



Leichtathletik Vereinsbestenliste der ***TSG Reken e.V.***



*Diese Vereinsbestenliste wurde auf Grundlage von diversen Quellen erstellt.
Wir können daher keine Gewähr auf Vollständigkeit und Korrektheit geben.
Sollten bestenfähige Ergebnisse fehlen oder sich Fehler eingeschlichen haben,
so bitten wir um Nachricht an info@tsg-reken.de
Mit sportlichen Grüßen
Manfred Wameling*

Stand: 05.03.2023

Inhaltsverzeichnis

W-U8 - W8	Seite	3
W-9	Seite	4
W-10	Seite	5
W-11	Seite	5 - 6
W-12	Seite	6 - 7
W-13	Seite	8 - 9
W-14	Seite	9 - 10
W-15	Seite	10 - 12
W-U18	Seite	12 - 13
W-U20	Seite	13 - 14
W-U23	Seite	14 - 15
W-Frauen	Seite	15
W30 - W45	Seite	16 - 17
M-U8 - M8	Seite	17
M-9	Seite	18
M-10	Seite	18 - 19
M-11	Seite	19 - 20
M-12	Seite	20 - 21
M-13	Seite	21 - 22
M-14	Seite	22 - 23
M-15	Seite	24 - 25
M-U18	Seite	25 - 26
M-U20	Seite	27
M-U23	Seite	28
M-Männer	Seite	28 - 29
M30 - M70	Seite	29 - 31

W-U8

800 m

03:13,66	Greta Sicking	20.05.2017	Recklinghausen
----------	---------------	------------	----------------

W8

50 m

8,10 sec	Iris Lensing	24.05.1980	Sythen
8,20 sec	Karin Schlottbohm	30.09.1984	Marl Bertlich
8,20 sec	Marion Inholte	30.09.1984	Marl Bertlich
8,40 sec	Karolin Roß	04.06.1994	Heiden

800 m

02:59,79 min	Greta Sicking	23.06.2018	Haltern a. S.
03:35,31 min	Stella-Juline Köppen	13.09.2014	Recklinghausen
03:37,20 min	Ronja Ehrbar	01.09.2012	Dülmen

1500 m

06:51,50 min	Ronja Ehrbar	11.08.2013	Gladbeck
--------------	--------------	------------	----------

Weitsprung

3,65 m	Marion Inholte	30.09.1984	Marl Bertlich
3,59 m	Karin Schlottbohm	30.09.1984	Marl Bertlich
3,19 m	Miriam Frintrop	11.09.1993	Wesel
3,19 m	Karolin Roß	21.05.1994	Sythen

Ballwurf

23,00 m	Miriam Frintrop	22.05.1993	Recklinghausen
14,50 m	Karolin Roß	17.09.1994	Gelsenkirchen
13,80 m	Iris Beckmann	11.09.1993	Wesel

3-Kampf

1332 Punkte	Miriam Frintrop	25.09.1993	Gelsenkirchen
1177 Punkte	Anneca Breuer	25.09.1993	Gelsenkirchen
1135 Punkte	Janina Rochner	25.09.1993	Gelsenkirchen

W9

30 m Hürden

5,30 sec	Iris Lensing	08.03.1981	Coesfeld
5,60 sec	Nicole Hoffmann	08.03.1981	Coesfeld

50 m

8,00 sec	Iris Lensing	18.07.1981	Coesfeld
8,26 sec	Lisa Breuer	20.05.2002	Recklinghausen
8,30 sec	Karin Schlottbohm	25.05.1985	Sythen
8,30 sec	Miriam Frintrop	01.07.1995	Waltrop
8,40 sec	Janina Rochner	17.09.1994	Gelsenkirchen

800 m

02:58,97 min	Greta Sicking	25.05.2019	Recklinghausen
02:59,20 min	Stefanie Horstig	18.07.1981	Coesfeld
03:06,07 min	Ronja Ehrbar	25.05.2014	Recklinghausen

Weitsprung

3,80 m	Lisa Breuer	30.06.2002	Heiden
3,76 m	Karin Schlottbohm	25.05.1985	Sythen
3,61 m	Miriam Frintrop	17.09.1994	Gelsenkirchen

Ballwurf

28,00 m	Miriam Frintrop	01.07.1995	Waltrop
25,50 m	Verena Schotte	29.06.1997	Recklinghausen
25,00 m	Carolin Melles	07.09.2002	Recklinghausen

3-Kampf

941 Punkte	Verena Schotte	10.05.1997	Recklinghausen
822 Punkte	Karolin Roß	14.05.1995	Recklinghausen

W10

50 m

7,40 sec	Karin Schlottbohm	28.09.1986	Erkenschwick
7,70 sec	Iris Lensing	29.05.1982	Sythen
7,80 sec	Elke Geesink	18.07.1981	Coesfeld
7,80 sec	Stefanie Horstig	29.05.1982	Sythen
7,80 sec	Lisa Breuer	15.06.2003	Oer-Erkenschwick
7,80 sec	Valerie Benning	17.09.2005	Recklinghausen

800 m

02:40,18 min	Greta Sicking	19.09.2020	Dülmen
02:51,20 min	Stefanie Horstig	10.07.1982	Coesfeld
02:57,70 min	Stefanie Block	11.09.1983	Dorsten

1500 m

07:03,00 min	Ronja Ehrbar	09.08.2015	Gladbeck
--------------	--------------	------------	----------

Weitsprung

4,11 m	Karin Schlottbohm	05.10.1986	Marl Bertlich
4,01 m	Lisa Breuer	27.09.2003	Oer-Erkenschwick
3,92 m	Miriam Frintrop	24.09.1995	Recklinghausen

Hochsprung

1,19 m	Karin Schlottbohm	05.10.1986	Marl Bertlich
--------	-------------------	------------	---------------

Ballwurf

28,00 m	Miriam Frintrop	06.05.1995	Dülmen/Olfen/RE
25,00 m	Verena Schotte	15.08.1098	Heiden
22,50 m	Loreen Duschynski	29.08.2015	Dülmen

3-Kampf

1100 Punkte	Miriam Frintrop	14.05.1995	Recklinghausen
1023 Punkte	Julia Bocke	12.05.1996	Recklinghausen
999 Punkte	Valerie Benning	03.06.2005	Oer-Erkenschwick

4-Kampf

2763 Punkte	Karin Schlottbohm	28.09.1986	Erkenschwick
-------------	-------------------	------------	--------------

W11

50 m

7,50 sec	Angela Polotzek	03.10.1991	Heiden
7,80 sec	Mareike Raguse	01.07.1995	Waltrop
7,80 sec	Kathrin Polotzek	15.06.1996	Dülmen
7,80 sec	Lisa Breuer	07.03.2004	Dortmund
7,87 sec	Jasmin Rudde	02.05.2004	Recklinghausen

W11

60 m Halle

10,25 sec	Naomie Stadler	05.02.2023	Wesel
-----------	----------------	------------	-------

60 Hürden

13,97 sec	Naomie Stadler	05.02.2023	Wesel
-----------	----------------	------------	-------

75 m

10,90 sec	Karin Schlottbohm	27.06.1987	Borken
11,10 sec	Stefanie Horstig	23.05.1983	Recklinghausen
11,20 sec	Iris Lensing	23.05.1983	Recklinghausen

800 m

02:41,20 min	Stefanie Block	06.05.1984	Recklinghausen
02:41,20 min	Stefanie Horstig	30.04.1983	Lippramsdorf
02:44,67 min	Greta Sicking	03.07.2021	Recklinghausen

Weitsprung

4,28 m	Karin Schlottbohm	27.06.1987	Borken
4,12 m	Sarah Wameling	29.08.2015	Dülmen
4,11 m	Julia Bocke	29.06.1997	Recklinghausen

Ballwurf

31,50 m	Verena Schotte	30.05.1999	Heiden
31,00 m	Lena Micansky	04.06.1995	Sythen
29,00 m	Julia Bocke	10.05.1997	Recklinghausen

3-Kampf

1191 Punkte	Miriam Frintrop	12.05.1996	Recklinghausen
1145 Punkte	Julia Bocke	10.05.1997	Recklinghausen
1053 Punkte	Laura Kleimann	03.06.2005	Oer-Erkenschwick

W12

30 m Halle

5,11 sec	Christina Zorenböhrer	08.12.2007	Dortmund
5,15 sec	Anna Tastowe	08.12.2007	Dortmund
5,16 sec	Valerie Benning	08.12.2007	Dortmund

50 m

7,30 sec	Karin Schlottbohm	23.04.1988	Dülmen
7,30 sec	Iris Hoffmann	22.04.1989	Dülmen
7,30 sec	Simone Hoffmann	08.10.1989	Dülmen
7,30 sec	Angela Polotzek	03.10.1992	Dülmen
7,30 sec	Mareike Raguse	06.06.1996	Heiden
7,40 sec	Iris Haselhoff	25.05.1989	Recklinghausen
7,50 sec	Katharina Elendt	03.10.1991	Heiden

W12

60 m Hürden

12,39 sec Miriam Frintrop 29.06.1997 Recklinghausen

75 m

10,30 sec Iris Lensing 09.06.1984 Sythen
10,50 sec Nicole Hoffmann 09.06.1984 Sythen
10,60 sec Stefanie Horstig 06.05.1984 Recklinghausen
10,60 sec Yvonne Hoffmann 12.07.1986 Coesfeld

800 m

02:38,70 min Susanne Knoop 30.06.1982 Dülmen
02:41,80 min Stefanie Horstig 30.09.1984 Marl Bertlich
02:44,31 min Vera Wilmering 07.09.2002 Recklinghausen

2000 m

08:26,30 Ronja Ehrbar 09.09.2017 Dülmen

5 km Straße

23:26,00 Ronja Ehrbar 07.05.2017 Reken
27:09,00 Leonie-Sophie Kajan 22.05.2016 Reken

Weitsprung

4,59 m Karin Schlottbohm 02.10.1988 Haltern
4,34 m Marina Melles 30.06.2002 Heiden
4,27 m Yvonne Hoffmann 05.10.1986 Marl Bertlich

Hochsprung

1,36 m Claudia Schafeld 30.09.1984 Marl Bertlich
1,35 m Nicole Hoffmann 28.04.1984 Haltern

Kugelstoßen

8,34 m Karin Schlottbohm 03.07.1988 Waltrop
7,13 m Mareike Raguse 06.06.1996 Heiden
6,89 m Annabell Nienhaus 01.07.1995 Waltrop

Diskuswurf

22,76 m Annabell Nienhaus 08.10.1995 Haltern

Speerwurf

15,42 m Klara Donnay 03.10.2020 Gladbeck

Ballwurf

50,00 m Karin Schlottbohm 02.10.1988 Haltern
47,50 m Sandra Vens 02.10.1988 Haltern
39,50 m Carolin Melles 17.09.2005 Recklinghausen

3-Kampf

1254 Punkte Miriam Frintrop 10.05.1997 Recklinghausen
1050 Punkte Janina Rochner 10.05.1997 Recklinghausen
1022 Punkte Kathrin Polotzek 10.05.1997 Recklinghausen

W13

50 m

7,37 sec	Mareike Raguse	29.06.1997	Recklinghausen
7,70 sec	Janina Rochner	10.05.1998	Recklinghausen
7,73 sec	Miriam Frintrop	26.09.1998	Recklinghausen

60 m Halle

8,50 sec	Karin Schlottbohm	11.02.1989	Dortmund
8,99 sec	Greta Sicking	05.03.2023	Paderborn

60 m Hürden

11,58 sec	Greta Sicking	05.02.2023	Wesel
-----------	---------------	------------	-------

75 m

10,00 sec	Angela Polotzek	23.04.1993	Dülmen
10,09 sec	Louisa-Jo Schültingkemper	30.06.2002	Heiden
10,46 sec	Karin Schlottbohm	25.05.1989	Recklinghausen

100 m

13,10 sec	Nicole Hoffmann	28.09.1985	Coesfeld
13,20 sec	Kirstin Austel	29.05.1983	Recklinghausen
13,30 sec	Elke Geesink	15.09.1984	Coesfeld

800 m

02:30,00 min	Stefanie Horstig	14.06.1985	Dülmen
02:32,25 min	Svea Burgers	17.09.2005	Recklinghausen
02:34,24 min	Susanne Knoop	30.04.1983	Lippamsdorf

5 km Straße

27:29,00 min	Leonie-Sophie Kajan	22.05.2016	Reken
--------------	---------------------	------------	-------

Weitsprung

4,84 m	Louisa-Jo Schültingkemper	30.06.2002	Heiden
4,61 m	Marina Melles	27.09.2003	Recklinghausen
4,56 m	Carina Niewerth	30.06.2002	Heiden

Hochsprung

1,50 m	Nicole Hoffmann	05.05.1985	Recklinghausen
1,45 m	Claudia Schafeld	02.06.1985	Recklinghausen
1,41 m	Carolin Melles	16.09.2006	Recklinghausen

Kugelstoßen

10,14 m	Manuela Knoop	30.06.1982	Dülmen
10,10 m	Daniela Thies	27.09.1998	Haltern
9,38 m	Karin Schlottbohm	17.06.1989	Arnsberg

Diskuswurf

26,04 m	Annabell Nienhaus	13.10.1996	Haltern
22,48 m	Mareike Raguse	12.10.1997	Haltern
19,68 m	Sabine Kanacher	20.05.1984	Recklinghausen

Speerwurf

29,13 m	Daniela Thies	27.09.1998	Haltern
22,52 m	Annabell Nienhaus	13.10.1996	Haltern
20,37 m	Iris Beckmann	27.09.1998	Haltern

W13

Ballwurf

47,00 m	Caroline Melles	11.06.2006	Recklinghausen
36,00 m	Iris Beckmann	26.09.1998	Waltrop
35,00 m	Lena Micansky	10.05.1997	Recklinghausen

3-Kampf

1365 Punkte	Mareike Raguse	10.05.1997	Recklinghausen
1190 Punkte	Lena Micansky	10.05.1997	Recklinghausen
1080 Punkte	Laura Große-Siestrup	10.05.1997	Recklinghausen

4-Kampf

1841 Punkte	Caroline Melles	02.09.2006	Recklinghausen
-------------	-----------------	------------	----------------

W14

60 m Halle

8,82 sec	Saskia Hinz	07.03.2004	Dortmund
----------	-------------	------------	----------

75 m

10,30 sec	Stefanie Loch	09.06.1993	Nordkirchen
10,36 sec	Luci Wülfing	02.06.1988	Recklinghausen
10,39 sec	Constance Lippert	11.09.1999	Recklinghausen

100 m

12,70 sec	Nicole Hoffmann	12.07.1986	Coesfeld
12,80 sec	Louisa-Jo Schültingkemper	25.05.2003	Rhede
12,90 sec	Elke Geesink	02.06.1985	Recklinghausen

300 m

45,91 sec	Svea Burgers	12.03.2006	Dortmund/Halle
46,18 sec	Marina Melles	02.05.2004	Recklinghausen/Freiluft
46,63 sec	Mathalie Beutler	28.05.2006	Herne

400 m

64,35 sec	Marina Melles	07.05.2006	Recklinghausen
-----------	---------------	------------	----------------

800 m

02:24,20 min	Svea Burgers	19.08.2006	Rhede
02:35,10 min	Stefanie Horstig	01.06.1986	Recklinghausen
02:38,00 min	Vera Wilmering	26.04.2004	Dülmen

2000 m

07:41,21 min	Svea Burgers	11.06.2006	Recklinghausen
08:14,44 min	Carolin Friedrichs	08.06.2008	Heiden
08:31,21 min	Lena Rentmeister	26.05.2014	Haltern

5 km Straße

20:16,00 min	Svea Burgers	14.10.2006	Coesfeld
23:00,00 min	Kristin Mensing	03.05.2009	Reken
24:01,00 min	Celine Robert	09.05.2010	Reken

W14

Weitsprung

4,83 m	Stefanie Horstig	01.06.1986	Recklinghausen
4,69 m	Louisa-Jo Schültingkemper	27.09.2003	Recklinghausen
4,62 m	Inga Hagemann	06.06.1987	Sythen

Dreisprung

8,40 m	Klara Donnay	13.02.2022	Kamen
--------	--------------	------------	-------

Hochsprung

1,45 m	Claudia Schafeld	01.06.1986	Recklinghausen
1,45 m	Caroline Melles	03.06.2007	Gladbeck
1,45 m	Klara Donnay	17.12.2022	Dortmund

Kugelstoßen

11,03 m	Manuela Knoop	19.06.1983	Menden
10,87 m	Daniela Thies	16.05.1999	Herne Wanne
9,40 m	Sabine Kanacher	05.05.1985	Recklinghausen

Diskuswurf

28,18 m	Annabell Nienhaus	12.10.1997	Haltern
25,26 m	Karin Schlottbohm	27.05.1990	Recklinghausen
20,38 m	Iris Beckmann	25.04.1999	Haltern

Speerwurf

29,88 m	Daniela Thies	25.04.1999	Haltern
23,36 m	Annabell Nienhaus	01.06.1997	Wattenscheid
21,79 m	Leni Mecking	15.06.2019	Oer-Erkenschwick

4-Kampf

1731 Punkte	Caroline Melles	03.06.2007	Recklinghausen
1686 Punkte	Lisa Breuer	03.06.2007	Recklinghausen

W15

60 m Halle

8,20 sec	Yvonne Hoffmann	11.02.1989	Dortmund
8,30 sec	Luci Wülfing	11.02.1989	Dortmund
8,60 sec	Vera Winzen	11.02.1989	Dortmund
8,60 sec	Imke Wichmann	11.02.1989	Dortmund

75 m

10,50 sec	Stefanie Loch	01.06.1994	Nordkirchen
10,60 sec	Simone Hoffmann	07.10.1990	Dülmen
10,60 sec	Lucienne Kolm	15.06.1996	Dülmen
10,64 sec	Katharina Elendt	01.06.1994	Nordkirchen

100 m

12,80 sec	Nicole Hoffmann	24.05.1987	Recklinghausen
12,80 sec	Luci Wülfing	06.05.1989	Coesfeld
12,80 sec	Louisa-Jo Schültingkemper	25.05.2003	Rhede
12,90 sec	Ute Eiling	06.06.1982	Recklinghausen
13,18 sec	Karen Schürmann	18.09.2005	Paderborn

W15

150 m

20,40 sec	Luci Wülfing	22.04.1989	Dülmen
21,42 sec	Anna Tastowe	09.04.2011	Dülmen

200 m

26,30 sec	Nicole Hoffmann	11.10.1987	Dülmen
26,80 sec	Elke Geesink	01.06.1986	Recklinghausen
27,50 sec	Verena Berger	09.06.2003	Recklinghausen

300 m

42,62 sec	Marina Melles	30.04.2005	Recklinghausen
43,37 sec	Inga Hagemann	11.06.1988	Iserlohn
43,68 sec	Louisa-Jo Schültingkemper	16.05.2004	Gladbeck

300 m Hürden

47,73 sec	Marina Melles	18.09.2005	Paderborn
-----------	---------------	------------	-----------

400 m

62,95 sec	Inga Hagemann	24.06.1988	Dülmen
66,30 sec	Ricarda Hellenkamp	10.10.1987	Dülmen

800 m

02:29,65 min	Svea Burgers	03.06.2007	Gladbeck
02:34,63 min	Anne Heiming	29.05.2011	Recklinghausen
02:36,74 min	Carolin Friedrichs	16.05.2009	Gladbeck

2000 m

07:08,14 min	Svea Burgers	28.04.2007	Oberhausen
10:17,55 min	Lena Rentmeister	13.06.2015	Heiden

5 km Straße

20:58,00 min	Svea Burgers	06.10.2007	Haltern
22:39,00 min	Carolin Friedrichs	03.05.2009	Reken
23:00,00 min	Kristin Mensing	03.05.2009	Reken

Weitsprung

4,55 m	Pia Brinkert	09.06.2007	Recklinghausen
4,42 m	Vera Winzen	25.05.1989	Recklinghausen
4,28 m	Sonja Looks	21.08.1994	Recklinghausen

Dreisprung

10,05 m	Klara Donnay	05.02.2023	Wesel (Halle)
8,97 m	Mayra Flecke	22.05.2022	Oer-Erkenschwick

Hochsprung

1,60 m	Claudia Schafeld	24.05.1987	Recklinghausen
1,53 m	Klara Donnay	04.03.2023	Dortmund
1,51 m	Pia Brinkert	01.09.2007	Recklinghausen

Kugelstoßen

12,54 m	Daniela Thies	09.09.2000	Recklinghausen
12,26 m	Manuela Knoop	18.08.1984	Ahlen
9,62 m	Leni Mecking	03.10.2020	Gladbeck

W15

Diskuswurf

29,80 m	Annabel Nienhaus	27.09.1998	Haltern
26,28 m	Doris Nordmann	26.09.1981	Coesfeld
25,00 m	Manuela Knoop	20.05.1984	Recklinghausen

Speerwurf

31,64 m	Daniela Thies	12.06.2000	Recklinghausen
25,12 m	Sabine Kanacher	01.06.1986	Recklinghausen
23,77 m	Annabell Nienhaus	24.05.1998	Wattenscheid

4-Kampf

1852 Punkte	Pia Brinkert	09.06.2007	Recklinghausen
-------------	--------------	------------	----------------

W-U18

60 m Halle

7,90 sec	Nicole Hoffmann	11.02.1989	Dortmund
8,40 sec	Martina Kuhlmann	11.02.1989	Dortmund

100 m

12,40 sec	Nicole Hoffmann	08.10.1989	Dülmen
12,90 sec	Ute Eiling	29.05.1983	Recklinghausen
13,00 sec	Elke Geesink	14.05.1988	Coesfeld

150 m

19,30 sec	Nicole Hoffmann	22.04.1989	Dülmen
19,50 sec	Luci Wülfing	21.04.1990	Dülmen
19,70 sec	Louisa-Jo Schültingkemper	29.04.2006	Gladbeck

200 m

25,80 sec	Nicole Hoffmann	09.06.1989	Dülmen
26,48 sec	Karen Schürmann	02.07.2006	Kreuztal
26,79 sec	Louisa-Jo Schültingkemper	16.05.2005	Recklinghausen

300 m

43,80 sec	Luci Wülfing	17.06.1990	Lüdenscheid
44,71 sec	Karin Schlottbohm	23.05.1992	Recklinghausen
44,84 sec	Yvonne Hoffmann	27.05.1990	Recklinghausen

400 m

63,10 sec	Ute Eiling	13.10.1984	Dülmen
63,20 sec	Elke Gessink	10.10.1987	Dülmen
63,70 sec	Marina Melles	06.05.2007	Recklinghausen

400 m Hürden

73,23 sec	Marina Melles	01.07.2006	Kreuztal
-----------	---------------	------------	----------

W-U18

800 m

02:27,50 min	Svea Burgers	08.05.2008	Dortmund
02:32,80 min	Christiane Tenbohlen	08.05.1982	Coesfeld
02:34,60 min	Karen Bartel	02.06.1985	Recklinghausen

1500 m

05:28,72 min	Svea Burgers	28.05.2008	Kamen
--------------	--------------	------------	-------

5 km Straße

21:42,00 min	Maren Bösing	08.05.2011	Reken
22:19,00 min	Svea Burgers	08.02.2009	Marl Bertlich
22:44,00 min	Anne Heiming	05.05.2013	Reken

Weitsprung

4,76 m	Birgit Stiller	12.05.1984	Coesfeld
4,60 m	Angela Polotzek	01.06.1997	Wattenscheid
4,39 m	Luci Wülfing	25.05.1989	Recklinghausen

Hochsprung

1,57 m	Nicole Hoffmann	01.07.1988	Ahlen
1,56 m	Claudia Schafeld	14.05.1988	Coesfeld
1,55 m	Angela Lütkebohmert	30.04.1983	Lippramsdoorf

Kugelstoßen

11,63 m	Manuela Knoop	18.05.1985	Coesfeld
11,39 m	Daniela Thies	21.04.2002	Haltern
10,52 m	Leni Mecking	18.09.2021	Recklinghausen

Diskuswurf

29,26 m	Manuela Knoop	01.06.1986	Recklinghausen
26,97 m	Annabell Nienhaus	16.05.1999	Werne
26,48 m	Doris Nordmann	29.05.1983	Recklinghausen

Speerwurf

34,32 m	Daniela Thies	10.06.2001	Recklinghausen
31,44 m	Christiane Löken	18.10.1987	Haltern
31,38 m	Pia Brinkert	13.06.2009	Münster-Roxel

W-U20

100 m

12,50 sec	Nicole Hoffmann	22.05.1990	Rhede
12,70 sec	Ute Eiling	18.05.1985	Coesfeld
13,00 sec	Bettina Hellenkamp	12.05.1988	Coesfeld
13,00 sec	Tanja Punsmann	08.10.1989	Dülmen

150 m

18,70 sec	Nicole Hoffmann	21.04.1990	Dülmen
19,70 sec	Tanja Punsmann	21.04.1990	Dülmen
19,91 sec	Luci Wülfing	27.04.1991	Dülmen

W-U20

200 m

26,25 sec	Nicole Hoffmann	06.05.1990	Recklinghausen
26,40 sec	Doris Heltweg	15.07.1981	Dülmen
26,70 sec	Ute Eiling	02.06.1985	Recklinghausen

300 m

44,80 sec	Elke Geesink	22.04.1989	Dülmen
-----------	--------------	------------	--------

400 m

59,20 sec	Doris Heltweg	26.07.1981	Recklinghausen
61,80 sec	Birgit Hoffmann	06.10.1984	Dülmen

5 km Straße

22:29,00 min	Maren Bösing	06.05.2012	Reken
22:33,00 min	Kristin Mensing	05.05.2013	Reken

Weitsprung

5,19 m	Ricarda Hellenkamp	27.05.1990	Recklinghausen
5,18 m	Bettina Hellenkamp	01.07.1988	Ahlen
4,62 m	Tanja Punsmann	27.05.1990	Recklinghausen

Hochsprung

1,64 m	Angela Lütkebohmert	09.06.1984	Sythen
1,57 m	Nicole Hoffmann	14.08.1990	Hagen
1,50 m	Melanie Nöth	25.05.1989	Recklinghausen

Kugelstoßen

11,52 m	Manuela Knoop	07.07.1987	Rhede
11,42 m	Daniela Thies	21.03.2004	Haltern
10,77 m	Doris Nordmann	21.10.1984	Haltern

Diskuswurf

31,32 m	Manuela Knoop	24.05.1987	Recklinghausen
28,00 m	Doris Nordmann	21.10.1984	Haltern
27,74 m	Pia Brinkert	29.05.2011	Recklinghausen

Speerwurf

34,90 m	Christiane Löken	25.05.1989	Recklinghausen
30,83 m	Sabine Kanacher	25.05.1989	Recklinghausen
30,56 m	Pia Brinkert	09.04.2011	Dülmen

W-U23

100 m

13,10 sec	Doris Heltweg	23.05.1983	Recklinghausen
13,10 sec	Bettina Hellenkamp	04.08.1990	Dülmen
13,60 sec	Martina Kuhlmann	09.06.1993	Nordkirchen
13,67 sec	Tanja Punsmann	02.06.1991	Recklinghausen

200 m

26,50 sec	Doris Heltweg	29.05.1983	Recklinghausen
27,10 sec	Birgit Hoffmann	28.09.1985	Coesfeld
29,20 sec	Angela Lütkebohmert	28.09.1985	Coesfeld

W-U23

400 m

59,00 sec Doris Heltweg 23.05.1983 Recklinghausen

10 km Straße

50:16,00 min Kristin Mensing 16.01.2016 Haltern

Weitsprung

4,87 m Bettina Hellenkamp 27.05.1990 Recklinghausen

4,86 m Ricarda Hellenkamp 22.05.1993 Recklinghausen

Hochsprung

1,54 m Angela Lütkebohmert 01.06.1986 Recklinghausen

Kugelstoßen

11,15 m Manuela Knoop 02.06.1991 Recklinghausen

Diskuswurf

27,78 m Yvonne Hoffmann 08.10.1995 Haltern

24,48 m Martina Kuhlmann 20.05.1995 Recklinghausen

Speerwurf

33,72 m Christiane Löken 27.05.1990 Recklinghausen

26,82 m Bettina Hellenkamp 30.05.1992 Recklinghausen

25,56 m Martina Kuhlmann 21.08.1994 Recklinghausen

W-Frauen

100 m

13,00 sec Birgit Hoffmann 06.05.1989 Coesfeld

13,20 sec Bettina Hellenkamp 09.06.1993 Recklinghausen

13,60 sec Ulrike Fragemann 20.05.1995 Recklinghausen

200 m

27,80 sec Birgit Hoffmann 25.05.1989 Recklinghausen

28,30 sec Bettina Hellenkamp 01.06.1994 Nordkirchen

28,80 sec Ulrike Fragemann 20.05.1995 Recklinghausen

Weitsprung

5,19 m Bettina Hellenkamp 21.08.1994 Recklinghausen

Kugelstoßen

11,57 m Manuela Knoop 23.05.1992 Recklinghausen

Diskuswurf

24,10 m Birgit Hoffmann 02.06.1991 Recklinghausen

Speerwurf

29,92 m Bettina Hellenkamp 08.10.1995 Haltern

29,46 m Ulrike Fragemann 22.05.1993 Recklinghausen

W-30

100 m

13,80 sec Ulrike Fragemann 11.06.1993 Westf. Sen. Meistersch.

5 km Straße

25:44,00 min Sandra Hellenkamp 09.05.2010 Reken

10 km Straße

41:07,01 min Sandra Hellenkamp 02.06.2011 Velen

47:40,00 min Tina Kajan 04.05.2014 Reken

Halbmarathon

01:34:00 Std. Sandra Hellenkamp 13.07.2012 Dülmen

Speerwurf

28,50 m Ulrike Fragemann 11.06.1993 Westf. Sen. Meistersch.

W-40

100 m

17,90 sec Monique Wameling 31.08.2019 Herten

Weitsprung

2,74 m Monique Wameling 31.08.2019 Herten

Kugelstoßen

5,73 m Monique Wameling 31.08.2019 Herten

3-Kampf

617 Punkte Monique Wameling 31.08.2019 Herten

3000 m

13:25,45 min Daniela Brüggemann 26.05.2022 Reken

13:26,76 min Meike Bruns 26.05.2022 Reken

5 km Straße

20:15,00 min Stefanie Sicking 01.12.2018 Dülmen

10 km Straße

45:33,00 min Stefanie Sicking 06.05.2018 Reken

48:43,00 min Daniela Brüggemann 26.08.2022 Recklinghausen

49:29,00 min Meike Bruns 22.05.2022 Gelsenkirchen

15 km Straße

01:04:09 Std Stefanie Sicking 31.12.2019 Stadtlohn

Halbmarathon

01:27:56 Std Stefanie Sicking 17.10.2021 Hamburg

01:50:13 Std Daniela Brüggemann 22.05.2022 Gelsenkirchen

01:56:04 Std Meike Bruns 25.02.2023 Vreden

Ultramarathon

04:08:06 Std Stefanie Sicking 07.11.2021 Bottrop

W-45

3000 m

12:10:06 min Stefanie Sicking 26.05.2022 Reken

10 km Straße

43:59:00 min Stefanie Sicking 26.08.2022 Recklinghausen

56:28:00 min Silke Ehrbar 09.05.2019 Reken

Halbmarathon

01:29:20 Std Stefanie Sicking 12.06.2022 Duisburg

Marathon

03:26:38 Std Stefanie Sicking 22.05.2022 Gelsenkirchen

M-U8

800 m

03:20,43 min Connor Ehrbar 13.06.2015 Haltern

M8

50 m

8,40 sec Peter Schotte 17.09.1994 Gelsenkirchen

8,50 sec Markus Wallenborn 24.05.1980 Sythen

8,85 sec Jonas Thies 17.06.2017 Haltern

800 m

03:06,09 min Connor Ehrbar 28.05.2016 Haltern

Weitsprung

3,15 m Michael Bellmann 18.05.1991 Sythen

3,09 m Jonas Thies 17.06.2017 Haltern

3,04 m Fabian Micansky 17.09.1994 Gelsenkirchen

Ballwurf

28,50 m Peter Schotte 10.09.1994 Recklinghausen

27,00 m Fabian Micansky 17.09.1994 Gelsenkirchen

24,50 m Jonas Thies 17.06.2017 Haltern

M9

30 m Halle

5,20 sec Markus Wallenborn 08.03.1981 Coesfeld

50 m

8,10 sec Markus Wallenborn 18.07.1981 Coesfeld
8,30 sec Peter Schotte 24.09.1995 Recklinghausen
8,60 sec Kai Schwerhoff 24.09.1995 Recklinghausen

800 m

02:51,05 min Jonah Hummels 30.05.2015 Oer-Erkenschwick
02:56,35 min Andrin Budde 03.09.2016 Dülmen
03:01,81 min Connor Ehrbar 17.06.2017 Haltern

1000 m

03:36,28 min Lutz Holste 07.05.2006 Recklinghausen

Weitsprung

3,60 m Jonas Thies 10.05.2018 Coesfeld
3,58 m Michael Salzmann 10.09.1994 Recklinghausen
3,28 m Peter Schotte 04.06.1995 Sythen

Ballwurf

39,76 m Michael Salzmann 10.09.1984 Recklinghausen
33,00 m Marcel Alexander 29.05.1993 Sythen
32,00 m Jonas Thies 23.06.2018 Sythen

3-Kampf

834 Punkte Jonas Thies 11.05.2018 Coesfeld
803 Punkte Fabian Micansky 14.05.1995 Recklinghausen

M10

50 m

7,80 sec Christian Scholz 10.07.1982 Coesfeld
7,80 sec Thilo Schafeld 30.09.1984 Marl Bertlich
7,83 sec Finn Freier 23.06.2018 Sythen
7,90 sec Markus Wallenborn 29.05.1982 Sythen
7,90 sec Karl-Heinz Heltweg 07.10.1978 Reken

600 m

02:04,70 min Karl-Heinz Heltweg 07.10.1978 Reken
02:05,40 min Ralf Ewering 07.10.1978 Reken

800 m

02:42,23 min Jonah Hummels 30.04.2016 Recklinghausen
02:51,43 min Andrin Budde 17.06.2017 Haltern
02:53,12 min Fabian Sicking 03.09.2016 Dülmen

M10

1000 m

03:42,50 min	Sascha Schmelting	06.05.1984	Recklinghausen
03:55,00 min	Thomas Stuke	08.06.1985	Sythen

Weitsprung

3,83 m	Karl-Heinz Heltweg	07.10.1978	Reken
3,82 m	Thilo Schafeld	30.09.1984	Marl Bertlich
3,77 m	Christian Scholz	10.07.1982	Coesfeld

Ballwurf

38,00 m	Markus Wallenborn	05.06.1982	Reken
38,00 m	Michael Salzmann	04.06.1995	Sythen
37,69 m	Karl-Heinz Heltweg	07.10.1978	Reken
36,50 m	Michael Salzmann	01.07.1995	Waltrop

3-Kampf

988 Punkte	Michael Salzmann	14.05.1995	Recklinghausen
853 Punkte	Peter Schotte	12.05.1996	Recklinghausen
813 Punkte	Jonas Thies	30.05.2019	Coesfeld

M11

50 m

7,71 sec	Tom Gesing	07.05.2001	Recklinghausen
7,80 sec	Stefan Blumentrath	30.09.1990	Haltern
7,80 sec	Roman Vehlken	18.05.1991	Sythen
7,80 sec	Marcel Kuhlmann	17.09.2005	Recklinghausen
7,86 sec	Sebastian Lippert	18.09.2004	Recklinghausen

800 m

02:36,00 min	Alexander Wilhelm	05.05.1980	Recklinghausen
02:38,14 min	Jonah Hummels	17.06.2017	Haltern
02:43,90 min	Dieter Konniger	27.05.1978	Sythen

1000 m

03:17,77 min	Lutz Holste	26.04.2008	Dülmen
03:22,20 min	Markus Rösing	11.09.1983	Dorsten
03:29,00 min	Alexander Wilhelm	24.05.1980	Sythen

Weitsprung

4,10 m	Tim Golles	26.09.1998	Waltrop
3,96 m	Jonah Hummels	17.06.2017	Haltern
3,80 m	Christoph Niewerth	26.09.1998	Waltrop

Hochsprung

1,15 m	Ulrich Stuke	08.06.1985	Sythen
--------	--------------	------------	--------

M11

Ballwurf

43,50 m	Michael Salzmann	15.06.1996	Dülmen
43,00 m	Marcel Kuhlmann	03.06.2005	Oer-Erkenschwick
40,50 m	Stefan Salzmann	30.05.1999	Heiden

3-Kampf

1035 Punkte	Marcel Kuhlmann	03.06.2005	Oer-Erkenschwick
962 Punkte	Peter Schotte	10.05.1997	Recklinghausen
953 Punkte	Michael Salzmann	12.05.1996	Recklinghausen

M12

50 m

7,15 sec	Roman Vehlken	17.06.1992	Nordkirchen
7,28 sec	Andreas Jokiel	29.06.1997	Recklinghausen
7,30 sec	Hendrik Heidermann	30.09.1990	Haltern
7,30 sec	Timo Wilkes	04.06.1995	Sythen

60 m Hürden

12,72 sec	Jonah Hummels	10.05.2018	Coesfeld
-----------	---------------	------------	----------

75 m

10,20 sec	Ludger Wilkes	09.09.1978	Coesfeld
10,30 sec	Manfred Busch	12.07.1986	Coesfeld
10,59 sec	Thomas Jacob	20.04.2002	Dülmen

800 m

02:32,80 min	Frank Ewering	27.05.1978	Sythen
02:33,70 min	Hubertus Benson	27.05.1978	Sythen
02:44,53 min	Jonah Hummels	05.05.2018	Recklinghausen

1000 m

03:12,00 min	Markus Rösing	20.05.1984	Recklinghausen
03:13,35 min	Lutz Holste	06.09.2009	Olfen
03:15,00 min	Helmut Leying	24.09.1983	Rhede

Weitsprung

4,59 m	Christian Scholz	15.09.1984	Heiden
4,51 m	Tom Gesing	30.06.2002	Heiden
4,45 m	Timo Wilkes	04.06.1994	Heiden

Hochsprung

1,46 m	Ulrich Stuke	05.10.1986	Marl Bertlich
1,34 m	Ralf Knüsting	29.06.1986	Waltrop
1,24 m	Jonah Hummels	10.05.2018	Coesfeld

Kugelstoßen

9,04 m	Christoph Kremer	05.07.1992	Heiden
8,44 m	Maximilian Lingenau	08.10.1995	Haltern
8,37 m	Hendrik Hesterwerth	27.09.1998	Haltern

M12

Speerwurf

26,84 m	Andreas Jokiel	12.10.1997	Haltern
24,79 m	Fabian Micansky	27.09.1998	Haltern
23,06 m	Jonah Hummels	10.05.2018	Coesfeld

Diskuswurf

23,76 m	Maximilian Lingenau	08.10.1995	Haltern
17,50 m	Daniel Schreiber	21.10.2012	Haltern
17,04 m	Peter Schotte	27.09.1998	Haltern

M13

50 m

7,04 sec	Tobias Bone	26.09.1998	Waltrop
7,10 sec	Roman Vehlken	29.05.1993	Sythen
7,20 sec	Benjamin Zyla	06.09.1990	Rhede
7,20 sec	Sebastian Vehlken	03.10.1991	Heiden
7,20 sec	Hendrik Heidermann	03.10.1991	Heiden
7,20 sec	Timo Wilkes	01.07.1995	Waltrop

75 m

9,94 sec	Thomas Pichler	13.05.2000	Dülmen
10,22 sec	Alexander Frericks	15.06.2003	Oer-Erkenschwick
10,41 sec	Rene Kensbock	16.09.2006	Recklinghausen

100 m

13,20 sec	Markus Risthaus	15.09.1984	Coesfeld
14,00 sec	Ulrich Stuke	06.06.1987	Sythen
14,50 sec	Christian Scholz	08.06.1985	Sythen

60 m Hürden

11,71 sec	Jonah Hummels	14.09.2019	Recklinghausen
-----------	---------------	------------	----------------

800 m

02:48,12 min	Jonah Hummels	06.04.2019	Dülmen
03:05,00 min	Kai Mohnfelder	?	

1000 m

03:05,10 min	Peter Wansing	07.05.1978	Erkenschwick
03:07,00 min	Markus Rösing	08.06.1985	Sythen
03:07,80 min	Ralf Ewering	15.07.1981	Dülmen

5 km Straße

19:22,00 min	Lutz Holste	04.12.2010	Dülmen
19:48,00 min	Luca Grimmert	07.05.2017	Reken
25:00,00 min	Jan-Lukas Hummels	04.05.2014	Reken

M13

Weitsprung

4,81 m	Timo Wilkes	01.07.1995	Waltrop
4,81 m	Thomas Jacob	30.06.2002	Heiden
4,76 m	Peter Wansing	07.10.1978	Reken
4,66 m	Alexander Looks	26.09.1998	Waltrop

Hochsprung

1,55 m	Ulrich Stuke	10.05.1987	Recklinghausen
1,40 m	Christian Bone	02.10.1988	Haltern
1,35 m	Thomas Stuke	02.10.1988	Haltern
1,35 m	Jonah Hummels	25.05.2019	Recklinghausen

Kugelstoßen

11,32 m	Rene Kensbock	09.09.2006	Olfen
10,53 m	Alexander Looks	26.09.1998	Waltrop
10,35 m	Maximilian Lingenu	13.10.1996	Haltern

Speerwurf

37,48 m	Maximilian Lingenu	13.10.1996	Haltern
34,43 m	Alexander Looks	26.04.1998	Haltern
27,90 m	Andreas Jokiel	27.09.1998	Haltern

Diskuswurf

35,40 m	Maximilian Lingenu	13.10.1996	Haltern
28,28 m	Rene Kensbock	09.09.2006	Olfen
19,92 m	Peter Schotte	25.09.1999	Haltern

Ballwurf

49,50 m	Rene Kensbock	16.09.2006	Recklinghausen
49,00 m	Michael Salzmann	26.09.1998	Waltrop
48,50 m	Maximilian Lingenu	06.06.1996	Heiden

3-Kampf

753 Punkte	Florian Micansky	10.05.1997	Recklinghausen
------------	------------------	------------	----------------

Mehrkampf Block Sprint/Sprung

1844 Punkte	Jonah Hummels	10.05.2018	Coesfeld
-------------	---------------	------------	----------

M14

60 m Halle

8,16 sec	Tom Gesing	07.03.2004	Dortmund
8,30 sec	Alexander Frericks	07.03.2004	Dortmund

75 m

9,35 sec	Tobias Bone	21.08.1999	Paderborn
9,50 sec	Josip Dujic	22.04.1989	Dülmen
9,70 sec	Kai Monfelder	18.06.1988	Heiden

M14

100 m

12,40 sec	Ludger Wilkes	04.05.1980	Recklinghausen
12,58 sec	Alexander Frericks	27.06.2004	Rhede
12,72 sec	Thomas Pichler	07.05.2001	Recklinghausen

1000 m

02:49,40 min	Ralf Ewering	25.09.1982	Coesfeld
02:52,90 min	Frank Ewering	20.09.2980	Recklinghausen
02:56,47 min	Kai Monfelder	24.06.1988	Dülmen

2000 m

06,31,20 min	Frank Ewering	24.05.1980	Sythen
07:10,00 min	Thorsten Marwick	16.08.1980	Coesfeld

3000 m

10:46,14 min	Tim Schroer	19.04.2008	Coesfeld
--------------	-------------	------------	----------

5 km Straße

19:05,00 min	Tim Schroer	11.10.2008	Coesfeld
22:29,00 min	Marlon Wirtz	04.05.2014	Reken

Weitsprung

5,46 m	Michael Kanacher	07.10.1978	Reken
5,18 m	Peter Wansing	22.09.1979	Coesfeld
5,12 m	Timo Wilkes	19.05.1996	Recklinghausen

Hochsprung

1,63 m	Ulrich Stuke	21.05.1988	Sythen
1,46 m	Christian Scholz	05.10.1986	Marl Bertlich
1,45 m	Andreas Bone	22.05.1989	Recklinghausen

Kugelstoßen

12,37 m	Rene Kensbock	18.08.2007	Dülmen
11,95 m	Maximilian Thies	25.08.2001	Bielefeld
11,45 m	Julius Hagelstange	25.08.2001	Bielefeld

Speerwurf

38,32 m	Sebastian Lippert	03.06.2007	Gladbeck
36,71 m	Julius Hagelstange	10.06.2001	Recklinghausen
35,15 m	Maximilian Thies	10.06.2001	Recklinghausen

Diskuswurf

28,59 m	Rene Kensbock	03.06.2007	Gladbeck
25,19 m	Patrick Sühling	07.08.1999	Heiden
21,84 m	Peter Schotte	24.09.2000	Haltern

M15

75 m

9,10 sec	Hendrik Heidermann	27.06.1993	Münster Roxel
9,20 sec	Sven Lieba	21.06.1997	Dülmen
9,50 sec	Timo Wilkes	21.06.1997	Dülmen

100 m

12,00 sec	Peter Wansing	04.05.1980	Coesfeld
12,06 sec	Thomas Pichler	09.06.2002	Herne
12,09 sec	Tobias Bone	09.09.2000	Recklinghausen

200 m

25,70 sec	Ralf Ewering	23.05.1983	Recklinghausen
26,10 sec	Ralf Enk	09.09.1978	Coesfeld

300 m

38,28 sec	Tobias Bone	21.05.2000	Gladbeck
42,71 sec	Dominic Sühling	15.06.2003	Oer-Erkenschwick
42,89 sec	Tim Schroer		

400 m

52,76 sec	Frank Ewering	12.07.1981	Dortmund
-----------	---------------	------------	----------

800 m

02:06,00 min	Frank Ewering	14.06.1981	Recklinghausen
02:06,30 min	Ralf Ewering	29.05.1983	Recklinghausen
02:11,00 min	Peter Sühling	08.06.1980	Recklinghausen
02:11,00 min	Hermann-Josef Benson	16.08.1980	Coesfeld

1000 m

02:44,70 min	Frank Ewering	15.07.1981	Dülmen
02:45,00 min	Ralf Ewering	05.07.1983	Dülmen
02:47,25 min	Kai Mohnfelder	18.06.1989	Arnsberg

1500 m

04:43,90 min	Hermann-Josef Benson	08.06.1980	Recklinghausen
--------------	----------------------	------------	----------------

2000 m

06:52,05 min	Tim Schroer	18.04.2009	Billerbeck
--------------	-------------	------------	------------

3000 m

10:23,53 min	Tim Schroer	25.04.2009	Bergisch Gladbach
11:08,00 min	Thorsten Marwick	06.06.1981	Sythen

5 km Straße

18:35,00 min	Tim Schroer	03.05.2009	Reken
--------------	-------------	------------	-------

Weitsprung

5,58 m	Hendrik Heidermann	27.06.1993	Münster Roxel
5,45 m	Sven Lieba	24.05.1997	Heiden
5,40 m	Jürgen Illerhues	27.05.1990	Recklinghausen

M15

Kugelstoßen

13,79 m	Rene Kensbock	31.08.2008	Paderborn
13,42 m	Julius Hagelstange	09.06.2002	Herne
12,92 m	Maximilian Thies	23.06.2002	Recklinghausen

Speerwurf

41,36 m	Julius Hagelstange	22.09.2002	Haltern
39,20 m	Maximilian Thies	09.06.2002	Herne
34,97 m	Sebastian Lippert	27.05.2008	Bochum Wattenscheid

Diskuswurf

33,00 m	Sven Lieba	12.10.1997	Haltern
31,76 m	Timo Wilkes	12.10.1997	Haltern
26,17 m	Konstantin Reinhardt	10.09.2011	Dülmen

MJB - U18

100 m

11,40 sec	Manfred Wameling	02.09.1979	Recklinghausen
11,40 sec	Ralf Ewering	09.06.1984	Sythen
11,50 sec	Steffen Dudek	09.06.1984	Sythen
11,60 sec	Detlef Sühling	20.09.1980	Recklinghausen

150 m

18,10 sec	Kai Mohnfelder	21.04.1990	Dülmen
18,10 sec	Thomas Pichler	03.05.2003	Dülmen
18,80 sec	Tobias Bone	20.04.2002	Dülmen
19,30 sec	Rene Wameling	06.04.2019	Dülmen

200 m

23,00 sec	Frank Ewering	05.07.1983	Dülmen
23,40 sec	Ralf Ewering	09.06.1984	Sythen
23,44 sec	Steffen Dudek	19.08.1984	Ahlen

300 m

38,52 sec	Kai Mohnfelder	27.05.1990	Recklinghausen
39,30 sec	Markus Steinhäuser	24.05.1998	Wattenscheid

400 m

50,77 sec	Ralf Ewering	19.08.1984	Ahlen
51,30 sec	Frank Ewering	29.05.1983	Recklinghausen
52,00 sec	Manfred Wameling	22.09.1979	Coesfeld

800 m

02:06,80 min	Hermann-Josef Benson	06.06.1982	Recklinghausen
02:07,80 min	Peter Sühling	06.06.1982	Recklinghausen
02:11,36 min	Markus Schlottbohm	25.05.1989	Recklinghausen

MJB - U18

1000 m

02:46,99 min	Ralf Ewering	05.09.1984	Rhede
02:54,00 min	Dieter Konniger	07.05.1983	Coesfeld
02:58,60 min	Peter Tenbohlen	30.04.1983	Lippramsdorf

1500 m

04:38,60 min	Tim Schroer	05.06.2010	Ahlen
--------------	-------------	------------	-------

3000 m

09:59,11 min	Tim Schroer	24.04.2010	Dülmen
12:15,38 min	Felix Geiger	20.04.2013	Dülmen

5 km Straße

17:53,00 min	Tim Schroer	09.05.2010	Reken
--------------	-------------	------------	-------

7,5 km Straße

28:56,00 min	Tim Schroer	26.09.2010	Bertlich
--------------	-------------	------------	----------

Weitsprung

6,46 m	Manfred Wameling	02.09.1979	Recklinghausen
5,99 m	Michael Kanacher	04.05.1980	Coesfeld
5,74 m	Detlef Sühling	08.06.1980	Recklinghausen

Hochsprung

1,55 m	Christian Scholz	06.06.1987	Sythen
--------	------------------	------------	--------

Kugelstoßen

15,45 m	Rene Kensbock	06.09.2009	Olfen
13,05 m	Julius Hagelstange	12.06.2004	Lüdenscheid
11,98 m	Peter Wansing	06.06.1981	Sythen

Speerwurf

46,37 m	Julius Hagelstange	19.06.2004	Rheine
40,95 m	Rene Kensbock	19.04.2009	Haltern
39,20 m	Maximilian Thies	09.06.2002	Herne

Diskuswurf

26,11 m	Peter Schotte	13.04.2002	Gladbeck
24,04 m	Konstantin Reinhardt	21.04.2012	Dülmen
19,09 m	Felix Geiger	21.04.2012	Dülmen

MJA - U20

100 m

11,10 sec	Manfred Wameling	04.05.1980	Coesfeld
11,20 sec	Guido Wameling	18.05.1985	Coesfeld
11,20 sec	Peter Tenbohlen	18.05.1985	Coesfeld
11,80 sec	Christian Bohn	18.08.1979	Coesfeld

150 m

18,63 sec	Sebastian Lippert	09.04.2011	Dülmen
18,76 sec	Hendrik Heidermann	27.04.1997	Dülmen
19,80 sec	Florian Kaiser	03.05.2003	Dülmen

200 m

22,78 sec	Manfred Wameling	28.06.1980	Dortmund
22,80 sec	Peter Tenbohlen	18.05.1985	Coesfeld
22,90 sec	Frank Ewering	05.06.1984	Dülmen

400 m

50,49 sec	Frank Ewering	03.06.1984	Dortmund
50,90 sec	Manfred Wameling	27.09.1980	Coesfeld
53,80 sec	Dieter Konniger	28.09.1985	Coesfeld

800 m

02:05,50 min	Peter Sühling	29.05.1983	Recklinghausen
--------------	---------------	------------	----------------

1000 m

02:47,90 min	Peter Sühling	30.04.1983	Lippamsdorf
02:48,20 min	Hermann-Josef Benson	30.04.1983	Lippamsdorf

1500 m

04:43,20 min	Peter Sühling	11.09.1983	Dorsten
04:43,60 min	Hermann-Josef Benson	11.09.1983	Dorsten

Weitsprung

6,69 m	Manfred Wameling	08.06.1980	Recklinghausen
5,68 m	Hendrik Heidermann	24.05.1997	Heiden
4,38 m	Tim Golles	03.06.2005	Oer-Erkenschwick

Kugelstoßen

14,27 m	Julius Hagelstange	30.04.2006	Haltern
14,08 m	Rene Kensbock	18.09.2011	Coesfeld
11,37 m	Peter Wansing	29.05.1983	Recklinghausen

Speerwurf

47,90 m	Julius Hagelstange	09.07.2005	Dortmund
34,44 m	Hermann-Josef Benson	20.05.1984	Recklinghausen

Männer - U23

100 m

11,00 sec	Manfred Wameling	08.05.1982	Coesfeld
11,46 sec	Peter Tenbohlen	02.06.1988	Recklinghausen
11,80 sec	Detlef Sühling	09.06.1984	Sythen

200 m

22,50 sec	Manfred Wameling	31.05.1982	Recklinghausen
23,00 sec	Peter Tenbohlen	01.06.1986	Recklinghausen
23,80 sec	Detlef Sühling	18.05.1985	Coesfeld

3000 m

09:20,04 min	Peter Sühling	12.08.1986	Dortmund
12:19,95 min	Sebastian Lippert	20.04.2013	Dülmen

Weitsprung

7,11 m	Manfred Wameling	23.05.1983	Recklinghausen
6,51 m	Peter Tenbohlen	01.06.1986	Recklinghausen
6,05 m	Peter Wansing	02.06.1985	Recklinghausen

Kugelstoßen

11,92 m	Julius Hagelstange	26.04.2009	Sythen
---------	--------------------	------------	--------

Speerwurf

41,29 m	Julius Hagelstange	19.04.2009	Haltern
---------	--------------------	------------	---------

Männer

100 m

11,40 sec	Manfred Wameling	02.06.1985	Recklinghausen
11,48 sec	Peter Tenbohlen	17.06.1992	Nordkirchen
11,90 sec	Detlef Sühling	10.05.1992	Recklinghausen

200m

24,10 sec	Detlef Sühling	27.06.1993	Münster Roxel
-----------	----------------	------------	---------------

5 km Straße

16:52,00 min	Peter Wansing	27.06.1992	Reken
--------------	---------------	------------	-------

10 km Straße

37:30,00 min	Peter Wansing	24.06.1994	Borken
37:38,00 min	Georg Hellenkamp	26.08.2012	Hamminkeln
45:02,21 min	Christian Mummel	24.06.1994	Borken

Weitsprung

6,37 m	Manfred Wameling	18.05.1985	Coesfeld
6,28 m	Detlef Sühling	23.05.1992	Recklinghausen
6,17 m	Peter Tenbohlen	23.05.1992	Recklinghausen

Kugelstoßen 7,26 kg

11,81 m	Frank Schweitzer (M35)	25.08.2001	Herten
8,01 m	Manfred Wameling (M55)	12.10.2019	Nieukerk

Männer

Speerwurf

38,96 m Marc-Rene Frank 19.06.2005 Münster Roxel

Diskuswurf 2 kg

44,12 m Frank Schweitzer (M35) 14.07.2002 Kevelaer

26,79 m Lutz Spauschus (M40) 19.10.2008 Haltern

23,49 m Manfred Wameling (M55) 12.10.2019 Nieukerk

Männer - M30

100 m

11,40 sec Dr. Herbert Groning 12.05.1984 Coesfeld

Weitsprung

5,88 m Dr. Herbert Groning 12.05.1984 Coesfeld

10 km Straße

36:42,00 min Georg Hellenkamp 21.09.2013 Heiden

Männer - M35

5000 m

18:25,50 min Manfred Block 24.05.1980 Sythen

Kugelstoßen 7,26 kg

11,81 m Frank Schweitzer 25.08.2001 Herten

Diskuswurf 2 kg

44,12 m Frank Schweitzer 14.07.2002 Kevelaer

Männer - M40

10 km Straße

47:01,00 min Marco Henning 04.05.2014 Reken

51:18,00 min Jochen Heinen 05.05.2013 Reken

Halbmarathon

01:48:33 Std Christoph Sicking 07.04.2019 Berlin

Diskuswurf 2 kg

37,45 m Frank Schweitzer 19.10.2008 Haltern

26,79 m Lutz Spauschus 19.10.2008 Haltern

Männer - M45

5 km Straße

18:47,00 min Thorsten Burgers 04.07.2008 Drevenack

27:52,25 min Ulrich Berger 06.05.2007 Reken

10 km Straße

44:07,00 min Marco Henning 03.05.2015 Reken

Männer - M50

100 m

14,10 sec	Stephan Wameling	01.09.2018	Herten
14,63 sec	Christian Sosnov	26.05.2022	Reken

Weitsprung

4,03 m	Christian Sosnov	26.05.2022	Reken
--------	------------------	------------	-------

Kugelstoßen 6 kg

9,07 m	Stephan Wameling	01.09.2018	Herten
--------	------------------	------------	--------

5 km Straße

26:36,00 min	Rolf Hummels	05.05.2019	Reken
27:52,75 min	Ludger Konniger	06.05.2007	Reken

Männer - M55

60 m Halle

8,73 sec	Manfred Wameling	29.02.2020	Erfurt
----------	------------------	------------	--------

100 m

14,06 sec	Manfred Wameling	12.05.2019	Rheine
14,10 sec	Stephan Wameling	12.05.2019	Rheine

200 m

29,49 sec	Manfred Wameling	09.02.2020	Düsseldorf
-----------	------------------	------------	------------

Weitsprung

4,91 m	Manfred Wameling	29.02.2020	Erfurt
3,92 m	Stephan Wameling	12.05.2019	Rheine

Männer - M55

Kugelstoßen 6 kg

9,75 m	Manfred Wameling	03.10.2020	Gladbeck
8,40 m	Stephan Wameling	26.05.2019	Gladbeck

Diskuswurf

30,71	Manfred Wameling	07.08.2021	Minden
-------	------------------	------------	--------

Speerwurf

18,23 m	Manfred Wameling	22.08.2020	Zella-Mehlis
---------	------------------	------------	--------------

3-Kampf

1597 Punkte	Manfred Wameling	31.08.2019	Herten
-------------	------------------	------------	--------

5-Kampf

2266 Punkte	Manfred Wameling	22.08.2020	Zella-Mehlis
-------------	------------------	------------	--------------

10km Straße

57:50,00 min	Alexander Ehrbar	05.05.2019	Reken
--------------	------------------	------------	-------

Männer - M60

60 m Halle

8,89 sec Manfred Wameling 21.12.2021 Münster

100 m

14,60 sec Manfred Wameling 02.04.2022 Dülmen

Weitsprung

4,67 m Manfred Wameling 05.03.2022 Düsseldorf

Hochsprung

1,44 m Manfred Wameling 26.02.2022 Düsseldorf

Diskuswurf

32,05 m Manfred Wameling 20.08.2022 Rheine

28,57 m Dirk Humrich 26.05.2022 Reken

5km Straße

25:55,00 min Paul Lütkebohmert 04.05.2008 Reken

10km Straße

52:11,23 min Paul Lütkebohmert 06.05.2007 Reken

Männer - M65

5km Straße

25:08,00 min Paul Lütkebohmert 09.05.2010 Reken

26:56,00 min Theo Dahlhaus 03.05.2009 Reken

Männer - M70

5km Straße

27:05,00 min Theo Dahlhaus 06.05.2012 Reken

Männer - M75

5000 m

31:46,94 min Paul Lütkebohmert 26.05.2022 Reken