



Die Spitzenergebnisse 2025

Leichtathletik: Seniorinnen und Senioren des Pulheimer SC

25.05.2025

Deutsche Meisterschaft Platz 1

Deutsche Meisterschaft Platz 2

Deutsche Meisterschaft Platz 3

Zu den oben aufgeführten Medaillengewinnern kamen noch eine erhebliche Anzahl von herausragenden Platzierungen und persönlichen Bestleistungen!
Allen Athletinnen und Athleten Anerkennung und herzlichen Glückwunsch!



Persönliche Jahresbestleistungen 2025

Pulheimer SC Senioren 2024 (Männer M30 – M80+)

<u>100m</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 11,4*</u>	<u>Friederichs, Hans-Volker</u>	<u>43</u>	<u>M40</u>	<u>27.08.1983</u>	<u>Bergheim</u>
<u>VR 11,93</u>	<u>Dirking, Ulrich</u>	<u>57</u>	<u>M50</u>	<u>21.06.2008</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 12,83</u> Wind	<u>Steuerthal, Rolf</u>	<u>42</u>	<u>M55</u>	<u>01.05.1997</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 13,20</u>	<u>Streyl, Joseph</u>	<u>45</u>	<u>M60</u>	<u>24.05.2008</u>	<u>Ahlen</u>
Wind					
<u>VR 13,22</u> Wind	<u>Brauch, Rolf-Max</u>	<u>36</u>	<u>M65/70</u>	<u>24.06.2006</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 13,22</u> LVN Rekord Wind	<u>Brauch, Rolf-Max</u>	<u>36</u>	<u>M70</u>	<u>24.06.2006</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 15,66</u> Wind	<u>Hertel, Eike</u>	<u>43</u>	<u>M75</u>	<u>05.05.2019</u>	<u>Emmerich</u>
<u>VR 16,82</u> Wind	<u>Tuchen, Wolfgang</u>	<u>39</u>	<u>M80</u>	<u>23.06.2019</u>	<u>TuS Köln</u>

mit unzulässigem Wind:

<u>200m</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 23,17</u>	<u>Dirking, Ulrich</u>	<u>57</u>	<u>M40</u>	<u>06.08.2000</u>	<u>Ludwigshafen</u>
<u>VR 24,34</u>	<u>Dirking, Ulrich</u>	<u>57</u>	<u>M50</u>	<u>15.07.2007</u>	<u>Fulda</u>
<u>VR 25,88</u> Wind	<u>Brauch, Rolf-Max</u>	<u>36</u>	<u>M55/60</u>	<u>16.05.1996</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 25,88</u> LVN Rekord Wind -0,3 Sicora, Jörg	<u>Brauch, Rolf-Max</u>	<u>36</u> <u>62</u>	<u>M60</u> <u>M60</u>	<u>16.05.1996</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 27,86</u> Wind	<u>Junggeburth, Willy</u>	<u>45</u>	<u>M65</u>	<u>02.06.2011</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 28,28</u> Wind	<u>Brauch, Rolf-Max</u>	<u>36</u>	<u>M70</u>	<u>11.06.2006</u>	<u>Ahlen</u>
<u>VR 33,05</u> Wind	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>17.05.1995</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 42,76</u> Wind	<u>Milenz, Alfons</u>	<u>38</u>	<u>M80</u>	<u>31.05.2018</u>	<u>Mönchengladbach</u>

mit unzulässigem Wind:

<u>400m</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 53,23</u>	<u>Bartsch, Karl-Heinz</u>	<u>63</u>	<u>M40</u>	<u>16.08.2003</u>	<u>Celle</u>
<u>VR 56,76</u>	<u>Wodarz, Hans-Georg</u>	<u>37</u>	<u>M50/55</u>	<u>27.08.1994</u>	<u>Lübeck</u>
<u>VR 56,76</u>	<u>Wodarz, Hans-Georg</u>	<u>37</u>	<u>M55</u>	<u>27.08.1994</u>	<u>Lübeck</u>
<u>VR 59,32</u>	<u>Hartloff, Jürgen</u>	<u>46</u>	<u>M60</u>	<u>04.08.2006</u>	<u>Villach/Öst.</u>
<u>VR 64,39</u>	<u>Kombrink, Dr. Erich</u>	<u>50</u>	<u>M65</u>	<u>20.06.2015</u>	<u>Oberhausen</u>
<u>VR 72,37</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>24.08.2016</u>	<u>Ahrweiler</u>
<u>VR 83,91</u>	<u>Bödeker, Horst</u>	<u>36</u>	<u>M75</u>	<u>30.07.2011</u>	<u>Minden</u>

<u>400m Hürden</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 63,98</u>	<u>Bartsch, Karl-Heinz</u>	<u>63</u>	<u>M40</u>	<u>15.08.2003</u>	<u>Celle</u>
<u>VR 71,97</u>	<u>Engel, Klaus</u>	<u>58</u>	<u>M55</u>	<u>29.07.2014</u>	<u>Zülpich</u>

300m Hürden

<u>VR 52,29</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Kombrink, Dr. Erich</u>	<u>50</u>	<u>M65</u>	<u>25.06.2015</u>	<u>Bedburg</u>
--------------------------------------	----------------------------	-----------	------------	-------------------	----------------

110m Hürden

<u>VR 18,03</u>	<u>Richter, Wolfgang</u>	<u>58</u>	<u>M50</u>	<u>27.06.2008</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 24,1*</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M65</u>	<u>08.07.1989</u>	<u>Niederzier</u>

100m Hürden

<u>VR 22,12</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M60</u>	<u>23.05.2008</u>	<u>Ljubljana/Slo</u>
<u>VR 23,76</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M65</u>	<u>18.10.2013</u>	<u>P.Alegre/Bra.</u>

80m Hürden

<u>VR 19,00</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M70</u>	<u>19.07.1991</u>	<u>Turku/Finnl.</u>
<u>VR 19,55</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>13.07.1995</u>	<u>Buffalo/USA</u>

<u>800m</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 1:59,84 min.</u>	<u>Bartsch, Karl-Heinz</u>	<u>63</u>	<u>M40</u>	<u>18.06.2004</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 2:10,48 min.</u>	<u>Kombrink, Dr. Erich</u>	<u>50</u>	<u>M50</u>	<u>09.09.2000</u>	<u>Gütersloh</u>
<u>VR 2:11,78 min.</u>	<u>Wodarz, Hans-Georg</u>	<u>37</u>	<u>M55</u>	<u>26.08.1994</u>	<u>Lübeck</u>
<u>VR 2:18,77 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M60</u>	<u>04.08.2006</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 2:29,85 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M65</u>	<u>11.05.2011</u>	<u>Grefrath</u>
<u>VR 2:45,22 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>30.06.2017</u>	<u>Zittau</u>
<u>VR 3:04,31 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M75</u>	<u>12.09.2021</u>	<u>Baunatal</u>

1000m

<u>VR 2:42,4*min.</u>	<u>Kayser, Dietrich</u>	<u>42</u>	<u>M45</u>	<u>27.07.1988</u>	<u>Willich</u>
<u>VR 2:49,2 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M50</u>	<u>22.07.2000</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 2:49,90 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M55</u>	<u>25.08.2001</u>	<u>Eschweiler</u>
<u>VR 3:00,01 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M60</u>	<u>17.07.2006</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 3:12,03 min.</u> LVN Rekord	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M65</u>	<u>23.09.2011</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 3:36,81 min.</u> LVN Rekord	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>05.07.2017</u>	<u>Oedt</u>

<u>1500m</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
--------------	---------------	-----------------	---------------	--------------	---------------------

<u>VR 4:19,28 min.</u>	<u>Bartsch, Karl-Heinz</u>	<u>63</u>	<u>M40</u>	<u>23.05.2004</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 4:23,99 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M50</u>	<u>22.07.2000</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 4:28,50 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M55</u>	<u>24.09.2003</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 4:59,07 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M60/65</u>	<u>19.08.2012</u>	<u>Zittau</u>
<u>VR 4:59,07 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M65</u>	<u>19.08.2012</u>	<u>Zittau</u>
<u>VR 5:29,28 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>05.11.2016</u>	<u>Perth/Austral.</u>
<u>VR 6:24,88 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M75</u>	<u>17.07.21</u>	<u>Diez</u>

3000m

<u>VR 9:16,29 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M50</u>	<u>05.09.2000</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 9:41,39 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M55</u>	<u>29.02.2004</u>	<u>Potsdam</u>
<u>VR 9:52,49 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M60</u>	<u>12.05.2006</u>	<u>Oedt</u>
<u>VR 10:29,82 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M65</u>	<u>18.08.2011</u>	<u>Berg.-Gladbach</u>
<u>VR 12:26,15 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>30.04.2016</u>	<u>Menden</u>
<u>VR 14:25,17 min.</u>	<u>Schlegel, Jürgen</u>	<u>38</u>	<u>M75</u>	<u>01.06.2013</u>	<u>Paderborn</u>

<u>VR 10:07,86 min.</u>	<u>Kempis, Oliver</u>	<u>77</u>	<u>M30</u>	<u>13.06.2011</u>	<u>Siegburg</u>
<u>VR 10:52,08 min.</u>	<u>Bartsch, Karl-Heinz</u>	<u>63</u>	<u>M40</u>	<u>03.09.2005</u>	<u>San Sebast./Sp.</u>

5000m

<u>VR 15:20,70 min.</u>	<u>Kempis, Oliver</u>	<u>77</u>	<u>M30</u>	<u>01.09.2007</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 16:18,46 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M55</u>	<u>22.06.2001</u>	<u>Grefrath</u>
<u>VR 18:08,58 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M65</u>	<u>30.07.2011</u>	<u>Minden</u>
<u>VR 22:10,05 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>01.10.2017</u>	<u>Straberg</u>
<u>VR 26:49,46 min.</u>	<u>Kirschke, Johannes</u>	<u>37</u>	<u>M75</u>	<u>12.07.2013</u>	<u>Mönchengladbach</u>

10000 m

<u>VR 33:08,62 min.</u>	<u>Hermes, Alfred</u>	<u>46</u>	<u>M50</u>	<u>21.03.1998</u>	<u>Aachen</u>
-------------------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	---------------

<u>4x100m</u>	<u>Athleten</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
---------------	-----------------	---------------	--------------	---------------------

<u>VR 45,61</u>	<u>Sicora, Jörg 62 - Schwarzbach, Ralf 64</u> <u>Richter, Wolfgang 58 - Dirking, Ulrich 57</u>	<u>M40</u>	<u>23.05.2004</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 47,49</u>	<u>Steuerthal, Rolf 42 - Wodarz, Hans-Georg 37</u> <u>Friederichs, H.-Volker 43 - Hertel, Eike 43</u>	<u>M50</u>	<u>11.09.1992</u>	<u>Hamburg</u>
<u>VR 52,15</u>	<u>Friederichs, H.-Volker 43 - Junggeburth, Willy 45</u> <u>Exter, Ehrenfried 45 - Streyl, Joseph 45</u>	<u>M60</u>	<u>22.05.2008</u>	<u>Essen</u>
<u>VR 53,68</u>	<u>Friederichs, H.-Volker 43 - Junggebuth, Willy 45</u> <u>Exter, Ehrenfried 45 - Streyl, Joseph 45</u>	<u>M65</u>	<u>08.09.2012</u>	<u>Essen</u>
<u>VR 58,21</u>	<u>Friederichs, H.-Volker 43 - Junggeburth, Willy 45</u> <u>Hertel, Eike 43 - Streyl, Joseph 45 -</u>	<u>M70</u>	<u>05.09.2015</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 76,03</u>	<u>Milenz, Alfons 38 - Bödeker, Horst 36</u> <u>Tuchen, Wolfgang 39 - Horst, Helmut 37</u>	<u>M75</u>	<u>22.09.2018</u>	<u>Baunatal</u>
<u>VR 76,87</u>	<u>Milenz, Alfons 38 - Bödeker, Horst 36</u> <u>Tuchen, Wolfgang 39 - Horst, Helmut 37</u>	<u>M80</u>	<u>23.06.2019</u>	<u>TuS Köln</u>

<u>VR 3:39,67 min.</u>	<u>Friederichs, H.-Volker 43 - Humpesch, Klaus 49</u> <u>Kayser, Dietrich 42 - Lapp, Michael 54 M30</u>	<u>02.08.1987</u>	<u>Essen</u>
<u>VR 3:43,29 min.</u>	<u>Rade, Dr. Klaus-Dieter 55 - Reinke, Ulrich 49</u> <u>Rösch, Harald 51 - Dirking, Ulrich 57 M40</u>	<u>21.08.1999</u>	<u>Hagen</u>
<u>VR 3:54,86 min.</u>	<u>Hartloff, Jürgen 46 - Humpesch, Klaus 49</u> <u>Haberer, Jürgen 49 - Ott, Heinrich 48 M45</u>	<u>19.08.1995</u>	<u>Minden</u>
<u>VR 3:57,7* min.</u>	<u>Steuernthal, Rolf 42 - Brauch, Rolf 36</u> <u>Millbradt, Dieter, 44 - Hartloff, Jürgen 46 M50</u>	<u>29.05.1996</u>	<u>Oedt</u>
<u>VR 4:23,22 min.</u>	<u>Friederichs, H.-Volker 43 - Loddeke, Heinrich 47</u> <u>LVN Rekord Exter, Ehrenfried 45 - Hartloff, Jürgen 46 M60</u>	<u>28.06.2008</u>	<u>Kevelaer</u>

3x1000m

<u>VR 8:24,61 min.</u>	<u>Robyns, Desre 58 - Koppmann, Achim 59</u> <u>Sommer, Dieter 59 M30</u>	<u>01.09.1989</u>	<u>Scheeßel</u>
<u>VR 8:29,92 min.</u>	<u>Koppmann, Achim 59 - Hermes, Alfred 46</u> <u>Rösch, Harald 51 M40</u>	<u>19.08.2000</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 8:31,9*min.</u> <u>LVN-Rekord</u>	<u>Rösch, Harald 51 - Kombrink, Dr. Erich 50</u> <u>Hermes, Alfred 46 M50</u>	<u>09.09.2001</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 10:00,73 min.</u>	<u>Kombrink, Dr. Erich 50 - Meyer, Hans-Werner 46</u> <u>Hermes, Alfred 46 M60</u>	<u>13.07.2012</u>	<u>Erfurt</u>
<u>VR 11:45,97 min.</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Tuchen, Wolfgang 39 - Brauch, Rolf-Max 36</u> <u>Bödeker, Horst 36 M65</u>	<u>09.07.2005</u>	<u>Schweinfurt</u>

<u>Hochsprung</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 2,00</u>	<u>Heidemann, Reinhard</u>	<u>52</u>	<u>M35/40</u>	<u>01.05.1993</u>	<u>Köln</u>

LVN Rekord

<u>VR 2,00</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Heidemann, Reinhard</u>	<u>52</u>	<u>M40</u>	<u>01.05.1993</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 1,80</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Heidemann, Reinhard</u>	<u>52</u>	<u>M50</u>	<u>18.08.2002</u>	<u>Potsdam</u>
<u>VR 1,62</u>	<u>Lempert, Alexander</u>	<u>41</u>	<u>M55/60</u>	<u>01.05.2002</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 1,62</u>	<u>Lempert, Alexander</u>	<u>41</u>	<u>M60</u>	<u>01.05.2002</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 1,51</u>	<u>Lempert, Alexander</u>	<u>41</u>	<u>M65</u>	<u>06.08.2006</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 1,30</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M70</u>	<u>19.09.199</u>	<u>Pulheim</u>
<u>VR 1,21</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>21.05.1995</u>	<u>Sieglar</u>

Stabhochsprung

<u>VR 3,30</u>	<u>Nieder, Josef</u>	<u>51</u>	<u>M30</u>	<u>26.09.1981</u>	<u>Pulheim</u>
<u>VR 3,00</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M55</u>	<u>17.06.2006</u>	<u>Solingen</u>
<u>VR 3,00</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M60</u>	<u>25.07.2007</u>	<u>Ljubljana/Slo</u>
<u>VR 2,80</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M65</u>	<u>13.07.2012</u>	<u>Erfurt</u>
<u>VR 2,60</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M70</u>	<u>15.06.2017</u>	<u>Uerdingen</u>
<u>VR 1,90</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>16.07.1995</u>	<u>Buffalo/USA</u>

<u>Dreisprung</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 13,60</u>	<u>van Egdom, Uwe</u>	<u>65</u>	<u>M40</u>	<u>14.05.2006</u>	<u>Düren</u>

<u>VR 9,73</u>	<u>Engel, Klaus</u>	<u>58</u>	<u>M55</u>	<u>18.07.2017</u>	<u>Zülpich</u>
<u>VR 8,42</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M65</u>	<u>08.12.1987</u>	<u>Melbourne/Aus</u>
<u>VR 8,25</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M70</u>	<u>09.03.1991</u>	<u>Budapest/Ung.</u>

Weitsprung

<u>VR 6,43</u>	<u>Nettesheim, Wolfgang</u>	<u>58</u>	<u>M30</u>	<u>01.05.1988</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 6,15</u>	<u>van Egdom, Uwe</u>	<u>65</u>	<u>M35/40</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
	Wind				
<u>VR 6,15</u>	<u>van Egdom, Uwe</u>	<u>65</u>	<u>M40</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
	Wind				
<u>VR 5,80</u>	<u>Hüstermann, Konrad</u>	<u>47</u>	<u>M50</u>	<u>21.05.1998</u>	<u>Aachen</u>
	Wind				
<u>VR 5,33</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u>	<u>47</u>	<u>M55</u>	<u>27.07.2002</u>	<u>Weinstadt</u>
	Wind				
<u>VR 5,20</u>	<u>Tuchen, Wolfgang</u>	<u>39</u>	<u>M60</u>	<u>01.05.2000</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 5,00</u>	<u>Streyl, Joseph</u>	<u>45</u>	<u>M65</u>	<u>13.05.2010</u>	<u>Minden</u>
<u>LVN Rekord</u>	Wind				
<u>VR 4,57</u>	<u>Tuchen, Wolfgang</u>	<u>39</u>	<u>M70</u>	<u>03.08.2009</u>	<u>Lathi/Finnl.</u>
	Wind				
<u>VR 4,20</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>17.05.1995</u>	<u>Köln</u>
<u>LVN Rekord</u>	Wind				
<u>VR 3,46</u>	<u>Tuchen, Wolfgang</u>	<u>39</u>	<u>M80</u>	<u>01.06.2019</u>	<u>Stendal</u>
	Wind				

mit unzulässigem Wind:

<u>VR 14,38</u>	<u>Mundt, Uwe</u>	<u>59</u>	<u>M30/40</u>	<u>07.09.2002</u>	<u>Köngen</u>
-----------------	-------------------	-----------	---------------	-------------------	---------------

Kugelstoß 6 kg

<u>VR 14,02</u>	<u>Pahl, Joachim</u>	<u>54</u>	<u>M50</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	-------------

<u>VR 13,70</u>	<u>Unger, Ralf</u>	<u>47</u>	<u>M55</u>	<u>03.07.2003</u>	<u>Euskirchen</u>
-----------------	--------------------	-----------	------------	-------------------	-------------------

Kugelstoß 5 kg

<u>VR 13,90</u>	<u>Weitz, Hans-Josef</u>	<u>46</u>	<u>M60</u>	<u>01.08.2009</u>	<u>Villmar</u>
-----------------	--------------------------	-----------	------------	-------------------	----------------

<u>VR 13,40</u>	<u>Griesberg, Rolf Ludwig</u>	<u>52</u>	<u>M65</u>	<u>01.07.2017</u>	<u>Zittau</u>
-----------------	-------------------------------	-----------	------------	-------------------	---------------

Kugelstoß 4 kg

<u>VR 13,06</u>	<u>Weitz, Hans-Josef</u>	<u>46</u>	<u>M70</u>	<u>17.04.2016</u>	<u>Aachen</u>
-----------------	--------------------------	-----------	------------	-------------------	---------------

<u>VR 10,36</u>	<u>Malcher, Dieter</u>	<u>41</u>	<u>M75</u>	<u>03.09.2016</u>	<u>Essen</u>
-----------------	------------------------	-----------	------------	-------------------	--------------

Kugelstoß 3 kg

<u>VR 10,45</u>	<u>Malcher, Dieter</u>	<u>41</u>	<u>M80</u>	<u>07.05.2022</u>	<u>Neuss</u>
-----------------	------------------------	-----------	------------	-------------------	--------------

Malcher, Dieter	41	M80
-----------------	----	-----

<u>VR 8,52</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M85</u>	<u>17.05.2007</u>	<u>Hückelhoven</u>
----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	--------------------

<u>VR 7,55</u> LVN Rekord	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M90</u>	<u>20.02.2010</u>	<u>Kapstadt/RSA</u>
------------------------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	---------------------

<u>Hammerwurf 7,25 kg</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
----------------------------------	----------------------	------------------------	----------------------	---------------------	----------------------------

<u>VR 37,72</u>	<u>Prochnau, Ralf</u>	<u>63</u>	<u>M40</u>	<u>25.09.2004</u>	<u>Übach-Palenberg</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	------------------------

Hammerwurf 6 kg

<u>VR 41,13</u>	<u>Pahl, Joachim</u>	<u>54</u>	<u>M50</u>	<u>03.06.2005</u>	<u>Mönchenglach</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	---------------------

Hammerwurf 5 kg

<u>VR 40,15</u>	<u>Griesberg, Rolf</u>	<u>52</u>	<u>M60</u>	<u>14.11.2015</u>	<u>Leichlingen</u>
-----------------	------------------------	-----------	------------	-------------------	--------------------

Sicora, Jörg	<u>62</u>	<u>M60</u>			
--------------	-----------	------------	--	--	--

<u>VR 32,16</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M65</u>	<u>11.09.1988</u>	<u>Gelsenkirchen</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	----------------------

Hammerwurf 4 kg

<u>VR 29,86</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M70</u>	<u>08.09.1992</u>	<u>Krugersdorp/RSA</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	------------------------

<u>VR 27,90</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>19.08.1995</u>	<u>Wachtendonk</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	--------------------

Hammerwurf 3 kg

<u>VR 23,95</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M80</u>	<u>20.01.2001</u>	<u>Kapstadt/RSA</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	---------------------

<u>VR 22,15</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M85</u>	<u>03.10.2006</u>	<u>Hagen</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	--------------

<u>VR 20,38</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M90</u>	<u>19.07.2010</u>	<u>Nyiregyhaza/Ung.</u>
--------------------------------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	-------------------------

<u>Diskus 2 kg</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
--------------------	---------------	-----------------	---------------	--------------	---------------------

<u>VR 54,33</u>	<u>Többen, Olaf</u>	<u>62</u>	<u>M40</u>	<u>02.07.2005</u>	<u>Wattenscheid</u>
-----------------	---------------------	-----------	------------	-------------------	---------------------

Diskus 1,5 kg

<u>VR 49,75</u>	<u>Többen, Olaf</u>	<u>62</u>	<u>M50/55</u>	<u>11.08.2018</u>	<u>Dinslaken</u>
-----------------	---------------------	-----------	---------------	-------------------	------------------

Diskus 1 kg

<u>VR 53,17</u>	<u>Abeln, Alfred</u>	<u>43</u>	<u>M60</u>	<u>24.09.2003</u>	<u>Düsseldorf</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	-------------------

Sicora, Jörg	<u>62</u>	<u>M60</u>			
--------------	-----------	------------	--	--	--

<u>VR 44,81</u>	<u>Abeln, Alfred</u>	<u>43</u>	<u>M65</u>	<u>02.06.2009</u>	<u>Dormagen</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	-----------------

<u>VR 43,50</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M70</u>	<u>08.09.1992</u>	<u>Pulheim</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	----------------

<u>VR 39,98</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>08.06.1996</u>	<u>Weiskirchen</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	--------------------

<u>VR 30,75</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M80</u>	<u>26.07.2002</u>	<u>Weinstadt</u>
-----------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	------------------

<u>VR 28,00</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M85</u>	<u>06.05.2005</u>	<u>Germiston/RSA</u>
--------------------------------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	----------------------

<u>VR 22,64</u> <u>DLV Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M90</u>	<u>23.12.2010</u>	<u>Durban/RSA</u>
--------------------------------------	-----------------------	-----------	------------	-------------------	-------------------

Speerwurf 800 gr. Athlet**Jahrgang****Klasse****Datum****Wettkampf in**

<u>VR 47,96</u>	<u>Erler, Wolfgang</u>	<u>37</u>	<u>M35/40</u>	<u>15.05.1977</u>	<u>Leverkusen</u>
<u>VR 47,96</u>	<u>Erler, Wolfgang</u>	<u>37</u>	<u>M40</u>	<u>15.05.1977</u>	<u>Leverkusen</u>

Speerwurf 700 gr.

<u>VR 47,76</u>	<u>Ott, Heinrich-Wilhelm</u>	<u>48</u>	<u>M55</u>	<u>11.07.2003</u>	<u>Bad Nauheim</u>
-----------------	------------------------------	-----------	------------	-------------------	--------------------

Speerwurf 600 gr.

<u>VR 44,12</u>	<u>Ott, Heinrich-Wilhelm</u>	<u>48</u>	<u>M60/65</u>	<u>22.06.2013</u>	<u>TuS Köln</u>
<u>VR 44,12</u>	<u>Ott, Heinrich-Wilhelm</u>	<u>48</u>	<u>M65</u>	<u>22.06.2013</u>	<u>TuS Köln</u>

Speerwurf 500 gr.

<u>VR 40,03</u>	<u>Ott, Heinrich-Wilhelm</u>	<u>48</u>	<u>M70</u>	<u>04.08.2018</u>	<u>Villmar</u>
<u>VR 33,23</u>	<u>Ott, Heinrich-Wilhelm</u>	<u>48</u>	<u>M75</u>	<u>30.04.2023</u>	<u>Wehrheim</u>

Speerwurf 400 gr.

<u>VR 25,11</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M80</u>	<u>12.07.2001</u>	<u>Brisbane/Aus.</u>
<u>VR 21,96</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M85</u>	<u>27.07.2006</u>	<u>Posen/Pol.</u>
<u>VR 20,01</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M90</u>	<u>30.04.2011</u>	<u>Durban/RSA</u>

<u>VR 12,08</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75/85</u>	<u>01.08.2009</u>	<u>Hückelhoven</u>
<u>VR 12,08</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M80/85</u>	<u>01.08.2009</u>	<u>Hückelhoven</u>
<u>VR 12,08</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M85</u>	<u>01.08.2009</u>	<u>Hückelhoven</u>
<u>VR 8,97</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M90</u>	<u>20.02.2010</u>	<u>Kapstadt/RSA</u>

Fünfkampf Rangliste

Weit - Speer - 200m - Diskus - 1500m

Punkte

<u>VR 3.343</u>	<u>Erler, Wolfgang</u> <u>5,98 - 44,18 - 23,3 - 27,54 - 4:38,6</u>	<u>37</u>	<u>M40</u>	<u>12.08.1977</u>	<u>Göteborg/Sw.</u>
<u>VR 2519</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Milbradt, Dieter</u> (Speer 800g!) <u>5,67 - 36,78 - 25,18 - 36,16 - 5:24,10</u>	<u>44</u>	<u>M50</u>	<u>03.06.1995</u>	<u>Ahlen</u>
<u>VR 3.355</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Loddeke, Heinrich</u> <u>5,19 - 38,39 - 26,86 - 31,36 - 5:41,38</u>	<u>47</u>	<u>M55</u>	<u>16.06.2002</u>	<u>Baunatal</u>
<u>VR 3.578</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Brauch, Rolf-Max</u> <u>4,78 - 33,26 - 26,67 - 32,78 - 5:17,75</u>	<u>36</u>	<u>M60</u>	<u>08.06.1997</u>	<u>Hannover</u>
<u>VR 3461</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Tuchen, Wolfgang</u> <u>4,83 - 33,14 - 29,40 - 30,84 - 6:20,99</u>	<u>39</u>	<u>M65</u>	<u>27.06.2004</u>	<u>Hannover</u>
<u>VR 3.495</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Tuchen, Wolfgang</u> <u>4,53 - 31,05 - 30,34 - 29,22 - 7:01,07</u>	<u>39</u>	<u>M70</u>	<u>13.06.2009</u>	<u>Ahlen</u>
<u>VR 2180</u> <u>LVN Rekord</u>	<u>Bödeker, Horst</u> <u>3,20 - 14,20 - 35,92 - 19,71 - 8:14,59</u>	<u>36</u>	<u>M75</u>	<u>02.07.2011</u>	<u>Erkelenz</u>

Fünfkampf Mannschaft

Weit - Speer - 200m - Diskus - 1500m

<u>Punkte</u>	<u>Athlet</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 8.018</u>	<u>Kaiser, Dietrich 43 (2740) - Kautz, Christian 44 (2756)</u>			
<u>LVN Rekord</u>	<u>Hansen, Klaus 48 (2522)</u>	<u>M40</u>	<u>04.06.1988</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 9616</u>	<u>Millbradt, Dieter 44 (3279) - Hüstermann, Konrad 47 (3194)</u>			
<u>LVN Rekord</u>	<u>Hertel, Eike 43 (3143) Speer 800gr.!</u>	<u>M50</u>	<u>08.06.1997</u>	<u>Hannover</u>
<u>VR 9.774</u>	<u>Brauch, Rolf 36 (3579) - Kayser, Horst 37 (3306)</u>			
<u>LVN Rekord</u>	<u>Erlar, Wolfgang 37 (3052)</u>	<u>M60</u>	<u>08.06.1997</u>	<u>Hannover</u>
<u>VR 8471</u>	<u>Kramm, Willi 37 (3460) – Kayser, Horst 37 (2632)</u>			
<u>LVN Rekord</u>	<u>Bödeker, Horst 36 (2379)</u>	<u>M65</u>	<u>03.05.2002</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 7.776</u>	<u>Tuchen, Wolfgang 39 (3495) - Horst, Helmut 37 (2267)</u>			
<u>LVN Rekord</u>	<u>Bödeker, Horst 36 (2014)</u>	<u>M70</u>	<u>13.06.2009</u>	<u>Ahlen</u>

Wurf-Fünfkampf

Hammer - Kugel - Diskus - Speer - Gewicht

<u>Punkte</u>	<u>Athlet</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 2.943</u>	<u>Pahl, Joachim</u>	<u>54</u>	<u>M50</u>	<u>16.07.2006</u>	<u>Zella-Mehlis</u>
	<u>36,47 - 13,51 - 43,02 - 33,86 – 14,57</u>				
<u>VR 2.178</u>	<u>Sicora, Jörg</u>	<u>62</u>	<u>M60</u>	<u>27.04.2024</u>	<u>Leichlingen</u>
	<u>29,96 – 8,54 – 33,83 – 27,77 – 6,80</u>				
<u>VR 3.838</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M75</u>	<u>26.07.1996</u>	<u>Malmö/SWE</u>
<u>LVN Rekord</u>	<u>25,58 - 9,77 - 36,94 - 24,74 - 11,97</u>				
<u>VR 3.445</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M80</u>	<u>20.01.2001</u>	<u>Kapstadt/RSA</u>
	<u>23,35 - 7,97 - 28,66 - 20,95 - 11,11</u>				
<u>VR 3.539</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M85</u>	<u>22.01.2005</u>	<u>Kapstadt/RSA</u>
<u>LVN Rekord</u>	<u>18,71 - 7,91 - 27,29 - 20,28 - 9,61</u>				
<u>VR 3805</u>	<u>Frech, Philipp</u>	<u>20</u>	<u>M90</u>	<u>30.04.2011</u>	<u>Durban/RSA</u>
<u>LVN Rekord</u>	<u>19,69 - 7,07 - 19,69 - 20,01 - 8,43</u>				

Zehnkampf

100m - Weit - Kugel - Hoch - 400m
 110m Hürden - Diskus - Stabhoch - Speer - 1500m

VR 6.017 Millbradt, Dieter 44 M45 26./27.09.1992 Gelsenkirchen
12,0* - 5,53 - 8,98 - 1,60 - 54,3*
20,6* - 26,88 - 2,80 - 38,52 - 5:55,2*

VR 5.846 Loddeke, Heinrich 47 M55 17./18.06.2006 Solingen
13,5* - 4,67 - 10,01 - 1,45 - 65,43
23,5* - 27,80 - 3,00 - 31,98 - 6:24,7*

100m - Weit - Kugel - Hoch - 400m
 100m Hürden - Diskus - Stabhoch - Speer - 1500m

VR 6.265 Loddeke, Heinrich 47 M60 24/25.07.2008 Ljubljana/Slo
13,56 - 5,00 - 10,64 - 1,37 - 65,88
22,12 - 36,98 - 3,00 - 28,10 - 6:10,77

VR 5322 Loddeke, Heinrich 47 M65 16./17.10.2013 P. Alegre/Bra.
15,16 - 4,06 - 9,57 - 1,27 - 72,70
23,76 - 29,00 - 2,50 - 28,06 - 7:18,06

100m - Weit - Kugel - Hoch - 400m
 80m Hürden - Diskus - Stabhoch - Speer - 1500m

VR 6976 Frech, Philipp 20 M70 19./20.07.1991 Turku/Finnl.
LVN Rekord 15,62 - 3,56 - 11,02 - 1,17 - 87,38
19,00 - 35,12 - 1,90 - 30,70 - 8:38,80

VR 5389 Frech, Philipp 20 M75 16./17.07.1995 Buffalo/USA
LVN Rekord 16,45 - 3,47 - 9,75 - 1,14 - 1:40,61
19,55 - 33,08 - 1,90 - 24,30 - 11:32,78

= Handmessung (= + 0,24 sec.)

Senioren Team-Wettkampf (DAMM) Gruppe 1

<u>Punkte</u>		<u>Platzierung</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 9.403</u>	<u>DLV (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Endkampf</u>	<u>1</u>	<u>M40</u>	<u>16.09.2006</u>	<u>Köngen</u>
<u>VR 8.926</u>	<u>DLV (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Endkampf</u>	<u>2</u>	<u>M50</u>	<u>07.09.2002</u>	<u>Köngen</u>
<u>VR 7.843</u>	<u>DLV (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Endkampf</u> <u>DLV Rekord</u>	<u>1</u>	<u>M60</u>	<u>08.09.2012</u>	<u>Essen</u>
<u>VR 5.804</u> <u>5 Diszipl.</u>	<u>LVN (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Qualifikation</u>	<u>1</u>	<u>M70</u>	<u>01.06.2013</u>	<u>Paderborn</u>
<u>VR 7.534</u> <u>6 Diszipl.</u> <u>DLV Rekord</u>	<u>DLV (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Endkampf</u>	<u>1</u>	<u>M70</u>	<u>03.09.2016</u>	<u>Essen</u>

**Änderungen und Berichtigungen bitte an
wschneider34@gmx.de**

<u>100m</u>	<u>Athletin</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 12,7*</u>	<u>Rosendahl, Meta</u>	<u>40</u>	<u>W30</u>	<u>03.07.1974</u>	<u>Leverkusen</u>
<u>VR 13,37</u> Wind	<u>Wüst, Daniela</u>	<u>64</u>	<u>W40</u>	<u>24.06.2006</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 13,92</u> Wind	<u>Falkenhagen, Birgit</u>	<u>65</u>	<u>W45</u>	<u>08.05.2010</u>	<u>Lüdenscheid</u>
<u>VR 14,35</u> Wind	<u>Hergarten, Marion</u>	<u>60</u>	<u>W50</u>	<u>03.07.2010</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 16,05</u> Wind	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W55-65</u>	<u>12.08.2023</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 16,05</u> Wind	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>12.08.2023</u>	<u>Mönchengladbach</u>
	Völkel-Bernard, Gerlind	64	W60		
<u>VR 16,05</u> Wind	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>12.08.2023</u>	<u>Mönchengladbach</u>
16,90	-0,4 Weiss, Sabine	57	W65	01.05.2025	Leverkusen
20,16	-0,4 Janßen, Martina	57	W65	01.05.2025	Leverkusen
<u>VR 16,62</u> Wind	<u>Venn, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W70</u>	<u>08.09.2012</u>	<u>Essen</u>
<u>VR 18,06</u> Wind	<u>Pfahlbusch, Sigrid</u>	<u>50</u>	<u>W75</u>	<u>01.05.2025</u>	<u>Leverkusen</u>
18,06	-0,4 Pfahlbusch, Sigrid	50	W75	01.05.2025	Leverkusen

mit unzulässigem Wind:

200m Athletin Jahrgang Klasse Datum Wettkampf in

<u>VR 27,62</u>	<u>Sievers, Stefanie</u>	<u>77</u>	<u>W30</u>	<u>28.04.2007</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 27,66</u>	<u>Falkenhagen, Birgit</u>	<u>65</u>	<u>W35/40</u>	<u>18.06.2005</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 27,4*</u>	<u>Rosendahl, Meta</u>	<u>40</u>	<u>W40</u>	<u>05.06.1980</u>	<u>Leverkusen</u>
<u>VR 27,66</u>	<u>Falkenhagen, Birgit</u>	<u>65</u>	<u>W40</u>	<u>18.06.2005</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 29,34</u> Wind	<u>Kremp, Alexandra</u>	<u>68</u>	<u>W45</u>	<u>26.05.2016</u>	<u>Lierenfeld</u>
<u>VR 29,55</u> Wind	<u>Hergarten, Marion</u>	<u>60</u>	<u>W50</u>	<u>14.05.2014</u>	<u>Oedt</u>
<u>VR 33,13</u> Wind	<u>Hergarten, Marion</u>	<u>60</u>	<u>W55/60</u>	<u>07.05.2022</u>	<u>Neuss</u>
<u>VR 33,13</u> Wind	<u>Hergarten, Marion</u>	<u>60</u>	<u>W60</u>	<u>07.05.2022</u>	<u>Neuss</u>
<u>VR 33,94</u> Wind	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>13.08.2023</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 35,14</u> LVN Rekord Wind	<u>Venn, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W70</u>	<u>24.08.2012</u>	<u>Zittau</u>
<u>VR 38,63</u> Wind	<u>Pfahlbusch, Sigrid</u>	<u>50</u>	<u>W75</u>	<u>18.05.2025</u>	<u>Siegburg</u>
38,63 -0,7	Pfahlbusch, Sigrid	50	W75	18.05.2025	Siegburg

mit unzulässigem Wind:

<u>VR 52,57</u>	<u>Sievers, Stefanie 77 - Bauer, Marion 67</u> <u>Falkenhagen, Birgit 65 - Wüst, Daniela 64</u>	<u>W30</u>	<u>17.05.2007</u>	<u>Menden</u>
<u>VR 53,00</u>	<u>Bödeker, Maria 38 - Otten, Brunhilde 42</u> <u>Schrader, Reinhilde 39 - Rosendahl, Meta 40</u>	<u>W35</u>	<u>21.08.1977</u>	<u>Göttingen</u>
<u>VR 54,1*</u>	<u>Fleischer, Helga 41 - Bödeker, Maria 38</u> <u>Schrader, Reinhilde 39 - Rosendahl, Meta 40</u>	<u>W40</u>	<u>18.09.1982</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 60,9*</u>	<u>Urlaub, Marianne 40 - Bödeker, Maria 38</u> <u>Schrader, Reinhilde 39 - Rosendahl, Meta 40</u>	<u>W50</u>	<u>31.07.1990</u>	<u>Frechen</u>
<u>VR 78,65</u>	<u>Janßen, Martina 57 - Weiss, Sabine 57 -</u> <u>Pfahlbusch, Sigrid 50 - Hark, Andrea 60</u>	<u>W60</u>	<u>01.05.2025</u>	<u>Leverkusen</u>
78,65	Janßen, Martina 57 - Weiss, Sabine 57 - Pfahlbusch, Sigrid 50 - Hark, Andrea 60		01.05.2025	Leverkusen

Handmessung *(= + 0,24 sec.)

4x400m

<u>VR 5:32,52 min.</u>	<u>Sicora, Mathilde 57 - Venn, Hannelore 42</u> <u>Völkel-Bernard, Gerlind 64 - Jerosch, Marianne 61</u>	<u>W50</u>	<u>27.09.2014</u>	<u>Baunatal</u>
------------------------	---	------------	-------------------	-----------------

3x800m

<u>VR 8:20,01 min.</u>	<u>Sicora, Mathilde 57 - Pohl, Iris 67</u> <u>Bauer, Marion 67</u>	<u>W30</u>	<u>05.08.2006</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 9:16,76 min.</u>	<u>Völkel-Bernard, Gerlind 64</u> <u>Jerosch, Marianne 61 - Meyer, Karin 56</u>	<u>W50</u>	<u>27.09.2014</u>	<u>Baunatal</u>

<u>VR 17,34</u>	<u>Fleischer, Helga</u>	<u>41</u>	<u>W40</u>	<u>15.07.1982</u>	<u>Straßburg</u>
<u>VR 27,15</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>05.09.2018</u>	<u>Malaga</u>

Wind

400m Hürden

<u>VR 78,36</u>	<u>Bauer, Marion</u>	<u>67</u>	<u>W40</u>	<u>29.06.2008</u>	<u>Kevelaer</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	-----------------

400m

<u>VR 62,61</u>	<u>Bauer, Marion</u>	<u>67</u>	<u>W30</u>	<u>08.08.1998</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 63,80</u>	<u>Wüst, Daniela</u>	<u>64</u>	<u>W40</u>	<u>25.05.2006</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 66,19</u>	<u>Kremp, Alexandra</u>	<u>68</u>	<u>W45</u>	<u>18.06.2016</u>	<u>TuS Köln</u>
<u>VR 66,45</u>	<u>Hergarten, Marion</u>	<u>60</u>	<u>W50</u>	<u>19.06.2010</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 77,58</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W55/60</u>	<u>17.07.2018</u>	<u>Zülpich</u>
<u>VR 77,58</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>17.07.2018</u>	<u>Zülpich</u>
<u>VR 77,61</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>24.08.2022</u>	<u>Oedt</u>
<u>VR 83,74</u> LVN Rekord	<u>Venn, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W70</u>	<u>21.08.2012</u>	<u>Zittau</u>

800m

<u>VR 2:16,4*min.</u>	<u>Felbach, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W35</u>	<u>28.07.1979</u>	<u>Hannover</u>
<u>VR 2:29,42 min.</u>	<u>Wüst, Daniela</u>	<u>64</u>	<u>W40</u>	<u>10.09.2005</u>	<u>Ahlen</u>
<u>VR 2:30,14 min.</u>	<u>Wüst, Daniela</u>	<u>64</u>	<u>W45</u>	<u>02.06.2011</u>	<u>Aachen</u>
<u>VR 2:38,87 min.</u>	<u>Kremp, Alexandra</u>	<u>68</u>	<u>W50</u>	<u>22.08.2018</u>	<u>Baunatal</u>
<u>VR 2:59,59 min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>22.09.2018</u>	<u>Baunatal</u>
<u>VR 3:10,83 min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>50</u>	<u>W65</u>	<u>24.08.2023</u>	<u>Bergisch Gladbach</u>

<u>1000m</u>	<u>Athletin</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 3:15,8* min.</u>	<u>Felbach, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W35</u>	<u>21.04.1979</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 4:09,01 min.</u>	<u>Völkel-Bernard, Gerlind</u>	<u>64</u>	<u>W50</u>	<u>22.06.2016</u>	<u>Oedt</u>
<u>1500m</u>					
<u>VR 4:53,4* min.</u>	<u>Felbach, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W35</u>	<u>22.09.1979</u>	<u>Pulheim</u>
<u>VR 5:21,28 min.</u>	<u>Bauer, Marion</u>	<u>67</u>	<u>W40</u>	<u>30.08.2007</u>	<u>Bergisch-Gladbach</u>
<u>VR 5:34,31 min.</u>	<u>Jerosch, Marianne</u>	<u>61</u>	<u>W50</u>	<u>13.07.2013</u>	<u>Mönchengl.</u>
<u>VR 6:07,73 min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>30.08.2018</u>	<u>Bergisch-Gladbach</u>
<u>VR 6:47,62 min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>19.04.2023</u>	<u>Oedt</u>
<u>3000m</u>					
<u>VR 11:07,47 min.</u>	<u>Bauer, Marion</u>	<u>67</u>	<u>W30</u>	<u>30.05.2002</u>	<u>Willich</u>
<u>VR 11:26,01 min.</u>	<u>Treibert, Bettina</u>	<u>61</u>	<u>W40/45</u>	<u>01.06.2013</u>	<u>Paderborn</u>
<u>VR 11:26,01 min.</u>	<u>Treibert, Bettina</u>	<u>61</u>	<u>W45/50</u>	<u>01.06.2013</u>	<u>Paderborn</u>
<u>VR 11:26,01 min.</u>	<u>Treibert, Bettina</u>	<u>61</u>	<u>W50</u>	<u>01.06.2013</u>	<u>Paderborn</u>
<u>VR 13:42,37min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W55/60</u>	<u>05.05.2018</u>	<u>Lüdenscheid</u>
<u>VR 13:42,37min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>05.05.2018</u>	<u>Lüdenscheid</u>
<u>VR 14:12,21min.</u>	<u>Hark, Andrea</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>01.05.2025</u>	<u>Leverkusen</u>
14:12,21min.	Hark, Andrea	57	W65	01.05.2025	Leverkusen
<u>VR 16:12,42 min.</u>	<u>Engelhardt, Barbara</u>	<u>44</u>	<u>W70</u>	<u>05.09.2015</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 18:09,00</u>	<u>Pfahlbusch, Sigrid</u>	<u>50</u>	<u>W75</u>	<u>01.05.2025</u>	<u>Leverkusen</u>
18:09,00	Pfahlbusch, Sigrid	50	W75	01.05.2025	Leverkusen
<u>5000m</u>					
<u>VR 19:28,15 min.</u>	<u>Moser, Marlies</u>	<u>34</u>	<u>W50</u>	<u>01.08.1987</u>	<u>Essen</u>
<u>VR 23:48,65 min.</u>	<u>Ilonka Fischer</u>	<u>66</u>	<u>W55</u>	<u>17.04.2024</u>	<u>Oedt</u>
<u>VR 24:49,30 min.</u>	<u>Weiss, Sabine</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>20.04.2024</u>	<u>Siegburg</u>
<u>10000m</u>					
<u>VR 42:45,89 min.</u>	<u>Bauer, Marion</u>	<u>67</u>	<u>W30</u>	<u>30.08.2001</u>	<u>Bergisch-Gladbach</u>

<u>Weitsprung</u>	<u>Athletin</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 5,02</u>	<u>Sievers, Stefanie</u>	<u>77</u>	<u>W30</u>	<u>17.05.2007</u>	<u>Menden</u>
<u>VR 4,93</u> Wind	<u>Bödeker, Maria</u>	<u>38</u>	<u>W40</u>	<u>27.07.1978</u>	<u>Pulheim</u>
<u>VR 4,53</u> Wind	<u>Mattes, Ruth</u>	<u>63</u>	<u>W45</u>	<u>01.05.2008</u>	<u>Lüdenscheid</u>
<u>VR 4,12</u> Wind	<u>Hergarten, Marion</u>	<u>60</u>	<u>W50</u>	<u>08.05.2011</u>	<u>Frechen</u>
<u>VR 3,65</u>	<u>Schrader, Reinhilde</u>	<u>39</u>	<u>W55/60</u>	<u>24.07.1999</u>	<u>Erkelenz</u>
<u>VR 3,65</u> Wind	<u>Schrader, Reinhilde</u>	<u>39</u>	<u>W60</u>	<u>24.07.1999</u>	<u>Erkelenz</u>
2,70 Wind	+1,1 Völkel-Bernard, Gerlind	64	W60	30.05.2024	Kreuztal
<u>VR 3,56</u> Wind	<u>Venn, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W65</u>	<u>08.05.2010</u>	<u>Lüdenscheid</u>
3,06	-0,1 Weiss, Sabine	57	W65	01.05.2025	Leverkusen
2,50	-1,3 Janßen, Martina	57	W65	01.05.2025	Leverkusen
<u>VR 3,19</u> Wind	<u>Venn, Hannelore</u>	<u>42</u>	<u>W70</u>	<u>12.08.2015</u>	<u>Lyon/Fr.</u>

mit unzulässigem Wind:

Hochsprung

<u>VR 1,52</u>	<u>Sievers, Stefanie</u>	<u>77</u>	<u>W30</u>	<u>17.05.2007</u>	<u>Menden</u>
<u>VR 1,44</u>	<u>Kadlec, Petra</u>	<u>60</u>	<u>W40</u>	<u>01.05.2004</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 1,44</u>	<u>Mattes, Ruth</u>	<u>63</u>	<u>W45</u>	<u>27.06.2008</u>	<u>Kevelaer</u>
<u>VR 1,18</u>	<u>Paulus, Veronika</u>	<u>55</u>	<u>W50</u>	<u>19.06.2005</u>	<u>Hofgeismar</u>
<u>VR 1,17</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>05.09.2018</u>	<u>Malaga</u>
<u>VR 1,00</u>	<u>Pfahlbusch, Sigrid</u>	<u>50</u>	<u>W65</u>	<u>15.06.2019</u>	<u>Zella-Mehlis</u>

<u>Kugelstoß 4 kg</u>	<u>Athletin</u>	<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 12,08</u>	<u>Brosthaus, Agnes</u>	<u>68</u>	<u>W30/35</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 10,84</u>	<u>Feih, Petra</u>	<u>69</u>	<u>W40</u>	<u>13.07.2013</u>	<u>Mönchengladbach</u>
<u>VR 10,50</u>	<u>Feih, Petra</u>	<u>69</u>	<u>W45</u>	<u>21.06.2014</u>	<u>TuS Köln</u>

Kugelstoß 3 kg

<u>VR 11,02</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W50</u>	<u>11.08.2007</u>	<u>Wesel</u>
<u>VR 8,04</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>57</u>	<u>W55</u>	<u>07.09.2013</u>	<u>Hamburg</u>
<u>VR 7,72</u>	<u>Paulus, Veronika</u>	<u>55</u>	<u>W60</u>	<u>05.09.2015</u>	<u>Kevelear</u>
<u>VR 6,56</u>	<u>Janßen, Martina</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>30.05.2024</u>	<u>Kreuztal</u>
6,44	Janßen, Martina	57	W65	01.05.2025	Leverkusen
6,04	Weiss, Sabine	57	W65	01.05.2025	Leverkusen

Diskus 1 kg

<u>VR 35,87</u>	<u>Brosthaus, Agnes</u>	<u>68</u>	<u>W30/35</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 35,12</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W40/45</u>	<u>19.03.2005</u>	<u>Übach-Palenberg</u>
<u>VR 35,12</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W45</u>	<u>19.03.2005</u>	<u>Übach-Palenberg</u>
<u>VR 34,88</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W50</u>	<u>07.04.2007</u>	<u>Hückelhoven</u>
<u>VR 19,15</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>57</u>	<u>W55/60</u>	<u>25.06.2017</u>	<u>TuS Köln</u>
<u>VR 19,15</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>25.06.2017</u>	<u>TuS Köln</u>
<u>VR 16,80</u>	<u>Janßen, Martina</u>	<u>57</u>	<u>W65</u>	<u>06.04.2024</u>	<u>Kerken-Nieukerk</u>
	Janßen, Martina	57	W65		

Speerwurf 600 gr. Athletin

<u>Speerwurf 600 gr. Athletin</u>		<u>Jahrgang</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 36,34</u>	<u>Brosthaus, Agnes</u>	<u>68</u>	<u>W30/35</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 36,34</u>	<u>Brosthaus, Agnes</u>	<u>68</u>	<u>W35</u>	<u>01.05.2005</u>	<u>Köln</u>
<u>VR 31,36</u>	<u>Mattes, Ruth</u>	<u>63</u>	<u>W40</u>	<u>17.05.2007</u>	<u>Menden</u>
<u>VR 28,60</u>	<u>Mattes, Ruth</u>	<u>63</u>	<u>W45</u>	<u>21.05.2009</u>	<u>Troisdorf</u>

Speerwurf 500 gr.

<u>VR 24,15</u>	<u>Naumann, Sabine</u>	<u>66</u>	<u>W50</u>	<u>25.06.2017</u>	<u>TuS Köln</u>
<u>VR 17,26</u>	<u>Janßen, Martina</u>	<u>57</u>	<u>W60/65</u>	<u>29.10.2023</u>	<u>Düsseldorf</u>
	Janßen, Martina	57	W65		

Hammer 4 kg

<u>VR 38,02</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W45</u>	<u>03.06.2005</u>	<u>Mönchengladbach</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	------------------------

Hammer 3 kg

<u>VR 41,50</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W50</u>	<u>03.06.2007</u>	<u>Dortmund</u>
-----------------	----------------------	-----------	------------	-------------------	-----------------

Gewichtwurf 9,08 kg

<u>VR 11,80</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W40/45</u>	<u>12.06.2005</u>	<u>Leverkusen</u>
LVN Rekord					

Gewichtwurf 7,26 kg

<u>VR 13,92</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W50</u>	<u>28.07.2007</u>	<u>Bad Oeynhausen</u>
LVN Rekord					

Fünfkampf Rangliste

100m - Hoch - Kugel - Weit - 800m

Punkte

<u>VR 2.676</u>	<u>Bauer, Marion</u>	<u>13,97 - 1,44 - 7,44 - 4,49 - 2:27,59</u>	<u>67</u>	<u>W30</u>	<u>30.05.1998</u>	<u>Ahlen</u>
<u>VR 2.884</u>	<u>Mattes, Ruth</u>	<u>15,20 - 1,40 - 7,83 - 3,96 - 2:57,27</u>	<u>63</u>	<u>W45</u>	<u>14.06.2009</u>	<u>Ahlen</u>
<u>VR 2.894</u>	<u>Paulus, Veronika</u>	<u>16,25 - 1,18 - 10,09 - 3,96 - 3:13,71</u>	<u>55</u>	<u>W50</u>	<u>19.06.2005</u>	<u>Hofgeismar</u>
<u>VR 2.645</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>17,30 - 1,09 - 7,22 - 3,10 - 3:40,64</u>	<u>60</u>	<u>W60</u>	<u>14.07.2018</u>	<u>Zella-Mehlis</u>
<u>VR 2.756</u>	<u>Pfahlbusch, Sigrid</u>	<u>17,20 - 1,00 - 4,93 - 3,08 - 3:40,29</u>	<u>60</u>	<u>W65</u>	<u>15.06.2019</u>	<u>Zella-Mehlis</u>

Wurf-Fünfkampf

Hammer - Kugel - Diskus - Speer - Gewicht

(3.725Mod.)

<u>VR 2.817</u>	<u>Pahl, Claudia</u>	<u>57</u>	<u>W50</u>	<u>28.07.2007</u>	<u>Bad Oeynhausen</u>
<u>LVN Rekord</u>	<u>40,53 - 10,67 - 33,30 - 18,57 - 13,92</u>				

Siebenkampf

80m Hürden - Hoch - Kugel - 200m

Weit - Speer - 800m

<u>VR 3.189</u>	<u>Sicora, Mathilde</u>	<u>57</u>	<u>W60</u>	<u>05/06.09.2018</u>	<u>Malaga</u>
	<u>27,15 - 1,17 - 6,84 - 36,35</u>				
	<u>3,36 - 14,31 - 3:36,98</u>				

Senioren Team-Wettkampf (DAMM) Gruppe 1

<u>Punkte</u>		<u>Platzierung</u>	<u>Klasse</u>	<u>Datum</u>	<u>Wettkampf in</u>
<u>VR 7.771</u>	<u>LVN (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Qualifikation</u>	<u>2</u>	<u>W30</u>	<u>17.05.2007</u>	<u>Menden</u>
<u>VR 5.580</u>	<u>LVN (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Qualifikation</u>	<u>1</u>	<u>W40</u>	<u>04.06.2008</u>	<u>Düsseldorf</u>
<u>VR 4.415</u>	<u>LVN (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Qualifikation</u>	<u>2</u>	<u>W50</u>	<u>05.05.2018</u>	<u>Lüdenscheid</u>
<u>VR 4093</u>	<u>LVN (DAMM)</u> <u>Senioren-Team Qualifikation</u>	<u>1</u>	<u>W60</u>	<u>01.05.2025</u>	<u>Leverkusen</u>
4093	LVN (DAMM) Senioren-Team Qualifikation	1	W60	01.05.2025	Leverkusen

Änderungen und Berichtigungen bitte an
wschneider34@gmx.de

