

# Kreisbestenliste 2023

Herausgeber: Niedersächsischer Leichtathletikverband e.V.

Kreis Delme-Hunte e.V.

zusammengestellt von Richard Schmid

## Jahresbestenliste 2023

### Männer

100m	Jan Haßlinger	1999	Delmenhorster TV	<b>11,79</b>	16.08. Oldenburg
	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>11,83</b>	29.04. Delmenhorst
	Thorben Schiller	1989	LC 93 Delmenhorst	<b>12,86</b>	29.04. Delmenhorst
	Daniel Lucka	1984	TV Hude	<b>13,75</b>	16.08. Oldenburg
	Henry Blume	1989	LC 93 Delmenhorst	<b>14,34</b>	29.04. Delmenhorst
200m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>24,12</b>	23.09. Stuhr
400m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>58,58</b>	13.05. Papenburg
	Henry Blume	1989	LC 93 Delmenhorst	<b>66,85</b>	04.08. Delmenhorst
800m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	<b>2:09,07</b>	04.06. Delmenhorst
1.500m	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:59,79</b>	09.09. Zeven
	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>5:11,70</b>	17.09. Delmenhorst
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>5:52,16</b>	16.08. Oldenburg
1 Meile	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	<b>4:52,18</b>	29.04. Delmenhorst
3.000m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	<b>9:40,85</b>	22.04. Verden
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>12:07,29</b>	25.08. Melle
5.000m	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>18:33,87</b>	04.08. Delmenhorst
	Tim Decker	1986	TSV Großenkneten	<b>18:58,9</b>	04.11. Großenkneten
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>20:58,19</b>	04.08. Delmenhorst
	Udo Menkens	1969	TSV Großenkneten	<b>21:44,4</b>	04.11. Großenkneten
	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	<b>21:46</b>	13.05. Großenkneten
	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>26:05,64</b>	04.08. Delmenhorst
5 km Straße	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>17:52</b>	13.05. Syke
	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>18:16</b>	25.08. Barßel
	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>18:31</b>	13.05. Syke
	Tim Decker	1986	TSV Großenkneten	<b>19:16</b>	13.05. Großenkneten
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>20:54</b>	19.08. Schortens
	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	<b>21:35</b>	03.10. Ofen
	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>26:09</b>	15.10. Oldenburg
	Georg Wulfekuhl	1946	TSG Hatten-Sandkrug	<b>31:09</b>	01.05. Gristede
	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>31:26</b>	03.10. Ofen
10.000m	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>37:16,62</b>	29.04. Delmenhorst
	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>37:44,77</b>	29.04. Delmenhorst

	<b>Florian Jaedicke</b>	1986	TSV Großenkneten	<b>40:03,9</b>	04.11. Großenkneten
	<b>Holger Alves</b>	1958	TSV Großenkneten	<b>45:11,72</b>	17.09. Delmenhorst
	<b>Dirk Bramlage</b>	1969	LC 93 Delmenhorst	<b>47:44,8</b>	04.11. Großenkneten
	<b>Ralf Kühne</b>	1967	TSV Großenkneten	<b>54:35,9</b>	04.11. Großenkneten
	<b>Detlef Bleiker</b>	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>56:02,55</b>	29.04. Delmenhorst
<b>10 km Straße</b>	<b>Philipp Pospich</b>	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>36:26</b>	12.05. Sottrum
	<b>Martin Michels</b>	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>37:29</b>	03.10. Ofen
	<b>Jens Weischenberg</b>	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>37:54</b>	12.05. Sottrum
	<b>Jannis Lueken</b>	2005	TSV Großenkneten	<b>41:28</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Andre Deters</b>	1983	TSV Großenkneten	<b>42:11</b>	13.05. Großenkneten
	<b>Holger Alves</b>	1958	TSV Großenkneten	<b>42:12</b>	16.04. Uelzen
	<b>Mike Wahrmann</b>	1981	LC 93 Delmenhorst	<b>43:51</b>	03.06. Nienburg
	<b>Siegfried Nauy</b>	1985	LC 93 Delmenhorst	<b>43:59</b>	15.04. Springe
	<b>Manfred Neugebauer</b>	1966	TSG Hatten-Sandkrug	<b>45:10</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Dietmar Steinke</b>	1967	TSG Hatten-Sandkrug	<b>48:32</b>	03.09. Wardenburg
	<b>Riccardo Schwan</b>	1974	TSG Hatten-Sandkrug	<b>48:46</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Ralf Kühne</b>	1967	TSV Großenkneten	<b>54:02</b>	24.06. Lönningen
	<b>Matthias Witt</b>	1964	TSG Hatten-Sandkrug	<b>54:43</b>	13.05. Großenkneten
	<b>Michael Cording</b>	1984	TSV Großenkneten	<b>54:31</b>	16.09. Garrel
	<b>Detlef Bleiker</b>	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>55:07</b>	03.10. Ofen
	<b>Jens Mannott</b>	1982	TSV Großenkneten	<b>55:27</b>	13.05. Großenkneten
	<b>Bernd Ebbing</b>	1965	TSG Hatten-Sandkrug	<b>55:48</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Georg Wulfekuhl</b>	1946	TSG Hatten-Sandkrug	<b>65:05</b>	15.10. Oldenburg
<b>Stundenlauf</b>	<b>Philipp Pospich</b>	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>15.855</b>	29.04. Delmenhorst
	<b>Jens Weischenberg</b>	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>15.608</b>	29.04. Delmenhorst
	<b>Florian Jaedicke</b>	1986	TSV Großenkneten	<b>14.884</b>	04.11. Großenkneten
	<b>Dirk Bramlage</b>	1969	LC 93 Delmenhorst	<b>12.507</b>	04.11. Großenkneten
	<b>Ralf Kühne</b>	1967	TSV Großenkneten	<b>11.045</b>	04.11. Großenkneten
	<b>Detlef Bleiker</b>	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>10.750</b>	29.04. Delmenhorst
	<b>Heiner Möller</b>	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>8.153</b>	04.11. Großenkneten
<b>Halbmarathon</b>	<b>Philipp Pospich</b>	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>1:19:25</b>	01.10. Bremen
	<b>Martin Michels</b>	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:21:56</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Mike Wahrmann</b>	1981	LC 93 Delmenhorst	<b>1:30:32</b>	01.10. Bremen
	<b>André Buck</b>	1977	LC 93 Delmenhorst	<b>1:41:57</b>	01.10. Bremen
	<b>Nicklas Menkens</b>	1990	TSV Großenkneten	<b>1:46:43</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Hanno Boesch</b>	1964	TSV Großenkneten	<b>1:47:54</b>	15.10. Oldenburg
	<b>Ralf Kühne</b>	1967	TSV Großenkneten	<b>1:57:18</b>	01.10. Bremen
<b>Marathon</b>	<b>Jens Weischenberg</b>	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>2:49:53</b>	16.04. Enschede (NL)
	<b>Holger Alves</b>	1958	TSV Großenkneten	<b>3:25:29</b>	23.04. Hamburg
	<b>Mike Wahrmann</b>	1981	LC 93 Delmenhorst	<b>3:23:00</b>	29.10. Frankfurt
	<b>Martin Michels</b>	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3:31:47</b>	05.11. New York (USA)
	<b>Siegfried Nauy</b>	1985	LC 93 Delmenhorst	<b>3:32:20</b>	26.03. Hannover
	<b>Hanjo Hellbusch</b>	1974	TSV Großenkneten	<b>3:35:35</b>	29.10. Frankfurt
<b>Hochsprung</b>	<b>Leonard Brockhoff</b>	2005	Delmenhorster TV	<b>1,78</b>	11.06. Verden
<b>Stabhochsprung</b>	<b>Heiner Möller</b>	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>2,00</b>	06.05. Schortens
<b>Weitsprung</b>	<b>Leonard Brockhoff</b>	2005	Delmenhorster TV	<b>6,22</b>	17.09. Delmenhorst
	<b>Jan Haßlinger</b>	1999	Delmenhorster TV	<b>5,51</b>	14.07. Delmenhorst
	<b>Daniel Lucka</b>	1984	TV Hude	<b>5,15</b>	16.08. Oldenburg
<b>Kugel</b>	<b>Ulrich Garde</b>	1964	LGG Ganderkesee	<b>11,45</b>	27.08. Molbergen
	<b>Heiner Möller</b>	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>9,54</b>	09.06. Bd. Zwischenahn

Diskus	Patrick Himmelskamp	1994	LGG Ganderkese	<b>33,13</b>	30.04. Ganderkese
	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>28,95</b>	17.09. Delmenhorst
Speer	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>45,55</b>	16.08. Oldenburg
	Daniel Lucka	1984	TV Hude	<b>35,97</b>	16.08. Oldenburg
	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>31,65</b>	09.06. Bd. Zwischenahn
Fünfkampf	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>2.748</b>	17.09. Delmenhorst

## Jugend M 12

75m	Jakob Melchiors	2011	LGG Ganderkese	<b>11,4</b>	30.04. Ganderkese
	Jannes Carl Fricke	2011	TSG Hatten-Sandkrug	<b>12,15</b>	03.06. Stuhr
	Ole Bädecker	2011	TV Hude	<b>12,51</b>	14.07. Delmenhorst
	Thore Tietjen	2011	Sportfreunde Hatten-S.	<b>13,02</b>	14.07. Delmenhorst
800m	Jakob Melchiors	2011	LGG Ganderkese	<b>2:51,21</b>	30.04. Ganderkese
	Thore Tietjen	2011	Sportfreunde Hatten-S.	<b>3:03,08</b>	14.07. Delmenhorst
2000m	Luca Emke-Hormes	2011	TSV Großenkneten	<b>8:45,5</b>	04.11. Großenkneten
Hochsprung	Thore Tietjen	2011	Sportfreunde Hatten-S.	<b>1,05</b>	17.09. Oldenburg
Weitsprung	Jakob Melchiors	2011	LGG Ganderkese	<b>3,70</b>	30.04. Ganderkese
	Jannes Carl Fricke	2011	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3,45</b>	23.09. Stuhr
	Thore Tietjen	2011	Sportfreunde Hatten-S.	<b>3,15</b>	14.07. Delmenhorst
Kugel	Martin Krieger	2011	Sportfreunde Hatten-S.	<b>5,12</b>	06.05. Schortens
Speer	Thore Tietjen	2011	Sportfreunde Hatten-S.	<b>11,51</b>	17.09. Oldenburg
Ballwurf	Jannes Carl Fricke	2011	TSG Hatten-Sandkrug	<b>33,50</b>	02.09. Delmenhorst
Dreikampf	Jannes Carl Fricke	2011	TSG Hatten-Sandkrug	<b>897</b>	02.09. Delmenhorst

## Jugend M 13

75m	David Arnhold	2010	Delmenhorster TV	<b>10,07</b>	02.09. Delmenhorst
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>10,72</b>	29.04. Delmenhorst
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkese	<b>10,93</b>	02.09. Delmenhorst
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>10,95</b>	02.09. Delmenhorst
	Henrik Amelsberg	2010	LGG Ganderkese	<b>11,1</b>	03.10. Ganderkese
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkese	<b>11,2</b>	03.10. Ganderkese
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>11,47</b>	02.09. Delmenhorst
	Vincent Harms	2010	TV Hude	<b>11,51</b>	23.09. Bremen
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>12,41</b>	03.06. Stuhr
	Mats Seidel	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>12,02</b>	17.09. Oldenburg
100m	David Arnhold	2010	Delmenhorster TV	<b>13,06</b>	14.07. Delmenhorst
	Henrik Amelsberg	2010	LGG Ganderkese	<b>14,75</b>	24.09. Oldenburg
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>15,16</b>	02.07. Schortens
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>15,67</b>	24.09. Oldenburg
800m	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkese	<b>2:24,83</b>	11.06. Verden
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>2:30,3</b>	03.09. Bremen
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>2:32,20</b>	27.08. Molbergen
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkese	<b>2:42,12</b>	24.09. Ganderkese
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkese	<b>2:43,24</b>	11.06. Verden
	Mats Seidel	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>2:53,82</b>	17.09. Oldenburg
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>2:58,0</b>	03.10. Ganderkese
	Vincent Harms	2010	TV Hude	<b>2:58,58</b>	23.09. Bremen

	Henrik Amelsberg	2010	LGG Ganderkese	<b>2:59,0</b>	03.10. Ganderkese
2.000m	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>7:05,6</b>	04.11. Großenkneten
	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkese	<b>7:06,40</b>	04.11. Großenkneten
	Anton Dremov	2010	TSV Großenkneten	<b>8:47,7</b>	04.11. Großenkneten
	Luca Thalheim	2010	TSV Großenkneten	<b>9:26,8</b>	04.11. Großenkneten
3.000m	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkese	<b>10:47,30</b>	04.08. Delmenhorst
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>10:52,86</b>	04.08. Delmenhorst
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkese	<b>11:34,44</b>	04.08. Delmenhorst
5 km Straße	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>19:28</b>	03.10. Ofen
60m H	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>10,7</b>	03.10. Ganderkese
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>10,7</b>	03.10. Ganderkese
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkese	<b>11,6</b>	03.10. Ganderkese
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>12,2</b>	03.10. Ganderkese
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>12,3</b>	03.10. Ganderkese
	Henrik Amelsberg	2010	LGG Ganderkese	<b>13,9</b>	03.10. Ganderkese
Hochsprung	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>1,43</b>	17.09. Oldenburg
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>1,40</b>	02.09. Delmenhorst
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>1,20</b>	02.07. Schortens
	Mats Seidel	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>1,10</b>	17.09. Oldenburg
Weitsprung	David Arnhold	2010	Delmenhorster TV	<b>4,66</b>	16.08. Oldenburg
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>4,55</b>	03.10. Ganderkese
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkese	<b>4,50</b>	02.09. Delmenhorst
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>4,44</b>	24.09. Oldenburg
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>4,22</b>	02.09. Delmenhorst
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkese	<b>3,98</b>	03.10. Ganderkese
	Mats Seidel	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>3,78</b>	17.09. Oldenburg
	Vincent Harms	2010	TV Hude	<b>3,69</b>	23.09. Bremen
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>3,64</b>	03.06. Stuhr
Kugel	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>9,56</b>	27.08. Syke
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>9,14</b>	27.08. Syke
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkese	<b>8,76</b>	27.08. Syke
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>6,13</b>	21.09. Ganderkese
Diskus	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>33,43</b>	21.09. Ganderkese
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>22,80</b>	21.09. Ganderkese
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>20,16</b>	21.09. Ganderkese
Speer	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>31,05</b>	21.09. Ganderkese
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>20,74</b>	21.09. Ganderkese
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>19,67</b>	03.06. Stuhr
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkese	<b>19,20</b>	21.09. Ganderkese
	Mats Seidel	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>15,78</b>	17.09. Oldenburg
Ballwurf	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>47,00</b>	02.09. Delmenhorst
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>40,50</b>	03.10. Ganderkese
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkese	<b>36,00</b>	27.08. Syke
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>36,00</b>	21.09. Ganderkese
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkese	<b>34,50</b>	21.09. Ganderkese
	David Arnhold	2010	Delmenhorster TV	<b>29,00</b>	02.09. Delmenhorst
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkese	<b>28,50</b>	03.10. Ganderkese
	Henrik Amelsberg	2010	LGG Ganderkese	<b>28,50</b>	03.10. Ganderkese
Dreikampf	Jonte Back	2010	LGG Ganderkese	<b>1.232</b>	02.09. Delmenhorst
	David Arnhold	2010	Delmenhorster TV	<b>1.205</b>	02.09. Delmenhorst
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkese	<b>1.178</b>	02.09. Delmenhorst
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>1.167</b>	02.09. Delmenhorst
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>1.129</b>	02.09. Delmenhorst
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>989</b>	02.07. Schortens
Vierkampf	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>1.556</b>	02.09. Delmenhorst
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>1.307</b>	02.07. Schortens
Block Lauf	Ben Traut	2010	LGG Ganderkese	<b>1.981</b>	03.10. Ganderkese
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkese	<b>1.819</b>	03.10. Ganderkese

	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	<b>1.768</b>	03.10. Ganderkesee
	Henrik Amelsberg	2010	LGG Ganderkesee	<b>1.198</b>	03.10. Ganderkesee
Block Wurf	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	<b>2.222</b>	03.10. Ganderkesee
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	<b>1.927</b>	03.06. Stuhr
Block S/S	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	<b>1.772</b>	03.06. Stuhr

### Jugend M U14

4x75m Staffel	Jonte Back, Ben Traut, Marco Becker, Luca Capille		LGG Ganderkesee I	<b>41,58</b>	17.09. Oldenburg
	Jakob Melchiors, Lasse Rummler, Tim Stelling, Jan Nagel		LGG Ganderkesee II	<b>43,84</b>	17.09. Oldenburg
3x800m Staffel	Ole Nagel, Tim Stelling, Jan Nagel		LGG Ganderkesee	<b>7:48,37</b>	29.04. Delmenhorst
Dreikampf Mannschaft	Jonte Back, Marco Becker, Ben Traut, Tim Stelling, Ben Parker		LGG Ganderkesee	<b>5.524</b>	02.09. Delmenhorst
Block Mannschaft	Jonte Back, Ben Traut, Tim Stelling, Luca Capille, Lasse Rummler		LGG Ganderkesee	<b>9.513</b>	03.10. Ganderkesee
DSMM Gr. 2	Ben Traut, Jonte Back, Luca Capille, Tim Stelling		LGG Ganderkesee	<b>3.026</b>	30.04. Ganderkesee

### Jugend M 14

100m	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>12,93</b>	02.09. Delmenhorst
	Joost Nitz	2009	Sportfreunde Hatten-S.	<b>14,10</b>	27.08. Molbergen
	Constantin Dölle	2009	Delmenhorster TV	<b>15,08</b>	02.09. Delmenhorst
800m	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>2:33,04</b>	14.07. Delmenhorst
	Nick Weiß	2009	Delmenhorster TV	<b>2:35,30</b>	29.04. Delmenhorst
	Jonathan Hennies	2009	LGG Ganderkesee	<b>2:45,6</b>	30.04. Ganderkesee
	Joost Nitz	2009	Sportfreunde Hatten-S.	<b>3:09,28</b>	27.08. Molbergen
2.000m	Hannes Seeger	2009	TSV Großenkneten	<b>7:49,3</b>	04.11. Großenkneten
	Ben Runge	2009	TSV Großenkneten	<b>7:59,6</b>	04.11. Großenkneten
	Ole Beckermann	2009	TSV Großenkneten	<b>8:32,3</b>	04.11. Großenkneten
	Tore Hahn	2009	TSV Großenkneten	<b>8:47,1</b>	04.11. Großenkneten
5 km Straße	Ole Beckermann	2009	TSV Großenkneten	<b>24:21</b>	13.05. Großenkneten
	Linus Hoopmann	2009	TSV Großenkneten	<b>25:09</b>	13.05. Großenkneten
	Sidney Eggers	2009	TSV Großenkneten	<b>27:11</b>	13.05. Großenkneten
Hochsprung	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>1,28</b>	02.09. Delmenhorst
Weitsprung	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>4,65</b>	02.09. Delmenhorst
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>4,18</b>	14.07. Delmenhorst
	Constantin Dölle	2009	Delmenhorster TV	<b>3,85</b>	02.09. Delmenhorst
Kugel	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>11,19</b>	02.09. Delmenhorst
	Vincent Buchbach	2010	Sportfreunde Hatten-S.	<b>6,19</b>	02.07. Schortens
	Constantin Dölle	2009	Delmenhorster TV	<b>5,05</b>	02.09. Delmenhorst
Diskus	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>27,78</b>	21.09. Ganderkesee
Speer	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>21,67</b>	21.09. Ganderkesee
Ball	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>53,00</b>	21.09. Ganderkesee
Dreikampf	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>1.478</b>	02.09. Delmenhorst
	Constantin Dölle	2009	Delmenhorster TV	<b>930</b>	02.09. Delmenhorst
Vierkampf	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	<b>1.840</b>	02.09. Delmenhorst

## Jugend M 15

100m	Gabriel Mehlhop	2008	TV Hude	<b>13,09</b>	03.06. Stuhr
	Finjas Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,01</b>	03.06. Stuhr
	Finn Fauser	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,03</b>	02.09. Delmenhorst
	Jonas Bahr	2008	TV Hude	<b>14,56</b>	23.09. Bremen
5 km Straße	Finn Lueken	2008	TSV Großenkneten	<b>24:29</b>	13.05. Großenkneten
	Erik Schulte	2008	TSV Großenkneten	<b>26:23</b>	13.05. Großenkneten
Hochsprung	Finjas Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,52</b>	03.06. Stuhr
	Finn Fauser	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,32</b>	02.09. Delmenhorst
Weitsprung	Finn Fauser	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4,38</b>	02.09. Delmenhorst
Kugel	Matteo Berg	2008	Sportfreunde Hatten-S.	<b>9,00</b>	06.05. Schortens
	Finn Fauser	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>7,46</b>	02.09. Delmenhorst
Speer	Matteo Berg	2008	Sportfreunde Hatten-S.	<b>24,79</b>	25.03. Delmenhorst
Ball	Finjas Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>38,50</b>	03.06. Stuhr
Dreikampf	Finn Fauser	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.195</b>	02.09. Delmenhorst
Vierkampf	Finn Fauser	2008	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,579</b>	02.09. Delmenhorst

## Jugend M U16

4x100m Staffel	Henrik Amelsberg, Alexander Marbach, Jonte Back, Ben Traut		LGG Ganderkesee	<b>53,89</b>	24.09. Oldenburg
3x1000m Staffel	Tim Stelling, Jonathan Hennies, Luca Capille		LGG Ganderkesee	<b>10:10,48</b>	14.05. Papenburg
DJMM Gr. 3	Alexander Marbach, Ben Traut, Henrik Amelsberg, Lasse Rummler, Jan Nagel, Luca Capille, Jonte Back		LGG Gaderkesee	<b>4.402</b>	24.09. Delmenhorst

## Jugend M U18

100m	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>11,53</b>	09.06. Bd. Zwischenahn
	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>13,56</b>	27.08. Molbergen
200m	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>24,1</b>	07.07. Uslar
400m	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>57,55</b>	04.08. Delmenhorst
	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>63,9</b>	09.05. Bd. Zwischenahn
5.000m	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>24:54,5</b>	04.11. Großenkneten
5km Straße	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>29:42</b>	03.10. Ofen
Hochsprung	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>1,60</b>	09.06. Bd. Zwischenahn
	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>4,15</b>	27.08. Molbergen
Weitsprung	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>5,51</b>	09.06. Bd. Zwischenahn
	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>11,58</b>	27.08. Molbergen
Kugel	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>11,58</b>	04.08. Delmenhorst
	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>7,48</b>	09.06. Bd. Zwischenahn
Diskus	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>16,45</b>	06.05. Schortens
Speer	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>25,72</b>	09.05. Bd. Zwischenahn
	John-Rouven Heinrich	2007	Sportfreunde Hatten-S.	<b>24,22</b>	06.05. Schortens

## Jugend M U 20

100m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>11,83</b>	29.04. Delmenhorst
200m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>24,12</b>	23.09. Stuhr
400m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>58,58</b>	13.05. Papenburg

1.500m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>5:11,70</b>	17.09. Delmenhorst
10 km Straße	Jannis Lueken	2005	TSV Großenkneten	<b>41:28</b>	15.10. Oldenburg
Hochsprung	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>1,78</b>	11.06. Verden
Weitsprung	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>6,22</b>	17.09. Delmenhorst
Kugel	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>11,49</b>	10.06. Verden
Diskus 1,75kg	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>28,38</b>	04.08. Delmenhorst
Diskus 2 kg	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>28,95</b>	17.09. Delmenhorst
Speer	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>45,55</b>	16.08. Oldenburg
Fünfkampf	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	<b>2.838</b>	13.05. Papenburg

### Senioren M 30

100m	Thorben Schiller	1989	LC 93 Delmenhorst	<b>12,86</b>	29.04. Delmenhorst
	Henry Blume	1989	LC 93 Delmenhorst	<b>14,34</b>	29.04. Delmenhorst
400m	Henry Blume	1989	LC 93 Delmenhorst	<b>66,85</b>	04.08. Delmenhorst
Halbmarathon	Nicklas Menkens	1990	TSV Großenkneten	<b>1:46:43</b>	15.10. Oldenburg

### Senioren M 35

100m	Daniel Lucka	1984	TV Hude	<b>13,75</b>	16.08. Oldenburg
5000m	Tim Decker	1986	TSV Großenkneten	<b>18:58,9</b>	04.11. Großenkneten
5 km Straße	Tim Decker	1986	TSV Großenkneten	<b>19:16</b>	13.05. Großenkneten
10.000m	Florian Jaedicke	1986	TSV Großenkneten	<b>40:03,9</b>	04.11. Großenkneten
10 km Straße	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	<b>43:59</b>	15.04. Springe
	Michael Cording	1984	TSV Großenkneten	<b>54:31</b>	16.09. Garrel
Stundenlauf	Florian Jaedicke	1986	TSV Großenkneten	<b>14.884</b>	04.11. Großenkneten
Marathon	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	<b>3:32:20</b>	26.03. Hannover
Weitsprung	Daniel Lucka	1984	TV Hude	<b>5,15</b>	14.07. Delmenhorst
Speer	Daniel Lucka	1984	TV Hude	<b>35,97</b>	16.08. Oldenburg

### Senioren M 40

1500m	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:59,79</b>	09.09. Zeven
5 km Straße	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>17:52</b>	13.05. Syke
	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>18:16</b>	25.08. Barßel
5.000m	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>18:33,87</b>	04.08. Delmenhorst
10.000m	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>37:16,62</b>	29.04. Delmenhorst
10 km Straße	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>36:26</b>	12.05. Sottrum
	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>37:29</b>	03.10. Ofen
	Andre Deters	1983	TSV Großenkneten	<b>42:11</b>	13.05. Großenkneten
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	<b>43:51</b>	03.06. Nienburg
	Siegfried Nauy	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>43:59</b>	04.11. Großenkneten
	Jens Mannott	1982	TSV Großenkneten	<b>55:27</b>	13.05. Großenkneten
Stundenlauf	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>15.855</b>	29.04. Delmenhorst
Halbmarathon	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>1:19:25</b>	01.10. Bremen
	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:21:56</b>	15.10. Oldenburg
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	<b>1:30:32</b>	01.10. Bremen
Marathon	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	<b>3:13:18</b>	26.03. Hannover
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	<b>3:23:00</b>	29.10. Frankfurt
	Martin Michels	1979	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3:31:37</b>	05.11. New York (USA)

## Senioren M 45

5 km Straße	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>18:31</b>	13.05. Syke
10.000m	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>37:44,77</b>	29.04. Delmenhorst
10 km Straße	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>37:54</b>	12.05. Sottrum
	Riccardo Schwan	1974	TSG Hatten-Sandkrug	<b>48:46</b>	15.10. Oldenburg
10.000m	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>37:44,77</b>	29.04. Delmenhorst
Stundenlauf	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>15.608</b>	29.04. Delmenhorst
Halbmarathon	André Buck	1977	LC 93 Delmenhorst	<b>1:41:57</b>	01.10. Bremen
Marathon	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	<b>2:49:53</b>	16.04. Enschede (NL)
	Hanjo Hellbusch	1974	TSV Großenkneten	<b>3:35:35</b>	29.10. Frankfurt

## Senioren M 50

5.000 m	Udo Menkens	1969	TSV Großenkneten	<b>21:44,4</b>	04.11. Großenkneten
10.000m	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	<b>47:44,8</b>	04.11. Großenkneten
5 km Straße	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>31:26</b>	03.10. Ofen
Stundenlauf	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	<b>12.507</b>	04.11. Großenkneten
	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>8.153</b>	04.11. Großenkneten
Kugel	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	<b>11,44</b>	10.09. Zeven
	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>10,70</b>	06.05. Schortens
Gewicht	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	<b>9,42</b>	21.09. Ganderkesee
Diskus	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	<b>31,28</b>	04.08. Delmenhorst
	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>28,68</b>	06.05. Schortens
Hammer	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	<b>23,06</b>	21.09. Ganderkesee
Speer	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Hatten-S.	<b>34,36</b>	06.05. Schortens
	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	<b>25,94</b>	21.09. Ganderkesee
Wurffünfkampf	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	<b>2.148</b>	21.09. Ganderkesee
Wurffünfkampf Mannschaft	Ulrich Garde, Jochen Wolter, Bernd Logemann		LGG Ganderkesee	<b>6.894</b>	21.09. Ganderkesee

## Senioren M 55

5.000m	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	<b>21:46</b>	13.05. Großenkneten
5 km Straße	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	<b>21:35</b>	03.10. Ofen
10.000m	Ralf Kühne	1967	TSV Großenkneten	<b>54:35,9</b>	04.11. Großenkneten
10 km Straße	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	<b>45:10</b>	15.10. Oldenburg
	Dietmar Steinke	1967	TSG Hatten-Sandkrug	<b>48:32</b>	03.09. Wardenburg
	Ralf Kühne	1967	TSV Großenkneten	<b>54:02</b>	24.06. Lönigen
	Matthias Witt	1964	TSG Hatten-Sandkrug	<b>54:43</b>	13.05. Großenkneten
	Bernd Ebbing	1965	TSG Hatten-Sandkrug	<b>55:48</b>	15.10. Oldenburg
Stundenlauf	Ralf Kühne	1967	TSV Großenkneten	<b>11.045</b>	04.11. Großenkneten
Halbmarathon	Hanno Boesch	1964	TSV Großenkneten	<b>1:47:54</b>	15.10. Oldenburg
	Ralf Kühne	1967	TSV Großenkneten	<b>1:57:18</b>	01.10. Bremen
Kugel	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	<b>12,88</b>	12.08. Mönchengladbach
Gewicht	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	<b>13,54</b>	26.04. Bremerhaven
Diskus	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	<b>37,11</b>	05.07. Bremerhaven
Hammer	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	<b>37,35</b>	26.04. Bremerhaven
Speer	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	<b>41,45</b>	23.04. Bremen
Wurffünfkampf	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	<b>3.280</b>	23.04. Bremen

## Senioren M 60

Kugel	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	<b>7,88</b>	21.09. Ganderkesee
Gewicht	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	<b>6,20</b>	21.09. Ganderkesee
Diskus	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	<b>22,68</b>	21.09. Ganderkesee



Hammer	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkese	<b>15,14</b>	21.09. Ganderkese
Speer	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkese	<b>23,85</b>	21.09. Ganderkese
Wurffünfkampf	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkese	<b>1.609</b>	21.09. Ganderkese

### Senioren M 65

1500m	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>5:52,16</b>	16.08. Oldenburg
3000m	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>12:07,29</b>	25.08. Melle
5000m	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>20:58,19</b>	04.08. Delmenhorst
5 km Straße	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>20:54</b>	19.08. Schortens
10.000m	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>45:11,72</b>	17.09. Delmenhorst
10 km Straße	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>42:12</b>	16.04. Uelzen
Marathon	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	<b>3:25:29</b>	23.04. Hamburg

### Senioren M 70

5.000m	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>26:05,64</b>	04.08. Delmenhorst
5 km Straße	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>26:09</b>	15.10. Oldenburg
10.000m	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>56:02,55</b>	29.04. Delmenhorst
10 km Straße	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>55:07</b>	03.10. Ofen
Stundenlauf	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	<b>10.750</b>	29.04. Delmenhorst

### Senioren M 75

5 km Straße	Georg Wulfekuhl	1946	TSG Hatten-Sandkrug	<b>31:09</b>	01.05. Gristede
10 Km Straße	Georg Wulfekuhl	1946	TSG Hatten-Sandkrug	<b>65:05</b>	15.10. Oldenburg

Kreisrekorde sind in farbig markiert

Leistungen der AK U20 werden auch bei "Männer bzw. Frauen" aufgeführt

**Rotdruck = Landesrekord**

## Frauen

100m	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>14,23</b>	17.09. Delmenhorst
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>14,37</b>	17.09. Delmenhorst
	Sophie Adermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>14,58</b>	17.09. Delmenhorst
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>14,73</b>	01.07. Edewecht
	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	<b>14,96</b>	29.04. Delmenhorst
	Ina Marie Timmermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>15,06</b>	24.09. Oldenburg
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	<b>15,55</b>	17.09. Delmenhorst
	Mieke Westermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>16,19</b>	29.04. Delmenhorst
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	<b>16,96</b>	25.06. Verden
Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	<b>20,19</b>	21.09. Ganderkesee	
200m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>30,29</b>	09.09. Zeven
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>32,08</b>	08.07. Bad Bevensen
800m	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>2:45,86</b>	24.09. Oldenburg
	Sophie Adermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>2:52,23</b>	17.09. Delmenhorst
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>3:04,51</b>	16.08. Oldenburg
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>3:23,04</b>	17.09. Delmenhorst
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	<b>3:48,58</b>	17.09. Delmenhorst
1500m	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:58,28</b>	09.09. Zeven
3.000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	<b>14:09,51</b>	25.06. Verden
	Sandra Hölting	1969	LGG Ganderkesee	<b>15:07,97</b>	25.06. Verden
5.000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	<b>24:12,81</b>	04.08. Delmenhorst
5 km Straße	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>22:44</b>	16.09. Garrel
10.000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	<b>49:57,7</b>	04.11. Großenkneten
10 km Straße	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>46:30</b>	16.04. Uelzen
	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	<b>51:16</b>	15.10. Oldenburg
	Nicole Ostendorf	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>55:15</b>	15.10. Oldenburg
	Andrea Böttcher	1971	TSV Großenkneten	<b>55:25</b>	15.10. Oldenburg
	Sandra Lueken	1976	TSV Großenkneten	<b>55:25</b>	15.10. Oldenburg
	Katja Heeren	1986	TSV Großenkneten	<b>57:08</b>	15.10. Oldenburg
	Susi Addicks	1968	TSV Großenkneten	<b>58:44</b>	15.10. Oldenburg
	Sigrid Blum	1959	TSG Hatten-Sandkrug	<b>60:31</b>	03.09. Wardenburg
	Anja Borgmann	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>60:31</b>	03.09. Wardenburg
Stundenlauf	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	<b>12.189</b>	29.04. Delmenhorst
Halbmarathon	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:43:40</b>	15.10. Oldenburg
	Paula Böttcher	1994	TSV Großenkneten	<b>1:44:09</b>	01.10. Köln
	Doreen Naujoks	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:46:06</b>	26.03. Hannover
	Sigrid Blum	1959	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:59:59</b>	15.10. Oldenburg
	Daniela Albers-Kleen	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:00:15</b>	26.03. Hannover
	Imke Seidel	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:03:06</b>	15.10. Oldenburg
	Steffi Preuß	1976	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:18:11</b>	25.05. Schmiedefeld
	Jasmin Langenberg	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:24:20</b>	25.05. Schmiedefeld
	Ramona Meißner	1983	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:39:54</b>	25.05. Schmiedefeld
	Anja Borgmann	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:39:55</b>	25.05. Schmiedefeld
	Anja Schallenberg	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:39:55</b>	25.05. Schmiedefeld
	Christina Schreiber	1965	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:51:56</b>	25.05. Schmiedefeld

Marathon	Birgit Warnet	1976	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:00:21</b>	05.11. New York (USA)
	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:02:04</b>	05.11. New York (USA)
	Imke Seidel	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:57:12</b>	12.11. Athen (GR)
	Daniela Albers-Kleen	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:00:12</b>	05.11. New York (USA)
	Adji Widjaja	1964	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:00:13</b>	05.11. New York (USA)
	Sigrid Blum	1959	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:32:07</b>	25.05. Schmiedefeld
4x100m	Imke Garde, Johanna Struthoff, Ina Marie Timmermann, Sophie Adermann		LGG Ganderkesee	<b>56,55</b>	24.09. Oldenburg
100m H	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>22,95</b>	08.07. Bad Bevensen
3000m Gehen	Renate Köhler	1949	Delmenhorster TV	<b>23:23,57</b>	22.01. Potsdam
5000m Gehen	Renate Köhler	1949	Delmenhorster TV	<b>37:42,63</b>	01.07. Brandenburg
10km Gehen	Renate Köhler	1949	Delmenhorster TV	<b>1:15:42</b>	28.10. Zittau
<b>20km Gehen</b>	<b>Renate Köhler</b>	<b>1949</b>	<b>Delmenhorster TV</b>	<b>2:48:04</b>	<b>30.09. Pescara (ITA)</b>
Hochsprung	Anna Magdalena Meyer	1987	LGG Ganderkesee	<b>1,40</b>	24.09. Oldenburg
	Ina Marie Timmermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>1,40</b>	24.09. Oldenburg
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>1,36</b>	08.07. Bad Bevensen
	Sophie Adermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>1,36</b>	17.09. Delmenhorst
	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	<b>1,32</b>	14.07. Delmenhorst
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>1,28</b>	01.07. Edewecht
	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>1,27</b>	17.09. Delmenhorst
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	<b>1,27</b>	17.09. Delmenhorst
Weitsprung	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>4,64</b>	17.09. Delmenhorst
	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>4,39</b>	01.07. Edewecht
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>4,36</b>	27.08. Molbergen
	Sophie Adermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>4,35</b>	17.09. Delmenhorst
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>4,22</b>	27.08. Molbergen
	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	<b>4,03</b>	10.12. Hannover
	Mieke Westermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>3,73</b>	30.04. Ganderkesee
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	<b>3,70</b>	17.09. Delmenhorst
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	<b>3,67</b>	30.04. Ganderkesee
Dreisprung	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>9,59</b>	30.04. Ganderkesee
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>9,02</b>	30.04. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	<b>7,74</b>	30.04. Ganderkesee
Kugel	Anna Magdalena Meyer	1987	LGG Ganderkesee	<b>8,59</b>	24.09. Oldenburg
	Ina Marie Timmermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>8,27</b>	24.09. Oldenburg
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	<b>8,23</b>	17.09. Delmenhorst
	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>7,96</b>	01.07. Edewecht
	Mieke Westermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>7,94</b>	30.04. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	<b>7,82</b>	01.07. Edewecht
	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>7,82</b>	17.09. Delmenhorst
	Sophie Adermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>6,12</b>	17.09. Delmenhorst
Diskus	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>25,53</b>	30.04. Ganderkesee
	Mieke Westermann	2002	LGG Ganderkesee	<b>22,64</b>	30.04. Ganderkesee
	Inge de Groot	1952	LGG Ganderkesee	<b>21,62</b>	09.09. Zeven
	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkesee	<b>20,20</b>	30.04. Ganderkesee

	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>20,19</b>	21.09. Ganderkese
Speer	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkese	<b>30,49</b>	30.04. Ganderkese
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkese	<b>16,62</b>	09.07. Bad Bevensen
Fünfkampf	Johanna Struthoff	2001	LGG Ganderkese	<b>2.249</b>	17.09. Delmenhorst
	Sophie Adermann	2002	LGG Ganderkese	<b>2.053</b>	17.09. Delmenhorst
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkese	<b>1.939</b>	17.09. Delmenhorst
Fünfkampf Mannschaft	Johanna Struthoff, Sophie Adermann, Imke Garde		LGG Ganderkese	<b>6.241</b>	17.09. Delmenhorst
Siebenkampf	Imke Garde	1999	LGG Ganderkese	<b>2.116</b>	08./09. Bad Bevensen

## Jugend W 12

## Jugend W 13

75m	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	<b>10,82</b>	29.04. Delmenhorst
	Laura Zertuche-Brix	2010	Delmenhorster TV	<b>11,48</b>	29.04. Delmenhorst
	Hailey Fritsch	2010	Delmenhorster TV	<b>11,75</b>	29.04. Delmenhorst
	Milena Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>12,00</b>	29.04. Delmenhorst
	Alexandra Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>12,43</b>	02.09. Delmenhorst
	Roksana Zylinska	2010	Delmenhorster TV	<b>13,78</b>	29.04. Delmenhorst
800m Weitsprung	Laura Zertuche-Brix	2010	Delmenhorster TV	<b>2:50,40</b>	29.04. Delmenhorst
	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	<b>4,01</b>	03.12. Bremen
	Milena Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>3,62</b>	02.09. Delmenhorst
	Laura Zertuche-Brix	2010	Delmenhorster TV	<b>3,40</b>	06.05. Molbergen
	Alexandra Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>2,96</b>	02.09. Delmenhorst
Ballwurf	Laura Zertuche-Brix	2010	Delmenhorster TV	<b>19,50</b>	06.05. Molbergen
	Alexandra Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>15,00</b>	02.09. Delmenhorst
	Milena Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>13,50</b>	02.09. Delmenhorst
Dreikampf	Milena Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>930</b>	02.09. Delmenhorst
	Alexandra Piec	2010	Delmenhorster TV	<b>845</b>	02.09. Delmenhorst

## Jugend W U 14

## Jugend W 14

100m	Mina Walter	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,19</b>	18.06. Westerstede
	Joelle Burmeister	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,66</b>	03.06. Stuhr
	Fenja Budde	2009	TV Hude	<b>14,78</b>	14.07. Delmenhorst
	Josephine Elisabeth Müller	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>15,25</b>	03.06. Stuhr
	Fabienne Reinhardt	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>16,01</b>	18.06. Westerstede
	Marie Imenkamp	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>16,49</b>	02.09. Delmenhorst
800m	Mina Walter	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:55,22</b>	14.05. Papenburg
	Fenja Budde	2009	TV Hude	<b>3:03,24</b>	14.07. Delmenhorst
	Fabienne Reinhardt	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3:12,79</b>	29.04. Delmenhorst
	Joelle Burmeister	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3:16,23</b>	14.05. Papenburg

<b>80m H</b>	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,79</b>	03.06. Stuhr
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,98</b>	05.09. Fallersleben
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>17,40</b>	03.06. Stuhr
<b>2.000m</b>	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>8:35,82</b>	03.06. Stuhr
<b>Hochsprung</b>	<b>Minna Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,40</b>	13.05. Papenburg
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,32</b>	13.05. Papenburg
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,18</b>	02.09. Delmenhorst
	<b>Marie Imenkamp</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1,14</b>	02.09. Delmenhorst
<b>Weitsprung</b>	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4,31</b>	18.06. Westerstede
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4,01</b>	05.09. Fallersleben
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3,68</b>	18.06. Westerstede
	<b>Josephine Elisabeth Müller</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3,42</b>	03.06. Stuhr
	<b>Marie Imenkamp</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>3,34</b>	02.09. Delmenhorst
<b>Kugel</b>	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>7,86</b>	18.06. Westerstede
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>7,61</b>	02.09. Delmenhorst
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>6,97</b>	18.06. Westerstede
	<b>Fenja Budde</b>	2009	TV Hude	<b>5,83</b>	27.08. Syke
	<b>Marie Imenkamp</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5,50</b>	02.09. Delmenhorst
<b>Diskus</b>	<b>Fenja Budde</b>	2009	TV Hude	<b>14,59</b>	03.06. Stuhr
<b>Speer</b>	<b>Fenja Budde</b>	2009	TV Hude	<b>23,51</b>	23.09. Stuhr
	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>21,45</b>	23.09. Stuhr
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>16,20</b>	14.05. Papenburg
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>14,80</b>	23.09. Stuhr
<b>Ballwurf</b>	<b>Fenja Budde</b>	2009	TV Hude	<b>37,00</b>	03.06. Stuhr
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>28,00</b>	03.06. Stuhr
<b>Dreikampf</b>	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.202</b>	02.09. Delmenhorst
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.012</b>	02.09. Delmenhorst
	<b>Marie Imenkamp</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>932</b>	02.09. Delmenhorst
<b>Vierkampf</b>	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.712</b>	13./14.05. Papenburg
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.601</b>	13./14.05. Papenburg
	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.314</b>	02.09. Delmenhorst
	<b>Marie Imenkamp</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.207</b>	02.09. Delmenhorst
<b>Siebenkampf</b>	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2.884</b>	13./14.05. Papenburg
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2.666</b>	13./14.05. Papenburg
<b>Block Lauf</b>	<b>Fabienne Reinhardt</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1.813</b>	03.06. Stuhr
<b>Block S/S</b>	<b>Mina Walter</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2.166</b>	03.06. Stuhr
	<b>Joelle Burmeister</b>	2009	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2.006</b>	05.09. Fallersleben

## Jugend W 15

## Jugend W U 16

## Jugend W U 18

<b>100m</b>	<b>Ofure Okojie</b>	2007	Delmenhorster TV	<b>13,05</b>	17.06. Braunschweig
<b>200m</b>	<b>Ofure Okojie</b>	2007	Delmenhorster TV	<b>26,27</b>	18.06. Braunschweig
<b>5 km Straße</b>	<b>Juli Lehmann</b>	2007	TSV Großenkneten	<b>26:23</b>	13.05. Großenkneten
<b>Weitsprung</b>	<b>Ofure Okojie</b>	2007	Delmenhorster TV	<b>5,02</b>	14.01. Bremen
<b>Kugel</b>	<b>Ofure Okojie</b>	2007	Delmenhorster TV	<b>8,32</b>	04.08. Delmenhorst
	<b>Rhea Johanna Berg</b>	2006	Sportfreunde Hatten-S.	<b>6,25</b>	25.03. Delmenhorst
<b>Diskus</b>	<b>Rhea Johanna Berg</b>	2006	Sportfreunde Hatten-S.	<b>13,05</b>	25.03. Delmenhorst

## Jugend W U 20

100m	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	<b>14,96</b>	29.04. Delmenhorst
Hochsprung	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	<b>1,32</b>	14.07. Delmenhorst
Weitsprung	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	<b>4,03</b>	10.12. Hannover

## Seniorinnen W30

## Seniorinnen W35

10 km Straße	Katja Heeren	1986	TSV Großenkneten	<b>57:08</b>	15.10. Oldenburg
Hochsprung	Anna Magdalena Meyer	1987	LGG Ganderkesee	<b>1,40</b>	24.09. Oldenburg
Weitsprung	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>4,39</b>	01.07. Edeweicht
Kugel	Anna Magdalena Meyer	1987	LGG Ganderkesee	<b>8,59</b>	24.09. Oldenburg
	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>7,96</b>	01.07. Edeweicht
Diskus	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>25,53</b>	30.04. Ganderkesee
Speer	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	<b>30,49</b>	30.04. Ganderkesee

## Seniorinnen W40

Halbmarathon	Ramona Meißner	1983	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:39:54</b>	25.05. Schriedefeld
--------------	----------------	------	---------------------	----------------	---------------------

## Seniorinnen W45

1500m	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:58,28</b>	09.09. Zeven
10 km Straße	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>46:30</b>	16.04. Uelzen
	Nicole Ostendorf	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>55:15</b>	15.10. Oldenburg
	Sandra Lueken	1976	TSV Großenkneten	<b>55:25</b>	15.10. Oldenburg
	Anja Borgmann	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>60:31</b>	03.09. Wardenburg
Halbmarathon	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:43:40</b>	15.10. Oldenburg
	Daniela Albers-Kleen	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:00:15</b>	26.03. Hannover
	Steffi Preuß	1976	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:18:11</b>	25.05. Schriedefeld
	Anja Borgmann	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:39:55</b>	25.05. Schriedefeld
	Anja Schallenberg	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:39:55</b>	25.05. Schriedefeld
Marathon	Lucia Bambynek	1973	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:02:04</b>	05.11. New York (USA)
	Daniela Albers-Kleen	1975	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:00:12</b>	05.11. New York (USA)

## Seniorinnen W50

100m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>14,37</b>	17.09. Delmenhorst
200m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>30,29</b>	09.09. Zeven
800m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>3:23,04</b>	17.09. Delmenhorst
3.000m	Sandra Hölting	1969	LGG Ganderkesee	<b>15:07,97</b>	25.06. Verden
10 km Straße	Andrea Böttcher	1971	TSV Großenkneten	<b>55:25</b>	15.10. Oldenburg
Halbmarathon	Doreen Naujoks	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:46:06</b>	26.03. Hannover
	Imke Seidel	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:03:06</b>	15.10. Oldenburg
	Jasmin Langenberg	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:24:20</b>	25.05. Schriedefeld
Marathon	Imke Seidel	1972	TSG Hatten-Sandkrug	<b>4:57:12</b>	12.11. Athen
80 m H.	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	<b>16,61</b>	08.07. Bad Bevensen
4x100m	Jasmin Djeha, Diana Garde, Anke Iben, Sandra Hölting		LGG Ganderkesee	<b>66,61</b>	25.06. Verden

Hochsprung	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>1,28</b>	01.07. Edewecht
Weitsprung	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>4,36</b>	27.08. Molbergen
Dreisprung	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>9,02</b>	30.04. Ganderkese
Kugel	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>9,25</b>	25.06. Verden
Speer	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>18,42</b>	30.04. Ganderkese
Fünfkampf	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>2.831</b>	17.09. Delmenhorst
Siebenkampf	Diana Garde	1970	LGG Ganderkese	<b>3.218</b>	08./09.07. Bd. Bevensen

### Seniorinnen W55

3.000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkese	<b>14:09,51</b>	25.06. Verden
5.000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkese	<b>24:12,81</b>	04.08. Delmenhorst
10.000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkese	<b>49:57,7</b>	04.11. Großenkneten
10 km Straße	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkese	<b>51:16</b>	15.10. Oldenburg
	Susi Addicks	1968	TSG Großenkneten	<b>58:44</b>	15.10. Oldenburg
	Adji Widjaja	1964	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:00:13</b>	05.11. New York (USA)
Stundenlauf	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkese	<b>12.189</b>	29.04. Delmenhorst
Halbmarathon	Christina Schreiber	1965	TSG Hatten-Sandkrug	<b>2:51:56</b>	25.05. Schmiedefeld
Marathon	Adji Widjaja	1964	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:00:13</b>	05.11. New York (USA)
Kugel	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkese	<b>5,71</b>	25.06. Verden

### Seniorinnen W60

100m	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>15,55</b>	17.09. Delmenhorst
800m	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>3:48,58</b>	17.09. Delmenhorst
Halbmarathon	Sigrid Blum	1959	TSG Hatten-Sandkrug	<b>1:59:59</b>	15.10. Oldenburg
Marathon	Sigrid Blum	1959	TSG Hatten-Sandkrug	<b>5:32:07</b>	25.05. Schmiedefeld
Hochsprung	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>1,27</b>	17.09. Delmenhorst
Weitsprung	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>3,70</b>	17.09. Delmenhorst
Kugel	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>8,22</b>	21.09. Ganderkese
Gewicht	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>11,33</b>	21.09. Ganderkese
Diskus	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>18,21</b>	21.09. Ganderkese
Hammer	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>24,40</b>	21.09. Ganderkese
Speer	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>18,08</b>	21.09. Ganderkese
Fünfkampf	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>3.058</b>	17.09. Delmenhorst
Wurffünfkampf	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkese	<b>2.483</b>	21.09. Ganderkese
Wurffünfkampf Mannschaft	Silvia Braunsch, Anke Iben, Inge de Groot		LGG Ganderkese	<b>6.388</b>	21.09. Ganderkese

### Seniorinnen W65

100m	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>16,96</b>	25.06. Verden
Weitsprung	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>3,67</b>	30.04. Ganderkese
Dreisprung	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>7,74</b>	30.04. Ganderkese
Kugel	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>9,36</b>	25.06. Verden
Gewicht	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>8,23</b>	21.09. Ganderkese
Diskus	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>20,19</b>	21.09. Ganderkese
Hammer	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>18,60</b>	21.09. Ganderkese
Speer	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>26,75</b>	21.09. Ganderkese
Wurffünfkampf	Anke Iben	1958	LGG Ganderkese	<b>3.015</b>	21.09. Ganderkese

### Seniorinnen W70

3000m Gehen	Renate Köhler	1949	Delmenhorster TV	<b>23:23,57</b>	22.01. Potsdam
5000m Gehen	Renate Köhler	1949	Delmenhorster TV	<b>37:42,63</b>	01.07. Brandenburg
10km Gehen	Renate Köhler	1949	Delmenhorster TV	<b>1:15:42</b>	28.10. Zittau

<b>20km Gehen</b>	<b>Renate Köhler</b>	1949	Delmenhorster TV	<b>2:48:04</b>	30.09. Pescara (ITA)
<b>Kugel</b>	<b>Inge de Groot</b>	1952	LGG Ganderkesee	<b>7,84</b>	09.09. Zeven
<b>Gewicht</b>	<b>Inge de Groot</b>	1952	LGG Ganderkesee	<b>10,20</b>	21.09. Ganderkesee
<b>Diskus</b>	<b>Inge de Groot</b>	1952	LGG Ganderkesee	<b>21.62</b>	09.09. Zeven
<b>Hammer</b>	<b>Inge de Groot</b>	1952	LGG Ganderkesee	<b>22,62</b>	21.09. Ganderkesee
<b>Wurffünfkampf</b>	<b>Inge de Groot</b>	1952	LGG Ganderkesee	<b>3.322</b>	21.09. Ganderkesee

---

**Kreisrekorde sind farbig markiert**

***Leistungen der AK U20 werden auch bei "Männer bzw. Frauen" aufgeführt***

***Rotdruck = Landesrekord***