

**Langstrecken- und Straßenlauf - Vereinsrekorde des TSV Großenkneten**

Stand: 15.11.2018

<b>Männer</b>	Zeit	Name	Jahrgang	Ort	Datum	
<b>Langstrecke (Bahn):</b>						
3000 Meter	11:04,52 min	<b>Holger Alves</b>	1958	Oldenburg	26.06.2013	
5000 Meter	17:40,00 min	<b>Udo Menkens</b>	1969	Großenkneten	28.08.2010	
10000 Meter	37:42,90 min	<b>Tim Decker</b>	1986	Großenkneten	03.11.2018	
Stundenlauf	15.480 Meter	<b>Holger Alves</b>	1958	Schortens	04.06.2013	
<b>Straßenlauf:</b>						
10 km	34:24 min	<b>Rainer Beewen</b>	1966	Lemwerder	22.03.2009	- Kreisrekord -
10 Meilen (16,09 km)	58:28 min	<b>Michael Reise</b>	1968	Großenkneten	12.05.2012	- Kreisrekord -
Halbmarathon (21,0975 km)	1:17:05 h	<b>Rainer Beewen</b>	1966	Oldenburg	01.11.2009	
Marathon (42,195 km)	2:42:22 h	<b>Rainer Beewen</b>	1966	Kassel	10.05.2009	
10 km - Mannschaft	1:47:55 h	<b>Stefan Schwengels</b> - 35:49 <b>Michael Reise</b> - 35:49 <b>Rainer Beewen</b> - 36:17	1969 1968 1966	Thülsfelde	25.04.2011	- Kreisrekord -
5 x 10km - Staffel	3:15:29 h	<b>Udo Menkens</b> - 36:40 <b>Michael Reise</b> - 35:58 <b>Hanjo Hellbusch</b> - 43:41 <b>Hajo Lueken</b> - 42:28 <b>Rainer Beewen</b> - 36:42	1969 1968 1974 1976 1966	Oldenburg	15.08.2010	
Halbmarathon - Mannschaft	3:59:23 h	<b>Rainer Beewen</b> - 1:17:05 <b>Michael Reise</b> - 1:20:17 <b>Udo Menkens</b> - 1:22:01	1966 1968 1969	Oldenburg	01.11.2009	- Kreisrekord -
Marathon - Mannschaft	8:29:01 h	<b>Michael Reise</b> - 2:43:25 <b>Rainer Beewen</b> - 2:50:48 <b>Udo Menkens</b> - 2:54:48	1968 1966 1969	Bremen	19.09.2010	

<b>Frauen</b>	Zeit	Name	Jahrgang	Ort	Datum	
<b>Langstrecke (Bahn):</b>						
3000 Meter	11:18,00 min	<b>Paula Böttcher</b>	1994	Oldenburg	05.09.2012	
5000 Meter	19:22,00 min	<b>Paula Böttcher</b>	1994	Delmenhorst	24.08.2012	
10000 Meter	39:47,00 min	<b>Paula Böttcher</b>	1994	Delmenhorst	27.07.2012	
Stundenlauf	11.286 Meter	<b>Sandra Lueken</b>	1976	Großenkneten	03.11.2018	
<b>Straßenlauf:</b>						
10 km	39:11 min	<b>Paula Böttcher</b>	1994	Garrel	15.09.2012	- Kreisrekord -
10 Meilen (16,09 km)	1:18:17 h	<b>Paula Böttcher</b>	1994	Großenkneten	29.05.2010	
Halbmarathon (21,0975 km)	1:42:30 h	<b>Karin Kramer</b>	1965	Hannover	09.04.2017	
Marathon (42,195 km)	3:47:31 h	<b>Monika Stramann</b>	1965	Hamburg	29.04.2012	

Eine Gesamtliste der Kreisrekorde im Landkreis Oldenburg ist auf der Website vom NLV-Kreis Delme-Hunte unter <http://nlv-kreis-delmenhorst.de/> und dort in der Rubrik "Bestenliste" als Download abrufbar.

## Erfolge bei Norddeutschen und Niedersächsischen Leichtathletik-Meisterschaften

(Angabe der Bruttozeiten)

### - Einzelwertung -

Marathon / Senioren M40	2:43:29 h	<u>Norddeutscher Meister</u> Michael Reise	Jg.1968	Bremen	19.09.2010
		<u>Niedersächsischer und Bremer Landesmeister</u>			
Marathon / Senioren M55	3:12:24 h	Holger Alves	Jg.1958	Bremen	05.10.2014
Halbmarathon / Senioren M60	1:29:38 h	Holger Alves	Jg.1958	Otterndorf	23.09.2018
		<u>2. Platz Niedersächsische und Bremer Landesmeisterschaften</u>			
Halbmarathon / Senioren M55	1:26:28 h	Holger Alves	Jg.1958	Bremen	06.10.2013
Marathon / Senioren M55	3:12:26 h	Holger Alves	Jg.1958	Hannover	19.04.2015
Halbmarathon / Senioren M55	1:32:14 h	Holger Alves	Jg.1958	Zeven	24.09.2017
		<u>3. Platz Niedersächsische und Bremer Landesmeisterschaften</u>			
10 km Straße / Senioren M40	34:24 min	Rainer Beewen	Jg.1966	Lemwerder	22.03.2009
Marathon / Senioren M45	2:45:08 h	Michael Reise	Jg.1968	Bremen	05.10.2014
Marathon / Senioren M40	3:07:26 h	Hanjo Hellbusch	Jg.1974	Bremen	02.10.2016
Marathon / Senioren M55	3:21:47 h	Holger Alves	Jg.1958	Bremen	02.10.2016

---

### - Mannschaftswertung -

Marathon Männer gesamt	8:29:13 h	<u>Norddeutscher Meister</u> Michael Reise - 2:43:29 Rainer Beewen - 2:50:52 Udo Menkens - 2:54:52	Jg.1968 Jg.1966 Jg.1969	Bremen	19.09.2010
		<u>Niedersächsischer und Bremer Landesmeister</u>			
8,40 km - Crosslauf Senioren M40/45 Langstrecke	1:34:42 h	Michael Reise - 31:05 Rainer Beewen - 31:21 Udo Menkens - 32:16	Jg.1968 Jg.1966 Jg.1969	Löninge	14.02.2010
		<u>2. Platz Niedersächsische und Bremer Landesmeisterschaften</u>			
8,30 km - Crosslauf Senioren M40/45 Langstrecke	1:34:33 h	Michael Reise - 31:05 Rainer Beewen - 31:43 Udo Menkens - 31:45	Jg.1968 Jg.1966 Jg.1969	Ostercappeln	13.02.2011
Halbmarathon Senioren M30/35	4:19:15 h	Thorsten Pingel - 1:23:04 Hajo Lueken - 1:27:40 Hanjo Hellbusch - 1:28:31	Jg.1975 Jg.1976 Jg.1974	Bremen	06.10.2013
		<u>3. Platz Niedersächsische und Bremer Landesmeisterschaften</u>			
Marathon Männer gesamt	8:37:01 h	Rainer Beewen - 2:47:43 Dieter Jürgens - 2:53:23 Udo Menkens - 2:55:56	Jg.1966 Jg.1965 Jg.1969	Bremen	28.09.2008
8,30 km - Crosslauf Senioren M40/45 Langstrecke	1:31:34 h	Rainer Beewen - 29:35 Michael Reise - 30:02 Udo Menkens - 31:57	Jg.1966 Jg.1968 Jg.1969	Ostercappeln	15.02.2009
10km Straße Senioren M40/45	1:48:36 h	Rainer Beewen - 34:24 Udo Menkens - 36:33 Dieter Jürgens - 37:39	Jg.1966 Jg.1969 Jg.1965	Lemwerder	22.03.2009
10 km Straße Senioren M40/45	1:50:51 h	Stefan Schwengels - 36:07 Rainer Beewen - 36:53 Udo Menkens - 37:51	Jg.1969 Jg.1966 Jg.1969	Haren (Ems)	02.04.2011