Florian 1989 TuS Gildehaus Wattenscheid 01.08.2008

5000 m Lauf

14:15,0 Gebhardt, Peter 1955 VfL Lingen Lübeck 25.05.1974

10000 m Lauf

30:44,6 Thünemann, Andreas 1964 TV Meppen Melle 05.10.1983

10 km Str.

31:24 Müller, Vitali 1986 SG Essen-Garthe-Molbergen Ohrdruf 13.03.2005

10 km Str. Ma.

1:43:04 SG Essen-Garthe-Molbergen Burghaslach 22.03.2003

Müller, Vitali (1986) - 33:06;

Maurer, Viktor (1986) - 34:07; Meyer, Alan (1986) - 35:51

Halbmarathon

1:12:38 Harwardt, Valentin 1977 Emdener Laufgemeinschaft Lönningen 27.10.1996

Halbmarathon Ma.

3:57:01 SV Lemwerder Hannover 06.05.2007
 Eichinger, Christian (1989) - 1:16:58;
 Trudrung, Waldemar (1989)- 1:17:53; Ammermann, Karsten (1988)-

1:22:10

110 m Hürden

13,95 * Kösters, Jens 1990 LG Papenburg/Aschendorf Zeven 30.05.2009

400 m Hürden

52,7 Hustede, Willi 1959 LG Bersenbrück/Engter Hannover 27.07.1976

2000 m Hind.

5:29,60 Volkmann, Jens 1967 LG Huntgau Athen/GRE 20.07.1986

4 x 100 m Staffel

42,13 LG Osnabrück Berlin 20.07.2008

Okpure, Jesse (1991); Jochmann, Patrick (1990);
 Röwekamp, Christian (1990); Wilke, Matthias (1992)

4 x 400 m Staffel

3:19,6 BLK Bersenbrück Sindelfingen 10.10.1976

Buse (1959); Gediga (1960); Hustede (1959); Strehl (1959)

3 x 1000 m Staffel

7:23,76 StG Lönningen-Rosche Wattenscheid 17.06.2012

Petersen, Tilmann(1995); Brümmer,Steffen (1994);Burger,Yannick

(1995)

10.000 m Bahng.

43:24,53 Luttmann, Andreas 1969 OFV Ostercappeln Lübeck 08.07.1988

10km Str.Gehen

43:52 Müller, Carlo 1967 Adelheider TV Eschborn 13.09.1986

Hochsprung 2,20

Zumsande, Hannes

1979LG Emstal Dörp

Stabhochsprung

4,90 Pieper, Robin 1995 LG Peiner Land Braunschweig 28.04.2013

Weitsprung

7,48 * Müller, Frank 1968 TV Norden Hannover 27.09.1987

Dreisprung

15,84 * Müller, Frank 1968 TV Norden Hamburg 15.08.1987

Kugelstoß

17,90 Peters, Derk 1991 SV Georgsheil Georgsheil 10.07.2010

Diskuswurf

57,98 Isenecker, Roland 1972 LG Wilhelmshaven Georgsheil 02.10.1991

Hammerwurf

57,55 Wixler, Andreas 1984 TSG Dissen Dissen 29.09.2003

Speerwurf

67,93 Bergmann, Sven 1983 SV Georgsheil Rostock 21.09.2002

5-Kampf

3.862 Rabenstein, Jens 1978 TV Norden Wesel 30.08.1997

11,14 - 7,14 - 143,92- 1,87 - 50,86

5-Kampf Ma.

14.852 VfL Germania Leer Zeven 17.07.1999

Ruchel, Lars (1980) - 3.325;

Seinschedt, Lars (1980) - 3.161; Warfsmann, Jens (1980) - 3.115

Hofmann, Nils (1980) - 2.922; Renken, Florian (1980) - 2.329

10-Kampf

7.044 Peselmann, Nicolai 1983 OTB Osnabrück Berlin 31.08.2002

11,51(+0.5)-7,02(+0.3)-14,89-1,87-51,74/

15,41(+0.5)-35,03-4,10-50,67-4:43,03

10-Kampf Ma.

19.767 TV Norden Wesel 30.08.1997

Rabenstein, Jens (1978) - 6.927;

Tebben, Volker (1979) - 6.751; Bellmann, Malte (1978) - 6.089

Männliche Jugend U18

100 m Lauf

10,77	*	Helbig, Till	1995	LG Wilhelmshaven	Mönchengladbach	21.07.2012
200 m Lauf						
21,84	*	Helbig, Till	1995	LG Wilhelmshaven	Mönchengladbach	22.07.2012
400 m Lauf						
48,3		Hustede, Willi	1959	BLK Bersenbrück	Hannover	26.09.1976
800 m Lauf						
1:54,1		Wehmeyer, Axel	1966	Spvg Fürstenau	Weyhe	31.08.1983
1000 m Lauf						
2:26,0		Wehmeyer, Axel	1966	Spvg Fürstenau	Dissen	28.09.1983
1500 m Lauf						
3:52,34		Wehmeyer, Axel	1966	Spvg Fürstenau	Osnabrück	05.06.1983
3000 m Lauf						
8:29,75		Petersen, Tilmann	1995	VfL Löningen	Mönchengladbach	20.07.2012
5000 m Lauf						
15:03,2		Funke, Willi	1959		Bremerhaven	06.08.1976
10 km Str.						
32:13		Schneiders, Ingo	1988	SV Concordia Emsbüren	Ohrdruf	13.03.2005
10 km Str. Ma.						
1:39:22		SV Concordia Emsbüren			Ohrdruf	13.03.2005
		Schneiders, Ingo (1988) - 32:13;				
		Schneiders, Marcel (1988) - 33:32; Gruber, Daniel (1989) - 33:37				
Halbmarathon						
1:16:15		Eichinger, Christian	1989	SV Lemwerder	Aschaffenburg	01.10.2006
Halbmarathon Ma.						
4:10:01		SV Lemwerder			Aschaffenburg	01.10.2006
		Eichinger, Christian (1989) - 1:16:15;				
		Trudrung, Waldemar (1989) - 1:22:27; Wessels, T. (1990) -				
1:31:19						
110 m Hürden						
13,66	*	Amarteifio, Patrick	1973	LG Wilhelmshaven	Bruchköbel	14.07.1990
400 m Hürden						
52,7		Hustede, Willi	1959	BLK Bersenbrück	Hannover	27.06.1976
2000 m Hind.						
5:53,27		Volkman, Jens	1967	LG Huntgau	Fulda	22.07.1984
4 x 100 m Staffel						
43,19		LG Osnabrück			Ulm	03.08.2007
		Flottmann, Florian (1990); Jochmann, Patrick (1990);				
		Röwekamp, Christian (1990); Okpure (1991)				
4 x 400 m Staffel						
3:35,64		DSC Oldenburg			Osnabrück	18.04.2009
		Bamstedt, Nicolaus (1993); Akkad, Jamil (1993);				
		Künnen, Hinnerk (1993); Brümmer, Steffen (1994)				
3 x 1000 m Staffel						
8:03,6		VfL Lingen			Wunstorf	08.05.1988
		Van Hooven (1971); Koopmann (1971); Schroer (1971)				
5000 m Bahng.						
21:49,16		Luttman, Andreas	1969	OFV Ostercappeln	Krefeld	25.07.1986
10km Str. Gehen						
53:03		Schweer, Jannek	1988	LG Osnabrück	Dresden	24.04.2005
Hochsprung						
2,12		Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Eberstadt	08.09.1996
Stabhochsprung						
4,22		Schwagmann, Norbert	1973	LG Emstal Dörpen	Scheeßel	03.06.1990
Weitsprung						
7,06		Müller, Frank	1968	TV Norden	Hannover	29.09.1985
Dreisprung						
14,99		Müller, Frank	1968	TV Norden	Stade	04.10.1985
Kugelstoß						
17,97		Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Bremen	18.06.2000
Diskuswurf						
54,65		Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Georgsheil	01.07.2000
Hammerwurf						
60,23		Wixler, Andreas	1984	TSG Dissen	Dissen	22.06.2001

Speerwurf						
52,04	Stolb, Robin	1987	OTB Osnabrück	Osnabrück	22.06.2004	
5-Kampf						
3.750	Rabenstein, Jens	1978	TV Norden	Salzgitter	27.05.1995	
	11,33 - 6,77w - 15,03 - 1,80 - 36,62					
5-Kampf Ma.						
14.863	TV Norden			Salzgitter	27.05.1995	
	Rabenstein, Jens (1978) - 3.750; Wojtasiak, Adrian (1978) - 3.075; Brink, Manuel (1979) - 2.888 Scholz, Jan (1981) - 2.666; Tebben, Volker (1979) - 2.484					
10-Kampf						
7.042	Rabenstein, Jens	1978	TV Norden	Salzgitter	27.05.1995	
	11,33- 6,77- 15,03- 1,80- 36,62- 14,95- 42,76- 3,70- 45,10-					
4:42,68						
10-KampfMa.						
18.027	TV Norden			Salzgitter	27.05.1995	
	Rabenstein, Jens (1978) - 7.042; Wojtasiak, Adrian (1978) - 5.889; Brink, Manuel (1979) - 5.096					

Männliche Jugend U16

5 km Str. Ma.						
51:13	SG Essen-Garthe			Oldenburg	21.10.2001	
	Maurer (1986); Meyer, Alan (1986); Müller, Vitali (1986)					
4 x 100 m	Staffel					
46,04	TV Norden			Celle	26.06.2004	
	Moseev (1989); Scheutwinkel, Wilke (1989); Eilers, Saarko (1989); Becker (1989)					
3 x 1000 m	Staffel					
8:12,40	LG Wilhelmshaven			Verden	25.09.1988	
	Senff (1973); Mischke (1973); Gronewold (1973)					
4-KampfMa.						
10.496	LG Papenburg/Aschendorf			Bremen	28.08.2005	
	Kösters, Sven (1990) - 2.266; Schütt, Christian (1990) - 2.250; Kösters, Jens (1990) - 2.211 Bürmann, Kevin (1991) - 1.865; Gerbrand (1990) - 1.904					
Block Mannschaft						
12.917	TV Norden			Hinte	15.05.2004	
	Moseev, Anton (1989) - 2.709; Stein, Timo (1989) - 2.682; Weege, Koord (1989) - 2.563 Eilers, Saarko (1989) - 2.516; Becker, Florian (1989) - 2.447					

Jugend M15

100 m Lauf						
11,11 *	Keller, Carsten	1969	BTB Oldenburg	Oldenburg	30.06.1984	
300 m Lauf						
35,78	Caspers, Claas	1986	Heidmühler FC	Munster	15.09.2001	
800 m Lauf						
1:59,16	Gruber, Daniel	1989	SV Concordia Emsbüren	Halberstadt	19.06.2004	
1000 m Lauf						
2:35,7	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Melle	05.10.1983	
2000 m Lauf						
5:47,0	Gruber, Daniel	1989	SV Concordia Emsbüren	Nordhorn	18.09.2004	
3000 m Lauf						
8:56,42	Hoke, Thorsten	1968	PSV Osnabrück	Dortmund	29.07.1983	
5 km Str.						
15:48	Klingenberg, Sadik	1989	LG Emstal Dörpen	Lingen	04.05.2004	
80 m Hürden						

10,62	Rabenstein, Jens	1978	TV Norden	Munster	05.09.1993
300 m Hürden					
40,36	Jochmann, Patrick	1990	LG Osnabrück	Hamburg	15.05.2005
Hochsprung					
1,96	Howe, Falk	1966	TuS Zetel	Holzminden	05.09.1981
Stabhochsprung					
4,01	Aßmann, Bodo	1981	TV Norden	Papenburg	25.08.1996
Weitsprung					
6,68	* Pagel, Niels	1977	DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.1992
Dreisprung					
13,31	* Garritsen, Christoph	1997	TuS Neuenhaus	Papenburg	03.09.2012
Kugelstoß					
17,47	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Wehdel	19.07.2006
Diskuswurf					
59,22	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Georgsheil	11.10.1997
Hammerwurf					
60,76	Schweer, Nico	1996	SV Holtland	Holtland	10.09.2011
Speerwurf					
54,66	Engelmann, Jens	1988	SV Friedrichsfehn	Jüterborg	16.08.2003
Ballwurf 200g					
88,00	Lohß, Thorsten	1977	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	21.06.1992
3-Kampf					
1.721	Janssen, Henrik	1998	TV Norden	Norden	24.08.2013
	12,3(+1,0)-5,21(+1,4)-15,18				
4-Kampf					
2.364	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Aurich	16.09.2006
	11,8-5,66-15,21-1,64				
9-Kampf					
4.767	Becker, Nico	1998	Heidmühler FC	Stuhr-Moordeich	22.06.2013
	12,80(+0,5)-5,06(+0,0)-11,24-1,64/12,37(+0,0)-38,15-3,40-37,42-				
	3:29,95				
Block S/S					
3.007	Surmann, Arne	1992	BTB Oldenburg	Lage	11.08.2007
	11,54(+0,0)-10,74-6,23-1,72-34,73				
Block Lauf					
2.691	Tabeling, Felix	1998	BV Garrel	Hamel	02.06.2013
	12,16(+4,0)-12,45(+3,1)-5,44(+2,6)-58,00-6:16,19				
Block Wurf					
3.061	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Hannover	26.08.2006
	12,02-11,57-5,43-15,14-47,54				
Jugend M14					
100 m Lauf					
11,4	Plagge, Andreas	1961	VfL Lingen	Wilhelmshaven	30.09.1975
300 m Lauf					
37,87	Akkad, Jamil	1993	VfL Lönningen	Papenburg	15.07.2007
800 m Lauf					
2:06,83	Achmus, Arne	1998	Delmenhorster TV	Celle	30.06.2012
1000 m Lauf					
2:35,7	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Melle	05.10.1983
2000 m Lauf					
5:55,2	Mäusner, Frank	1965	TV Adelheide	Lönningen	23.09.1979
3000 m Lauf					
9:18,44	Valentin, David	1997	TV Norden	Köln	04.05.2011
5 km Str.					
16:40	Valentin, David	1997	TV Norden	Norden	16.04.2011
80 m Hürden					
10,86	* Blessin, Florian	1976		Bad Pyrmouth	24.06.1990
300 m Hürden					
45,37	Lehmann, Malte	1988	SuK Garthe	Zeven	01.09.2002
3000 m Bahng.					

14:19,0	Hielscher, Claas	1969	Adelheider TV	Cuxhaven	20.10.1983
Hochsprung					
1,84	Rabenstein, Jens	1978	TV Norden	Munster	24.05.1992
1,84	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Menden	04.07.1993
Stabhochsprung					
3,23	Becker, Nico	1998	Heidmühler FC	Stuhr-Moordeich	08.07.2013
Weitsprung					
6,37	Pagel, Niels	1977	BTB Oldenburg	Papenburg	01.09.1991
Dreisprung					
12,39	Rabenstein, Jens	1978	TV Norden	Osterode	29.08.1992
Kugelstoß					
16,73	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Halle	18.05.1997
Diskuswurf					
59,22	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Georgsheil	11.10.1997
Hammerwurf					
49,66	Schweer, Nico	1996	SV Holtland	Delmenhorst	30.07.2010
Speerwurf					
43,57	Engelmann, Jens	1988	SV Emstek	Delmenhorst	04.05.2002
Ballwurf 200g					
84,00	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Aurich	22.05.1997
4-Kampf					
2.224	Surmann, Arne	1992	BTB Oldenburg	Schortens	17.09.2006
	11,8-5,93-10,82-1,64				
9-Kampf					
4.262	Becker, Nico	1998	Heidmühler FC	Stuhr-Moordeich	07.07.2013
	13,56(+0,0)-4,74(+0,0)-9,08-1,48/14,01(+0,5)-31,33-3,23-33,05-				
3:36,85					
Block S/S					
2.723	Surmann, Arne	1992	BTB Oldenburg	Nordenham	17.06.2006
	12,0-11,4-5,82-1,64-26,24				
Block Lauf					
2.527	Akkad, Jamil	1993	VfL Lönningen	Lage	11.08.2007
	12,69-13,04-5,29-49,00-6:23,47				
Block Wurf					
2.898	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Rhede	06.08.2005
	12,35-12,53-5,60-13,75-42,96				

Männliche Jugend U14

5 km Str.	Ma.				
57:07	VfL Germania Leer			Ihrhove	29.06.1991
	Woltermann (1978); Cavigelli (1978); Müller (1978)				
4 x 75 m					
39,2	LG Wilhelmshaven			Wilhelmshaven	19.10.2012
Staffel	Oliveira (1999); Ng (2000); Daud (2000); Enxing (1999)				
3 x 800 m					
7:47,63	TuS Haren			Dörpen	30.08.2013
Staffel	Achter, Tim (2002); Hagen, Lukas (2001); Bolle, David (2000)				
3 x 1000 m					
9:26,1	VfL Lingen			Bad Essen	05.08.1983
Staffel	Koopmann (1971); Hoffmann (1972); van Hoven (1971)				
3-Kampf Ma.					
6.072	VfL Lingen			Dörpen	30.08.2003
	Höckner, Jonas (1990) - 1.460;				
	Dietz, Alexander (1990) - 1.211; Egbers, J. (1991) - 1.176				
	Jäckering, Malte (1990) - 1.175; von Haugwitz, P. (1990) -				
1.050					
4-KampfMa.					
8.522	TV Norden			Warsingsfehn	17.08.2002
	Moseev, Anton (1989) - 1.852;				
	Stein, Timo (1989) - 1.813; Eilers, Saarko (1989) - 1.742				

Scheutwinkel, Wilke (1989) - 1.624; Weber, Clemens (1990) -

1.491

Block Mannschaft

10.547 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.2004
Kalter (1991) - 2.208;
Henneböhl (1991) - 2.158; Klug (1991) - 2.130
Kuck (1991) - 2.049; Schröter (1991) - 2.002

Jugend M13

75 m Lauf

8,9 Novokhatniy, Kirill 2000 TV Norden Norden 24.08.2013

800 m Lauf

2:16,56 Siemer, Patrick 2000 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 15.09.2013

1000 m Lauf

2:44,6 Ulrich, Jens 1969 VfL Lingen Osnabrück 12.09.1982

2000 m Lauf

6:18,6 Valentin, David 1997 TV Norden Warsingsfehn 10.08.2010

3000 m Lauf

9:56,1 Woltermann, Jan 1978 VfL Germania Leer Melle 11.09.1991

5 km Str.

17:06 Valentin, David 1997 TV Norden Coesfeld 09.10.2010

60 m Hürden

10,35 Ng, Kim Hao 2000 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 02.10.2013

Hochsprung

1,70 Ewen, Ralf 1972 TV Norden Braunschweig 29.09.1985

Stabhochsprung

2,60 Zumsande, Hannes 1979 LG Emstal Dörpen Dörpen 27.09.1992

2,60 Hülsebrock, Moritz 1992 OTB Osnabrück Wilhelmshaven 25.06.2005

2,60 Becker, Nico 1998 Heidmühler FC Hameln 02.07.2011

Weitsprung

5,76 Peters, Derk 1991 SV Georgsheil Papenburg 24.09.2004

Kugelstoß

18,09 Bergmann, Sven 1983 SV Georgsheil Hinte 17.05.1996

Diskuswurf

59,00 Bergmann, Sven 1983 SV Georgsheil Hesel 28.09.1996

Hammerwurf

50,36 Broer, Renke 1992 Fortuna Wirdum Wirdum 09.10.2005

Speerwurf

52,56 Bergmann, Sven 1983 SV Georgsheil Georgsheil 09.10.1996

Ballwurf 200g

81,50 Bergmann, Sven 1983 SV Georgsheil Georgsheil 19.06.1996

3-Kampf

1.614 Novokhatniy, Kirill 2000 TV Norden Norden 24.08.2013

8,9-5,22-62,00

4-Kampf

2.113 Novokhatniy, Kirill 2000 TV Norden Norden 24.08.2013

8,9-5,22-1,54-62,00

Block S/S

2.433 Siemer, Torben 1992 LG Osnabrück Nordhorn 03.10.2005

9,8-10,1-5,16-1,48-57,00

Block Lauf

2.328 Künnen, Hinnerk 1993 VfL Lönningen Nordenham 17.06.2006

10,0-10,1-5,29-39,00-3:18,5

Block Wurf

2.830 Peters, Derk 1991 SV Georgsheil Georgsheil 24.07.2004

9,4-9,9-5,36-13,99-39,22

Block Basis

2.246 Wiesner, Carl Fleming 1999 BTB Oldenburg Lingen 21.06.2012

10,5-10,0-4,49-54,00-7:37,4

Jugend M12

75 m Lauf						
10,67	Bamezon, Gabriel	2001	SV Georgsheil	Papenburg	15.09.2013	
800 m Lauf						
2:26,91	Helling, Robin	2001	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	14.09.2013	
1000 m Lauf						
2:51,13	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Dortmund	04.10.1981	
2000 m Lauf						
6:27,6	Mogge, Stefan	1970	TV Meppen	Dissen	29.09.1982	
3000 m Lauf						
10:02,0	Woltermann, Jan	1978	VfL Germania Leer	Leer	27.10.1990	
5 km Str.						
17:32	Valentin, David	1997	TV Norden	Marienhafe	14.08.2009	
60 m Hürden						
9,2	Folkers, Andreas	1976	Heidmühler FC	Schortens	26.08.1988	
Hochsprung						
1,61	Glanz, Manfred	1965	TV Dinklage	Dinklage	30.09.1977	
Stabhochsprung						
2,45	Becker, Nico	1998	Heidmühler FC	Uelzen	26.06.2010	
Weitsprung						
5,53	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Norden	06.09.2003	
Kugelstoß						
14,25	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Wirdum	04.08.1995	
Diskuswurf						
44,10	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Wirdum	04.08.1995	
Hammerwurf						
42,27	Broer, Renke	1992	Fortuna Wirdum	Wirdum	03.10.2004	
Speerwurf						
44,18	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Dörpen	16.06.1995	
Ballwurf 200g						
66,50	Bergmann, Sven	1983	SV Georgsheil	Moorhusen	20.09.1995	
4-Kampf						
1.966	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Norden	06.09.2003	
	9,6-5,53-1,55-45,00					
Block S/S						
2.365	Peters, Derk	1991	SV Georgsheil	Warsingsfehn	09.07.2003	
	10,0-10,1-5,21-1,44-51,50					
Block Lauf						
2.064	Galetzka, Cederic	1993	Fortuna Wirdum	Hinte	27.08.2005	
	10,4-10,8-4,55-31,50-3:26,1					
Block Wurf						
2.243	Broer, Renke	1992	Fortuna Wirdum	Hinte	15.05.2004	
	11,04-11,42-4,40-9,04-36,95					
Block Basis						
1.967	Kruse, Dominik	2000	Vareler TB	Papenburg	06.10.2012	
	10,96-10,82-4,18-33,50-8:05,28					

Senioren M30

100 m Lauf						
10,5	* Kampsen, Bernhard	1959	OSC Damme	Oldenburg	08.09.1990	
200 m Lauf						
22,00	Behte, Michael	1944	OTB Osnabrück	Gettysburg/USA	03.07.1977	
400 m Lauf						
47,93	Rebbe, Holger	1969	OTB Osnabrück	Winsen/Luhe	23.05.1999	
800 m Lauf						
1:53,05	Lohse, Hans-Gerold	1958	LG Oldenburg	Oldenburg	13.08.1988	
1000 m Lauf						
2:29,0	Lohse, Hans-Gerold	1958	DSC Oldenburg	Weyhe	31.08.1988	
1500 m Lauf						
3:56,89	Wollstein, Jost	1952	DSC Oldenburg	Oldenburg	13.05.1984	

1 Meilen-Lauf						
4:44,00	Pikutzki, Claus	1960	OFV Ostercappeln	Delmenhorst	13.05.2000	
3000 m Lauf						
8:09,8	Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Dortmund	06.06.1976	
5000 m Lauf						
14:04,0	Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Berlin	12.06.1976	
10000 m Lauf						
30:19,19	Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Delmenhorst	04.06.1994	
Stundenlauf						
19.082	Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Celle	28.03.1976	
10 km Str.						
30:50	Eckstein, Klaus	1967	LC Nordhorn	Lingen	09.06.2001	
10 km Str. Ma.						
1:38:12	LG Ihrhove/Warsingsfehn			Alfeld	18.03.2001	
	Heidergott, Enno (1971) - 31:53;					
	Steinke, Peter (1970) - 32:16; Brauner, Michael (1971) - 34:03					
Halbmarathon						
1:07:00	Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Den Haag	27.03.1994	
Halbmarathon Ma.						
3:46:20	TV Norden			Hattingen	09.03.2003	
	Valentin, Jörg (1962) - 1:12:39;					
	Steinke, Peter (1970) - 1:12:40; Iglesias, Bernardo (1955) -					
1:21:01						
Marathon						
2:19:44	Ollesch, Hartmut	1954	Heidmühler FC	Bremen	27.04.1986	
Marathon Ma.						
7:20:05	Heidmühler FC			Bremen	28.04.1986	
	Ollesch, Hartmut (1954) - 2:22:54;					
	Donnerstag, Werner (1946)- 2:30:36; Nicolai, Albertus (1945) -					
2:26:35						
100 km						
7:01:09	Bandelt, Jürgen	1951	LG Oldenburg	Rodenbach	31.10.1987	
110 m Hürden						
14,2 *	Peselmann, Friedhelm	1952	OTB Osnabrück	Lingen	11.09.1982	
400 m Hürden						
52,15	Lescow, Kilian	1966	OTB Osnabrück	Scheeßel	18.05.1997	
3000 m Hind.						
9:27,2	Thienemann, Günter	1938	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	06.07.1969	
4 x 100 m Staffel						
43,69	OTB Osnabrück			Hagen	06.07.1996	
	Rieck, Harald (1962); Nolte, Gerald (1963);					
	Petersen, Jens (1965); Urbschat, Ralf (1966)					
4 x 400 m Staffel						
3:19,12	OTB Osnabrück			Schweinfurt	16.08.1997	
	Petersen, Jens (1965); Nolte, Gerald (1963);					
	Urbschat, Ralf (1966); Lescow, Kilian (1966)					
3 x 1000 m Staffel						
7:36,48	LG Oldenburg			Scheeßel	02.09.1989	
	Bönecke (1959); Brock (1959); Lohse (1958)					
20km Str.Gehen						
1:29:13	Heitmann, Detlef	1952	LG Unterweser Brake	Delmenhorst	10.06.1984	
50km Str.Gehen						
4:11:15	Heitmann, Detlef	1952	LG Unterweser Brake	Norderstedt	16.09.1984	
Hochsprung						
2,00	Klose, Jörg	1965	TV Norden	Delmenhorst	15.08.1997	
Stabhochsprung						
4,70	Müller, Frank	1968	TV Norden	Verden	16.05.1998	
Weitsprung						
7,16	Heimermann, Detlev	1945	DSC Oldenburg	Bremerhaven	30.08.1975	
Dreisprung						
15,72 *	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Frankfurt/Main	28.06.1997	
Kugelstoß						
16,47	Spiller, Peter	1941	LG Papenburg/Aschendorf	Sögel	07.09.1980	

Diskuswurf						
57,52	Isenecker, Roland	1972	TV Norden	Barcelona/ESP	02.08.2003	
Hammerwurf						
56,61	Hein, Karl	2008		Gotha	30.09.1941	
Speerwurf						
67,22	Bieck, Marcus	1969	TV Norden	Winsen	12.06.1989	
Gewicht						
12,31	Arjes, Michael	1971	MTV Aurich	Leverkusen	11.06.2005	
5-Kampf						
3.333	Voß, Wolfgang	1946	TuS Pewsum	Emden	23.06.1976	
	6,45-52,80-23,8-41,30-4:47,0					
5-KampfMa.						
7.259	OTB Osnabrück			Hofgeismar	18.06.2005	
	Gerlee, Sascha (1975) - 3.110;					
	Deppe, Gert (1964) - 2.553; Strauß, Matthias (1971) - 1.596					
10-Kampf						
6.219	Peselmann, Friedhelm	1952		Bersenbrück	18.09.1982	
	11,40-6,43-11,80-1,78-54,00/14,60-39,34-3,20-40,40-5:08,0					
10-KampfMa.						
14.140	OTB Osnabrück			Osnabrück	30.04.2005	
	Gerlee, Sascha (1975) - 5.773;					
	Müller, Christoph (1964) - 4.530; Strüber, Heiko (1966) - 3.837					
Wurf-Fünfkampf						
2.921	Arjes, Michael	1971	MTV Aurich	Aurich	08.07.2005	
	45,98-11,64-37,82-46,85-12,00					
Senioren M35						
100 m Lauf						
10,7	Behte, Michael	1944		Bad Essen	01.08.1979	
200 m Lauf						
22,39	Meyer, Werner	1950	TV Cloppenburg	München	21.07.1985	
400 m Lauf						
49,74	Meyer, Werner	1950	TV Cloppenburg	München	21.07.1985	
800 m Lauf						
1:59,56	Lohse, Hans-Gerold	1958	LG Oldenburg	Oldenburg	20.07.1994	
1000 m Lauf						
2:32,3	Heinrich, Reinhard	1948	OSC Damme	Oldenburg	13.07.1983	
1500 m Lauf						
3:57,61	Heinrich, Reinhard	1948	OSC Damme	Schriesheim	02.07.1983	
1 Meilen-Lauf						
4:44,00	Pikutzki, Claus	1960	OFV Ostercappeln	Delmenhorst	13.05.2000	
3000 m Lauf						
8:38,2	Ollesch, Hartmut	1954	Heidmühler FC	Oldenburg	26.07.1989	
5000 m Lauf						
15:02,6	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Weyhe	12.04.1980	
15:02,6	Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Menden	08.05.1998	
10000 m Lauf						
30:47,50	Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Köln	25.04.1998	
Stundenlauf						
18.038	Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Borgholzhausen	03.09.2000	
10 km Str.						
31:24	Valentin, Jörg	1962	TV Norden	Leverkusen	07.03.1999	
Halbmarathon						
1:10:18	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Berlin	07.04.2013	
Marathon						
2:23:00	Sandau, Horst	1947	LG Wilhelmshaven	Frankfurt	15.05.1983	
100 km						
7:01:09	Bandelt, Jürgen	1951	LG Oldenburg	Rodenbach	31.10.1987	
110 m Hürden						
14,80	* Peselmann, Friedhelm	1952	OTB Osnabrück	Hannover	21.06.1987	

400 m Hürden						
53,26	Lescow, Kilian	1966	OTB Osnabrück	Lübeck	21.07.2001	
3000 m Hind.						
9:45,0	Breeck, Christian	1958	SC Melle 03	Melle	25.06.1994	
20km Str.Gehen						
1:30:09	Heitmann, Detlef	1952	LG Unterweser Brake	Celle	19.03.1989	
Hochsprung						
1,91	Hiller, Jan	1973	BTB Oldenburg	Suderburg	17.08.2008	
Stabhochsprung						
4,20	Müller, Frank	1968	TV Norden	Minden	22.05.2004	
Weitsprung						
6,90 *	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Hannover	07.06.1997	
Dreisprung						
15,72 *	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Frankfurt/Main	28.06.1997	
Kugelstoß						
16,47	Spiller, Peter	1941	LG Papenburg/Aschendorf	Köln	25.04.1998	
Diskuswurf						
50,50	Bergmann, Wilfried	1943	SV Georgsheil	Wirdum	20.08.1980	
Hammerwurf						
55,94	Bury, Wilfried	1954	TSG Dissen	Hannover	19.05.1990	
Speerwurf						
63,58	Tholen, Heiner	1948	TV Cloppenburg	Oldenburg	24.05.1987	
Gewicht						
13,11	Arjes, Michael	1971	MTV Aurich	Meppen	22.04.2006	
5-Kampf						
3.165	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Hannover	07.06.1997	
	6,90(+0.9)-43,26-24,05(-2.5)-33,52-4:43,00					
10-Kampf						
5.619	Voß, Wolfgang	1946	BSV Kickers Emden	Leer	29.08.1981	
	11,4-6,09-12,76-1,61-53,4/19,7-39,98-2,70-52,52-4:57,2					
Wurf-Fünfkampf						
2.914	Arjes, Michael	1971	MTV Aurich	Aurich	18.07.2009	
Senioren M40						
100 m Lauf						
10,9	Lammers, Georg	1905	SG SW Oldenburg	Northeim	03.08.1947	
200 m Lauf						
23,0 *	Meyer, Werner	1950	TV Cloppenburg	Delmenhorst	02.08.1991	
400 m Lauf						
51,65	Deppe, Gert	1964	OTB Osnabrück	Celle	26.06.2005	
800 m Lauf						
1:59,07	Holmes, James	1965	OTB Osnabrück	Kevelaer	27.06.2008	
1000 m Lauf						
2:38,9	Beitzel, Udo	1940	DSC Oldenburg	Aachen	14.08.1982	
1500 m Lauf						
4:14,58	Breeck, Christian	1958	SC Melle 03	Konstanz	12.07.1998	
1 Meilen-Lauf						
4:43,58	Pohl, Ulrich	1966	OSC Damme	Bremen	25.08.2007	
3000 m Lauf						
8:48,0	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Oldenburg	22.07.1981	
5000 m Lauf						
15:00,72	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Menden	01.06.1983	
10000 m Lauf						
31:22,3	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Verden	20.08.1981	
Stundenlauf						
18.018	Keese, Fred	1939	LG Osnabrück	Osnabrück	09.07.1980	
10 km Str.						
31:25	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Paderborn	10.04.1982	
10 km Str. Ma.						
1:43:28	OFV Ostercappeln			Greene	19.03.2000	
	Karsch, Dr. Michael (1957) - 33:57;					

Pikutzki, Claus (1960) - 34:04; Thormann, Peter (1951) - 35:27

Halbmarathon
1:11:15 Valentin, Jörg 1962 TV Norden Hattingen 10.03.2002

Halbmarathon Ma.
3:51:34 LG Ostfriesland Herten-Bertlich 15.05.1994
Tjarks, Eduard (1954); Reisewitz, Karl-Heinz (1951); Fisser, Manfred
(1950)

Marathon
2:24:08 Frense, Horst 1941 VfL Oldenburg Frankfurt 15.05.1983

Marathon Ma.
8:09:53 LG Wilhelmshaven Hamburg 24.04.1988
Hoijczyk (1942); Hippler (1947); Wonneberger (1942)

100 km
7:30:28 Van Velden, Johannes 1946 LG Unterweser Brake Winschoten 08.09.1990

110 m Hürden
16,0 Nolte, Gerald 1963 OTB Osnabrück Nordhorn 04.07.2003

400 m Hürden
55,63 Lescow, Kilian 1966 OTB Osnabrück Delmenhorst 10.06.2006

3000 m Hind.
9:59,48 Breeck, Christian 1958 SC Melle 03 Jyväskylä/FIN 15.07.2000

4 x 100 m Staffel
44,97 OTB Osnabrück Schweinfurt 09.07.2005
Tute, Heiko (1961); Nolte, Gerald (1963);
Deppe, Gert (1964); Petersen, Jens (1965)

4 x 400 m Staffel
3:29,75 OTB Osnabrück Vaterstetten 16.07.2005
Tute, Heiko (1961); Petersen, Jens (1965);
Bisewski, Christoph (1963); Deppe, Gert (1964)

3 x 1000 m Staffel
8:18,46 OFV Ostercappeln Kevelaer 19.08.2000
Pikutzki, Claus (1960); Oppermann, Achim (1958); Karsch, Dr. Michael
(1957)

10.000 m Bahng.
54:40,62 Wollherr, Rajmund 1962 LG Osnabrück Neustadt/Rbg. 25.04.2004

10km Str.Gehen
57:57 Wollherr, Rajmund 1962 LG Osnabrück Dessau 19.09.2004

20km Str.Gehen
1:37:32 Müller, Julius 1938 Adelheider TV Delmenhorst 29.04.1979

Hochsprung
1,84 Giesselmann, Bernd 1968 Fortuna Wirdum Delmenhorst 08.06.2008

Stabhochsprung
4,50 Hillebrecht, Martin 1961 DSC Oldenburg Zeven 30.05.2004

Weitsprung
6,68 * Knabe, Wolfgang 1959 OSC Damme Oldenburg 12.06.2002

Dreisprung
12,60 * Müller, Christoph 1964 OTB Osnabrück Verden 21.05.2005

Kugelstoß
16,27 Spiller, Peter 1941 LG Papenburg/Aschendorf Hannover 28.06.1981

Diskuswurf
50,40 Bergmann, Wilfried 1943 SV Georgsheil Marienhafe 05.09.1983

Hammerwurf
49,18 Bury, Wilfried 1954 TSG Dissen Dissen 10.09.1999

Speerwurf
61,26 Bieck, Marcus 1969 TV Norden Delmenhorst 23.06.2013

Gewicht
13,78 Kieras, Günther 1961 TV Rütenbrock Groß Hesepe 08.10.2005

5-Kampf
3.177 Kolbow, Hans-Jürgen 1944 MTV Aurich Hannover 02.09.1984
5,96-39,04-24,3-28,68-4:40,9

5-Kampf
8.196 VfL Lingen Lingen 25.09.1994

Ma.
Schauf, Norbert (1952) - 3.073;
Christel, Norbert (1950) - 2.826; Buss, Heinz (1950) - 2.297

10-Kampf						
5.783	Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Zeven	05.10.1985	
	11,7-5,95-8,98-1,68-54,4/20,1-28,40-2,80-36,66-4:36,4					
10-KampfMa.						
12.475	OTB Osnabrück			Osnabrück	29.04.2006	
	Müller, Christoph (1964) - 4.463; Nolte, Gerald (1963) - 4.047; Strüber, Heiko (1966) - 3.965					
Wurf-Fünfkampf						
2.974	Kieras, Günther	1961	TV Rütenbrock	Stade	09.04.2005	
	43,67-13,16-40,69-36,50-13,58					
Wurf-Fünfkampf Ma.						
6.850	LGG Ganderkesee			Ganderkesee	15.09.2012	
	Garde, Ulrich (1964) - 2.878; Wolter, Jochen (1969) - 2.289; Drews, Thomas (1965) - 1.683					

Senioren M45

100 m Lauf						
11,3	Lammers, Georg	1995	SG SW Oldenburg	Stollhamm	14.08.1951	
200 m Lauf						
23,82 *	Tute, Heiko	1961	OTB Osnabrück	Ahlen	10.06.2006	
400 m Lauf						
52,77	Tute, Heiko	1961	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.2007	
800 m Lauf						
2:04,19	Freese, Hermann	1936	TV Cloppenburg	Schrisheim	02.07.1989	
1000 m Lauf						
2:44,4	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Oldenburg	01.08.1990	
1500 m Lauf						
4:17,50	Breeck, Christian	1958	SC Melle 03	Celle	17.08.2003	
1 Meilen-Lauf						
5:00,71	Brandewie, Reinhard	1964	BV Garrel	Delmenhorst	15.05.2013	
3000 m Lauf						
9:13,7	Jans, Peter	1940	LG Ostfriesland	Oldenburg	24.07.1985	
5000 m Lauf						
15:28,6	Janssen, Johann	1938	LG Ostfriesland	Ihlow	15.05.1983	
10000 m Lauf						
32:14,2	Janssen, Johann	1938	LG Ostfriesland	Bunde	20.05.1983	
Stundenlauf						
14.150	Schmack, Holger	1967	Heidmühler FC	Schortens	04.06.2013	
10 km Str.						
32:00	Freuse, Horst	1941	LG Oldenburg	Moslesfehn	11.06.1988	
Halbmarathon						
1:14:19	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Xanten	27.03.1999	
Marathon						
2:26:41	Janssen, Johann	1938	LG Ostfriesland	Bremen	24.04.1983	
100 km						
7:59:16	Tjarks, Eduard	1954	LG Ostfriesland	Kienbaum	27.03.2004	
110 m Hürden						
15,6	John, Hinrich	1936	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	17.06.1981	
400 m Hürden						
58,70	Tute, Heiko	1961	OTB Osnabrück	Kevelaer	28.06.2008	
3000 m Hind.						
10:20,68	Breeck, Christian	1958	SC Melle 03	San Sebastian/ESP	03.10.2005	
20km Str.Gehen						
1:41:31	Müller, Julius	1938	Adelheider TV	Pisa/ITA	28.04.1986	
Hochsprung						
1,80	Hillebrecht, Martin	1961	DSC Oldenburg	Celle	24.09.2006	
Stabhochsprung						
4,40	Hillebrecht, Martin	1961	DSC Oldenburg	Braunschweig	01.07.2007	
Weitsprung						
6,64 *	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Ahlen	10.06.2006	
Dreisprung						

15,13	*	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Garbsen	22.05.2006
Kugelstoß						
17,35		Brüning, Wolfgang	1962	TuS Schwei	Nordenham	08.05.2009
Diskuswurf						
46,56		Bergmann, Wilfried	1943	SV Georgsheil	Marienhafe	24.09.1988
Hammerwurf						
49,18		Bury, Wilfried	1954	TSG Dissen	Dissen	10.09.1999
Speerwurf						
53,32		Logemann, Bernd	1960	LGG Ganderkesee	Celle	26.06.2005
Gewicht						
13,66		Kieras, Günther	1961	TV Rütenbrock	Meppen	18.08.2007
5-Kampf						
3.209		Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Osnabrück	10.09.1989
						5,49-38,48-25,0-24,20-4:42,0
10-Kampf						
5.729		Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Aurich	03.06.1989
						12,3-5,49-9,41-1,51-56,7/20,8-26,42-2,60-38,48-4:56,2
Wurf-Fünfkampf						
			3.280		Arkenau, Jens	1964
						35,41-12,42-37,10-37,49-11,68

Senioren M50

100 m Lauf						
11,9		John, Hinrich	1936	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	09.07.1986
200 m Lauf						
24,69	*	Knabe, Wolfgang	1959	OSC Damme	Aichach	13.06.2010
400 m Lauf						
55,08		Oppe, Andreas	1962	OTB Osnabrück	Mönchengladbach	13.07.2013
800 m Lauf						
2:08,53		Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Papenburg	16.05.1993
1500 m Lauf						
4:26,43		Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Lingen	10.05.1992
1 Meilen-Lauf						
5:15,7		Onken, Gerhard	1949	VfL Germania Leer	Emden	03.09.1999
3000 m Lauf						
9:38,2		Jans, Peter	1940	LG Ostfriesland	Oldenburg	18.07.1990
5000 m Lauf						
16:19,50		Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Neustadt/Rbg.	25.04.2004
10000 m Lauf						
34:28,0		Jans, Peter	1940	LG Ostfriesland	Bunde	06.09.1991
Stundenlauf						
16.780		Jans, Peter	1940	LG Ostfriesland	Leer	16.05.1990
10 km Str.						
33:31		Frense, Horst	1941	Heidmühler FC	Löningen	07.05.1994
10 km Str. Ma.						
1:53:36		LC Delmenhorst			Wolfenbüttel	02.04.2006
		Ulbrich, Horst (1955) - 34:50;				
		Rittel, Carl-Ludwig (1951) - 39:04;		Becker, Joachim (1950) -		
39:42						
Halbmarathon						
1:15:35		Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Siegburg	14.03.2004
Halbmarathon Ma.						
4:05:41		VfL Oldenburg			Hamburg	15.09.1996
		Frense, Horst (1941) - 1:17:01;				
		Scholz, Wolfgang (1943) - 1:23:34;		Fuchs, Helmut (1940) -		
1:25:06						
Marathon						
2:38:26		Marken, Georg	1937	SV Moslesfehn	Bremen	11.09.1988
MarathonMa.						
9:23:24		LC Delmenhorst			Bremen	25.09.2005
		Ulbrich, Horst (1955) - 3:07:13;				

Rittel, Carl-Ludwig (1951)- 3:07:46; Bleiker, Detlef(1953) -

3:08:25

100 km

7:59:16 Tjarks, Eduard 1954 LG Ostfriesland Kienbaum 27.03.2004

100 m Hürden

16,07 Lüers, Heiner 1958 TSG Westerstede Lignano/ITA 20.03.2011

400 m Hürden

60,71 Tute, Heiko 1961 OTB Osnabrück Mönchengladbach 13.07.2013

3000 m Hind.

11:31,94 Breeck, Christian 1958 SC Melle 03 Papenburg 28.09.2012

4 x 100 m Staffel

48,59 StG Weser-Ems Erfurt 14.07.2012
 Kähling, Richard (1962); Knabe, Wolfgang (1959);
 Angermann, Christian (1959); Lüers, Heiner (1958)

4 x 400 m Staffel

4:27,9 VfL Lingen Lingen 05.09.1995
 Fuhlroth, Manfred (1940); Sterrenberg, Bernt (1940);
 Thesing, Johannes (1942); Remling, Dr. Ludwig (1942)

3 x 1000 m Staffel

9:12,65 SC Melle 03 Kevelaer 28.06.2008
 Althaus,Thomas (1957); Suhrhoff,Rolf (1957); Breeck, Christian
 (1958)

5000 m Bahng.

29:46,8 Westphal, Jürgen 1960 OTB Osnabrück Osnabrück 28.06.2011

10km Str.Gehen

63:07 Westphal, Jürgen 1960 OTB Osnabrück Ahlen 26.03.2011

20km Str.Gehen

1:50:36 Bielefeld, Ernst 1932 SV Brake Scheeßel 08.05.1982

Hochsprung

1,70 Pfefferkorn, Oliver 1962 Delmenhorster TV Delmenhorst 23.06.2012

Stabhochsprung

3,30 Gnoth, Siegbert 1940 TuS Gildehaus Enschede/NED 14.10.2001

Weitsprung

6,58 * Knabe, Wolfgang 1959 OSC Damme Aichach 1306 .2010

Dreisprung

14,44 * Knabe, Wolfgang 1959 OSC Damme Lübeck 18.07.2009

Kugelstoß

13,28 Mücher, Michael 1954 SV Georgsheil Georgsheil 26.07.2004

Diskuswurf

54,25 Dresp, Thomas 1961 TV Norden Bremerhaven 29.09.2012

Hammerwurf

50,75 Bury, Wilfried 1954 TSG Dissen Dissen 03.10.2006

Speerwurf

55,22 Logemann, Bernd 1960 LGG Ganderkesee Kevelaer 03.07.2010

Gewicht

15,70 Willms, Eberhard 1951 LAC Emden/Aurich Leverkusen 11.06.2005

5-Kampf Ma.

9.282 OSC Damme Aichach 13.06.2010
 Knabe, Wolfgang (1959) - 3.805;
 Pohl, Ulrich (1966) - 2.932; Seelhorst, Gerhard (1959) - 2.545

10-Kampf

6.114 Lüers, Heiner 1958 TSG Westerstede Papenburg 06.10.2012
 12,90(+0,0)-5,20(+0,0)-10,48-1,43-59,05/
 16,07(-0,4)-30,54-2,96-29,26-5:25,22

Wurf-Fünfkampf

3.477 Pohl, Joachim 1960 OSC Damme Hannover 02.10.2010
 36,72-13,10-40,09-46,48-14,03

Wurf-Fünfkampf Ma.

3.703 Fortuna Wirdum Moorhusen 18.08.2013

Senioren M55

100 m Lauf						
13,0	Lüers, Heiner	1958	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn		17.05.2013
200 m Lauf						
29,27 *	Kaun, Ingo	1955	MTV Aurich	Stuhr-Moordeich		01.09.2013
400 m Lauf						
59,3	Lüers, Heiner	1958	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn		17.05.2013
800 m Lauf						
2:12,7	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Oldenburg		27.08.1997
1000 m Lauf						
2:51,07	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Dörpen		22.08.1997
1500 m Lauf						
4:31,98	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Schweinfurt		17.08.1997
1 Meilen-Lauf						
5:18,08	Döhmen, Burkhard	1950	SC Herringhausen	Osnabrück		05.07.2005
5000 m Lauf						
17:03,10	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Unterlüß		27.04.2008
10000 m Lauf						
35:52,50	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Delmenhorst		02.08.1996
Stundenlauf						
16.010	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Börger		22.08.2008
10 km Str.						
35:02	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Lohne		22.06.1996
Halbmarathon						
1:17:01	Frense, Horst	1941	VfL Oldenburg	Hamburg		15.09.1996
Marathon						
2:49:39	Albers, Franz	1938	VfL Germania Leer	Hamburg		30.04.1995
100 km						
9:04:53	Bauer, Alfred	1935	TuS BW Lohne	Rheine		05.09.1992
100 m Hürden						
19,00 *	Borchers, Enno	1944	FC Rastede	Schweinfurt		01.08.2003
3000 m Hind.						
11:31,94	Breeck, Christian	1958	SC Melle 03	Papenburg		28.09.2012
20km Str.Gehen						
2:01:35	Blauhut, Rolf	1940	LC Delmenhorst	Kaiserslautern		31.03.1996
Hochsprung						
1,68	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Schweinfurt		16.08.1997
Stabhochsprung						
3,30	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Enschede/NED		14.10.2001
Weitsprung						
5,45	Ritz, Michael	1951	LC Nordhorn	Nordhorn		06.05.2006
Dreisprung						
11,64	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Nordhorn		10.10.1997
Kugelstoß						
11,70	Mücher, Michael	1954	SV Georgsheil	Georgsheil		11.07.2009
Diskuswurf						
41,46	Mücher, Michael	1954	SV Georgsheil	Georgsheil		14.10.2009
Hammerwurf						
42,42	Beyer, Klaus	1942	SV Holtland	Osnabrück		13.09.1997
Speerwurf						
43,48	Meiners, Bernhard	1947	DJK GW Spahnharrenstätte	Meppen		22.04.2006
Gewicht						
15,07	Willms, Eberhard	1951	MTV Aurich	Meppen		28.04.2007
5-Kampf						
3.230	Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Wilhelmshaven		26.09.1999
10-Kampf						
5.060	Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Zeven		15.09.2001
						13,69(+1,5)-4,28(+0,0)-8,74-1,40-68,09/ 20,36(+0,6)-28,54-2,30-31,50-6:13,29
Wurf-Fünfkampf						
3.367	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Bremen		03.10.2013
						38,66-10,94-39,67-29,64-13,92

Senioren M60

100 m Lauf						
12,7	Wiemer, Heinz	1929	LG Oldenburg	Bützfleth	22.06.1991	
200 m Lauf						
26,8	* Wiemer, Heinz	1929	LG Oldenburg	Delmenhorst	09.07.1989	
400 m Lauf						
62,9	Bresser, Lutz	1924	OSC Damme	Lüdenscheid	14.07.1987	
800 m Lauf						
2:17,95	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Potsdam	22.08.2002	
1000 m Lauf						
3:27,57	Reinmold, Heinz	1949	Laufgem. Harlingerland	Oldenburg	09.08.2013	
1500 m Lauf						
4:42,70	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Potsdam	19.08.2002	
1 Meilen-Lauf						
5:13,90	Aschenbrenner, Erich	1942	TV Meppen	Osnabrück	13.08.2002	
3000 m Lauf						
10:09,09	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Oldenburg	20.08.2003	
5000 m Lauf						
17:05,08	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Delmenhorst	08.08.2003	
10000 m Lauf						
36:34,02	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Schweinfurt	01.08.2003	
Stundenlauf						
15.175	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Schortens	13.06.2006	
10 km Str.						
35:47	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Troisdorf	14.09.2003	
10 km Str. Ma.						
1:57:48	VfL Oldenburg			Luckenwalde	11.06.2005	
	Ostendorf, Manfred (1943) - 36:49;					
	Frense, Horst (1941) - 40:36; Mohnsame, Klaus (1943) - 40:23					
Halbmarathon						
1:20:49	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Willershhausen	12.10.2003	
Halbmarathon Ma.						
4:24:58	VfL Oldenburg			Willershhausen	12.10.2003	
	Ostendorf, Manfred (1943) - 1:20:49;					
	Frense, Horst (1941) - 1:31:18; Sprick, Wilhelm (1942) -					
1:32:51						
Marathon						
2:59:35	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Hannover	05.05.2013	
Marathon Ma.						
9:39:06	PSV Osnabrück			Hamburg	25.04.1999	
	Liliensiek, Horst (1937); Friedrich, Ekkehard (1937); Böll, Dieter					
(1938)						
100 km						
10:07:38	Rings, Peter	1950	Laufsportfreunde Oldenburg			
Winschoten/NED					14.09.2013	
100 m Hürden						
18,80	* Borchers, Enno	1944	VfL Rastede	Schweinfurt	11.07.2008	
300 m Hürden						
52,31	Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Vaterstetten	17.07.2005	
4 x 100 m Staffel						
60,8	VfL Oldenburg			Oldenburg	28.06.2003	
	Sager, Bernhard (1941); Miersch, Werner (1938);					
	Ostendorf, Manfred (1943); Sprenger, Klaus (1941)					
3 x 1000 m Staffel						
10:28,1	PSV Osnabrück			Osnabrück	21.05.1997	
	Friedrich (1937); Liliensiek (1937); Winter (1936)					
20km Str.Gehen						
2:18:07	Dohnalek, Rudolf	1927	LG Unterweser Brake	Turku/FIN	25.07.1991	
Hochsprung						
1,41	Velt, Heiner	1950	LG Papenburg/Aschendorf	Winsen	08.08.2010	
Stabhochsprung						
2,80	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Delmenhorst	07.06.2008	

Weitsprung						
4,72	* Borchers, Enno	1944	VfL Rastede	Aachen	05.08.2006	
Dreisprung						
9,31	* Borchers, Enno	1944	VfL Rastede	Verden	22.06.2008	
Kugelstoß						
11,75	Keck, Heinz	1941	SC Schölerberg	Osnabrück	06.08.2005	
Diskuswurf						
45,31	Voß, Wolfgang	1946	SV Georgsheil	Marienhafe	19.07.2006	
Hammerwurf						
43,61	Willms, Eberhard	1951	MTV Aurich	Holtland	14.05.2011	
Speerwurf						
43,40	Meiners, Bernhard	1947	DJK Spahnharrenstätte	Salzgitter	09.06.2007	
Gewicht						
15,91	Willms, Eberhard	1951	MTV Aurich	Hannover	28.04.2012	
5-Kampf						
3.194	Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich	Hofgeismar	19.06.2005	
	4,30(+0,0)-31,15-28,80(+0,0)-33,93-5:26,48					
10-Kampf						
5.924	Kolbow, Hans-Jürgen	1944	MTV Aurich			
	14,09(-0.6)-4,23(+0.5)-9,75-1,36-64,48/20,11(+0.5)-31,58-2,30-					
	33,24-5:42,04					
Wurf-Fünfkampf						
3.304	Arends, Johann	1952	VfL Oldenburg	Hannover	27.04.2013	
	38,70-10,46-35,68-38,87-13,18					

Senioren M65

100 m Lauf						
13,0	Bresser, Lutz	1924	OSC Damme	Bützfleth	24.06.1989	
200 m Lauf						
28,06	Bresser, Lutz	1924	OSC Damme	Lüdenscheid	15.05.1989	
400 m Lauf						
63,50	Keck, Heinz	1941	SC Schölerberg	Riccione/ITA	13.09.2007	
800 m Lauf						
2:46,3	Schmidt, Karl-Heinz	1945	VfL Lingen	Lingen	15.09.2010	
1000 m Lauf						
3:27,90	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Papenburg	24.09.2010	
1500 m Lauf						
5:25,38	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Verden	24.08.2011	
3000 m Lauf						
11:11,1	Liliensiek, Horst	1937		Melle	29.05.2002	
5000 m Lauf						
19:05,28	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Sulingen	25.04.2010	
10000 m Lauf						
39:21,6	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Emden	30.10.2011	
Stundenlauf						
14.817	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Emden	30.10.2011	
10 km Str.						
39:34	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Oldenburg	27.10.2013	
Halbmarathon						
1:28:07	Liliensiek, Horst	1937	PSV Osnabrück	Emmerthal	19.10.2002	
Marathon						
3:14:36	Liliensiek, Horst	1937	PSV Osnabrück	Berlin	29.09.2002	
100 m Hürden						
20,00	* Borchers, Enno	1944	VfL Rastede	Vaterstetten	10.07.2009	
5000 m Bahng.						
30:27,5	Lersch, Heiko	1939	SV Brake	Großburgwedel	06.08.2005	
10.000 m Bahng.						
61:22,62	Lersch, Heiko	1939	SV Brake	Neustadt	25.04.2004	
10km Str.Gehen						
62:05	Lersch, Heiko	1939	SV Brake	Kerpen	04.06.2005	
Hochsprung						
1,57	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Vaterstetten	15.07.2005	

Stabhochsprung						
3,20	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Celle	26.06.2005	
Weitsprung						
4,46	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Nordhorn	06.05.2006	
Dreisprung						
10,24	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Nordhorn	03.10.2007	
Kugelstoß						
11,99	Riep, Kurt	1938	TV Hude	Bremerhaven	11.06.2003	
Diskuswurf						
47,96	Riep, Kurt	1938	TV Hude	Bremerhaven	27.08.2003	
Hammerwurf						
39,93	Beyer, Klaus	1942	SV Holtland	Meppen	28.04.2007	
Speerwurf						
45,44	Gnoth, Siegbert	1940	TuS Gildehaus	Lingen	15.08.2009	
Gewicht						
14,43	Beyer, Klaus	1942	SV Holtland	Meppen	27.04.2008	
5-Kampf						
3.218	Wiemer, Heinz	1929	Eintracht Delmenhorst	Lingen	25.09.1994	
	4,27-26,60-28,69-28,72-6:38,12					
10-Kampf						
6.147	Keck, Heinz	1941	SC Schölerberg	Riccione/ITA	04.09.2007	
	13,65(+0,7)-4,11(-1,1)-9,97-1,18-65,05/ 21,14(+4,1)-33,78-2,00-29,39-6:18,98					
Wurf-Fünfkampf						
3.593	Beyer, Klaus	1942	SV Holtland	Meppen	28.04.2007	
	39,93-9,95-33,09-35,51-14,02					

Senioren M70

100 m Lauf						
14,34 *	Wiemer, Heinz	1929	Eintracht Delmenhorst	Hagen	21.08.1999	
200 m Lauf						
36,1	Abel, Hartmut	1939	TuS Gildehaus	Gildehaus	16.08.2013	
400 m Lauf						
81,42	Foellger, Friedhelm	1937	VfL Germania Leer	Delmenhorst	31.07.2009	
800 m Lauf						
2:51,42	Weichbrodt, Heinz-Georg	1933	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	20.08.2003	
1000 m Lauf						
3:31,91	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Oldenburg	09.08.2013	
1500 m Lauf						
5:51,43	Albers, Franz	1938	VfL Germania Leer	Delmenhorst	03.08.2008	
3000 m Lauf						
11:14,3	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Moorhusen	03.09.2013	
5000 m Lauf						
19:18,41	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Papenburg	27.09.2013	
10000 m Lauf						
40:31,6	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Emden	03.11.2013	
Stundenlauf						
14.515	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Emden	03.11.2013	
10 km Str.						
39:34	Ostendorf, Manfred	1943	VfL Oldenburg	Oldenburg	27.10.2013	
10 km Str. Ma.						
2:23:41	VfL Oldenburg			Garrel	15.09.2012	
	Frense, Horst (1941) - 46:02; Fuchs, Helmut (1940) - 47:57; Sprick, Wilhelm (1942) - 49:42					
Halbmarathon						
1:35:42	Winter, Heinz	1936	TV Georgsmarienhütte	Neumünster	15.10.2006	
Halbmarathon Ma.						
5:48:41	VfL Oldenburg			Oldenburg	21.10.2012	
	Frense, Horst (1941) - 1:46:20;					

Sprick, Wilhelm (1942) - 1:50:26; Sager, Bernhard (1941) -

2:11:55

Marathon

3:39:06 Albers, Franz 1938 VfL Germania Leer Mainz 04.05.2008

80 m Hürden

16,60 * Gnoth, Siegbert 1940 TuS Gildehaus Lignano/ITA 18.09.2011

300 m Hürden

67,30 Foellger, Friedhelm 1937 OSC Damme Nienhagen 31.07.2010

5000 m Bahng.

33:47,83 Lersch, Heiko 1939 SV Brake Wunstorf 09.06.2013

10km Str.Gehen

69:38 Lersch, Heiko 1939 SV Brake Naumburg 22.04.2012

Hochsprung

1,40 Gnoth, Siegbert 1940 TuS Gildehaus Harderwijk/NED 21.08.2010

Stabhochsprung

2,90 Gnoth, Siegbert 1940 TuS Gildehaus Wageningen/NED 22.07.2011

Weitsprung

4,38 Thaden, Thade 1933 ATV Rodenkirchen Seefeld 28.08.2004

Dreisprung

9,19 * Gnoth, Siegbert 1940 TuS Gildehaus Zittau 22.08.2012

Kugelstoß

9,65 Sprenger, Klaus 1941 VfL Oldenburg Delmenhorst 15.09.2013

Diskuswurf

44,24 Riep, Kurt 1938 TV Hude Bremerhaven 19.05.2010

Hammerwurf

40,59 Plücker, Günter 1940 SV Holtland Leichlingen 16.10.2011

Speerwurf

44,05 Gnoth, Siegbert 1940 TuS Gildehaus Lignano/ITA 18.09.2011

Gewicht

16,42 Plücker, Günter 1940 SV Holtland Osnabrück 30.08.2011

5-Kampf

2.008 Foellger, Friedhelm 1937 OSC Damme Nienhagen 31.07.2010

3,56(+0,0)-18,09-35,55(+1,2)-22,74-8:28,09

10-Kampf

3.640 Foellger, Friedhelm 1937 VfL Germania Leer Winsen 12.09.2009

16,73(+0.3)-3,54-8,02-1,16-84,34/21,62(+1.3)-20,44-o.L.-16,92-

8:02,26

Wurf-Fünfkampf

3.809 Plücker, Günter 1940 SV Holtland Hannover 28.04.2013

38,72-9,98-36,10-30,65-15,59

Senioren M75

100 m Lauf

15,80 * Wiemer, Heinz 1929 Eintracht Delmenhorst Delmenhorst 12.09.2004

200 m Lauf

34,21 * Wiemer, Heinz 1929 Eintracht Delmenhorst Wunstorf 04.06.2005

400 m Lauf

90,15 Foellger, Friedhelm 1937 TuS Augustfehn Delmenhorst 02.09.2012

800 m Lauf

3:54,56 Kohn, Gottfried 1925 Delmenhorster SC Delmenhorst 18.08.2000

1000 m Lauf

4:29,2 Weichbrodt, Heinz-Georg 1933 LG WilhelmshavenBad Zwischenah

1500 m Lauf

8:28,90 Kohn, Gottfried 1925 Eintracht Delmenhorst Delmenhorst 19.06.2001

1 Meilen-Lauf

7:37,0 Weichbrodt, H

3000 m Lauf

14:32,3 Ferch, Adolf 1910 TuRa Melle Melle 03.04.1985

5000 m Lauf

23:18,36 Winter, Heinz 1936 TV GeorgsmarienhütteNeustadt/Rbge. 29.04.2012

10000 m Lauf

48:37,1 Weichbrodt, Heinz-Georg 1933 LG WilhelmshavenWarsingsfehn

Stundenlauf						
12.200	Weichbrodt, Heinz-Georg	1933		LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	
10 km Str.						
49:17	Weichbrodt, Heinz-Georg	1933		LG Wilhelmshaven	Oldenburg	
Halbmarathon						
1:55:28	Kock, Jans	1931	SV Holtland	Bremen	24.09.2006	
Marathon						
4:37:12	Ungemach, Andreas	1933	TV Georgsmarienhütte	Essen	10.10.2010	
80 m Hürden						
22,68 *	Foellger, Friedhelm	1937	TuS Augustfehn	Zeven	16.09.2012	
300 m Hürden						
71,16	Foellger, Friedhelm	1937	TuS Augustfehn	Zittau	19.08.2012	
Hochsprung						
1,23	Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Delmenhorst	15.09.2013	
Stabhochsprung						
1,60	Foellger, Friedhelm	1937	TuS Augustfehn	Zeven	16.09.2012	
Weitsprung						
4,08	Jahn, Rudi	1929	TSV Abbehausen	Seefeld	02.07.2005	
Kugelstoß						
11,55	Riep, Kurt	1938	TV Hude	Bremerhaven	28.09.2013	
Diskuswurf						
39,78	Riep, Kurt	1938	TV Hude	Bremerhaven	17.04.2013	
Hammerwurf						
37,78	Dreger, Edgar	1931	SV Holtland	Verden	27.05.2006	
Speerwurf						
26,62	Riep, Kurt	1938	TV Hude	Bremerhaven	28.09.2013	
Gewicht						
13,75	Dreger, Edgar	1931	SV Holtland	Gr. Hesepe	07.10.2006	
10-Kampf						
4.190	Foellger, Friedhelm	1937	TuS Augustfehn	Zeven	15.09.2012	
	17,20(+0,1)-3,42(+0,0)-7,76-1,16-96,91/ 22,68(-1,2)-21,35-1,60-16,24-8:54,47					
Wurf-Fünfkampf						
3.279	Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Meppen	18.08.2013	
	28,10-9,69-29,54-20,70-12,23					

Senioren M80

100 m Lauf						
19,24	Döring, Arno	1921	TuRa Melle	Zittau	17.08.2001	
5000 m Lauf						
30:19,70	Beckmann, Wilhelm	1919	LC Delmenhorst	Delmenhorst	04.06.2000	
10 km Str.						
64:17	Weichbrodt, Heinz-Georg	1933	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	10.03.2013	
Hochsprung						
1,00	Modrey, Herbert	1922	OTB Osnabrück	Osnabrück	26.08.2003	
Weitsprung						
2,71	Döring, Arno	1921	TuRa Melle	Potsdam	18.08.2001	
Kugelstoß						
10,63	Meyer, Heinz	1926	OTB Osnabrück	Osnabrück	16.05.2006	
Diskuswurf						
26,48	Bielefeld, Ernst	1932	SV Brake	Bremerhaven	15.05.2013	
Hammerwurf						
34,71	Bielefeld, Ernst	1932	SV Brake	Bremerhaven	04.07.2012	
Speerwurf						
22,40	Kitzel, Joachim	1923	Delmenhorster TV	Huchting	29.04.2007	
Gewicht						
13,22	Bielefeld, Ernst	1932	SV Brake	Bremerhaven	02.05.2012	
Wurf-Fünfkampf						
3.664	Bielefeld, Ernst	1932	SV Brake	Bremerhaven	25.07.2012	
	33,78-10,14-24,32-18,14-12,47					

Senioren M85 u.ä.

100 m Lauf						
21,8	Schierhold, Ernst	1919	VfL Germania Leer		Leer	01.10.2005
1000 m Lauf						
7:59,4	Schulz, Ernst	1916	VfL Germania Leer		Leer	01.10.2005
Kugelstoß						
5,86	Kitzel, Joachim	1923	Delmenhorster TV		Delmenhorst	20.03.2010
Diskuswurf						
15,38	Kellner, Walter	1918	VfL Lingen		Groß Hesepe	14.04.2007
Hammerwurf						
22,43	Kitzel, Joachim	1923	Delmenhorster TV		Porta Westfalica	01.06.2008

Weibliche Jugend U20

100 m Lauf						
11,81	* Krug, Corinna	1964			Sindelfingen	09.07.1983
200 m Lauf						
24,26	Möllmann, Katharina	1980	VfL Germania Leer		Duisburg	10.07.1999
400 m Lauf						
53,70	Huneke, Heike	1966	VfL Ockenhausen		Mönchengladbach	18.08.1984
800 m Lauf						
2:01,29	Bens, Monika	1966	VfL Ockenhausen		Schwechat	27.08.1983
1500 m Lauf						
4:18,42	Thieke, Stephanie	1986	LG Emstal Dörpen		Grosseto/Ita	16.07.2004
3000 m Lauf						
9:19,98	Janhsen, Frieda	1965	VfL Ockenhausen		Koblenz	29.08.1984
5000 m Lauf						
16:41,9	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen		Zürich/SUI	17.08.1994
10000 m Lauf						
37:39,06	Musekamp, Lea	1986	VfL Lingen		Minden	20.08.2003
10 km Str.						
36:45	Schwennen, Cornelia	1987	SV Concordia Emsbüren		Ohrdruf	13.03.2005
10 km Str. Ma.						
2:05:09	VfL Lingen				Lingen	24.05.2003
	Musekamp, Lea(1986)-37:38;					
	Friesen, Heike(1986)-42:49; Brink, Janne(1987) - 44:42					
Halbmarathon						
1:31:38	Arlinghaus, Ann-Katrin	1989	LG Wilhelmshaven		Lingen	05.10.2008
100 m Hürden						
13,79	* Bartschat, Katrin	1970	LG Delmenhorst/Diepholz		Osterode	18.06.1989
400 m Hürden						
56,33	Rieger, Silvia	1970	TuS Eintracht Hinte		Zürich	16.08.1989
2000 m Hind.						
6:43,88	Meyer, Lea	1997	VfL Lönningen		Schweinfurt	22.06.2013
4 x 100 m						
47,90	LG Wilhelmshaven				Hameln	29.06.2008
Staffel	Straus, Hanne (1989);		Zähler, Nadine (1992);		Tappe, Aike	
	(1990); Zaage, Camilla (1990)					
4 x 400 m Staffel						
3:42,5	VfL Ockenhausen				Verden	02.10.1982
	Huneke (1966); Engel, A. (1966);		Janhsen, F. (1965);		Bens, M.	
	(1966)					
3 x 800 m Staffel						
6:23,89	VfL Ockenhausen				Bremen	26.06.1983
	Engel (1966); Janhsen (1965);		Bens (1966)			
5000 m Bahng.						
23:52,8	Kollorz, Barbara	1967	LG Osnabrück		Hildesheim	06.09.1986
5km Str. Gehen						
24:46	Birkemeyer, Sonja	1989	LG Osnabrück		Dresden	24.04.2005

Hochsprung						
1,87	Wilken, Marlies	1959	LG Wilhelmshaven	Bremerhaven	18.06.1977	
Stabhochsprung						
3,81	Petershofen, Friedelinde	1995	DSC Oldenburg	Bramel	20.05.2013	
Weitsprung						
6,48	Ganseforth, Annette	1970	LG Emstal Dörpen	Hamburg	12.08.1989	
Dreisprung						
13,17 *	Linnenbaum, Eva	1989	TuS Neuenhaus	Mannheim	21.06.2008	
Kugelstoß						
14,83	Beyer, Inga	1974	SV Holtland	Oldenburg	23.06.1993	
Diskuswurf						
56,04	Galler, Dagmar	1961	LG Wilhelmshaven	Posen	12.07.1980	
Hammerwurf						
59,21	Nannen, Mareike	1990	SV Holtland	Gottingen	28.06.2009	
Speerwurf						
44,06	Mager, Fenja	1995	DSC Oldenburg	Garbsen	01.05.2013	
4-Kampf						
3.216	Büsing, Tomke	1980	VfL Germania Leer	Zeven	17.07.1999	
	14,93(+1.5)-1,76-11,53-25,89(+1.5)					
4-Kampf Ma.						
11.855	DSC Oldenburg			Osnabrück	26.06.2004	
	Wollstein, Romy (1986) - 2.626;					
	Bredendiek, Jana (1985) - 2.553; Wollstein, Sara (1985) - 2.430					
	Petersen, Maike (1985) - 2.334; Ebeling, Eva (1985) - 1.912					
7-Kampf						
5.265	Reiners, Jennifer	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Bernhausen	21.06.1997	
	15,39(-1.4)-1,63-10,68-25,50(+0.8)/5,89(+1.5)-36,12-2:16,01					
7-KampfMa.						
13.490	LG Papenburg/Aschendorf					Salzgitter
	Reiners, Jeniffer(1978); Spiller,Christina (1979); Kuhr, Petra(1979)					

Weibliche Jugend U18

100 m Lauf						
11,5	Krug, Corinna	1964	LG Oldenburg	Itzehoe	19.09.1981	
200 m Lauf						
23,85	Krug, Corinna	1964	LG Oldenburg	Koblenz	30.08.1981	
300 m Lauf						
39,81	Breninck, Simone	1980	TV Norden	Zeven	17.05.1997	
400 m Lauf						
53,6	Bens, Monika	1966	VfL Ockenhausen	Berlin	10.09.1983	
800 m Lauf						
2:01,29	Bens, Monika	1966	VfL Ockenhausen	Schwechat	27.08.1983	
1500 m Lauf						
4:21,05	Thieke, Stephanie	1986	LG Emstal Dörpen	Mannheim	21.06.2003	
3000 m Lauf						
9:33,29	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Marrakesch/MAR	14.07.2005	
5000 m Lauf						
17:21,58	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Papenburg	30.09.2005	
10 km Str.						
37:19	Schwennen, Cornelia	1987	SV Concordia Emsbüren	Rheine-Melsum	30.11.2003	
10 km Str. Ma.						
2:05:09	VfL Lingen			Lingen	24.05.2003	
	Musekamp, Lea (1986) - 37:38;					
	Friesen, Heike (1986) - 42:49; Brink, Janne (1987) - 44:42					
100 m Hürden						
13,85 *	Bartschat, Katrin	1970	LG Delmenhorst/Diepholz	Hannover	24.08.1986	
400 m Hürden						
57,44	Rieger, Silvia	1970	TuS Eintracht Hinte	Birmingham/GBR	09.08.1987	
1500 m Hind.						

4:46,13	Meyer, Lea	1997	VfL Lönningen	Rostock	27.07.2013
4 x 100 m	Staffel				
47,33	LG Wilhelmshaven			Göttingen	30.07.1978
	Brosig (20); Baumann (20); Oetken (20); Mielke (20)				
4 x 400 m	Staffel				
4:08,66	VfL Lönningen			Osnabrück	18.04.2009
	Beyer, Jennifer (1993); Baumann, Sarah (1993); Ahrens, Mareike (1993); Hackstedt, Maria (1993)				
3 x 800 m	Staffel				
6:27,46	VfL Ockenhausen			München	25.07.1982
	Engel, Anja (1966); Janhsen, Frieda (1965); Bens, Monika (1966)				
3000 m Bahng.					
14:04,1	Birkemeyer, Sonja	1989	LG Osnabrück	Osnabrück	24.05.2006
5km Str.Gehen					
24:46	Birkemeyer, Sonja	1989	LG Osnabrück	Dresden	24.04.2005
Hochsprung					
1,86	Wilken, Marlies	1959	LG Wilhelmshaven	Wolfsburg	08.08.1976
Stabhochsprung					
3,90	Möllers, Ria	1996	SC Melle 03	Schweinfurt	22.06.2013
Weitsprung					
6,34	Ganseforth, Annette	1970	LG Emstal Dörpen	Leer	12.09.1987
Dreisprung					
12,65 *	Linnenbaum, Eva	1989	TuS Neuenhaus	Garbsen	21.05.2006
Kugelstoß					
14,62	Kruse, Sabine	1966	LG Nordenham	Hamburg	18.06.1983
Diskuswurf					
53,22	Galler, Dagmar	1961	DSC Oldenburg	Oldenburg	23.04.1978
Hammerwurf					
58,25	Pohl, Daniela	1987	SV Holtland	Minden	04.08.2004
Speerwurf					
45,16	Mager, Fenja	1995	DSC Oldenburg	Hannover	02.06.2012
4-Kampf					
3.194	Englisch, Franziska	1983	Braker TV	Zeven	17.07.1999
	14,19(+1.4)-1,64-11,14-12,52(+1.0)				
4-Kampf Ma.					
12.043	TV Norden			Winsen	22.06.1996
	Conrads, Melanie (1980) - 2.861; Breninck, Simone (1980) - 2.642; Sjuts, Maike (1980) - 2.299; Rahmann, Ilka (1980) - 2.183; Gronewold, Anke (1980) - 2.058				
7-Kampf					
4.879	Englisch, Franziska	1983	Braker TV	Zeven	17.07.1999
	14,19(+1,4)-1,64-11,14/12,52(+1,0)-5,21(-0,3)-31,33-2:40,62				
7-Kampf Ma.					
12.934	TV Norden			Vaterstetten	30.08.1996
	Breninck, Simone (1980) - 4.454; Conrads, Melanie (1980) - 4.429; Sjuts, Maike (1980) - 4.051				
Weibliche Jugend U16					
5 km Str. Ma.					
59:16	LG Emstal Dörpen			Lingen	28.05.2005
	Kock (1990); Stoeve (1990); Lögering (1992)				
4 x 100 m	Staffel				
50,15	OTB Osnabrück			Papenburg	15.07.2007
	Hahn, Tasja (1992); Kleen, Johanna (1992); Rieck, Svenja (1993); Kühnemund, Mareike (1992)				
3 x 800 m	Staffel				
6:48,3	VfL Ockenhausen			Salzgitter	07.10.1979
	Engel, Anja (1966); Bens, Monika (1966); Janhsen, Frieda (1965)				
3-KampfMa.					

7.293 SV Sparta Werlte Papenburg 19.06.2010
 Klumpe, Elisabeth (1995) - 1.579;
 Gerdes, Sonja (1995) - 1.518; Janssen, Julia (1995) - 1.422
 Klumpe, Theresa (1995) - 1.400; Meier (1996) - 1.374

4-KampfMa.

9.781 OTB Osnabrück Bremen 09.06.2007
 Kleen, Johanna (1992) - 2.224;
 Rieck, Svenja (1993) - 2.019; Emminghaus, Laura (1993) - 1.917
 Kühnemund, Mareike (1992) - 1.877; Dieckmann, Elena (1992) -

1.744

7-KampfMa.

10.403 OTB Osnabrück Lage 11.08.2007
 Kleen, Johanna (1992) - 3.727;
 Rieck, Svenja (1993) - 3.525; Kühnemund, Mareike (1992) - 3.151

Block Mannschaft

12.339 OTB Osnabrück Hameln 23.06.2007
 Kleen, Johanna (1992) - 2.702;
 Rieck, Svenja (1993) - 2.535; Kühnemund, Mareike (1992) - 2.469
 Emminghaus, Laura (1993) - 2.462; Dieckmann, Elena (1992) -

2.171

Jugend W15

100 m Lauf

12,02 Zobel, Melanie 1978 LG Wilhelmshaven Oldenburg 13.06.1993

300 m Lauf

39,61 Schäfer, Mailin 1998 VfL Lönningen Winsen-Luhe 09.06.2013

800 m Lauf

2:08,33 Bens, Monika 1966 VfL Ockenhausen Oldenburg 09.05.1981

2000 m Lauf

6:16,07 Kock, Maren 1990 LG Emstal Dörpen Hamburg 03.09.2005

3000 m Lauf

9:33,29 Kock, Maren 1990 LG Emstal Dörpen Marrakesch/MAR 14.07.2005

5 km Str.

17:14 Kock, Maren 1990 LG Emstal Dörpen Emlichheim 13.05.2005

80 m Hürden

11,80 Raukuc, Anna 1990 SV Emden-Harsweg Munster 18.06.2005

300 m Hürden

45,2 Schäfer, Mailin 1998 VfL Lönningen Schortens 05.05.2013

3000 m Bahng.

15:21,23 Birkemeyer, Sonja 1989 LG Osnabrück Jena 02.07.2004

Hochsprung

1,74 Schulte, Alexandra 1993 LAV Meppen Bremen 15.06.2008

Stabhochsprung

3,00 Heddendorp, Anne 1989 TuS Gildehaus Enschede/NED 01.09.2004

Weitsprung

5,95 * Götting, Julia 1997 SV Molbergen Molbergen 05.05.2012

Dreisprung

11,36 Reiners, Jennifer 1978 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 18.09.1993

Kugelstoß

14,12 Berends, Lina 1990 LG Grafenschaft Bentheim Papenburg 30.09.2005

Diskuswurf

37,33 Kielmann, Sonka 1992 SV BW Emden-Borssum Wilhelmshaven 02.06.2007

Hammerwurf

58,01 Nannen, Mareike 1990 SV Holtland Delmenhorst 18.09.2005

Speerwurf

39,37 Homeyer, Denise 1989 LGG Ganderkesee Delmenhorst 12.06.2004

Ballwurf 200g

60,00 Hilbers, Carola 1979 SV Warsingsfehn Lehrte 29.05.1994

3-Kampf

1.619 Raukuc, Anna 1990 SV Emden-Harsweg Leer 23.04.2005
 13,0-4,75-52,00

4-Kampf						
2.256	Götting, Julia	1997	SV Molbergen	Hamel	23.06.2012	12,77(-0,6)-5,36(+0,0)-1,64-10,65
7-Kampf						
3.807	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Rhede	06.08.2005	11,98-1,56-10,37-12,94/5,01-31,43-2:22,90
Block S/S						
2.793	Kortenbrock, Marina	1990	SG Essen-Garthe-Molbergen	Munster	18.06.2005	13,20-12,33-5,02-1,68-31,63
Block Lauf						
2.613	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Hinte	15.05.2004	13,40-12,44-4,91-47,50-7:49,30
Block Wurf						
2.770	Peters, Mareike	1986	SV Georgsheil	Rhede	18.08.2001	12,76(-1.4)-12,01(-0.6)-5,15(+0.5)-11,52-29,84
Jugend W14						
100 m Lauf						
12,36	Zähler, Nadine	1992	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	29.09.2006	
300 m Lauf						
41,30	Hunfeld, Karina	1989	LG Emstal Dörpen	Bremen	06.09.2003	
800 m Lauf						
2:13,7	Bens, Monika	1966	VfL Ockenhausen	Oldenburg	06.09.1980	
2000 m Lauf						
6:23,59	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Bremen	21.08.2004	
3000 m Lauf						
9:53,2	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Melle	02.06.2004	
5 km Str.						
17:50	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Nordhorn	11.09.2004	
80 m Hürden						
12,21	Rieger, Silvia	1970	TuS Eintracht Hinte	Sottrum	23.09.1984	
300 m Hürden						
47,16	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Bremen	21.08.2004	
Hochsprung						
1,69	Schulte, Alexandra	1993	LAV Meppen	Wilhelmshaven	25.08.2007	
Stabhochsprung						
3,06	Strauß, Sarah	1995	Heidmühler FC	Papenburg	25.09.2009	
Weitsprung						
5,75	Linnenbaum, Eva	1989	TuS Neuenhaus	Nordhorn	20.09.2003	
Dreisprung						
10,70 *	Dunkhase, Marie-Anna	1996	DSC Oldenburg	Papenburg	27.08.2010	
Kugelstoß						
12,94	Erfmann, Kerstin	1977	OTB Osnabrück	Westerstede	08.09.1991	
Diskuswurf						
32,95	Angermann, Adelheid	1994	LAV Meppen	Bremen	30.08.2008	
Hammerwurf						
51,50	Nannen, Mareike	1990	SV Holtland	Holtland	25.09.2004	
Speerwurf						
31,08	Maaßen, Kea	1999	SG akquinet Lemwerder	Edemissen	19.05.2013	
Ballwurf 200g						
57,50	König, Martina	1971	SV Warsingsfehn	Marienhaf	15.10.1985	
3-Kampf						
1.349	Maaßen, Kea	1999	SG akquinet Lemwerder	Nordenham	28.09.2013	13,8-4,23-8,51
4-Kampf						
2.136	Götting, Julia	1997	SV Molbergen	Löningen	11.09.2011	13,30-5,14-1,54-10,90
7-Kampf						
3.697	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Rhede	14.08.2004	12,28(+1.9)-1,60-9,07-13,26(-1.1)/4,75-30,01-2:21,50
Block S/S						
2.712	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Nordhorn	08.05.2004	

13,3-12,0-5,03-1,58-31,50

Block Lauf
2.613 Raukuc, Anna 1990 SV Emden-Harsweg Hinte 15.05.2004
13,40-12,44-4,91-47,50-7:49,30

Block Wurf
2.691 Peters, Mareike 1986 SV Georgsheil Vaterstetten 12.08.2000
12,71(+0.4)-12,47(-0.1)-5,21(-1.3)-9,93-30,16

Weibliche Jugend U14

5 km Str. Ma.
1:02:17 VfL Lingen Lingen 24.04.2007
Bernstein, Jennifer (1994) - 20:35;
Bernstein, Julia (1994) - 20:36; Bäcker, Julia (1994) - 21:06

4 x 75 m Staffel
39,1 OTB Osnabrück Kattenvenne 02.09.2000
Blanke (20); Schnieder (20); Meyer (20); Frense (20)

3 x 800 m Staffel
7:48,1 SV Sparta Werlte Lingen 15.06.2011
Kamlage (1998); Wigbers (1998); Brinkmann (2000)

3-KampfMa.
6.788 LGG Ganderkesee Wilhelmshaven 06.10.2000
Bohlken, Franziska (1987) - 1.468;
de Groot, Karen (1987) - 1.421; Homeyer, Yasmin (1987) - 1.392
Müller, S. (1987) - 1.269; Sieling, J. (1987) - 1.238

4-KampfMa.
9.701 TV Norden Leer 01.10.2008
Kruse, Katharina (1995); Okken, Lea (1996); Peters, Anne
(1995)
Schröder ; Gummels

Block Mannschaft
11.363 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 25.09.2002
Schipper, M. (1989) - 2.517;
Zaage, Vanessa (1990) - 2.236; Klibert, Patricia (1989) - 2.211
Zaage, Camilla (1990) - 2.202; Jung, Kristin (1989) - 2.197

Jugend W13

75 m Lauf
10,01 Hansmann, Patricia 2000 VfL Lingen Papenburg 16.06.2013

800 m Lauf
2:16,6 Janhsen, Frieda 1965 VfL Ockenhausen Oldenburg 22.09.1978

2000 m Lauf
6:35,9 Hanekamp, Anette 1966 SV Sparta Werlte Hannover 29.06.1979

5 km Str.
19:05 Meyer, Lea 1997 VfL Lönningen Oldenburg 24.10.2010

60 m Hürden
9,1 Munning, Marlies 1986 SV Georgsheil Gelsenkirchen 19.09.1999

Hochsprung
1,62 Reiners, Jennifer 1978 LG Papenburg/Aschendorf Hannover 23.06.1991

Stabhochsprung
3,12 Petershofen, Friedelinde 1995 DSC Oldenburg Papenburg 29.08.2008

Weitsprung
5,45 Brandt, Maren 1983 SV Concordia Ihrhove Leer 07.09.1996

Kugelstoß
12,20 Beyer, Inga 1974 SV Holtland Aurich 15.08.1987

Diskuswurf
39,72 Redenius, Sonja 1982 SV Georgsheil Emden 02.09.1995

Hammerwurf
49,64 Dirks, Nina 1994 SV Holtland Holtland 15.09.2007

Speerwurf							
38,90	Büsing, Tomke	1980	VfL Germania Leer	Wilhelmshaven	24.09.1995		
Ballwurf 200g							
55,00	Peterwerth, Sandra	1974	SV Warsingsfehn	Wilhelmshaven	12.06.1986		
Schlagball 80g							
59,50	Hilbers, Carola	1979	VfL Jheringsfehn	Wolfsburg	19.06.1991		
3-Kampf							
1.627	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Norden	06.09.2003		
	9,8-5,04-46,50						
4-Kampf							
2.108	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Norden	06.09.2003		
	9,8-5,04-1,46-46,50						
Block S/S							
2.631	Elbert, Julia	1992	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	03.10.2005		
	10,3(+0,3)-10,3-4,87-1,57-47,00						
Block Lauf							
2.762	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Hinte	17.05.2003		
	10,0-9,6-5,04-50,50-2:24,7						
Block Wurf							
2.443	Saathoff, Lena	1992	SV Georgsheil	Georgsheil	27.05.2005		
	10,2-10,1-5,06-8,78-24,93						
Block Basis							
2.370	Küpker, Kea-Eske	1999	Vareler TB	Papenburg	06.10.2012		
	10,52-10,36-4,38-35,00-7:56,35						
Jugend W12							
75 m Lauf							
9,6	Kramer, Imke	2001	TV Norden	Aurich	31.08.2013		
800 m Lauf							
2:27,00	Menke, Lena	1997	BV Garrel	Löningen	20.05.2009		
2000 m Lauf							
7:01,9	Meyer, Lea	1997	VfL Löningen	Großenkneten	30.08.2009		
5 km Str.							
18:53	Schweer, Jana	1985	LG Osnabrück	Steinfurt	20.09.1997		
60 m Hürden							
9,5	Münning, Marlies	1986	SV Georgsheil	Wilhelmshaven	27.09.1998		
Hochsprung							
1,56	Petershofen, Friedelinde	1995	DSC Oldenburg	Dörpen	22.09.2007		
Stabhochsprung							
2,60	Voigt, Payton	1997	Heidmühler FC	Bremen	30.05.2009		
Weitsprung							
5,19	Kramer, Imke	2001	TV Norden	Wilhelmshaven	25.06.2013		
Kugelstoß							
10,44	Beyer, Inga	1974	SV Holtland	Oldenburg	13.09.1986		
Diskuswurf							
31,36	Redenius, Sonja	1982	SV Georgsheil	Wirdum	09.10.1994		
Hammerwurf							
25,48	Dirks, Nina	1994	SV Holtland	Holtland	16.09.2006		
Speerwurf							
31,04	Büsing, Tomke	1980	VfL Germania Leer	Marienhafe	10.10.1992		
Ballwurf 200g							
52,00	Behtke, Hannah	2001	LG Osnabrück	Hannover	13.06.2014		
Schlagball 80g							
59,50	Hilbers, Carola	1979	VfL Jheringsfehn	Wolfsburg	19.06.1991		
3-Kampf							
1.537	Gartzke, Celina	1998	Bookholzberger TB	Delmenhorst	08.10.2010		
	10,0-4,85-41,00						
4-Kampf							
1.935	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Warsingsfehn	17.08.2002		
	10,5-4,64-1,35-48,00						
Block S/S							
2.412	Elbert, Julia	1992	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	18.09.2004		

	10,8-10,9-4,85-1,48-39,00				
Block Lauf					
2.439	Raukuc, Anna	1990	SV Emden-Harsweg	Hinte	09.05.2002
	10,6(+0.7)-10,4(+1.9)-4,46-42,50-2:36,4				
Block Wurf					
2.374	Saathoff, Lena	1992	SV Georgsheil	Wilhelmshaven	15.09.2004
	10,4-10,5-4,92-9,06-23,72				
Block Basis					
2.130	Walter, Kathrin	2000	BTB Oldenburg	Lingen	21.06.2012
	11,1-11,2-4,29-33,00-8:32,5				

Seniorinnen W30

100 m Lauf					
12,0 *	Wandscher, Elke	1943	VfL Oldenburg	Oldenburg	21.06.1975
200 m Lauf					
25,01	Wandscher, Elke	1943	VfL Oldenburg	Hannover	19.07.1979
400 m Lauf					
57,16	Kuhlmann, Sarah	1977	LG Osnabrück	Zittau	07.07.2007
800 m Lauf					
2:08,70	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Malmö/SWE	26.07.1996
1500 m Lauf					
4:22,71	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Köln	21.06.1996
1 Meilen-Lauf					
5:26,94	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Delmenhorst	13.05.2000
3000 m Lauf					
9:58,2	Kahmann, Kerstin	1973	OFV Ostercappeln	Melle	02.06.2004
5000 m Lauf					
17:16,20	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Menden	17.05.1997
10000 m Lauf					
35:54,20	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	20.04.1997
Stundenlauf					
15.680	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Delmenhorst	13.04.2002
10 km Str.					
36:10	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Oldenburg	19.10.2003
10 km Str. Ma.					
1:52:11	OFV Ostercappeln			Alfeld	15.03.1998
	Brandenburg, Barbara (1967) - 36:36;				
	Karsch, Jutta (1961) - 37:34; Köhne, Manuela (1965) - 38:01				
Halbmarathon					
1:20:18	Karsch, Jutta	1961	SC Herringhausen	Emmerthal	11.05.1997
Halbmarathon Ma.					
4:04:53	OFV Ostercappeln			Emmerthal	01.03.1998
	Brandenburg, Barbara (1967) - 1:20:42;				
	Karsch, Jutta (1961) - 1:21:44; Köhne, Manuela (1965) - 1:22:27				
Marathon					
2:53:17	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Berlin	29.09.2002
Marathon Ma.					
9:20:47	OSC Damme			Berlin	29.09.2002
	Bussmann, Elke (1966) - 2:53:17;				
	Rolfes, Silvia (1959) - 3:13:45; Kramer, Christina (1958) -				
3:13:45					
100 km					
9:00:09	Köhne, Manuela	1965	LG Osnabrück	Rheine	31.08.2002
100 m Hürden					
14,29	Tappe, Marlis	1959	LG Wilhelmshaven	Wetzlar	25.08.1995
400 m Hürden					
56,21	Rieger, Silvia	1970	SV Emden-Harsweg	Jena	03.06.2000
3000 m Hind.					
10:53,53	Kahmann, Kerstin	1973	OFV Ostercappeln	Braunschweig	11.07.2004
4 x 100 m Staffel					
51,48	LG Osnabrück			Konstanz	11.07.1998
	Pfannenschmidt (1967); Repking, Kirsten (1967);				

Keller, Renate (1961); Lichte, Urte (1967)

3 x 800 m Staffel
 7:14,70 LG Osnabrück Weinstadt 27.07.2002
 Forthmann, Silke(1970); Sackmann, Petra(1965); Gröne, Corinne
 (1972)

5000 m Bahng.
 22:30,15 Brandenburg, Barbara 1967 OFV Ostercappeln Neustadt/Rbg. 25.04.2004
 10km Str.Gehen
 48:15 Brandenburg, Barbara 1967 LG Osnabrück Eilenburg 23.03.2002
 20km Str.Gehen
 1:43:27 Brandenburg, Barbara 1967 LG Osnabrück Hildesheim 05.06.2004
 Hochsprung
 1,62 Behte, Gaby 1957 BW Hollage Osnabrück 19.09.1987
 Stabhochsprung
 1,79 Georgs, Elke 1959 Fortuna Wirdum Marienhafe 09.07.2003
 Weitsprung
 6,01 Wieting, Elke 1945 LG Wilhelmshaven Hannover 27.06.1976
 Dreisprung
 11,78 * Meyer, Anke 1980 VfL Lönningen Kaiserslautern 26.06.2010
 Kugelstoß
 14,01 Selzam, Ute 1973 LG Osnabrück Celle 15.08.2003
 Diskuswurf
 45,62 Schütte, Melanie 1981 SV Georgsheil Ahlen 25.06.2011
 Hammerwurf
 50,91 Nannen, Christine 1981 SV Holtland Delmenhorst 24.06.2012
 Speerwurf
 48,54 Breithaupt, Inge 1952 LGG Ganderkesee Salzgitter 01.07.1984
 Gewicht
 14,67 Nannen, Christine 1981 SV Holtland Hannover 28.04.2013
 5-Kampf
 3.458 Tappe, Marlis 1959 LG Wilhelmshaven Ahlen 04.06.1995
 15,16-1,64-9,37-5,32-2:28,04
 7-Kampf
 4.387 Imme, Dagmar 1969 LG Osnabrück Zeven 08.07.2000
 16,87(+1.3)-1,52-11,16-27,60(-1.2)/5,27(+1.0)-36,08-2:34,51

Seniorinnen W35

100 m Lauf
 12,20 * Wandscher, Elke 1943 VfL Oldenburg Hannover 29.07.1979
 200 m Lauf
 25,01 Wandscher, Elke 1943 VfL Oldenburg Hannover 19.07.1979
 400 m Lauf
 58,49 Gröne, Corinne 1972 LG Osnabrück Riccione/ITA 14.09.2007
 800 m Lauf
 2:08,70 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Malmö/SWE 26.07.1996
 1500 m Lauf
 4:22,71 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Köln 21.06.1996
 1 Meilen-Lauf
 5:37,91 Sollmann, Bianca 1968 LG Osnabrück Osnabrück 05.07.2005
 3000 m Lauf
 9:58,81 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Alzenau 25.09.1993
 5000 m Lauf
 17:27,6 Karsch, Jutta 1961 SC Herringhausen Melle 02.09.1997
 10000 m Lauf
 35:55,07 Karsch, Jutta 1961 SC Herringhausen Osnabrück 24.05.1997
 Stundenlauf
 15.680 Bussmann, Elke 1966 OSC Damme Delmenhorst 13.04.2002

10 km Str.						
36:10	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Oldenburg	19.10.2003	
Halbmarathon						
1:20:18	Karsch, Jutta	1961	SC Herringhausen	Emmerthal	11.05.1997	
Marathon						
2:53:17	Bussmann, Elke	1966	OSC Damme	Berlin	29.09.2002	
100 km						
9:00:09	Köhne, Manuela	1965	LG Osnabrück	Rheine	31.08.2002	
100 m Hürden						
14,29	Tappe, Marlis	1959	LG Wilhelmshaven	Wetzlar	25.08.1995	
400 m Hürden						
63,61	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Dörpen	14.09.1996	
3000 m Bahng.						
13:34,82	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Gütersloh	25.06.2005	
5000 m Bahng.						
22:30,15	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Neustadt/Rbg.	25.04.2004	
5km Str.Gehen						
23:07	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Hildesheim	28.08.2005	
10km Str.Gehen						
47:17	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Kerpen	04.06.2005	
20km Str.Gehen						
1:43:27	Brandenburg, Barbara	1967	LG Osnabrück	Hildesheim	05.06.2004	
Hochsprung						
1,64	Tappe, Marlis	1959	LG Wilhelmshaven	Ahlen	04.06.1995	
Stabhochsprung						
1,85	Georgs, Elke	1959	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.06.2004	
Weitsprung						
5,66 *	Bethe, Gaby	1957	BW Hollage	Hagen	23.08.1992	
Dreisprung						
11,39 *	Keller, Renate	1961	LG Osnabrück	Gelsenkirchen	26.08.2000	
Kugelstoß						
12,92	Alms, Sabine	1942	LGG Ganderkesee	Hude	19.07.1978	
Diskuswurf						
42,34	Alms, Sabine	1942	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	24.09.1980	
Hammerwurf						
48,24	Lemke, Inga	1974	SV Holtland	Holtland	01.06.2013	
Speerwurf						
46,86	Breithaupt, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Weyhe	10.06.1980	
Gewicht						
12,78	Nagel, Andrea	1970	Blexer TB	Meppen	22.04.2006	
5-Kampf						
3.458	Tappe, Marlis	1959	LG Wilhelmshaven	Ahlen	04.06.1995	
	15,16-1,64-9,37-5,32-2:28,04					
7-Kampf						
4.565	Keller, Renate	1961	LG Osnabrück	Zeven	08.07.2000	
	16,22(+1.9)-1,52-10,59-27,81(-0.2)/4,94(-0.2)-25,08-2:41,00					
Wurf-Fünfkampf						
2.898	Nagel, Andrea	1970	Blexer TB	Meppen	28.04.2007	
	41,33-10,84-25,39-33,14-12,74					

Seniorinnen W40

100 m Lauf						
14,0 *	Endrulat, Grit	1969	Fortuna WirdumSportzentrum Moorhusen	18.08.2013		
200 m Lauf						
26,98 *	Bischof, Birgit	1956	LGG Ganderkesee	Schweinfurt	18.09.1999	
400 m Lauf						
60,08	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Jyväskylä/FIN	12.07.2000	
800 m Lauf						
2:10,73	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	20.09.1998	
1500 m Lauf						
4:33,13	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Cesenatico/ITA	14.09.1998	

1 Meilen-Lauf						
6:09,0	Hörig, Silvia	1962	LG Wilhelmshaven	Ofen	06.10.2006	
3000 m Lauf						
10:13,2	Karsch, Jutta	1961	SC Herringhausen	Oldenburg	27.06.2001	
5000 m Lauf						
17:50,5	Karsch, Jutta	1961	SC Herringhausen	Borgholzhausen	22.06.2001	
10000 m Lauf						
36:56,7	Karsch, Jutta	1961	SC Herringhausen	Melle	04.09.2002	
Stundenlauf						
14.170	Beyer, Antonia	1966	VfL Lönningen	Dörpen	04.10.2007	
10 km Str.						
37:28	Spallek, Christiane	1965	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.2005	
10 km Str.						
2:08:16	TV Norden			Norden	19.04.2008	
Ma.	Klostermann, Waltraud (1960) - 40:14; Hartmann, Irmgard (1962) - 42:48; Gronewold, Elke (1967) -					
45:14						
Halbmarathon						
1:23:09	Spallek, Christiane	1965	LG Wilhelmshaven	Lönningen	28.10.2006	
Halbmarathon Ma.						
4:47:57	LG Wilhelmshaven Paga, Ulla (1952) - 1:27:08; Ahrens, Sabine (1942) - 1:36:42; Student, B. (1941) - 1:44:07			Emmerthal	08.08.1993	
Marathon						
2:56:31	Spallek, Christiane	1965	LG Wilhelmshaven	Lönningen	25.06.2005	
Marathon Ma.						
10:58:23	Emder Laufgemeinschaft Ringena, Marion (1959) - 3:33:00; Kortylack, Gisela (1956) - 3:37:24; Faust, Anja (1960) -			Steinfurt	17.03.2001	
3:47:59						
80 m Hürden						
12,59 *	Lichte, Urte	1967	LG Osnabrück	Salzgitter	09.06.2007	
4 x 100 m Staffel						
58,29	LGG Ganderkesee Iben, Anke (1958); Braunisch, Silvia (1959); Hezemans, Carmen (1964); Marbach, Inga (1973)			Wilhelmshaven	08.06.2013	
3 x 800 m Staffel						
11:39,6	Fortuna Wirdum Thiele, Helmi (1952); Gerken (1965); Georgs, Elke (1959)			Moorhusen	12.07.2006	
10km Str.Gehen						
65:14	Lorenz, Erika	1947	LG Delmenhorst/Diepholz	Letter	09.04.1988	
Hochsprung						
1,48	Endrulat, Grit	1969	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	08.06.2013	
Stabhochsprung						
1,85	Georgs, Elke	1959	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.06.2004	
Weitsprung						
5,24	Keller, Renate	1961	LG Osnabrück	Bremen	10.09.2005	
Dreisprung						
10,86 *	Keller, Renate	1961	LG Osnabrück	Schweinfurt	09.07.2005	
Kugelstoß						
11,12	Nagel, Andrea	1970	Blexer TB	Meppen	25.04.2010	
Diskuswurf						
30,75	Nagel, Andrea	1970	Blexer TB	Nordenham	12.05.2012	
Hammerwurf						
41,36	Nagel, Andrea	1970	Blexer TB	Meppen	25.04.2010	
Speerwurf						
36,37	Gnoth, Kirstin	1973	TuS Gildehaus	Huizen/NED	26.05.2013	
Gewicht						
12,74	Nagel, Andrea	1970	Blexer TB	Hannover	28.04.2012	
5-Kampf						
3.133	Garde, Diana	1970	LGG Ganderkesee	Stuhr-Moordeich	09.09.2012	
	13,61(+0,7)-4,99(+0,6)-8,92-1,39-2:56,90					
7-Kampf						

3.864 Garde, Diana 1970 LGG Ganderkesee Zittau 16.08.2012
15,46(-0,1)-1,39-8,80/28,59(+1,8)-5,04(+0,3)-17,46-2:55,97

Wurf-Fünfkampf

3.350 Nagel, Andrea 1970 Blexer TB Hannover 28.04.2012
35,63-10,91-27,36-34,09-12,74

Seniorinnen W45

100 m Lauf
12,92 * Bischof, Birgit 1956 LGG Ganderkesee Oldenburg 25.08.2001
200 m Lauf
34,5 Tangenberg, Anette 1966 TuS Gildehaus Gildehaus 16.08.2013
400 m Lauf
63,91 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Salzgitter 21.06.2003
800 m Lauf
2:20,24 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Dörpen 21.08.2004
1500 m Lauf
4:53,91 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Celle 17.08.2003
1 Meilen-Lauf
6:08,1 Werner, Veronika 1958 TuS Ofen Ofen 06.10.2006
3000 m Lauf
10:39,85 Koop, Annette 1958 LG Emstal Dörpen Büdelsdorf 24.08.2003
5000 m Lauf
18:25,18 Klostermann, Waltraud 1960 TV Norden Essen 15.06.2007
10000 m Lauf
39:12,8 Klostermann, Waltraud 1960 TV Norden Aurich 05.04.2008
Stundenlauf
14.680 Vedder, Elke 1967 SV Germania Twist Börger 07.09.2012
10 km Str.
38:46 Brinkmann, Eva 1964 VfL Germania Leer Otterndorf 12.09.2009
Halbmarathon
1:27:46 Schwietert, Christiane 1965 DSC Oldenburg Lönningen 23.06.2013
Marathon
2:59:26 Brinkmann, Eva 1964 VfL Germania Leer Bremen 04.10.2009
80 m Hürden
12,8 Bischof, Birgit 1956 LGG Ganderkesee Delmenhorst 25.06.2001
5000 m Bahng.
33:45,0 Lorenz, Erika 1947 LG Delmenhorst Schwanewede 10.04.1994
10km Str.Gehen
1:08:53 Lorenz, Erika 1947 LG Delmenhorst Herten-Bertlich 15.05.1994
Hochsprung
1,41 Braunisch, Silvia 1959 LGG Ganderkesee Ganderkesee 18.07.2006
Stabhochsprung
1,85 Georgs, Elke 1959 Fortuna Wirdum Marienhefe 09.06.2004
Weitsprung
5,01 Keller, Renate 1961 LG Osnabrück Delmenhorst 25.06.2006
Dreisprung
10,55 * Keller, Renate 1961 LG Osnabrück Zittau 07.07.2007
Kugelstoß
6,93 Hezemans, Carmen 1964 LGG Ganderkesee Delmenhorst 29.09.2014
Diskuswurf
32,20 Grönniger, Renate 1965 SV Germania Twist Papenburg 24.09.2010
Hammerwurf
30,81 De Groot, Inga 1952 LGG Ganderkesee Ganderkesee 06.10.2007
Speerwurf
31,06 Grönniger, Renate 1965 SV Germania Twist Lingen 07.05.2011
Gewicht
8,55 De Groot, Inga 1952 LGG Ganderkesee Huchting 03.10.2007
5-Kampf
3.851 Bischof, Birgit 1956 LGG Ganderkesee Wilhelmshaven 30.09.2001
13,26(+1.5)-1,32-9,37-4,80(-0.1)-2:47,80
7-Kampf

3.190	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Stuhr	09.0710.07
	15,49(-0,2)-1,38-7,61/30,09(+0,5)-2,74(+0,1)-16,38-3:35,91				
Wurf-Fünfkampf					
2.578	De Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Huchting	03.10.2007
	28,29-7,85-25,88-21,80-8,55				

Seniorinnen W50

100 m Lauf					
13,7	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Großenkneten	17.05.2011
200 m Lauf					
28,1	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	15.06.2010
400 m Lauf					
81,9	Looden, Beate	1963	Fortuna 70 Wirdum	Moorhusen	03.09.2013
800 m Lauf					
2:25,43	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Vaterstetten	10.07.2009
1500 m Lauf					
4:54,95	Koop, Annette	1958	LG Emstal Dörpen	Vaterstetten	10.07.2009
1 Meilen-Lauf					
5:57,2	Werner, Veronika	1958	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	10.10.2008
3000 m Lauf					
11:23,5	Häfker, Ingrid	1938	Delmenhorster TV	Delmenhorst	10.06.1988
5000 m Lauf					
19:15,49	Klostermann, Waltraud	1960	TV Norden	Delmenhorst	13.05.2012
10000 m Lauf					
41:22,4	Häfker, Ingrid	1938	Delmenhorster TV	Verden	25.08.1988
Stundenlauf					
13.681	Werner, Veronika	1958	TuS Ofen	Schortens	09.06.2009
10 km Str.					
39:56	Klostermann, Waltraud	1960	TV Norden	Norden	14.04.2012
10 km Str. Ma.					
2:16:47	OSC Damme			Lemwerder	22.03.2009
	Rolfes, Silvia (1959) - 44:33;				
	Scholz, Petra (1959) - 45:49; Kramer, Christina (1958) - 46:25				
Halbmarathon					
1:29:59	Klostermann, Waltraud	1960	TV Norden	Berlin	03.04.2011
Halbmarathon Ma.					
5:10:20	TuS BW Lohne			Zeven	04.10.2009
	Rolfes, Silvia (1959) - 1:39:42;				
	Scholz, Petra (1959) - 1:41:27; Kramer, Christina (1958) -				
1:49:11					
Marathon					
3:11:32	Horst, Hannelore	1949	LG Osnabrück	Hamburg	25.04.1999
Marathon Ma.					
11:09:44	OSC Damme			Hannover	03.05.2009
	Rolfes, Silvia (1959) - 3:28:17;				
	Scholz, Petra (1959) - 3:49:57; Kramer, Christina (1958) -				
3:51:30					
100 km					
10:14:58	Kupke, Ingrid	1942	SC Melle 03	Rodenbach	12.04.1997
80 m Hürden					
14,3	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Oldenburg	30.06.2003
4 x 100 m					
64,50	LGG Ganderkesee			Ganderkesee	27.09.2011
Hochsprung					
1,45	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Oldenburg	23.06.2010
Stabhochsprung					
1,82	Georgs, Elke	1959	Fortuna Wirdum	Marienhafe	15.06.2011
Weitsprung					
4,54	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	25.09.2009
Dreisprung					
8,49	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Oanderkesee	14.05.2009

Kugelstoß						
11,95	Alms, Sabine	1942	LGG Ganderkesee	Schwerin	24.07.1993	
Diskuswurf						
28,56	De Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Wunstorf	04.06.2005	
Hammerwurf						
36,01	De Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Celle	26.06.2005	
Speerwurf						
30,58	Iben, Anke	1958	LGG Ganderkesee	Minden	30.07.2011	
Gewicht						
9,07	Georgs, Elke	1959	Fortuna Wirdum	Marienhafe	04.07.2012	
5-Kampf						
3.380	Braunisch, Silvia	1959	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	29.09.2012	
	14,5-4,26-8,68-1,31-2:57,3					
7-Kampf						
4.419	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Oldenburg	30.06.2003	
	14,3-1,28-9,43/31,3-4,26-28,83-3:24,8					
Wurf-Fünfkampf						
3.230	De Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Leverkusen	12.06.2005	
	32,63-9,31-27,25-26,14-11,36					

Seniorinnen W55

100 m Lauf						
14,7	Jatho, Renate	1941	VfL Oldenburg	Oldenburg	11.05.1996	
200 m Lauf						
33,98 *	Grummert, Karin	1956	OTB Osnabrück	Mönchengladbach	14.07.2013	
400 m Lauf						
77,9	Harmeling, Marita	1955	SV Quitt Ankum	Lingen	08.09.2013	
800 m Lauf						
2:50,27	Harmeling, Marita	1955	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	28.05.2011	
1500 m Lauf						
5:27,07	Koop, Annette	1958	OTB Osnabrück	Turin/ITA	05.08.2013	
3000 m Lauf						
12:09,25	Harmeling, Marita	1955	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	28.05.2011	
5000 m Lauf						
20:41,37	Harmeling, Marita	1955	SV Quitt Ankum	Minden	30.07.2011	
10000 m Lauf						
43:55,3	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn	30.07.2002	
Stundenlauf						
12.000	Kortylack, Gisela	1956	Emder Laufgemeinschaft	Emden	30.10.2011	
10 km Str.						
43:19	Schellenberg, Waltraut	1947	LG Wilhelmshaven	Stuhr	17.03.2002	
10 km Str. Ma.						
2:34:43	Emder Laufgemeinschaft			Münkeboe	23.08.2013	
	Schulz, Evelyn (1957) - 51:07;					
	Kortylack, Gisela (1956) - 51:32; Ringena, Marion (1959) -					
52:04						
Halbmarathon						
1:36:36	Schellenberg, Waltraut	1947	LG Wilhelmshaven	Emmerthal	19.10.2002	
Marathon						
3:23:39	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Duisburg	30.04.2000	
100 km						
10:14:56	Kupke, Ingrid	1942	SC Melle 03	Rodenbach	12.04.1997	
Hochsprung						
1,26	Iben, Anke	1958	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	15.09.2013	
Weitsprung						
4,23 *	Hoppe, Ute	1938	TuS BW Lohne	Lübeck	27.08.1994	
Kugelstoß						
11,32	Alms, Sabine	1942	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	22.06.1999	
Diskuswurf						

34,16	Alms, Sabine	1942	LGG Ganderkesee	Oldenburg	09.07.1997
Hammerwurf					
38,79	Junker, Christel	1954	MTV Aurich	Minden	30.07.2011
Speerwurf					
28,72	Iben, Anke	1958	LGG Ganderkesee	Wilhelmshaven	09.06.2013
Gewicht					
12,81	Junker, Christel	1954	SV Holtland	Hannover	28.04.2013
5-Kampf					
2.610	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	27.09.2011
	16,3-3,68-8,34-1,14-3:51,2				
7-Kampf					
3.253	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Stuhr	09.07.2011
	aufg.-1,22-7,50/34,64(+0,5)-3,78(+0,3)-21,28-3:39,86				
Wurf-Fünfkampf					
3.499	Junker, Christel	1954	MTV Aurich	Bremen	07.05.2011
	37,73-9,01-24,08-18,17-12,37				

Seniorinnen W60

100 m Lauf					
15,8	* Hundt, Hildegard	1933	BTB Oldenburg	Tostedt	22.08.1993
200 m Lauf					
35,12	* Hundt, Hildegard	1933	BTB Oldenburg	Minden	29.08.1993
800 m Lauf					
3:25,38	Häfker, Ingrid	1938	LC Delmenhorst	Delmenhorst	06.07.2000
1500 m Lauf					
6:21,51	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Malmö/SWE	19.07.1996
1 Meilen-Lauf					
7:34,6	König, Käthe	1936	Ender Laufgemeinschaft	Emden	25.08.2000
3000 m Lauf					
13:28,8	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Aurich	28.06.1996
5000 m Lauf					
22:24,38	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	11.08.1996
10000 m Lauf					
44:32,3	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn	06.07.2005
Stundenlauf					
12.509	Fehlberg, Jutta	1945	LC Delmenhorst	Delmenhorst	16.04.2005
10 km Str.					
43:52	Horst, Hannelore	1949	TV Georgsmarienhütte	Lemwerder	22.03.2009
Halbmarathon					
1:31:03	Horst, Hannelore	1949	TV Georgsmarienhütte	Halle	06.09.2009
Marathon					
3:11:45	Horst, Hannelore	1949	TV Georgsmarienhütte	Bremen	07.10.2012
100 km					
12:16:26	Kupke, Ingrid	1942	TuRa Melle	Rheine	31.08.2002
5000 m Bahng.					
31:49,76	Häfker, Ingrid	1938	LC Delmenhorst	Lübeck	03.09.2000
10km Str.Gehen					
1:11:25	Häfker, Ingrid	1938	LC Delmenhorst	Eilenburg	27.03.1999
Hochsprung					
1,25	Hundt, Hildegard	1933	LG Oldenburg	Tostedt	22.08.1993
Weitsprung					
3,90	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	29.09.2012
Kugelstoß					
9,11	Breithaupt, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	15.09.2012
Diskuswurf					
29,42	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	15.09.2012
Hammerwurf					
32,10	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Zella-Melis	22.09.2012
Speerwurf					
26,26	Breithaupt, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	23.06.2012
Gewicht					

11,63	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Zella-Melis	22.09.2012
5-Kampf					
3.340	de Groot, Inge	1952	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	29.09.2012
	15,4-3,90-8,80-1,11-3:43,5				

Seniorinnen W65

100 m Lauf					
16,04	* Hoppe, Ute	1938	TuS BW Lohne	Delmenhorst	06.07.2003
1 Meilen-Lauf					
8:52,3	König, Käthe	1936	Emder Laufgemeinschaft	Emden	10.09.2004
3000 m Lauf					
14:14,9	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Aurich	25.07.2003
5000 m Lauf					
24:07,3	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Aurich	01.07.2012
10000 m Lauf					
48:35,23	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Zgorzelec/POL	18.08.2012
Stundenlauf					
11.590	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Schortens	14.06.2005
10 km Str.					
48:18	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Haren	02.04.2011
Halbmarathon					
1:47:56	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Dunum	09.04.2011
Marathon					
3:38:57	Steinke, Hilde	1945	SV Concordia Neermoor	Mainz	09.05.2010
Hochsprung					
1,11	Hundt, Hildegard	1933	LG Oldenburg	Minden	31.07.1998
Weitsprung					
3,28	Seggermann, Ulla	1939	SV Lemwerder	Berne	06.07.2008
Kugelstoß					
9,22	Alms, Sabine	1942	LGG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.2007
Diskuswurf					
23,12	Hoppe, Ute	1938	TuS BW Lohne	Lohne	26.04.2003
Hammerwurf					
25,54	Kitzel, Renate	1931	LG Delmenhorst	Zeven	01.06.1997
Speerwurf					
19,23	Kitzel, Renate	1931	LG Delmenhorst	Delmenhorst	19.07.1998

Seniorinnen W70

100 m Lauf					
23,5	Heinrichs, Grete	1919	Elsflether TB	Elsfleth	30.09.1994
3000 m Lauf					
15:00,4	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Leer	09.09.2006
5000 m Lauf					
26:22,52	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	25.06.2006
10000 m Lauf					
54:40,7	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.2007
Stundenlauf					
10.910	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Schortens	13.06.2006
10 km Str.					
53:01	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.2006
Halbmarathon					
1:58:47	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Herten	26.03.2006
Marathon					
4:12:56	Kupke, Ingrid	1942	SC Melle 03	Hannover	06.05.2012
Weitsprung					
2,71	Parohl, Lieselotte	1923	TuS Tossens	Tossens	26.08.1995
Kugelstoß					
7,36	Hoppe, Ute	1938	TuS BW Lohne	Delmenhorst	03.08.2008
Diskuswurf					
20,05	Hoppe, Ute	1938	TuS BW Lohne	Delmenhorst	03.08.2008

Seniorinnen W75

100 m Lauf					
23,5	Heinrichs, Grete	1919	Elsflether TB	Elsfleth	30.09.1994
3000 m Lauf					
17:41,31	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.2012
5000 m Lauf					
29:09,31	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Minden	30.09.2011
10000 m Lauf					
59:25,0	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Schortens	05.06.2012
Stundenlauf					
10.105	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Schortens	05.06.2012
10 km Str.					
60:12	Willerts, Elfriede	1936	LG Wilhelmshaven	Münkeboe	26.08.2011