

Kreisbestenliste 2022

Herausgeber: Niedersächsischer Leichtathletikverband e.V.

Kreis Delme-Hunte e.V.

zusammengestellt von Richard Schmid

Jahresbestenliste 2022

Männer					
100m	Jan Haßlinger	1999	Delmenhorster TV	11,74	07.05. Stuhr
400m	Laurus Tönjes	2003	TV Hude	57,14	22.05. Oldenburg
800m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	2:05,64	22.05. Oldenburg
1000m					
1500m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	4:25,93	12.08. Delmenhorst
3000m					
5000m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	18:55,8	30.10. Großenkneten
	Arvid Tönjes	2003	TV Hude	19:17,31	22.05. Oldenburg
	Tim Decker	1986	TSV Großenkneten	19:37,1	30.10. Großenkneten
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	20:53,67	12.08. Delmenhorst
5 km Straße	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	18:28	14.05. Syke
	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	19:17	16.10. Oldenburg
	Udo Menkens	1969	TSV Großenkneten	19:28	21.05. Großenkneten
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	19:33	14.05. Syke
	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	21:44	14.05. Syke
	Jörg Weichenberg	1970	LC 93 Delmenhorst	33:23	31.12. Bremen
10.000m	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	44:24,59	24.04. Delmenhorst
	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	45:57,0	30.10. Großenkneten
	Hergen Pannemann	1966	TSV Großenkneten	59:23,9	30.10. Großenkneten
10 km Straße	Pascal Wedeken	1990	LC 93 Delmenhorst	32:19	01.10. Saerbeck
	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	37:25	16.07. Klein Meckelsen
	Joel Einemann	1990	LC 93 Delmenhorst	37:38	13.05. Neuenkirchen
	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	38:09	31.12. Bremen
	Wilfried Temming	1965	TSG Hatten-Sandkrug	39:04	13.05. Sottrum
	André Deters	1983	TSV Großenkneten	41:09	21.05. Großenkneten
	Frank Melle	1987	TSV Großenkneten	41:26	17.09. Garrel
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	42:27	14.05. Syke
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	43:19	16.10. Oldenburg
	Dominik Brückner	1994	LC 93 Delmenhorst	43:19	31.12. Bremen
	Ole Scholz	2004	TSV Großenkneten	44:46	21.05. Großenkneten
	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	50:06	31.12. Bremen
	Jens Mannott	1982	TSV Großenkneten	51:21	21.05. Großenkneten
	Hanno Bösch	1964	TSV Großenkneten	55:47	21.05. Großenkneten

10 km					
Mannschaft					
Stundenlauf	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	12.652	30.10. Großenkneten
	Hergen Pannemann	1966	TSV Großenkneten	10.115	30.10. Großenkneten
Halbmarathon	Pascal Wedeken	1990	LC 93 Delmenhorst	1:13:49	03.04. Hannover
	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	1:19:25	03.04. Hannover
	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	1:19:43	03.04. Hannover
	Wilfried Temming	1965	TSG Hatten-Sandkrug	1:24:55	13.05. Sottrum
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	1:27:30	28.08. Bremerhaven
	Joel Einemann	1990	LC 93 Delmenhorst	1:27:41	24.04. Enschede/NL
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	1:32:02	02.07. Bremen
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	1:35:48	02.10. Bremen
	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	1:40:04	25.06. Lönigen
	Laurus Tönjes	2003	TV Hude	1:50:55	02.10. Bremen
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	1:52:11	19.03. Springe
Marathon	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	2:52:48	24.04. Hamburg
	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	3:19:19	24.04. Hamburg
	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	3:20:35	24.04. Hamburg
	Arvid Tönjes	2003	TV Hude	3:25:55	02.10. Bremen
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	3:22:21	24.04. Hamburg
	Hanjo Hellbusch	1974	TSV Großenkneten	3:22:24	02.10. Bremen
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	3:58:39	02.10. Bremen
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	3:58:39	02.10. Bremen
50 km Straße	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	4:06:13	30.01. Oldendorf
	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	4:40:12	30.01. Oldendorf
4x100m					
4x400m					
3x1000m	Finn Klingbeil, Felix Marbach, Daniel Eskes		LGG Ganderkesee	9:02,11	24.04. Delmenhorst
Hoch					
Stabhoch	Sven Hinrichsen	1961	TSG Hatten-Sandkrug	2,81	16.04. Castiglione (ITA)
Weit					
Drei					
Kugel	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	11,73	05.06. Zeven
Diskus					
Speer	Thorsten Budde	1973	TV Hude	28,18	03.07. Schießel

Jugend M U 14

4x75m	Alexander Marbach, Luca Capille, Marco Becker, Ben Traut	LGG Ganderkesee	42,75	18.09. Oldenburg
4x75m	Lasse Rummler	LGG Ganderkesee	44,5	17.06. Ganderkesee
4x75m	Ole Nagel, Jan Nagel, Jonte Back, Lasse Rummler	LGG Ganderkesee	46,20	18.09. Oldenburg
3x800m	Tim Stelling, Marco Becker, Jan Nagel	LGG Ganderkesee I	8:42,2	24.04. Delmenhorst
3x800m	Ben Traut, Jonte Back, Luca Capille	LGG Ganderkesee III	8:53,5	24.04. Delmenhorst
3x800m	Alexander Marbach, Elias Kathmeyer, Lasse Rummler	LGG Ganderkesee II	9:42,1	24.04. Delmenhorst
Block Mannschaft	Tim Stelling, Alexander Marbach, Marco Becker, Jonte Back	LGG Ganderkesee	8.899	08.10. Ganderkesee
Dreikampf Mannschaft	Alexander Marbach, Marco Becker, Luca Capille, Jonte Back	LGG Ganderkesee	5.341	10.09. Delmenhorst

Jugend M 12

75m	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	11,05	25.06. Stuhr
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	11,1 *)	08.10. Ganderkesee
	Vincent Harms	2010	TV Hude	11,3*)	12.06. Osnabrück
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	11,6*)	08.10. Ganderkesee
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	11,9 *)	08.10. Ganderkesee
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	11,9*)	08.10. Ganderkesee
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	12,0 *)	17.06. Ganderkesee
	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	12,29	25.06. Stuhr
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	12,42	25.06. Stuhr
800m	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	2:33,56	25.06. Stuhr
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	2:35,39	25.09. Oldenburg
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	2:36,4	08.10. Ganderkesee
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	2:56,92	08.05. Molbergen
	Vincent Harms	2010	TV Hude	3:01,80	18.06. Nordenham
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	3:10,91	25.06. Stuhr
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	3:19,14	13.07. Oldenburg
2000m	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	7:00,0	30.10. Großenkneten
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	7:18,85	10.09. Delmenhorst
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	7:20,7	30.10. Großenkneten
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	7:36,9	30.10. Großenkneten
5km Straße	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	19:41	16.10. Oldenburg
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	21:07	16.10. Oldenburg
60m H.	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	11,1*)	17.06. Ganderkesee
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	11,65	25.06. Stuhr
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	12,76	25.06. Stuhr
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	12,8*)	08.10. Ganderkesee
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	12,9*)	08.10. Ganderkesee
	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	13,59	25.06. Stuhr
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	13,6*)	08.10. Ganderkesee
	Vincent Harms	2010	TV Hude	14,63	03.07. Schaeßel
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	14,6 *)	08.10. Ganderkesee
Hoch	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	1,34	08.10. Ganderkesee
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	1,30	17.06. Ganderkesee
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	1,22	17.06. Ganderkesee

Weit	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	4,27	10.09. Delmenhorst
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	4,09	17.06. Ganderkesee
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	4,01	08.10. Ganderkesee
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	3,98	08.10. Ganderkesee
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	3,94	08.10. Ganderkesee
	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	3,67	25.06. Stuhr
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	3,51	08.10. Ganderkesee
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	3,42	10.09. Delmenhorst
	Vincent Harms	2010	TV Hude	3,36	12.06. Osnabrück
Kugel	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	6,43	08.10. Ganderkesee
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	5,87	08.10. Ganderkesee
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	5,22	08.10. Ganderkesee
Diskus	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	20,69	08.10. Ganderkesee
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	20,23	08.10. Ganderkesee
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	12,88	08.10. Ganderkesee
Speer	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	22,09	08.10. Ganderkesee
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	18,31	08.10. Ganderkesee
Ballwurf	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	36,50	08.10. Ganderkesee
	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	34,00	10.09. Delmenhorst
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	32,00	08.10. Ganderkesee
	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	29,50	25.06. Stuhr
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	28,50	01.05. Ganderkesee
	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	27,50	25.06. Stuhr
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	24,00	10.09. Delmenhorst
	Vincent Harms	2010	TV Hude	22,00	12.06. Osnabrück
	Dreikampf	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	1.092
Jonte Back		2010	LGG Ganderkesee	1.009	10.09. Delmenhorst
Marco Becker		2010	LGG Ganderkesee	1.000	10.09. Delmenhorst
Luca Capille		2010	LGG Ganderkesee	931	10.09. Delmenhorst
Lasse Rummler		2010	LGG Ganderkesee	870	10.09. Delmenhorst
Vierkampf	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	1.318	10.09. Delmenhorst
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	1.232	10.09. Delmenhorst
Block S/S	Marco Becker	2010	LGG Ganderkesee	1.717	08.10. Ganderkesee
	Lasse Rummler	2010	LGG Ganderkesee	1.623	25.06. Stuhr
Block Lauf	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	1.732	25.06. Stuhr
	Tim Stelling	2010	LGG Ganderkesee	1.728	08.10. Ganderkesee
	Jan Nagel	2010	LGG Ganderkesee	1.608	25.06. Stuhr
	Ole Nagel	2010	LGG Ganderkesee	1.546	08.10. Ganderkesee
Block Wurf	Ben Traut	2010	LGG Ganderkesee	1.736	08.10. Ganderkesee
	Jonte Back	2010	LGG Ganderkesee	1.600	08.10. Ganderkesee
	Luca Capille	2010	LGG Ganderkesee	1.541	08.10. Ganderkesee

Jugend M 13

75m	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	10,15	25.09. Oldenburg
	Collin Krause	2009	Delmenhorster TV	11,14	10.09. Delmenhorst
800m	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	2:38,59	24.08. Oldenburg
	Nick Weiß	2009	Delmenhorster TV	2:52,71	24.04. Delmenhorst
	Vincent Buchbach	2009	TSG Hatten-Sandkrug	2:53,56	24.04. Delmenhorst
2000m	Jakob Jeske	2009	TSG Hatten-Sandkrug	2:55,08	24.04. Delmenhorst
	Jonathan Hennies	2009	LGG Ganderkesee	7:31,1	30.10. Großenkneten
	Vincent Buchbach	2009	TSG Hatten-Sandkrug	7:43,40	10.09. Delmenhorst
	Ben Runge	2009	TSV Großenkneten	8:00,7	30.10. Großenkneten
	Ole Beckermann	2009	TSV Großenkneten	8:10,9	30.10. Großenkneten
	Phil Schlüter	2009	TSV Großenkneten	8:28,6	30.10. Großenkneten
	Leiv Thormälen	2009	TSV Großenkneten	8:33,2	30.10. Großenkneten
	Felix Wirth	2009	TSV Großenkneten	9:57,9	30.10. Großenkneten
Alessio Paetzke	2009	TSV Großenkneten	10:49,5	30.10. Großenkneten	

5 km Straße	Vincent Buchbach	2009	TSG Hatten-Sandkrug	23:04	27.03. Bremen
	Ole Beckermann	2009	TSV Großenkneten	25:29	21.05. Großenkneten
	Fabian Kapel	2009	TSV Großenkneten	26:00	21.05. Großenkneten
60m H.	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	12,2*)	08.10. Ganderkesee
Hoch	Bennet Pöhlker	2009	Sportfreunde H-S.	1,50	10.09. Edeweicht
Weit	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	4,45	10.09. Delmenhorst
	Collin Krause	2009	Delmenhorster TV	3,65	10.09. Delmenhorst
Kugel	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	9,97	08.10. Ganderkesee
Diskus	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	32,22	08.10. Ganderkesee
Ballwurf	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	50,00	10.09. Delmenhorst
	Bennet Pöhlker	2009	Sportfreunde H-S.	49,00	03.07. Scheeßel
	Collin Krause	2009	Delmenhorster TV	30,50	10.09. Delmenhorst
	Nick Weiß	2009	Delmenhorster TV	19,00	25.09. Oldenburg
Dreikampf	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	1.309	10.09. Delmenhorst
	Collin Krause	2009	Delmenhorster TV	1.032	10.09. Delmenhorst
Block Wurf	Alexander Marbach	2009	LGG Ganderkesee	2.118	08.10. Ganderkesee

Jugend M U 16

4x100m	Tilko Kerz, Finjas Kerz, Johann Schröder, Matteo Berg		TSG Hatten-Sandkrug	57,45	07.05. Stuhr
--------	---	--	---------------------	--------------	--------------

Jugend M 14

100m	Matteo Berg	2008	TSG Hatten-Sandkrug	13,75	24.04. Delmenhorst
	Johann Schröder	2008	TSG Hatten-Sandkrug	14,41	24.08. Oldenburg
	Jon Haase	2008	Delmenhorster TV	15,55	10.09. Delmenhorst
	Tilko Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	16,05	24.04. Delmenhorst
	Finjas Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	16,25	24.04. Delmenhorst
2000m	Jonte Küther	2008	TSV Großenkneten	8:09,7	30.10. Großenkneten
	Finn Lueken	2008	TSV Großenkneten	8:57,9	30.10. Großenkneten
	Erik Schulte	2008	TSV Großenkneten	8:58,4	30.10. Großenkneten
	Alex Galanjuk	2008	TSV Großenkneten	10:34,3	30.10. Großenkneten
Weit	Johann Schröder	2008	TSG Hatten-Sandkrug	4,57	15.07. Delmenhorst
	Jon Haase	2008	Delmenhorster TV	3,95	10.09. Delmenhorst
Kugel	Jon Haase	2008	Delmenhorster TV	5,22	10.09. Delmenhorst
Speer	Finjas Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	20,50	07.05. Stuhr
	Tilko Kerz	2008	TSG Hatten-Sandkrug	18,22	07.05. Stuhr
Dreikampf	Jon Haase	2008	Delmenhorster TV	923	10.09. Delmenhorst

Jugend M 15

100m	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	12,14	15.07. Delmenhorst
2000m	Julian Hogeback	2007	TSV Großenkneten	6:52,4	30.10. Großenkneten
	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	9:06,9	30.10. Großenkneten
Weit	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	5,19	25.09. Oldenburg
Kugel	Leonard Krieger	2007	Sportfreunde H-S.	11,49	25.09. Oldenburg
	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	9,38	10.09. Delmenhorst
Diskus	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	25,82	18.06. Nordenham
Speer	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	19,56	18.06. Nordenham
Dreikampf	Heinrich John-Rouven	2007	Sportfreunde H-S.	1.472	10.09. Delmenhorst

Jugend M U 18

100m	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	11,76	22.05. Oldenburg
400m	Felix Marbach	2005	LGG Ganderkesee	57,97	22.05. Oldenburg
	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	57,97	09.07. Hannover

800m	Felix Marbach	2005	LGG Ganderkesee	2:21,87	08.05. Molbergen
5000m	Jannis Lueken	2005	TSV Großenkneten	20:04,2	30.10. Großenkneten
10 km Straße	Jannis Lueken	2005	TSV Großenkneten	41:27	21.05. Großenkneten
Hoch	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	1,70	07.05. Stuhr
Weit	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	6,19	03.07. Göttingen
	<i>Leonard Brockhoff</i>	2005	<i>Delmenhorster TV</i>	6,26**)	09.07. Hannover
Kugel	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	12,37	22.05. Oldenburg
Speer	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	43,61	07.05. Stuhr
Fünfkampf	Leonard Brockhoff	2005	Delmenhorster TV	2.868	09.07. Hannover

Jugend M U 20

400m	Laurus Tönjes	2003	TV Hude	57,14	22.05. Oldenburg
800m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	2:05,64	22.05. Oldenburg
1500m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	4:25,93	12.08. Delmenhorst
5 km Straße	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	19:17	16.10. Oldenburg
10 km Straße	Ole Scholz	2004	TSV Großenkneten	44:46	21.05. Großenkneten
5000m	Daniel Eskes	2003	LGG Ganderkesee	18:55,8	30.10. Großenkneten
	Arvid Tönjes	2003	TV Hude	19:17,31	22.05. Oldenburg
Halbmarathon	Laurus Tönjes	2003	TV Hude	1:50:55	02.10. Bremen
Marathon	Arvid Tönjes	2003	TV Hude	3:25:55	02.10. Bremen
3x1000m	Finn Klingbeil, Felix Marbach, Daniel Eskes		LGG Ganderkesee	9:02.11	24.04. Delmenhorst

Senioren M 30

10 km Straße	Pascal Wedeken	1990	LC 93 Delmenhorst	32:19	01.10. Saerbeck
	Joel Einemann	1990	LC 93 Delmenhorst	37:38	13.05. Neuenkirchen
Halbmarathon	Pascal Wedeken	1990	LC 93 Delmenhorst	1:13:49	03.04. Hannover
	Joel Einemann	1990	LC 93 Delmenhorst	1:27:41	24.04. Enschede/NL

Senioren M 35

5000m	Tim Decker	1986	TSV Großenkneten	19:37,1	30.10. Großenkneten
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	20:53,67	12.08. Delmenhorst
10 km Straße	André Deters	1983	TSV Großenkneten	41:09	21.05. Großenkneten
	Frank Melle	1987	TSV Großenkneten	41:26	17.09. Garrel
Halbmarathon	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	1:19:43	03.04. Hannover
	Siegfried Nauy	1985	LC 93 Delmenhorst	1:34:34	24.04. Schortens
50 km Straße	Philipp Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	4:40:12	30.01. Oldendorf

Senioren M 40

5 km Straße	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	19:33	14.05. Syke
10 km Straße	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	37:25	16.07. Klein Meckelsen
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	42:27	14.05. Syke
	Jens Mannott	1982	TSV Großenkneten	51:21	21.05. Großenkneten
Halbmarathon	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	1:19:43	03.04. Hannover
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	1:27:30	28.08. Bremerhaven
Marathon	Philip Pospich	1983	LC 93 Delmenhorst	3:19:19	24.04. Hamburg
	Mike Wahrmann	1981	LC 93 Delmenhorst	3:22:21	24.04. Hamburg

Senioren M 45

5 km Straße	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	18:28	14.05. Syke
Halbmarathon	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	38:09	31.12. Bremen
Halbmarathon	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	1:19:25	03.04. Hannover
Marathon	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	2:52:48	24.04. Hamburg
	Hanjo Hellbusch	1974	TSV Großenkneten	3:22:24	02.10. Bremen
50 km Straße	Jens Weischenberg	1975	LC 93 Delmenhorst	4:06:13	30.01. Oldendorf
Speer	Thorsten Budde	1973	TV Hude	28,18	03.07. Scheeßel

Senioren M 50

5 km Straße	Udo Menkens	1969	TSV Großenkneten	19:28	21.05. Großenkneten
	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	21:44	14.05. Syke
	Jörg Weichenberg	1970	LC 93 Delmenhorst	33:23	31.12. Bremen
10.000m	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	44:24,59	24.04. Delmenhorst
10km Straße	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	50:06	31.12. Bremen
Halbmarathon	Dirk Bramlage	1969	LC 93 Delmenhorst	1:40:04	25.06. Lönningen
Hoch	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Ha-Sa	1,31	03.07. Scheeßel
Weit	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Ha-Sa	3,83	03.07. Scheeßel
Kugel	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	11,89	02.10. Zeven
	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Ha-Sa	11,18	03.07. Scheeßel
Diskus	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Ha-Sa	33,44	12.08. Delmenhorst
	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	33,04	27.03. Delmenhorst
Hammer	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	25,72	08.10. Ganderkesee
Speer	Heiner Möller	1969	Sportfreunde Ha-Sa	40,38	01.10. Zeven
Gewicht	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	10,32	08.10. Ganderkesee
Wurffünfkampf	Jochen Wolter	1969	LGG Ganderkesee	2.360	08.10. Ganderkesee

Senioren M 55

10.000m	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	45:57,0	30.10. Großenkneten
	Hergen Pannemann	1966	TSV Großenkneten	59:23,9	30.10. Großenkneten
Stundenlauf	Manfred Neugebauer	1966	TSG Hatten-Sandkrug	12.652	30.10. Großenkneten
	Hergen Pannemann	1966	TSV Großenkneten	10.115	30.10. Großenkneten
10km Straße	Wilfried Temming	1965	TSG Hatten-Sandkrug	39:04	13.05. Sottrum
	Hanno Bösch	1964	TSV Großenkneten	55:47	21.05. Großenkneten
Halbmarathon	Wilfried Temming	1965	TSG Hatten-Sandkrug	1:24:55	13.05. Sottrum
Kugel	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	12,80	02.10. Zeven
Diskus	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	36,65	01.05. Ganderkesee
Hammer	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	36,41	01.05. Ganderkesee
Speer	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	44,04	27.03. Delmenhorst
Gewicht	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	13,89	01.05. Ganderkesee
Wurffünfkampf	Ulrich Garde	1964	LGG Ganderkesee	3.620	01.05. Ganderkesee

Senioren M 60

10km Straße	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	43:19	16.10. Oldenburg
Halbmarathon	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	1:35:48	02.10. Bremen
Marathon	Holger Alves	1958	TSV Großenkneten	3:20:35	24.04. Hamburg
Stabhoch	Sven Hinrichsen	1961	TSG Hatten-Sandkrug	2,81	16.04. Castiglione (ITA)
Kugel	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	9,43	17.06. Ganderkesee
Diskus	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	27,26	17.06. Ganderkesee
Hammer	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	22,97	17.06. Ganderkesee
Speer	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	31,10	17.06. Ganderkesee
Gewicht	Bernd Logemann	1960	LGG Ganderkesee	10,08	17.06. Ganderkesee

Senioren M 65

5 km Straße	Detlef Bleiker	1953	LC 93 Delmenhorst	25:23	03.10. Ofen
-------------	----------------	------	-------------------	--------------	-------------

Senioren M 70

Senioren M 80

**) Handzeitnahme*

****) unzulässiger Rückenwind*

Leistungen der AK U20 werden auch bei "Männer" aufgeführt

Rotdruck = Landesrekord

Hallenwettkämpfe sind nicht berücksichtigt

Frauen

100m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	14,21	18.06. Verden
	Imke Garde	1999	LGG Ganderkesee	14,62	07.05. Stuhr
	Silvia Braunisch	1959	LGG Ganderkesee	14,70	18.06. Verden
	Jasmin Djeha	1972	LGG Ganderkesee	15,54	02.10. Zeven
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	16,06	03.07. Scheßel
	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	16,70	02.10. Zeven
	Daniela Albrecht	1973	LGG Ganderkesee	16,98	15.07. Delmenhorst
200m	Silvia Braunisch	1958	LGG Ganderkesee	30,39	15.07. Delmenhorst
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	30,42	01.10. Zeven
400m	Silvia Braunisch	1958	LGG Ganderkesee	70,69	12.08. Delmenhorst
800m					
1500m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	6:43,48	02.10. Zeven
3000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	13:56,83	10.09. Lage
	Sandra Hölting	1969	LGG Ganderkesee	14:15,33	10.09. Lage
5000m	Birgit Warnet	1976	TSG Hatten-Sandkrug	21:58,0	30.10. Großenkneten
5 km Straße	Lena Lübben	1991	LC 93 Delmenhorst	23:25	25.06. Lönigen
	Sandra Lueken	1976	TSV Großenkneten	26:55	17.09. Garrel
	Nadine Weischenberg	1976	LC 93 Delmenhorst	36:32	31.12. Bremen
	Leonie Weischenberg	1976	LC 93 Delmenhorst	36:43	31.12. Bremen
10.000m					
10 km Straße	Janina Meyer	1991	LC 93 Delmenhorst	43:59	25.06. Lönigen
	Birgit Warnet	1976	TSG Hatten-Sandkrug	45:55	21.05. Großenkneten
Halbmarathon	Janina Meyer	1991	LC 93 Delmenhorst	1:33:29	24.04. Enschede (NL)
	Birgit Warnet	1976	TSG Hatten-Sandkrug	1:40:23	03.04. Hannover
	Katja Heeren	1986	TSV Großenkneten	1:59:30	16.10. Oldenburg
	Sandra Lueken	1976	TSV Großenkneten	2:08:47	16.10. Oldenburg
	Andrea Böttcher	1971	TSV Großenkneten	2:08:47	16.10. Oldenburg
	Imke Seidel	1972	TSG Hatten-Sandkrug	2:21:43	03.04. Hannover
	Renate Köhler	1949	TV Jahn Delmenhorst	2:54:36	16.10. Oldenburg
Marathon					
4x100m	Carmen Hezemans, Diana Garde, Anke Iben, Silvia Braunisch		LGG Ganderkesee	59,53	18.06. Verden
3x800m					
5000m Gehen	Renate Köhler	1949	TV Jahn Delmenhorst	37:24,44	03.09. Mahlow
10 km Gehen	Renate Köhler	1949	TV Jahn Delmenhorst	1:17:28	02.10. Tilburg (NL)
Hoch	Silvia Braunisch	1959	LGG Ganderkesee	1,25	15.07. Delmenhorst
	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	1,25	15.07. Delmenhorst
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	1,20	15.07. Delmenhorst

Weit	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	4,65	10.09. Lage
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	4,19	03.07. Scheeßel
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	3,83	01.05. Ganderkesee
	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	3,69	10.09. Lage
Drei	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	9,30	03.09. Mahlow
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	7,83	01.05. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	7,80	01.05. Ganderkesee
	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	7,00	01.05. Ganderkesee
Kugel					
Diskus	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	27,60	01.05. Ganderkesee
	Inge de Groot	1952	LGG Ganderkesee	20,78	08.10. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	19,35	08.10. Ganderkesee
	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	19,08	01.05. Ganderkesee
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	17,30	08.10. Ganderkesee
Hammer					
Speer	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	33,15	01.05. Ganderkesee
DMM Gruppe					

Jugend W U 14

3x800m	Joelle Burmeister, Fabienne Reinhardt, Mine Walter		TSG Hatten-Sandkrug	9:06,46	24.04. Delmenhorst
3x800m	Friederike Rulfs, Fenja Budde, Frederike Otte		TV Hude	10:01,69	24.04. Delmenhorst

Jugend W 12

75m	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	10,87	15.07. Delmenhorst
	Amelie Ulrich	2010	TSG Hatten-Sandkrug	12,58	07.05. Stuhr
	Friederike Otte	2010	TV Hude	13,18	03.07. Scheeßel
800m	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	2:56,25	07.05. Stuhr
	Friederike Otte	2010	TV Hude	3:27,83	07.05. Stuhr
60m H.	Friederike Otte	2010	TV Hude	14,68	03.07. Scheeßel
Weit	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	3,68	10.09. Delmenhorst
	Friederike Otte	2010	TV Hude	3,18	03.07. Scheeßel
Ballwurf	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	13,00	10.09. Delmenhorst
Dreikampf	Martha Lemke	2010	Delmenhorster TV	1.024	10.09. Delmenhorst

Jugend W 13

75m	Mina Walter	2009	TSG Hatten-Sandkrug	11,31	24.04. Delmenhorst
	Joelle Burmeister	2009	TSG Hatten-Sandkrug	11,39	10.09. Delmenhorst
	Fenja Budde	2009	TV Hude	12,27	15.07. Delmenhorst
	Marie Immenkamp	2009	TSG Hatten-Sandkrug	12,75	10.09. Delmenhorst
	Fabienne Reinhardt	2009	TSG Hatten-Sandkrug	13,00	10.09. Delmenhorst
800m	Fenja Budde	2009	TV Hude	3:10,00	15.07. Delmenhorst
Weit	Joelle Burmeister	2009	TSG Hatten-Sandkrug	3,88	10.09. Delmenhorst
	Marie Immenkamp	2009	TSG Hatten-Sandkrug	3,38	10.09. Delmenhorst

Speer	Finja Budde	2009	TV Hude	19,13	18.09. Oldenburg
Ballwurf	Finja Budde	2009	TV Hude	31,00	03.07. Scheeßel
	Marie Immenkamp	2009	TSG Hatten-Sandkrug	29,00	10.09. Delmenhorst
	Fabienne Reinhardt	2009	TSG Hatten-Sandkrug	22,00	10.09. Delmenhorst
	Joelle Burmeister	2009	TSG Hatten-Sandkrug	16,50	10.09. Delmenhorst
Dreikampf	Joelle Burmeister	2009	TSG Hatten-Sandkrug	1.066	10.09. Delmenhorst
	Marie Immenkamp	2009	TSG Hatten-Sandkrug	1.025	10.09. Delmenhorst

Jugend W U 16

Jugend W 14

100m	Sofia Muche	2008	Delmenhorster TV	13,47	10.09. Delmenhorst
	Finja Schmidt	2008	TSG Hatten-Sandkrug	14,33	24.04. Delmenhorst
	Kea-Marie Huck	2008	TSG Hatten-Sandkrug	14,58	24.04. Delmenhorst
	Svantje Roben	2008	TSG Hatten-Sandkrug	15,33	24.04. Delmenhorst
Weit	Sofia Muche	2008	Delmenhorster TV	5,30	11.06. Lingen
	Ines Einemann	2008	Delmenhorster TV	3,88	25.09. Oldenburg
Kugel	Sofia Muche	2008	Delmenhorster TV	7,20	10.09. Delmenhorst
	Ines Einemann	2008	Delmenhorster TV	6,23	25.09. Oldenburg
Dreikampf	Sofia Muche	2008	Delmenhorster TV	1.406	10.09. Delmenhorst

Jugend W 15

100m	Ofure Okojie	2007	Delmenhorster TV	12,85	12.06. Lingen
	Leni Kaatz	2007	TV Hude	16,21	03.07. Scheeßel
5 km Straße	Juli Lehmann	2007	TSV Großenkneten	26:37	21.05. Großenkneten
	Lotta Böttcher	2007	TSV Großenkneten	27:34	21.05. Großenkneten
Weit	Ofure Okojie	2007	Delmenhorster TV	4,86	10.09. Delmenhorst
Kugel	Ofure Okojie	2007	Delmenhorster TV	8,78	25.09. Oldenburg
	Leni Kaatz	2007	TV Hude	6,18	03.07. Scheeßel
Dreikampf	Ofure Okojie	2007	Delmenhorster TV	1.458	10.09. Delmenhorst

Jugend W U 18

100m	Franziska Würdemann	2006	TV Hude	15,02	07.05. Stuhr
	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	15,19	07.05. Stuhr
	Ronja Kaatz	2005	TV Hude	15,64	24.04. Delmenhorst
	Rhea Johanna Berg	2006	TSG Hatten-Sandkrug	15,93	07.05. Stuhr
	Francesca Uries	2005	Delmenhorster TV	16,67	07.05. Stuhr
800m	Marike Trosin		TV Hude	2:31,80	22.05. Oldenburg
	Ronja Kaatz	2005	TV Hude	3:01,67	24.04. Delmenhorst
3x800m	Rhea Johanna Berg, Kea Marie Huck, Finja Schmidt		TSG Hatten-Sandkrug	9:33,96	24.04. Delmenhorst
Weit	Diana Lodd	2005	Delmenhorster TV	3,72	07.05. Stuhr
	Franziska Würdemann	2006	TV Hude	3,66	07.05. Stuhr
	Rhea Johanna Berg	2006	TSG Hatten-Sandkrug	3,39	07.05. Stuhr
Speer	Rhea Johanna Berg	2006	TSG Hatten-Sandkrug	17,58	07.05. Stuhr

Jugend W U 20

Seniorinnen W30

5 km Straße	Lena Lübben	1991	LC 93 Delmenhorst	23:25	25.06. Lönigen
10 km Straße	Janina Meyer	1991	LC 93 Delmenhorst	43:59	25.06. Lönigen
Halbmarathon	Janina Meyer	1991	LC 93 Delmenhorst	1:33:29	24.04. Enschede (NL)

Seniorinnen W35

Halbmarathon	Katja Heeren	1986	TSV Großenkneten	1:59:30	16.10. Oldenburg
Diskus	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	27,60	01.05. Ganderkesee
Speer	Karen de Groot	1987	LGG Ganderkesee	33,15	01.05. Ganderkesee

Seniorinnen W40

Seniorinnen W45

100m	Daniela Albrecht	1973	LGG Ganderkesee	16,98	15.07. Delmenhorst
5000m	Birgit Warnet	1976	TSG Hatten-Sandkrug	21:58,0	30.10. Großenkneten
5 km Straße	Sandra Lueken	1976	TSV Großenkneten	26:55	17.09. Garrel
	Nadine Weischenberg	1976	LC 93 Delmenhorst	36:32	31.12. Bremen
10 km Straße	Birgit Warnet	1976	TSG Hatten-Sandkrug	45:55	21.05. Großenkneten
Halbmarathon	Sandra Lueken	1976	TSV Großenkneten	2:08:47	16.10. Oldenburg

Seniorinnen W 50

100m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	14,21	18.06. Verden
	Jasmin Djeha	1972	LGG Ganderkesee	15,54	02.10. Zeven
200m	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	30,42	01.10. Zeven
3000m	Sandra Hölting	1969	LGG Ganderkesee	14:15,33	10.09. Lage
Halbmarathon	Andrea Böttcher	1971	TSV Großenkneten	2:08:47	16.10. Oldenburg
	Imke Seidel	1972	TSG Hatten-Sandkrug	2:21:43	03.04. Hannover
4x100m	Carmen Hezemans, Diana Garde, Anke Iben, Silvia Braunisch		LGG Ganderkesee	59,53	18.06. Verden
Hoch	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	1,25	15.07. Delmenhorst
Weit	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	4,65	10.09. Lage
Drei	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	9,30	03.09. Mahlow
Kugel	Diana Garde	1970	LGG Ganderkesee	9,20	20.08. Rheine

Seniorinnen W55

100m	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	16,70	02.10. Zeven
1500m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	6:43,48	02.10. Zeven
3000m	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	13:56,83	10.09. Lage
10km Straße	Ingrid Thomas	1965	LGG Ganderkesee	51:42	16.10. Oldenburg
Weit	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	3,69	10.09. Lage
Drei	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	7,00	01.05. Ganderkesee
Diskus	Carmen Hezemans	1964	LGG Ganderkesee	19,08	01.05. Ganderkesee

Seniorinnen W60

100m	Silvia Braunisch	1959	LGG Ganderkesee	14,70	18.06. Verden
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	16,06	03.07. Scheßel
200m	Silvia Braunisch	1958	LGG Ganderkesee	30,39	15.07. Delmenhorst
400m	Silvia Braunisch	1958	LGG Ganderkesee	70,69	12.08. Delmenhorst
Hoch	Silvia Braunisch	1958	LGG Ganderkesee	1,25	15.07. Delmenhorst
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	1,20	15.07. Delmenhorst
Weit	Silvia Braunisch	1959	LGG Ganderkesee	4,19	03.07. Scheßel
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	3,83	01.05. Ganderkesee
Drei	Silvia Braunisch	1959	LGG Ganderkesee	7,83	01.05. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	7,80	01.05. Ganderkesee
Kugel	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	9,32	18.06. Verden

	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	8,52	18.06. Verden
Diskus	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	19,35	08.10. Ganderkesee
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	17,30	08.10. Ganderkesee
Hammer	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	25,35	09.10. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	18,19	08.10. Ganderkesee
Speer	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	27,60	12.08. Delmenhorst
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	14,61	08.10. Ganderkesee
Gewicht	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	9,83	08.10. Ganderkesee
	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	8,57	08.10. Ganderkesee
Wurf Fünfkampf	Anke Iben	1958	LGG Ganderkesee	2.894	08.10. Ganderkesee
	Silvia Braunsch	1959	LGG Ganderkesee	2.737	08.10. Ganderkesee

Seniorinnen W65

Seniorinnen W70

Halbmarathon	Renate Köhler	1949	TV Jahn Delmenhorst	2:54:36	16.10. Oldenburg
5000m Gehen	Renate Köhler	1949	TV Jahn Delmenhorst	37:24,44	03.09. Mahlow
10 km Gehen	Renate Köhler	1949	TV Jahn Delmenhorst	1:17:28	02.10. Tilburg (NL)
Kugel	Inge de Groot	1952	LGG Ganderkesee	7,83	10.09. Lage
Diskus	Inge de Groot	1952	LGG Ganderkesee	20,78	08.10. Ganderkesee

**) Handzeitnahme*

****) unzulässiger Rückenwind*

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

Rotdruck = Landesrekord

Hallenwettkämpfe sind nicht berücksichtigt