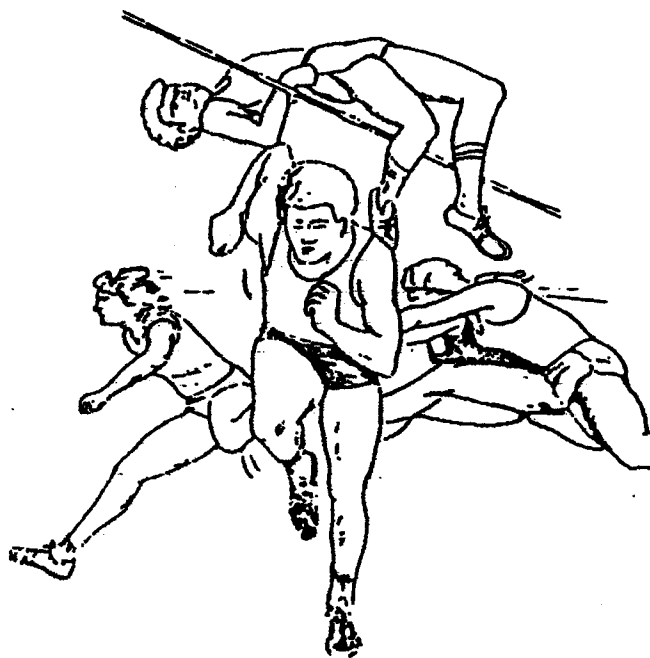


FLVW

Kreis

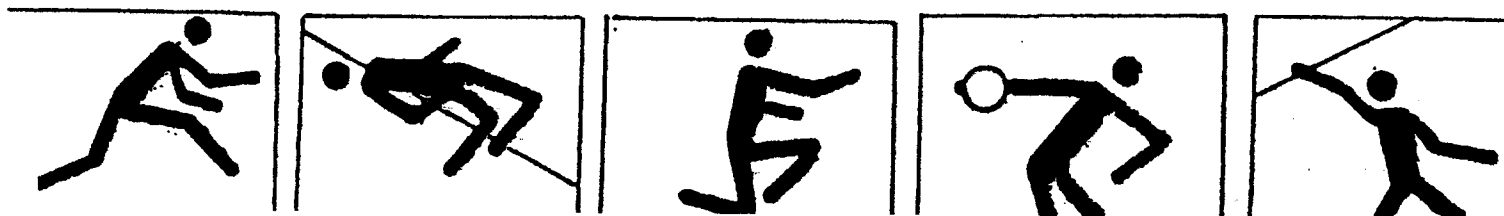


Iserlohn



Bestenliste

2004





Danke
den Ehrenamtlichen *im Sport.*

KREISBESTENLISTE 2004 / LA-KREIS K 17 / ISERLOHN

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M75

Seite: 1

50 m	Rekord: BL 2003:			
9,7	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	17.07.	Ergste
Hochsprung	Rekord: BL 2003: 1,20 Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte		
1,20	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	23.04.	Ergste
Kugelstoß 4,0 kg	Rekord: BL 2003: 9,02 Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte		
8,65	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
8,55	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
Diskuswurf 1,0 kg	Rekord: BL 2003: 26,26 Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte		
26,25	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
23,84	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	24.04.	Ergste
Hammerwurf 4,0 kg	Rekord: BL 2003:			
26,85	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
26,32	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
Speerwurf 600 g	Rekord: BL 2003: 22,05 Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte		
20,39	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	24.04.	Ergste
Werfer-Fünfkampf	Rekord: BL 2003:			
1407	Herrmannsen, Peter (23,90-7,90-19,28-19,88-8,61)	27 LG Schwerte	04.09.	Ahlen

KREISBESTENLISTE 2004 / LA-KREIS K 17 / ISERLOHN

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M70

Seite: 2

50 m	Rekord: BL 2003:			
9,7	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	17.07.	Ergste
Hochsprung	Rekord: BL 2003:			
1,20	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	23.04.	Ergste
Kugelstoß 4,0 kg	Rekord: BL 2003:			
8,65	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
8,55	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
Diskuswurf 1,0 kg	Rekord: BL 2003:			
26,25	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
23,84	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	24.04.	Ergste
Hammerwurf 4,0 kg	Rekord: BL 2003:			
26,85	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
26,32	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
Speerwurf 600 g	Rekord: BL 2003:			
20,39	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	24.04.	Ergste

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M65

50 m Rekord:
BL 2003: 9,7* Potthoff, Friedrich 38 VfL Fröndenberg

8,6	Lang, Herbert	39 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
9,7	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	17.07.	Ergste
10,2	Potthoff, Friedrich	38 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

10 km Rekord:
BL 2003: 49:27 Lüdecke, Heinz 38 MC Menden

41:34	Hoffmann, Heinz	36 MC Menden	20.03.	Salzkotten
49:53	Weingarten, Walter	37 LG Schwerte	25.01.	Hamm

Halbmarathon Rekord:
BL 2003:

1:54:25	Thielmann, Friedhelm	39 LG Schwerte	29.08.	Iserlohn
---------	----------------------	----------------	--------	----------

Hochsprung Rekord:
BL 2003:

1,37	Schnadt, Ulrich	39 VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
1,20	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	23.04.	Ergste

Standweitsprung Rekord:
BL 2003: 1,88 Potthoff, Friedrich 38 VfL Fröndenberg

2,30	Lang, Herbert	39 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
1,70	Potthoff, Friedrich	38 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Kugelstoß 5,0 kg Rekord:
BL 2003: 7,52 Potthoff, Friedrich 38 VfL Fröndenberg

9,72	Lang, Herbert	39 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
8,77	Doert, Heinz	37 LG Schwerte	24.04.	Ergste
6,75	Potthoff, Friedrich	38 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Diskuswurf 1,0 kg Rekord:
BL 2003:

29,06	Schnadt, Ulrich	39 VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
26,25	Kucklies, Hermann	27 LG Schwerte	25.04.	Hagen
23,84	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	24.04.	Ergste
18,98	Doert, Heinz	37 LG Schwerte	24.04.	Ergste

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M65

Speerwurf 600 g Rekord:
BL 2003:

20,39	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	24.04.	Ergste
-------	--------------------	----------------	--------	--------

Schleuderball 1,0 kg Rekord:
BL 2003:

29,16	Doert, Heinz	37 LG Schwerte	24.04.	Ergste
-------	--------------	----------------	--------	--------



Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M60

50 m

Rekord:

BL 2003: 8,2* Saure, Friedhelm 42 VfL Fröndenberg

8,0	Heimeshoff, Klaus	42	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
8,6	Lang, Herbert	39	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
9,7	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	17.07.	Ergste
10,2	Potthoff, Friedrich	38	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

10 km

Rekord:

BL 2003: 46:31 Kaderhandt, Horst 41 MC Menden

41:18	Pallatzky, Horst	40	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
41:34	Hoffmann, Heinz	36	MC Menden	20.03.	Salzkotten
48:05	Fehr, Kurt41		MC Menden	10.10.	Unna
48:18	Skoeries, Manfred	41	SC 1912 Hennen	25.01.	Hamm
49:53	Weingarten, Walter	37	LG Schwerte	25.01.	Hamm
50:50	Kindermann, Ewald	40	MC Menden	25.01.	Hamm
52:16	Steffen, Manfred	41	VfL Fröndenberg	25.01.	Hamm

Halbmarathon

Rekord:

BL 2003: 1:46:56 Steffen, Manfred 41 VfL Fröndenberg

1:38:33	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:54:25	Thielmann, Friedhelm	39	LG Schwerte	29.08.	Iserlohn
1:55:18	Steffen, Manfred	41	VfL Fröndenberg	22.02.	Hamm

Marathon

Rekord:

BL 2003:

3:40:37	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	20.06.	Menden
---------	--------------------	----	-----------	--------	--------

Hochsprung

Rekord:

BL 2003:

1,37	Schnadt, Ulrich	39	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
1,20	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	23.04.	Ergste

Standweitsprung

Rekord:

BL 2003: 2,34 Saure, Friedhelm 42 VfL Fröndenberg

2,30	Lang, Herbert	39	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
2,22	Saure, Friedhelm	42	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
2,08	Ostermann, Klaus	44	LG Menden	17.07.	Ergste
1,70	Potthoff, Friedrich	38	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M60

Weitsprung

Rekord:

BL 2003:

4,32	Heimeshoff, Klaus	42	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
------	-------------------	----	-----------------	--------	--------

Kugelstoß 5,0 kg

Rekord:

BL 2003: 11,00 Saure, Friedhelm 42 VfL Fröndenberg

11,06	Saure, Friedhelm	42	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
9,85	Heimeshoff, Klaus	42	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
9,72	Lang, Herbert	39	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
8,77	Doert, Heinz	37	LG Schwerte	24.04.	Ergste
6,75	Potthoff, Friedrich	38	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord:

BL 2003:

29,06	Schnadt, Ulrich	39	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
26,25	Kucklies, Hermann	27	LG Schwerte	25.04.	Hagen
23,84	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	24.04.	Ergste
18,98	Doert, Heinz	37	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Speerwurf 600 g

Rekord:

BL 2003:

20,39	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	24.04.	Ergste
-------	--------------------	----	-------------	--------	--------

Schleuderball 1,0 kg

Rekord:

BL 2003:

29,16	Doert, Heinz	37	LG Schwerte	24.04.	Ergste
-------	--------------	----	-------------	--------	--------

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M55

50 m	Rekord: BL 2003:			
8,0	Heimeshoff, Klaus	42 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
8,6	Lang, Herbert	39 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
9,7	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	17.07.	Ergste
10,2	Potthoff, Friedrich	38 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
5000 m	Rekord: BL 2003:			
19:09,3	Kamrath, Horst	49 LG Schwerte	17.07.	Ergste
10 km	Rekord: BL 2003: 40:59 Kaderhandt, Josef 47 MC Menden			
40:17	Kamrath, Horst	49 LG Schwerte	19.09.	Dortmund
40:23	Kaderhandt, Josef	47 MC Menden	07.03.	Leverkusen
41:18	Pallatzky, Horst	40 LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
41:34	Hoffmann, Heinz	36 MC Menden	20.03.	Salzkotten
42:09	Czybulka, Horst	48 MC Menden	11.01.	Bönen
46:12	Menne, Heinz	49 MC Menden	11.01.	Bönen
47:07	Klar, Klaus	49 MC Menden	25.01.	Hamm
47:07	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
48:05	Fehr, Kurt41	MC Menden	10.10.	Unna
48:18	Skoeries, Manfred	41 SC 1912 Hennen	25.01.	Hamm
49:53	Weingarten, Walter	37 LG Schwerte	25.01.	Hamm
50:50	Kindermann, Ewald	40 MC Menden	25.01.	Hamm
52:16	Steffen, Manfred	41 VfL Fröndenberg	25.01.	Hamm
10 km Mannschaft	Rekord: BL2003:			
2:05:03	MC Menden		14.02.	Fröndenberg
	Kaderhandt 40:51, Dellwig 41:36, Kasselman 42:36			
Halbmarathon	Rekord: BL 2003: 1:28:06 Kaderhandt, Josef 47 MC Menden			
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47 MC Menden	14.03.	Siegburg
1:31:11	Kamrath, Horst	49 LG Schwerte	20.05.	Hagen
1:38:33	Pollok, Dr. Ernest	42 MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:43:29	Menne, Heinz	49 MC Menden	22.02.	Hamm
1:45:02	Czybulka, Horst	48 MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
1:45:48	Czech, Josef	49 MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
1:47:45	Knoblauch, Reimund	46 VfL Fröndenberg	10.10.	Unna

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M55

Forts. Halbmarathon	Rekord: BL 2003: 1:28:06 Kaderhandt, Josef 47 MC Menden			
1:48:06	Klar, Klaus	49 MC Menden	22.02.	Hamm
1:54:25	Thielmann, Friedhelm	39 LG Schwerte	29.08.	Iserlohn
1:55:18	Steffen, Manfred	41 VfL Fröndenberg	22.02.	Hamm
1:58:39	Kesper, Gerhard	46 LG Iserlohn	29.08.	Iserlohn
Marathon	Rekord: BL 2003:			
3:12:11	Kaderhandt, Josef	47 MC Menden	02.05.	Hannover
3:31:58	Kamrath, Horst	49 LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:40:37	Pollok, Dr. Ernest	42 MC Menden	20.06.	Menden
3:52:05	Menne, Heinz	49 MC Menden	20.06.	Menden
4:15:07	Czech, Josef	49 MC Menden	27.11.	Bad Arolsen
4:20:41	Knoblauch, Reimund	46 VfL Fröndenberg	27.11.	Bad Arolsen
Stundenlauf	Rekord: BL 2003:			
12980	Menne, Heinz	49 MC Menden	23.04.	Ergste
100 km	Rekord: BL 2003:			
10:29:04	Kaderhandt, Josef	47 MC Menden	27.03.	Kienbaum
Standweitsprung	Rekord: BL 2003: 2,10 Ostermann, Klaus 44 LG Menden			
2,30	Lang, Herbert	39 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
2,22	Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
2,08	Ostermann, Klaus	44 LG Menden	17.07.	Ergste
1,70	Potthoff, Friedrich	38 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
Weitsprung	Rekord: BL 2003:			
4,32	Heimeshoff, Klaus	42 VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

100 m

Rekord:
BL 2003:

13,6	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste
14,3	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

5000 m

Rekord:
BL 2003: 18:50,7 Schubert, Hans-Jürgen 51 LG Schwerte

17:45,6	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
19:09,3	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	17.07.	Ergste
21:48,3	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste

10 km

Rekord:
BL 2003: 39:31 Zappe, Reinhard 52 MC Menden

36:47	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
38:23	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	25.01.	Hamm
39:54	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
40:17	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
40:23	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	07.03.	Leverkusen
40:29	Klemm, Wolfgang	52	ASV Iserlohn	11.01.	Bönen
40:39	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	10.04.	Paderborn
41:18	Pallatzky, Horst	40	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
41:34	Hoffmann, Heinz	36	MC Menden	20.03.	Salzkotten
41:36	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
42:09	Czybulka, Horst	48	MC Menden	11.01.	Bönen
42:16	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.01.	Hamm
42:28	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	25.01.	Hamm
45:08	Skowronek, Achim	51	SC 1912 Hennen	25.01.	Hamm
45:18	Glasmeyer, Gerd	51	MC Menden	20.03.	Salzkotten
45:52	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	11.01.	Bönen
46:12	Menne, Heinz	49	MC Menden	11.01.	Bönen
46:22	Matuszyk, Reinhard	50	MC Menden	11.01.	Bönen
46:28	Rudloff, Klaus	51	SC 1912 Hennen	25.01.	Hamm
47:07	Klar, Klaus	49	MC Menden	25.01.	Hamm
47:07	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft

Rekord:
BL2003:

2:05:03	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
Kaderhandt 40:51, Dellwig 41:36, Kasselmann 42:36			

Halbmarathon

Rekord:
BL 2003:

1:21:56	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:24:36	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:29:42	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	22.02.	Hamm
1:31:11	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	20.05.	Hagen
1:31:48	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:31:56	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	22.02.	Hamm
1:34:10	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	26.09.	Bertlich
1:37:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	20.05.	Hagen
1:38:33	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:40:40	Matuszyk, Reinhard	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:41:23	Rudloff, Klaus	51	SC 1912 Hennen	22.02.	Hamm
1:43:03	Skowronek, Achim	51	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
1:43:20	Wunderlich, Friedrich Wilhel	54	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
1:43:29	Menne, Heinz	49	MC Menden	22.02.	Hamm
1:45:02	Czybulka, Horst	48	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
1:45:48	Czech, Josef	49	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
1:47:45	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
1:48:06	Klar, Klaus	49	MC Menden	22.02.	Hamm
1:54:25	Thielmann, Friedhelm	39	LG Schwerte	29.08.	Iserlohn

Halbmarathon Mannschaft

Rekord:
BL2003:

4:27:23	MC Menden	14.03.	Siegburg
Karlsohn 1:21:56, Dellwig 1:31:48, Kasselmann 1:33:39			

Marathon

Rekord:
BL 2003:

2:53:34	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	02.05.	Hannover
2:55:24	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	10.10.	Essen
3:11:51	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	02.05.	Hannover
3:12:11	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	02.05.	Hannover
3:25:40	Zappe, Reinhard	52	MC Menden	10.10.	Essen
3:27:40	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:31:58	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:32:24	Glasmeyer, Gerd	51	MC Menden	20.06.	Menden
3:36:01	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	10.10.	Essen
3:40:37	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	20.06.	Menden
3:47:47	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	27.11.	Bad Arolsen
3:52:05	Menne, Heinz	49	MC Menden	20.06.	Menden
4:00:17	Maiss, Peter	53	MC Menden	10.10.	Essen

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M50

Forts. Marathon

Rekord:

BL 2003:

4:15:07	Czech, Josef	49	MC Menden	27.11.	Bad Arolsen
4:20:41	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	27.11.	Bad Arolsen

Stundenlauf

Rekord:

BL 2003: 14000 Zimmer, Heinrich 51 LG Iserlohn

12980	Menne, Heinz	49	MC Menden	23.04.	Ergste
-------	--------------	----	-----------	--------	--------

100 km

Rekord:

BL 2003:

10:29:04	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	27.03.	Kienbaum
----------	-------------------	----	-----------	--------	----------

Standweitsprung

Rekord:

BL 2003:

2,30	Lang, Herbert	39	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
2,27	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
2,22	Saure, Friedhelm	42	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
2,08	Ostermann, Klaus	44	LG Menden	17.07.	Ergste
1,70	Potthoff, Friedrich	38	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Weitsprung

Rekord:

BL 2003:

4,96	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,32	Heimeshoff, Klaus	42	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
3,92	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Kugelstoß 6,0 kg

Rekord:

BL 2003: 9,98 Fingerhut, Klaus-Dieter 53 LC Letmathe/Iserlohn

8,50	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
------	-------------------	----	-----------------	--------	-------------

Schleuderball 1,0 kg

Rekord:

BL 2003: 27,98 Kunz, Lothar 50 LG Schwerte

29,16	Doert, Heinz	37	LG Schwerte	24.04.	Ergste
-------	--------------	----	-------------	--------	--------

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M45

100 m

Rekord:

BL 2003:

13,6	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste
14,0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
14,1	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste
14,3	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

200 m

Rekord:

BL 2003:

29,05	-0,6 Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Menden
-------	---------------------	----	-----------------	--------	--------

400 m

Rekord:

BL 2003:

64,12	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
-------	----------------	----	-----------------	--------	--------

800 m

Rekord:

BL 2003:

2:38,6	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna
--------	----------------	----	-----------------	--------	------

5000 m

Rekord:

BL 2003:

17:45,6	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
19:09,3	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	17.07.	Ergste
21:48,3	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste

10 km

Rekord:

BL 2003: 37:43 Winkler, Andreas 56 VfL Fröndenberg

36:47	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	28.03.	Haltem-Sythen
38:23	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	25.01.	Hamm
38:29	Winkler, Andreas	56	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
39:54	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
40:17	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
40:23	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	07.03.	Leverkusen
40:29	Klemm, Wolfgang	52	ASV Iserlohn	11.01.	Bönen
40:39	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	10.04.	Paderborn
41:18	Pallatzky, Horst	40	LG Schwerte	28.03.	Haltem-Sythen
41:34	Hoffmann, Heinz	36	MC Menden	20.03.	Salzkotten
41:36	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
42:09	Czybulka, Horst	48	MC Menden	11.01.	Bönen
42:16	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.01.	Hamm

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M45

Forts. 10 km

Rekord:

BL 2003: 37:43 Winkler, Andreas 56 VfL Fröndenberg

42:28	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	25.01.	Hamm
44:48	Hoffmann, Walter	58	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
45:08	Skowronek, Achim	51	SC 1912 Hennen	25.01.	Hamm
45:18	Glasmeier, Gerd	51	MC Menden	20.03.	Salzkotten
45:52	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	11.01.	Bönen
46:02	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	04.04.	Bruay/F
46:12	Menne, Heinz	49	MC Menden	11.01.	Bönen

10 km Mannschaft

Rekord:

BL2003:

2:05:03	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Kaderhandt 40:51, Dellwig 41:36, Kasselmann 42:36		
2:08:32	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Köhnemann 41:40, Miller 43:15, Wibberg 43:37		

Halbmarathon

Rekord:

BL 2003: 1:45:15 Wunderlich, Fritz 54 VfL Fröndenberg

1:21:56	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:24:36	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:28:49	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:29:42	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	22.02.	Hamm
1:31:11	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	20.05.	Hagen
1:31:48	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:31:56	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	22.02.	Hamm
1:34:10	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	26.09.	Bertlich
1:37:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	20.05.	Hagen
1:38:33	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:39:10	Hoffmann, Walter	58	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:40:40	Matusczyk, Reinhard	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:41:23	Rudloff, Klaus	51	SC 1912 Hennen	22.02.	Hamm
1:43:03	Skowronek, Achim	51	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
1:43:20	Wunderlich, Friedrich Wilhel	54	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
1:43:29	Menne, Heinz	49	MC Menden	22.02.	Hamm
1:45:02	Czybulka, Horst	48	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
1:45:48	Czech, Josef	49	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
1:45:59	Trinkwald, Jürgen	58	MC Menden	22.02.	Hamm

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M45

Halbmarathon Mannschaft

Rekord:

BL2003:

4:17:00	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Schöne 1:20:23, Mirz 1:27:48, Hofmann 1:28:49		
4:27:23	MC Menden	14.03.	Siegburg
	Karlsohn 1:21:56, Dellwig 1:31:48, Kasselmann 1:33:39		
5:41:00	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Hoffmann 1:39:10, Schoo 1:54:06, Wibberg 2:07:44		

Marathon

Rekord:

BL 2003:

2:53:34	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	02.05.	Hannover
2:55:21	Winkler, Andreas	56	VfL Fröndenberg	25.04.	Dortmund
2:55:24	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	10.10.	Essen
3:02:19	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	10.10.	Essen
3:11:51	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	02.05.	Hannover
3:12:11	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	02.05.	Hannover
3:25:40	Zappe, Reinhard	52	MC Menden	10.10.	Essen
3:27:06	Kaderhandt, Walter	59	MC Menden	10.10.	Essen
3:27:40	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:31:58	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:32:24	Glasmeier, Gerd	51	MC Menden	20.06.	Menden
3:36:01	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	10.10.	Essen
3:36:28	Hoffmann, Walter	58	MC Menden	10.10.	Essen
3:40:37	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	20.06.	Menden
3:47:47	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	27.11.	Bad Arolsen
3:52:05	Menne, Heinz	49	MC Menden	20.06.	Menden
4:00:17	Maiss, Peter	53	MC Menden	10.10.	Essen
4:02:32	Filthaut, Thomas	58	MC Menden	20.06.	Menden
4:15:07	Czech, Josef	49	MC Menden	27.11.	Bad Arolsen
4:20:41	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	27.11.	Bad Arolsen

Stundenlauf

Rekord:

BL 2003: 14600 Weigelt, Stefan 58 LG Schwerte

12980	Menne, Heinz	49	MC Menden	23.04.	Ergste
12940	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	23.04.	Ergste

Hochsprung

Rekord:

BL 2003:

1,50	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
1,48	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,37	Schnadt, Ulrich	39	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden

Forts. Hochsprung Rekord:
BL 2003:

1,20 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte 23.04. Ergste

Weitsprung Rekord:
BL 2003: 4,93 Holzhausen, Dirk-Ulrich 55 LG Schwerte

5,02	Preuß, Michael	55 VfL Fröndenberg	17.07. Ergste
4,96	Bloedorn, Friedhelm	54 LG Schwerte	17.07. Ergste
4,67	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55 LG Schwerte	23.04. Ergste
4,54	Prothmann, Uwe	59 LG Schwerte	17.07. Ergste
4,32	Heimeshoff, Klaus	42 VfL Fröndenberg	17.07. Ergste
3,92	Tohermes, Norbert	54 VfL Fröndenberg	09.10. Fröndenberg

Kugelstoß 7,260 kg Rekord:
BL 2003:

9,60	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55 LG Schwerte	24.04. Ergste
8,54	Stanowski, Frank	59 LC Letmathe/Iserlohn	24.04. Ergste
7,79	Preuß, Michael	55 VfL Fröndenberg	09.10. Fröndenberg
7,77	Prothmann, Uwe	59 LG Schwerte	17.07. Ergste

Diskuswurf 2,0 kg Rekord:
BL 2003:

25,25	Stanowski, Frank	59 LC Letmathe/Iserlohn	21.08. Altena
20,96	Preuß, Michael	55 VfL Fröndenberg	18.09. Dipperz(Fulda)

Hammerwurf 7,260 kg Rekord:
BL 2003:

30,58	Stanowski, Frank	59 LC Letmathe/Iserlohn	03.07. Altena
-------	------------------	-------------------------	---------------

Speerwurf 800 g Rekord:
BL 2003: 30,74 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

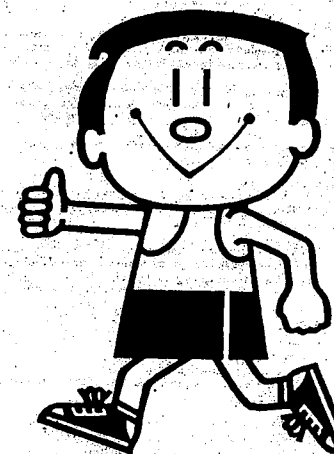
32,99	Preuß, Michael	55 VfL Fröndenberg	10.06. Minden
30,99	Stanowski, Frank	59 LC Letmathe/Iserlohn	21.08. Altena

Schleuderball 1,500 kg Rekord:
BL 2003:

43,74	Stanowski, Frank	59 LC Letmathe/Iserlohn	24.04. Ergste
-------	------------------	-------------------------	---------------

Fünfkampf Rekord:
BL 2003:

1515	Preuß, Michael	55 VfL Fröndenberg	25.09. Menden
(4,56*-31,65-29,05*-20,30-5:50,09)			



**...lauf
mal
wieder**



Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M40

100 m	Rekord: BL 2003:			
13,6	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07. Ergste
14,0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	17.07. Ergste
14,1	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07. Ergste
14,3	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10. Fröndenberg
200 m	Rekord: BL 2003:			
29,05	-0,6 Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09. Menden
5000 m	Rekord: BL 2003: 21:39,8 Lohse, Frank	62	LG Schwerte	
17:45,6	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	04.04. Dortmund
19:09,3	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	17.07. Ergste
21:48,3	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07. Ergste
10 km	Rekord: BL 2003: 37:34 Mirz, Thomas	62	MC Menden	
34:04	Welzel, Volker	61	LG Menden	28.03. Haltern-Sythen
36:24	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	11.01. Bönen
36:36	Hausdorf, Uwe	62	MC Menden	20.03. Salzkotten
36:47	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	28.03. Haltern-Sythen
38:23	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	25.01. Hamm
38:29	Winkler, Andreas	56	VfL Fröndenberg	14.02. Fröndenberg
39:14	Bruchmann, Burkhard	64	LG Menden	14.02. Fröndenberg
39:45	Mirz, Thomas	63	MC Menden	29.01. Hamm
39:54	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	14.02. Fröndenberg
40:13	Wibberg, Henry	61	MC Menden	29.01. Hamm
40:17	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.09. Dortmund
40:23	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	07.03. Leverkusen
40:29	Klemm, Wolfgang	52	ASV Iserlohn	11.01. Bönen
40:39	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	10.04. Paderborn
40:50	Weingarten, Peter	63	LG Schwerte	14.02. Fröndenberg
41:18	Pallatzky, Horst	40	LG Schwerte	28.03. Haltern-Sythen
41:34	Hoffmann, Heinz	36	MC Menden	20.03. Salzkotten
41:36	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	14.02. Fröndenberg
42:09	Czybulka, Horst	48	MC Menden	11.01. Bönen
42:16	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.01. Hamm

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M40

Halbmarathon	Rekord: BL 2003:			
1:20:23	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	14.02. Fröndenberg
1:21:19	Ulitzka, Hans-Jürgen	60	LG Schwerte	14.02. Fröndenberg
1:21:56	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	14.03. Siegburg
1:24:36	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	11.09. Warendorf
1:25:40	Mirz, Thomas	63	MC Menden	22.02. Hamm
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	14.03. Siegburg
1:28:30	Bruchmann, Burkhard	64	LG Menden	22.02. Hamm
1:28:49	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	14.02. Fröndenberg
1:29:42	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	22.02. Hamm
1:30:28	Wibberg, Henry	61	MC Menden	10.04. Paderborn
1:31:11	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	20.05. Hagen
1:31:36	Weingarten, Peter	63	LG Schwerte	25.04. Dortmund-Essen
1:31:48	Dellwig, H.-Werner	50	MC Menden	14.03. Siegburg
1:31:56	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	22.02. Hamm
1:33:14	Miller, Gary	60	MC Menden	22.02. Hamm
1:34:10	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	26.09. Bertlich
1:34:36	Sendatzki, Robert	60	MC Menden	22.02. Hamm
1:37:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	20.05. Hagen
1:38:33	Pollok, Dr. Ernest	42	MC Menden	14.02. Fröndenberg
1:39:10	Hoffmann, Walter	58	MC Menden	14.02. Fröndenberg
Marathon	Rekord: BL 2003:			
2:48:32	Hausdorf, Uwe	62	MC Menden	10.10. Essen
2:49:46	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	10.10. Essen
2:53:34	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	02.05. Hannover
2:55:21	Winkler, Andreas	56	VfL Fröndenberg	25.04. Dortmund
2:55:24	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	10.10. Essen
2:58:32	Ulitzka, Hans-Jürgen	60	LG Schwerte	11.09. Warendorf
3:02:19	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	10.10. Essen
3:11:51	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	02.05. Hannover
3:12:11	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	02.05. Hannover
3:19:18	Wibberg, Henry	61	MC Menden	02.05. Hannover
3:21:39	Mirz, Thomas	63	MC Menden	20.06. Menden
3:25:40	Zappe, Reinhard	52	MC Menden	10.10. Essen
3:27:06	Kaderhandt, Walter	59	MC Menden	10.10. Essen
3:27:40	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.04. Dortmund-Essen
3:29:41	Miller, Gary	60	MC Menden	20.06. Menden
3:31:58	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	25.04. Dortmund-Essen
3:32:24	Glasmeier, Gerd	51	MC Menden	20.06. Menden
3:36:01	Kesper, Jürgen	53	MC Menden	10.10. Essen
3:36:28	Hoffmann, Walter	58	MC Menden	10.10. Essen

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M40

Forts. Marathon

Rekord:
BL 2003:

3:36:44 Sendatzki, Robert 60 MC Menden 20.06. Menden

Stundenlauf

Rekord:
BL 2003:

14180 Mühr, Carsten 64 LG Schwerte 23.04. Ergste
 12980 Menne, Heinz 49 MC Menden 23.04. Ergste
 12940 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 23.04. Ergste

100 km

Rekord:
BL 2003:

10:29:04 Kaderhandt, Josef 47 MC Menden 27.03. Kienbaum

Weitsprung

Rekord:
BL 2003: 4,89 Lohse, Frank 62 LG Schwerte

5,02 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 17.07. Ergste
 4,96 Bloedorn, Friedhelm 54 LG Schwerte 17.07. Ergste
 4,67 Holzhausen, Dirk-Ulrich 55 LG Schwerte 23.04. Ergste
 4,54 Prothmann, Uwe 59 LG Schwerte 17.07. Ergste
 4,32 Heimeshoff, Klaus 42 VfL Fröndenberg 17.07. Ergste
 3,92 Tohermes, Norbert 54 VfL Fröndenberg 09.10. Fröndenberg

Kugelstoß 7,260 kg

Rekord:
BL 2003: 8,40 Stanowski, Frank 59 LC Letmathe/Iserlohn

9,60 Holzhausen, Dirk-Ulrich 55 LG Schwerte 24.04. Ergste
 8,54 Stanowski, Frank 59 LC Letmathe/Iserlohn 24.04. Ergste
 7,79 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 09.10. Fröndenberg
 7,77 Prothmann, Uwe 59 LG Schwerte 17.07. Ergste

Diskuswurf 2,0 kg

Rekord:
BL 2003: 26,02 Stanowski, Frank 59 LC Letmathe/Iserlohn

25,25 Stanowski, Frank 59 LC Letmathe/Iserlohn 21.08. Altena
 20,96 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 18.09. Dipperz(Fulda)

Speerwurf 800 g

Rekord:
BL 2003: 29,91 Stanowski, Frank 59 LC Letmathe/Iserlohn

32,99 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 10.06. Minden
 30,99 Stanowski, Frank 59 LC Letmathe/Iserlohn 21.08. Altena

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M35

100 m

Rekord:
BL 2003:

12,70 Drees, Wolfgang 65 TV Deilinghofen 12.09. Hagen
 13,3 Spieckermann, Ulf 65 TV Deilinghofen 18.09. Deilinghofen
 13,6 Bloedorn, Friedhelm 54 LG Schwerte 17.07. Ergste
 13,9 Haefs, Henrik 65 TV Deilinghofen 18.09. Deilinghofen
 14,0 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 17.07. Ergste
 14,1 Prothmann, Uwe 59 LG Schwerte 17.07. Ergste
 14,3 Tohermes, Norbert 54 VfL Fröndenberg 09.10. Fröndenberg

200 m

Rekord:
BL 2003:

29,05 -0,6 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 25.09. Menden

800 m

Rekord:
BL 2003:

2:27,97 Lässig, Jörg 69 MC Menden 10.06. Iserlohn
 2:30,14 Schadwill, Thomas 65 LG Iserlohn 10.06. Iserlohn
 2:38,6 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 25.09. Unna

1500 m

Rekord:
BL 2003:

5:50,09 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 25.09. Menden

3000 m

Rekord:
BL 2003:

11:14,80 Borst, Armin 68 LG Schwerte 25.08. Wiesbaden

5000 m

Rekord:
BL 2003: 19:02,5 Mühr, Carsten 64 LG Schwerte

16:19,50 Haselhorst, Martin 65 LG Menden 25.09. Menden
 17:45,6 Schubert, Hans-Jürgen 51 LG Schwerte 04.04. Dortmund
 18:57,7 Reckert, Marcus 66 LG Schwerte 19.08. Dortmund
 19:00,9 Mittelbach, Thomas 67 LG Schwerte 07.05. Wuppertal
 19:09,3 Kamrath, Horst 49 LG Schwerte 17.07. Ergste
 19:59,6 Lässig, Jörg 69 MC Menden 17.07. Ergste
 21:48,3 Bloedorn, Friedhelm 54 LG Schwerte 17.07. Ergste

10000 m

Rekord:

BL 2003: 35:02,04 RÜth, Thomas 68 LG Menden

35:11,23	Rüth, Thomas	68 LG Menden	24.04.	Hagen
10 km	Rekord:			
	BL 2003: 34:59 RÜth, Thomas 68 LG Menden			
34:04	Welzel, Volker	61 LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
34:08	Kühne, Peter	67 LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
34:33	Rüth, Thomas	68 LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
35:05	Haselhorst, Martin	65 LG Menden	03.10.	Soest
36:24	Schöne, Burkhard	64 MC Menden	11.01.	Bönen
36:36	Hausdorf, Uwe	62 MC Menden	20.03.	Salzkotten
36:47	Schubert, Hans-Jürgen	51 LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
37:15	Remmert, Michael	69 LG Menden	14.02.	Fröndenberg
37:33	Borst, Armin	68 LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
37:55	Beckmann, Ulrich	66 LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
38:15	Kotolas, Kosta	65 MC Menden	20.03.	Salzkotten
38:23	Karlsohn, Heinrich	50 MC Menden	25.01.	Hamm
38:29	Winkler, Andreas	56 VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
38:39	Lässig, Jörg	69 MC Menden	20.03.	Salzkotten
38:40	Mittelbach, Thomas	67 LG Schwerte	07.03.	Leverkusen
39:14	Bruchmann, Burkhard	64 LG Menden	14.02.	Fröndenberg
39:24	Krüger, Olaf	69 LG Schwerte	11.01.	Bönen
39:30	Mexner, Gerald	66 LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
39:45	Mirz, Thomas	63 MC Menden	29.01.	Hamm
39:54	Tohermes, Norbert	54 VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft

Rekord:

BL2003:

1:42:45	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
	Welzel 34:04, Kühne 34:08, Rüth 34:33		
1:52:05	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
	Dick-Cortmann 37:13, Hees 37:19, Borst 37:33		
1:57:54	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
	Beckmann 37:55, Jesse 39:49, Bruchmann 40:10		
2:05:03	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Kaderhandt 40:51, Dellwig 41:36, Kasselman 42:36		
2:08:32	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Köhnemann 41:40, Miller 43:15, Wibberg 43:37		
2:19:33	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Kuschel 39:50, Lässig 40:18, Moeller 59:25		

Halbmarathon

Rekord:

BL 2003: 1:18:10 RÜth, Thomas 68 LG Menden

1:20:23	Schöne, Burkhard	64 MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:21:19	Ulitzka, Hans-Jürgen	60 LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
1:21:56	Karlsohn, Heinrich	50 MC Menden	14.03.	Siegburg
1:24:11	Zappala, Paolo	68 ASV Iserlohn	26.09.	Bertlich
1:24:36	Schubert, Hans-Jürgen	51 LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:25:01	Borst, Armin	68 LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:25:40	Mirz, Thomas	63 MC Menden	22.02.	Hamm
1:26:53	Mittelbach, Thomas	67 LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47 MC Menden	14.03.	Siegburg
1:28:30	Bruchmann, Burkhard	64 LG Menden	22.02.	Hamm
1:28:36	Lässig, Jörg	69 MC Menden	22.02.	Hamm
1:28:49	Hofmann, Friedrich	57 MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:29:18	Kotolas, Kosta	65 MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:29:42	Tohermes, Norbert	54 VfL Fröndenberg	22.02.	Hamm
1:30:23	Reckert, Marcus	66 LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:30:28	Wibberg, Henry	61 MC Menden	10.04.	Paderborn
1:31:01	Kesper, Martin	66 MC Menden	20.05.	Hagen
1:31:11	Kamrath, Horst	49 LG Schwerte	20.05.	Hagen
1:31:36	Weingarten, Peter	63 LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
1:31:48	Dellwig, H.-Werner	50 MC Menden	14.03.	Siegburg

Halbmarathon Mannschaft

Rekord:

BL2003:

4:17:00	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Schöne 1:20:23, Mirz 1:27:48, Hofmann 1:28:49		
4:27:23	MC Menden	14.03.	Siegburg
	Karlsohn 1:21:56, Dellwig 1:31:48, Kasselman 1:33:39		
4:57:05	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Kotolas 1:29:18, Mirow 1:38:55, Kuschel 1:48:52		
5:41:00	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Hoffmann 1:39:10, Schoo 1:54:06, Wibberg 2:07:44		

Marathon

Rekord:

BL 2003:

2:48:32	Hausdorf, Uwe	62 MC Menden	10.10.	Essen
2:49:46	Schöne, Burkhard	64 MC Menden	10.10.	Essen
2:53:34	Karlsohn, Heinrich	50 MC Menden	02.05.	Hannover
2:55:21	Winkler, Andreas	56 VfL Fröndenberg	25.04.	Dortmund
2:55:24	Schubert, Hans-Jürgen	51 LG Schwerte	10.10.	Essen
2:58:32	Ulitzka, Hans-Jürgen	60 LG Schwerte	11.09.	Warendorf
3:02:19	Hofmann, Friedrich	57 MC Menden	10.10.	Essen

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M35

Forts. Marathon

Rekord:

BL 2003:

3:11:51	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	02.05.	Hannover
3:12:11	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	02.05.	Hannover
3:14:09	Kotolas, Kosta	65	MC Menden	20.06.	Menden
3:14:57	Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	10.10.	Essen
3:16:16	Mexner, Gerald	66	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:19:11	Kesper, Martin	66	MC Menden	10.10.	Essen
3:19:18	Wibberg, Henry	61	MC Menden	02.05.	Hannover
3:21:39	Mirz, Thomas	63	MC Menden	20.06.	Menden
3:25:40	Zappe, Reinhard	52	MC Menden	10.10.	Essen
3:27:06	Kaderhandt, Walter	59	MC Menden	10.10.	Essen
3:27:40	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:29:41	Miller, Gary	60	MC Menden	20.06.	Menden
3:31:58	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen

Stundenlauf

Rekord:

BL 2003: 13775 Mühr, Carsten 64 LG Schwerte

15080	Krüger, Olaf	69	LG Schwerte	23.04.	Ergste
14950	Lässig, Jörg	69	MC Menden	23.04.	Ergste
14180	Mühr, Carsten	64	LG Schwerte	23.04.	Ergste
13930	Füber, Andreas	67	LG Schwerte	23.04.	Ergste
12980	Menne, Heinz	49	MC Menden	23.04.	Ergste
12940	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	23.04.	Ergste

100 km

Rekord:

BL 2003:

10:29:04	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	27.03.	Kienbaum
----------	-------------------	----	-----------	--------	----------

Hochsprung

Rekord:

BL 2003:

1,50	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
1,48	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,37	Schnadt, Ulrich	39	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
1,20	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	23.04.	Ergste

Weitsprung

Rekord:

BL 2003: 5,47 Drees, Wolfgang 65 TV Deilinghofen

5,24	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,19	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
5,02	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M35

Forts. Weitsprung

Rekord:

BL 2003: 5,47 Drees, Wolfgang 65 TV Deilinghofen

4,96	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,67	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	23.04.	Ergste
4,54	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,49	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,32	Heimeshoff, Klaus	42	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
3,92	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Dreisprung

Rekord:

BL 2003:

11,58	0,0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
10,69	-0,1	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer

Kugelstoß 7,260 kg

Rekord:

BL 2003: 10,16 Potthoff, Andreas 68 VfL Fröndenberg

9,92	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
9,60	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	24.04.	Ergste
8,68	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
8,54	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
8,48	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,93	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,79	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
7,77	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste

Diskuswurf 2,0 kg

Rekord:

BL 2003: 19,34 Bruchmann, Burkhard 64 LG Menden

25,68	Schulte, Christoph	65	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
25,25	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena
20,96	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	18.09.	Dipperz(Fulda)

Hammerwurf 7,260 kg

Rekord:

BL 2003:

30,58	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	03.07.	Altena
22,22	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden

Speerwurf 800 g

Rekord:

BL 2003: 22,64 Bruchmann, Burkhard 64 LG Menden

32,99	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
30,99	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena

Forts. Speerwurf 800 g Rekord:
BL 2003: 22,64 Bruchmann, Burkhard 64 LG Menden

25,90 Potthoff, Andreas 68 VfL Fröndenberg 09.10. Fröndenberg

Fünfkampf Rekord:
BL 2003:

1515 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 25.09. Menden
(4,56*-31,65-29,05*-20,30-5:50,09)



100 m Rekord:
BL 2003:

11,60	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	03.07.	Witten
12,1	Ritter, Christian	72	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
12,70	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hagen
13,3	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
13,6	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste
13,9	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
14,0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
14,1	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste
14,3	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

200 m Rekord:
BL 2003:

23,66	0	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	04.09.	Essen
29,05	-0,6	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Menden

400 m Rekord:
BL 2003:

64,12	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
-------	----------------	----	-----------------	--------	--------

800 m Rekord:
BL 2003: 2:25,09 Lässig, Jörg 69 MC Menden

2:27,97	Lässig, Jörg	69	MC Menden	10.06.	Iserlohn
2:30,14	Schadwill, Thomas	65	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:38,6	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna

1500 m Rekord:
BL 2003:

5:50,09	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Menden
---------	----------------	----	-----------------	--------	--------

3000 m Rekord:
BL 2003:

10:44,32	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	02.09.	Dortmund
11:14,80	Borst, Armin	68	LG Schwerte	25.08.	Wiesbaden

5000 m Rekord:
BL 2003: 19:12,29 Lässig, Jörg 69 MC Menden

16:19,50	Haselhorst, Martin	65	LG Menden	25.09.	Menden
----------	--------------------	----	-----------	--------	--------

KREISBESTENLISTE 2004 / LA-KREIS K 17 / ISERLOHN

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M30

Seite: 27

Forts. 5000 m

Rekord:

BL 2003: 19:12,29 Lässig, Jörg 69 MC Menden

17:45,6	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
18:45,4	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	19.08.	Dortmund
18:57,7	Reckert, Marcus	66	LG Schwerte	19.08.	Dortmund
19:00,9	Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	07.05.	Wuppertal
19:09,3	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	17.07.	Ergste
19:59,6	Lässig, Jörg	69	MC Menden	17.07.	Ergste
21:48,3	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste

10000 m

Rekord:

BL 2003:

35:11,23	Rüth, Thomas	68	LG Menden	24.04.	Hagen
37:32,04	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	18.09.	Kamen

10 km

Rekord:

BL 2003: 39:22 Lässig, Jörg 69 MC Menden

32:59	Driouch, Lahcen	71	LG Iserlohn	10.04.	Paderborn
34:04	Welzel, Volker	61	LG Menden	28.03.	Halterm-Sythen
34:08	Kühne, Peter	67	LG Menden	28.03.	Halterm-Sythen
34:33	Rüth, Thomas	68	LG Menden	28.03.	Halterm-Sythen
35:05	Haselhorst, Martin	65	LG Menden	03.10.	Soest
35:36	Kurtz, Peter	70	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
36:24	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	11.01.	Bönen
36:36	Hausdorf, Uwe	62	MC Menden	20.03.	Salzkotten
36:47	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	28.03.	Halterm-Sythen
36:58	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	02.10.	Bertlich
37:13	Dick-Cortmann, Marcus	71	LG Schwerte	28.03.	Halterm-Sythen
37:15	Remmert, Michael	69	LG Menden	14.02.	Fröndenberg
37:33	Borst, Armin	68	LG Schwerte	28.03.	Halterm-Sythen
37:55	Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	28.03.	Halterm-Sythen
38:15	Kotolas, Kosta	65	MC Menden	20.03.	Salzkotten
38:23	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	25.01.	Hamm
38:29	Winkler, Andreas	56	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
38:39	Lässig, Jörg	69	MC Menden	20.03.	Salzkotten
38:40	Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	07.03.	Leverkusen
38:52	Jesse, Matthias	73	LG Menden	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft

Rekord:

BL2003:

1:42:45	LG Menden	28.03.	Halterm-Sythen
Welzel 34:04, Kühne 34:08, Rüth 34:33			

KREISBESTENLISTE 2004 / LA-KREIS K 17 / ISERLOHN

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M30

Seite: 28

Forts. 10 km Mannschaft

Rekord:

BL2003:

1:52:05	LG Schwerte	28.03.	Halterm-Sythen
Dick-Cortmann 37:13, Hees 37:19, Borst 37:33			
1:57:54	LG Menden	28.03.	Halterm-Sythen
Beckmann 37:55, Jesse 39:49, Bruchmann 40:10			
2:05:03	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
Kaderhandt 40:51, Dellwig 41:36, Kasselman 42:36			
2:08:32	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
Köhnemann 41:40, Miller 43:15, Wibberg 43:37			
2:19:33	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
Kuschel 39:50, Lässig 40:18, Moeller 59:25			

Halbmarathon

Rekord:

BL 2003:

1:14:45	Driouch, Lahcen	71	LG Iserlohn	26.09.	Bertlich
1:20:23	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:21:19	Ulitzka, Hans-Jürgen	60	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
1:21:56	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:22:42	Kurtz, Peter	70	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:22:45	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:24:11	Zappala, Paolo	68	ASV Iserlohn	26.09.	Bertlich
1:24:22	Dick-Cortmann, Marcus	71	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:24:36	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:25:01	Borst, Armin	68	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:25:31	Malchow, Reiner	71	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
1:25:40	Mirz, Thomas	63	MC Menden	22.02.	Hamm
1:26:53	Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:27:08	Kuschel, Thomas	70	MC Menden	22.02.	Hamm
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:28:30	Bruchmann, Burkhard	64	LG Menden	22.02.	Hamm
1:28:36	Lässig, Jörg	69	MC Menden	22.02.	Hamm
1:28:49	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:29:18	Kotolas, Kosta	65	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:29:42	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	22.02.	Hamm

Marathon

Rekord:

BL 2003:

2:48:32	Hausdorf, Uwe	62	MC Menden	10.10.	Essen
2:49:46	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	10.10.	Essen
2:53:34	Karlsohn, Heinrich	50	MC Menden	02.05.	Hannover
2:53:51	Kurtz, Peter	70	LG Schwerte	10.10.	Essen
2:55:21	Winkler, Andreas	56	VfL Fröndenberg	25.04.	Dortmund

Forts. Marathon

Rekord:
BL 2003:

2:55:24	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	10.10.	Essen
2:58:32	Ullitzka, Hans-Jürgen	60	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
2:59:49	Köhnemann, Mario	71	MC Menden	10.10.	Essen
3:02:19	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	10.10.	Essen
3:11:51	Kasselmann, Hans-Jürgen	53	MC Menden	02.05.	Hannover
3:12:11	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	02.05.	Hannover
3:14:09	Kotolas, Kosta	65	MC Menden	20.06.	Menden
3:14:57	Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	10.10.	Essen
3:16:16	Mexner, Gerald	66	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
3:19:11	Kesper, Martin	66	MC Menden	10.10.	Essen
3:19:18	Wibberg, Henry	61	MC Menden	02.05.	Hannover
3:19:47	Kuschel, Thomas	70	MC Menden	27.11.	Bad Arolsen
3:21:39	Mirz, Thomas	63	MC Menden	20.06.	Menden
3:25:40	Zappe, Reinhard	52	MC Menden	10.10.	Essen
3:27:06	Kaderhandt, Walter	59	MC Menden	10.10.	Essen

Stundenlauf

Rekord:
BL 2003: 13840 Lässig, Jörg 69 MC Menden

15080	Krüger, Olaf	69	LG Schwerte	23.04.	Ergste
14950	Lässig, Jörg	69	MC Menden	23.04.	Ergste
14570	Piehl, Karsten	70	LG Schwerte	23.04.	Ergste
14180	Mühr, Carsten	64	LG Schwerte	23.04.	Ergste
13930	Füber, Andreas	67	LG Schwerte	23.04.	Ergste
12980	Menne, Heinz	49	MC Menden	23.04.	Ergste
12940	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	23.04.	Ergste

100 km

Rekord:
BL 2003:

9:29:08	Kuschel, Thomas	70	MC Menden	27.03.	Kienbaum
10:29:04	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	27.03.	Kienbaum

4 x 100 m

Rekord:
BL2003:

48,36	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
Schulte 65, Spieckermann 74, Drees 65, Ritter 72			

Weitsprung

Rekord:
BL 2003:

5,95	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
------	--------------------	----	-----------------	--------	--------------

Forts. Weitsprung

Rekord:
BL 2003:

5,59	Ritter, Christian	72	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
5,24	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,19	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
5,02	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
4,96	Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,67	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	23.04.	Ergste
4,54	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,49	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,32	Heimeshoff, Klaus	42	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
3,92	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Dreisprung

Rekord:
BL 2003:

11,58	0,0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
10,69	-0,1	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer

Kugelstoß 7,260 kg

Rekord:
BL 2003:

9,92	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
9,61	Ritter, Christian	72	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,60	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	24.04.	Ergste
8,68	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
8,54	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
8,48	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,93	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,82	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,79	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
7,77	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste

Diskuswurf 2,0 kg

Rekord:
BL 2003:

25,68	Schulte, Christoph	65	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
25,25	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena
20,96	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	18.09.	Dipperz(Fulda)

Hammerwurf 7,260 kg

Rekord:
BL 2003:

30,58	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	03.07.	Altena
22,22	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer M30

Speerwurf 800 g

Rekord:
BL 2003:

32,99	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
30,99	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena
25,90	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Schleuderball 1,500 kg

Rekord:
BL 2003:

43,74	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
-------	------------------	----	----------------------	--------	--------

Fünfkampf

Rekord:
BL 2003:

1515	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Menden
(-4,56*-31,65-29,05*-20,30-5:50,09)					

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

100 m

Rekord: 10,5 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2003: 11,86* Ranke, Ren, 78 LG Menden

11,45	-0,3	Jata, Michael	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
11,48	0,0	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
11,49	-0,2	Schröer, Florian	83	LG Menden	10.06.	Iserlohn
11,59	-0,2	Zeisler, Leo	80	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
11,60		Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	03.07.	Witten
11,65		Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,66	-0,2	Dröschner, Daniel	77	LG Menden	10.06.	Iserlohn
11,68		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,76	+1,5	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,78	+1,1	Meyer, Felix	86	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
11,82		Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	01.05.	Kreuztal
11,86	+0,9	Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,90	+1,5	Spancken, Christian	87	LG Menden	28.05.	Kamen
11,98	-1,5	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	04.07.	Menden
12,03		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,15	-1,6	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
12,17	-0,3	Drossart, Alexander	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
12,20	+1,4	Leder, Frederik	88	LG Menden	28.05.	Kamen
12,20	+1,4	Mohr, Christopher	89	LG Menden	28.05.	Kamen
12,22		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl

Leistungen mit Rückenwind:

11,40	+2,1	Schröer, Florian	83	LG Menden	20.06.	Meschede
11,56	+2,1	Dröschner, Daniel	77	LG Menden	20.06.	Meschede

200 m

Rekord: 21,84 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2003: 24,36* Detzner, Meik 80 LG Menden

23,28	+1,4	Schröer, Florian	83	LG Menden	28.05.	Kamen
23,53	-0,1	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	17.07.	Recklinghausen
23,58	+1,1	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	13.06.	Lüdenscheid
23,66	0	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	04.09.	Essen
24,14	+0,6	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
24,21	-0,6	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	19.08.	Dortmund
24,24	-0,4	Spancken, Christian	87	LG Menden	29.05.	Gladbeck
24,33	-0,6	Leder, Frederik	88	LG Menden	16.05.	Menden
24,33	+1,4	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
24,45	-0,6	Mohr, Christopher	89	LG Menden	16.05.	Menden
25,70	+1,1	Ranke, Ren,	78	LG Menden	20.06.	Meschede
25,92	+0,7	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
26,15		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
26,38	-2,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. 200 m Rekord: 21,84 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2003: 24,36* Detzner, Meik 80 LG Menden

26,78	+0,2	Wiehagen, Bastian	88	LG Menden	20.06.	Meschede
26,88	-2,5	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn
29,05	-0,6	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Menden

Leistungen mit Rückenwind:

23,53	+2,2	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	06.07.	Dortmund
-------	------	----------------	----	-----------------	--------	----------

400 m Rekord: 47,8 Friedrich, Hans-Walter LAV Menden
BL 2003:

53,40		Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
55,02		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
55,45		Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	26.06.	Lüdenscheid
55,61		Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
57,32		Dick, Andr,	87	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
59,69		Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
59,97		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
60,11		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn
60,58		Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
60,76		Wulff, Julius	88	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
61,96		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
64,12		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
65,79		Kanthak, Christoph	88	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
68,49		Kemper, Till	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
verl.		Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

800 m Rekord: 1:48,76 Krüger, Hendrik SV Menden
BL 2003:

2:03,45		Münster, Jan-Hinrich	87	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:08,86		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	02.09.	Dortmund
2:27,97		Lässig, Jörg	69	MC Menden	10.06.	Iserlohn
2:30,14		Schadwill, Thomas	65	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:38,6		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna

1500 m Rekord: 3:39,56 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide
BL 2003:

4:30,04		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	28.05.	Kamen
4:32,04		Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	28.05.	Kamen
4:41,90		Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5:17,53		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. 1500 m Rekord: 3:39,56 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide
BL 2003:

5:32,07		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
5:50,09		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Menden
5:51,58		Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

3000 m Rekord: 7:53,51 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide
BL 2003:

9:23,48		Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	24.04.	Hagen
9:32,57		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	26.06.	Kreuztal
9:50,12		Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	12.06.	Lüdenscheid
9:57,76		Scholl, Timo	80	LG Schwerte	02.09.	Dortmund
10:29,23		Krohn, Stefan	89	LG Iserlohn	24.04.	Hagen
10:33,62		Papenheim, Christoph	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Hagen
10:42,4		Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
10:44,32		Hees, Marcus	70	LG Schwerte	02.09.	Dortmund
10:58,24		Büchner, Pascal	88	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede
11:14,80		Borst, Armin	68	LG Schwerte	25.08.	Wiesbaden
11:53,08		Willfroth, Carsten	75	LG Schwerte	06.07.	Dortmund

5000 m Rekord: 13:40,50 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide
BL 2003:

16:19,50		Haselhorst, Martin	65	LG Menden	25.09.	Menden
17:18,3		Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	01.09.	Werl
17:18,6		Schwabe, David	83	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
17:45,6		Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
17:52,22		Münzberg, Robert	87	LG Iserlohn	20.06.	Meschede
18:08,7		Lenzko, Dennis	84	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
18:09,06		Frey, Andreas	76	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede
18:45,4		Hees, Marcus	70	LG Schwerte	19.08.	Dortmund
18:57,7		Reckert, Marcus	66	LG Schwerte	19.08.	Dortmund
19:00,9		Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	07.05.	Wuppertal
19:09,3		Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	17.07.	Ergste
19:59,6		Lässig, Jörg	69	MC Menden	17.07.	Ergste
21:48,3		Bloedorn, Friedhelm	54	LG Schwerte	17.07.	Ergste

10000 m Rekord: 30:02,95 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide
BL 2003:

35:11,23		Rüth, Thomas	68	LG Menden	24.04.	Hagen
35:44,86		Scholl, Timo	80	LG Schwerte	18.09.	Kamen
37:32,04		Hees, Marcus	70	LG Schwerte	18.09.	Kamen

10 km Rekord: 29:14 Edwards, Malcolm Marathon-Club-Menden
BL 2003: 37:17 Prause, Thomas 77 MC Menden

32:59	Driouch, Lahcen	71	LG Iserlohn	10.04.	Paderborn
34:04	Welzel, Volker	61	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
34:08	Kühne, Peter	67	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
34:33	Rüth, Thomas	68	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
35:05	Haselhorst, Martin	65	LG Menden	03.10.	Soest
35:36	Kurtz, Peter	70	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
35:57	Scholl, Timo	80	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
36:12	Korf, Jochen	81	MC Menden	20.03.	Salzkotten
36:17	Schwabe, David	83	ASV Iserlohn	07.03.	Leverkusen
36:24	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	11.01.	Bönen
36:36	Hausdorf, Uwe	62	MC Menden	20.03.	Salzkotten
36:47	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
36:58	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	02.10.	Bertlich
37:03	Prause, Thomas	77	MC Menden	28.03.	Haltern-Sythen
37:11	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
37:13	Dick-Cortmann, Marcus	71	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
37:15	Remmert, Michael	69	LG Menden	14.02.	Fröndenberg
37:33	Borst, Armin	68	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
37:55	Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
37:57	Lenzko, Dennis	84	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen

10 km Mannschaft Rekord: 1:42:43 LG Menden
BL2003:

1:42:45	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
1:49:57	Welzel 34:04, Kühne 34:08, Rüth 34:33	28.03.	Haltern-Sythen
1:52:49	Scholl 35:57, Schubert 36:47, Dick-Cortmann 37:13	28.03.	Haltern-Sythen
1:54:36	LG Schwerte	25.01.	Hamm
1:56:33	Hees 37:19, Borst 37:33, Lenzko 37:57	26.09.	Herten-Bertlich
1:57:54	MC Menden	28.03.	Haltern-Sythen
1:58:31	Schöne 36:24, Karlsruhn 38:23, Mirz 39:49	28.03.	Haltern-Sythen
	ASV Iserlohn		
	Neuhaus 37:11, Eckert 38:48, Büchner 40:34		
	LG Menden		
	Beckmann 37:55, Jesse 39:49, Bruchmann 40:10		
	MC Menden		
	Prause 37:03, Knoblich 39:00, Borrack 42:28		

Forts. 10 km Mannschaft Rekord: 1:42:43 LG Menden
BL2003:

1:59:33	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
2:00:25	Mittelbach 38:45, Mexner 39:30, Pallatzky 41:18	25.01.	Hamm
2:05:03	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
2:05:40	Kuschel 39:59, Lässig 40:12, Wibberg 40:14	25.01.	Hamm
2:08:32	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
2:11:15	Kaderhandt 40:51, Dellwig 41:36, Kasselmann 42:36	25.01.	Hamm
2:17:16	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
2:19:33	Kaderhandt 41:18, Dellwig 41:54, Kesper 42:28	25.01.	Hamm
2:34:40	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
2:45:14	Köhnemann 41:40, Miller 43:15, Wibberg 43:37	25.01.	Hamm
	Borrack 43:06, Prause 43:58, Miller 44:11	25.01.	Hamm
	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
	Sendatzki 44:29, Büchel 45:33, Klar 47:14	25.01.	Hamm
	MC Menden	25.01.	Hamm
	Kuschel 39:50, Lässig 40:18, Moeller 59:25	25.01.	Hamm
	MC Menden	25.01.	Hamm
	Schröder 50:42, Kersthold 51:49, Hills 52:09		
	MC Menden		
	Menne 53:45, Schoo 53:46, Moeller 57:43		

Halbmarathon Rekord: 1:03:15 Weyts,, Jean 55 LG Menden
BL 2003:

1:14:45	Driouch, Lahcen	71	LG Iserlohn	26.09.	Bertlich
1:20:23	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
1:21:19	Ullitzka, Hans-Jürgen	60	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
1:21:56	Karlsruhn, Heinrich	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:22:42	Kurtz, Peter	70	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:22:45	Hees, Marcus	70	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:24:11	Zappala, Paolo	68	ASV Iserlohn	26.09.	Bertlich
1:24:22	Dick-Cortmann, Marcus	71	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:24:36	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	11.09.	Warendorf
1:25:01	Borst, Armin	68	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:25:31	Malchow, Reiner	71	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
1:25:40	Mirz, Thomas	63	MC Menden	22.02.	Hamm
1:25:55	Prause, Thomas	77	MC Menden	22.02.	Hamm
1:26:53	Mittelbach, Thomas	67	LG Schwerte	26.09.	Bertlich
1:27:08	Kuschel, Thomas	70	MC Menden	22.02.	Hamm
1:28:22	Kaderhandt, Josef	47	MC Menden	14.03.	Siegburg
1:28:30	Bruchmann, Burkhard	64	LG Menden	22.02.	Hamm
1:28:36	Lässig, Jörg	69	MC Menden	22.02.	Hamm
1:28:49	Hofmann, Friedrich	57	MC Menden	14.02.	Fröndenberg

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. Halbmarathon Rekord: 1:03:15 Weyts,, Jean 55 LG Menden
BL 2003:

1:29:18 Kotolas, Kosta 65 MC Menden 14.02. Fröndenberg

Halbmarathon Mannschaft Rekord: 3:30:00 LG Menden
BL2003:

4:10:00 MC Menden 22.02. Hamm

Schöne 1:21:37, Karlsruhn 1:22:43, Mirz 1:25:40

4:12:08 LG Schwerte 26.09. Bertlich

Hees 1:22:45, Dick-Cortmann 1:24:22, Borst 1:25:01

4:17:00 MC Menden 14.02. Fröndenberg

Schöne 1:20:23, Mirz 1:27:48, Hofmann 1:28:49

4:21:37 MC Menden 22.02. Hamm

Prause 1:25:55, Kuschel 1:27:08, Kaderhandt 1:28:34

4:27:23 MC Menden 14.03. Siegburg

Karlsruhn 1:21:56, Dellwig 1:31:48, Kasselmann 1:33:39

4:32:25 MC Menden 22.02. Hamm

Lässig 1:28:36, Wibberg 1:31:53, Kasselmann 1:31:56

4:49:24 MC Menden 22.02. Hamm

Miller 1:33:14, Sendatzki 1:34:36, Borrack 1:41:34

4:57:05 MC Menden 14.02. Fröndenberg

Kotolas 1:29:18, Mirow 1:38:55, Kuschel 1:48:52

5:11:49 MC Menden 22.02. Hamm

Büchel 1:42:21, Menne 1:43:29, Trinkwald 1:45:59

5:41:00 MC Menden 14.02. Fröndenberg

Hoffmann 1:39:10, Schoo 1:54:06, Wibberg 2:07:44

Marathon Rekord: 2:13:41 Weyts, Jean 55 Marathon-Club-Menden
BL 2003:

2:48:32 Hausdorf, Uwe 62 MC Menden 10.10. Essen

2:49:46 Schöne, Burkhard 64 MC Menden 10.10. Essen

2:53:34 Karlsruhn, Heinrich 50 MC Menden 02.05. Hannover

2:53:51 Kurtz, Peter 70 LG Schwerte 10.10. Essen

2:55:21 Winkler, Andreas 56 VfL Fröndenberg 25.04. Dortmund

2:55:24 Schubert, Hans-Jürgen 51 LG Schwerte 10.10. Essen

2:58:32 Ullitzka, Hans-Jürgen 60 LG Schwerte 11.09. Warendorf

2:58:50 Scholl, Timo 80 LG Schwerte 27.11. Bad Arolsen

2:59:49 Köhnemann, Mario 71 MC Menden 10.10. Essen

3:02:19 Hofmann, Friedrich 57 MC Menden 10.10. Essen

3:11:51 Kasselmann, Hans-Jürgen 53 MC Menden 02.05. Hannover

3:12:11 Kaderhandt, Josef 47 MC Menden 02.05. Hannover

3:14:09 Kotolas, Kosta 65 MC Menden 20.06. Menden

3:14:57 Mittelbach, Thomas 67 LG Schwerte 10.10. Essen

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. Marathon Rekord: 2:13:41 Weyts, Jean 55 Marathon-Club-Menden
BL 2003:

3:16:16 Mexner, Gerald 66 LG Schwerte 25.04. Dortmund-Essen

3:19:11 Kesper, Martin 66 MC Menden 10.10. Essen

3:19:18 Wibberg, Henry 61 MC Menden 02.05. Hannover

3:19:47 Kuschel, Thomas 70 MC Menden 27.11. Bad Arolsen

3:21:39 Mirz, Thomas 63 MC Menden 20.06. Menden

3:25:40 Zappe, Reinhard 52 MC Menden 10.10. Essen

Marathon Mannschaft Rekord: 7:18:05 Marathon-Club-Menden
BL2003:

8:33:46 MC Menden 10.10. Essen

Karlsruhn 2:55:28, Hausdorf 2:48:32, Schöne 2:49:46

9:04:12 LG Schwerte 10.10. Essen

Kurtz 2:53:51, Schubert 2:55:24, Mittelbach 3:14:57

9:17:50 MC Menden 10.10. Essen

Köhnemann 2:59:49, Hofmann 3:02:19, Kaderhandt 3:15:42

10:22:03 MC Menden 10.10. Essen

Zappe 3:25:40, Kaderhandt 3:27:06, Kuschel 3:29:17

10:59:28 MC Menden 20.06. Menden

Sendatzki 3:36:44, Pollok 3:40:37, Wibberg 3:42:07

11:12:46 MC Menden 10.10. Essen

Kesper 3:36:01, Hoffmann 3:36:28, Maiss 4:00:17

Stundenlauf Rekord: 17300 Beckmann, Ulrich 66 VfL Fröndenberg
BL 2003: 13050 Neebe, Hendrik 77 LG Schwerte

15080 Krüger, Olaf 69 LG Schwerte 23.04. Ergste

14950 Lässig, Jörg 69 MC Menden 23.04. Ergste

14570 Piehl, Karsten 70 LG Schwerte 23.04. Ergste

14180 Mühr, Carsten 64 LG Schwerte 23.04. Ergste

13930 Füßer, Andreas 67 LG Schwerte 23.04. Ergste

13215 Fingerhut, Matthias 87 LC Letmathe/Iserlohn 23.04. Ergste

12980 Menne, Heinz 49 MC Menden 23.04. Ergste

12940 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg 23.04. Ergste

110 m Hürden Rekord: 14,60* Dröschner, Daniel 77 LG Menden
BL 2003:

15,38 -0,8 Dröschner, Daniel 77 LG Menden 17.07. Recklinghausen

17,46 0,0 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen 06.08. Menden

20,61 -0,3 Bernsmann, Tim 84 TV Deilinghofen 09.05. Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

4 x 100 m Rekord: 42,3 LAV Menden
BL2003: 46,92 TV Deilinghofen

45,29	TV Deilinghofen	20.05.	Witten
	Drost 88, Borggräfe 85, Meyer 86, Arndt 87		
45,37	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
	Drost 88, Dorner 86, Arndt 87, Bernsmann 84		
45,44	LG Menden	28.05.	Kamen
	Gesing 87, Spancken 87, Mohr 89, Leder 88		
47,17	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
	Woloschkin 87, Drost 88, Weifenbach 88, Arndt 87		
47,65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
	Ritter 72, Spieckermann 74, Drees 65, Spieckermann 65		
48,36	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
	Schulte 65, Spieckermann 74, Drees 65, Ritter 72		
49,30	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
	Pfaller 90, Pickert 88, Recker 89, Hofmann 90		
49,55	LG Schwerte	16.05.	Menden
	Reith 90, Sommer 90, Wenzel 89, Löptin 89		
60,57	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
	Schopp 91, Glowa 90, Bartsch 90, Renfordt 90		

3 x 1000 m Rekord: 7:28,45 SV Menden
BL2003: 9:39,17 VfL Fröndenberg

10:14,23	LG Schwerte	20.05.	Witten
	Schiffer 92, Prothmann 92, Sommer 91		

Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,70 Schulze, Christoph 78 LG Iserlohn

1,88	Hesse, Philipp	85	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,80	Becker, Sebastian	85	LG Iserlohn	16.05.	Menden
1,75	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	23.04.	Ergste
1,72	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,72	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
1,71	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
1,68	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,68	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1,68	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,68	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,65	Michel, Niklas	86	LG Iserlohn	16.05.	Menden
1,65	Gütler, Roman	85	ASV Iserlohn	16.05.	Menden
1,64	Woloschkin, Andreas	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,60	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,70 Schulze, Christoph 78 LG Iserlohn

1,60	Peter, Mirko	88	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,60	Karg, Sascha	89	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
1,58	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
1,56	Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,56	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,56	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	24.07.	Lage

Stabhochsprung Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2003:

3,20	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
2,70	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
2,60	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	06.06.	Schalksmühle
2,20	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2,10	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2,10	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,80	Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
1,70	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,60	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
1,20	Oberste, Florian	89	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
o.g.V.	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Weitsprung Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen
BL 2003:

6,25	Zeisler, Leo	80	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
6,24	+0,1 Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.06.	Lüdenscheid
5,95	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,92	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	23.04.	Ergste
5,75	Gesing, Moritz	87	LG Menden	06.08.	Menden
5,71	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
5,66	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
5,59	Ritter, Christian	72	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
5,54	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
5,54	+0,4 Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
5,52	Becker, Sebastian	85	LG Iserlohn	23.04.	Ergste
5,50	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
5,50	Mohr, Christopher	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
5,49	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn
5,41	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,39	Drossart, Alexander	88	LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. Weitsprung Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen
BL 2003:

5,24	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	17.07.	Ergste
5,24	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,22	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
5,19	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Dreisprung Rekord: 14,92 Giavalisco, Patrick 68 SG Eintracht Ergste
BL 2003:

11,58	0,0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
10,69	-0,1	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer

Kugelstoß 7,260 kg Rekord: 18,28 König, Reinhold SV Menden
BL 2003: 9,73 Dröschner, Daniel 77 LG Menden

13,15	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
11,33	Zeisler, Leo	80	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
10,93	Oelmann, Tobias	83	LG Menden	06.08.	Menden
10,93	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	07.08.	Ergste
9,97	Kunz, Oliver	80	LG Schwerte	24.04.	Ergste
9,92	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
9,77	Bohn, Sebastian	82	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
9,61	Ritter, Christian	72	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,60	Holzhausen, Dirk-Ulrich	55	LG Schwerte	24.04.	Ergste
9,19	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,00	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
8,85	Schröer, Florian	83	LG Menden	20.06.	Meschede
8,68	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
8,54	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
8,48	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
8,33	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
7,93	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,82	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,79	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
7,77	Prothmann, Uwe	59	LG Schwerte	17.07.	Ergste

Diskuswurf 2,0 kg Rekord: 51,37 Dröschner, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 28,52 Enneper, Julius 78 LG Schwerte

36,74	Michel, Niklas	86	LG Iserlohn	06.07.	Dortmund
36,71	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	30.05.	Heidelberg
32,19	Oelmann, Tobias	83	LG Menden	31.01.	Kamen
27,64	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
27,09	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	25.09.	Menden

Ausdruck vom 21.12.2004

Männer

Forts. Diskuswurf 2,0 kg Rekord: 51,37 Dröschner, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 28,52 Enneper, Julius 78 LG Schwerte

25,68	Schulte, Christoph	65	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
25,34	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
25,25	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena
24,50	Kunz, Oliver	80	LG Schwerte	24.04.	Ergste
20,96	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	18.09.	Dipperz(Fulda)
19,48	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste

Hammerwurf 7,260 kg Rekord: 72,56 Schäfer, Jörg TuS Iserlohn
BL 2003:

31,23	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	30.05.	Heidelberg
30,58	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	03.07.	Altena
22,22	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden

Speerwurf 800 g Rekord: 56,62 Ernst, Christian LG Menden
BL 2003: 35,64 Dröschner, Daniel 77 LG Menden

50,69	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
42,81	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
40,94	Mertke, Alexander	86	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede
39,24	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
36,59	Schröer, Florian	83	LG Menden	20.06.	Meschede
35,51	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
34,85	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
32,99	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
32,58	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
32,25	Hesse, Philipp	85	LG Schwerte	24.04.	Ergste
30,99	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena
25,90	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
20,52	Ranke, Ren,	78	LG Menden	20.06.	Meschede
16,21	Bohn, Sebastian	82	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Schleuderball 1,500 kg Rekord: 53,95 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen
BL 2003:

53,95	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	24.04.	Ergste
49,88	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
45,23	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
43,74	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
34,24	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste

Zehnkampf

Rekord: 6526 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003:

4539	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	25./26.07. Lage
	(12,62*-5,54*-11,56-1,62-61,96/19,33*-31,85-2,70-45,74-5:32,07)			
3977	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(12,01*-5,50-8,89-1,68-58,82/20,61*-25,26-2,20-29,56-5:51,58)			

ZEHNKAMPF...



...MEHR ALS EIN ERLEBNIS

100 m

Rekord: 10,60 Dröscher, Daniel 77 LG Menden
BL 2003: 11,51* Schröer, Florian 83 LG Menden

11,45	-0,3	Jata, Michael	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
11,48	0,0	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
11,49	-0,2	Schröer, Florian	83	LG Menden	10.06.	Iserlohn
11,65		Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,68		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,76	+1,5	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,78	+1,1	Meyer, Felix	86	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
11,82		Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	01.05.	Kreuztal
11,86	+0,9	Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,90	+1,5	Spancken, Christian	87	LG Menden	28.05.	Kamen
11,98	-1,5	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	04.07.	Menden
12,03		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,15	-1,6	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
12,17	-0,3	Drossart, Alexander	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
12,20	+1,4	Leder, Frederik	88	LG Menden	28.05.	Kamen
12,20	+1,4	Mohr, Christopher	89	LG Menden	28.05.	Kamen
12,22		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
12,26	-0,7	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	16.05.	Menden
12,32	-0,2	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
12,36	+1,4	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

Leistungen mit Rückenwind:

11,40	+2,1	Schröer, Florian	83	LG Menden	20.06.	Meschede
-------	------	------------------	----	-----------	--------	----------

200 m

Rekord: 21,87 Spieckermann, Sven 74 TV Deilinghofen
BL 2003: 23,36* Schröer, Florian 83 LG Menden

23,28	+1,4	Schröer, Florian	83	LG Menden	28.05.	Kamen
23,53	-0,1	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	17.07.	Recklinghausen
23,58	+1,1	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	13.06.	Lüdenscheid
24,14	+0,6	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
24,21	-0,6	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	19.08.	Dortmund
24,24	-0,4	Spancken, Christian	87	LG Menden	29.05.	Gladbeck
24,33	-0,6	Leder, Frederik	88	LG Menden	16.05.	Menden
24,33	+1,4	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
24,45	-0,6	Mohr, Christopher	89	LG Menden	16.05.	Menden
26,15		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
26,38	-2,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn
26,78	+0,2	Wichagen, Bastian	88	LG Menden	20.06.	Meschede
26,88	-2,5	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Junioren

Forts. 200 m Rekord: 21,87 Spieckermann, Sven 74 TV Deilinghofen
BL 2003: 23,36* Schröder, Florian 83 LG Menden

Leistungen mit Rückenwind:

23,53 +2,2 Bernsmann, Tim 84 TV Deilinghofen 06.07. Dortmund

400 m Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn
BL 2003: 63,96 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

53,40	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
55,02	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
55,45	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	26.06.	Lüdenscheid
55,61	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
57,32	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
59,69	Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
59,97	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
60,11	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn
60,58	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
60,76	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
65,79	Kanthak, Christoph	88	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
68,49	Kemper, Till	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
verl.	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

800 m Rekord: 1:49,86 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn
BL 2003:

2:03,45	Münster, Jan-Hinrich	87	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:08,86	Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	02.09.	Dortmund

1500 m Rekord: 3:48,36 Krüger, Jan 68 SV Menden
BL 2003:

4:30,04	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	28.05.	Kamen
4:32,04	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	28.05.	Kamen
4:41,90	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5:17,53	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn
5:51,58	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

5000 m Rekord: 14:59,48 Beckmann, Ulrich 66 VfL Fröndenberg
BL 2003: 16:08,82 Talbi, Zakaria 83 TV Deilinghofen

17:18,3	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	01.09.	Werl
17:18,6	Schwabe, David	83	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
17:52,22	Münzberg, Robert	87	LG Iserlohn	20.06.	Meschede

Ausdruck vom 21.12.2004

Junioren

Forts. 5000 m Rekord: 14:59,48 Beckmann, Ulrich 66 VfL Fröndenberg
BL 2003: 16:08,82 Talbi, Zakaria 83 TV Deilinghofen

18:08,7	Lenzko, Dennis	84	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
---------	----------------	----	-------------	--------	----------

10 km Rekord: 32:17 Hörstemeier, Martin 73 LG Iserlohn
BL 2003: 41:54 Borgenquast, Stephan 83 LG Schwerte

36:17	Schwabe, David	83	ASV Iserlohn	07.03.	Leverkusen
37:11	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
37:57	Lenzko, Dennis	84	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
38:29	Knoblich, Stephan	84	MC Menden	20.03.	Salzkotten
38:48	Eckert, Nic	87	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
40:34	Büchner, Pascal	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
43:17	Meier, Max	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
43:47	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
47:52	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
48:07	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft Rekord: 1:55:26 TV Deilinghofen
BL2003:

1:56:33	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
Neuhaus 37:11, Eckert 38:48, Büchner 40:34			

Halbmarathon Rekord: 1:16:40 Schulte, Oliver 75 Marathon-Club-Menden
BL 2003:

1:45:49	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
---------	---------------	----	-------------	--------	----------------

Stundenlauf Rekord: 17300 Beckmann, Ulrich 66 VfL Fröndenberg
BL 2003: 13662 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

13215	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	23.04.	Ergste
-------	---------------------	----	----------------------	--------	--------

110 m Hürden Rekord: 15,02* Dröschner, Daniel 77 LG Menden
BL 2003:

20,61	-0,3 Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
-------	---------------------	----	-----------------	--------	----------

Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella, , Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,72 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

1,88	Hesse, Philipp	85	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,80	Becker, Sebastian	85	LG Iserlohn	16.05.	Menden

Ausdruck vom 21.12.2004

Junioren

Forts. Hochsprung

Rekord: 2,09 Kurella, , Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,72 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

1,72	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,72	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
1,71	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
1,68	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,68	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1,68	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,68	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,65	Michel, Niklas	86	LG Iserlohn	16.05.	Menden
1,65	Gütler, Roman	85	ASV Iserlohn	16.05.	Menden
1,64	Woloschkin, Andreas	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,60	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
1,60	Peter, Mirko	88	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,60	Karg, Sascha	89	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
1,58	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
1,56	Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,56	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,56	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	24.07.	Lage

Stabhochsprung

Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2003: 3,30 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

2,70	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
2,60	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	06.06.	Schalksmühle
2,20	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2,10	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2,10	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,80	Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
1,70	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,60	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
1,20	Oberste, Florian	89	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
o.g.V.	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 7,12 Marquis, Frank 68 TG Westhofen
BL 2003: 5,87 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

6,24	+0,1 Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.06.	Lüdenscheid
5,92	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	23.04.	Ergste
5,75	Gesing, Moritz	87	LG Menden	06.08.	Menden
5,71	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
5,66	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid

Ausdruck vom 21.12.2004

Junioren

Forts. Weitsprung

Rekord: 7,12 Marquis, Frank 68 TG Westhofen
BL 2003: 5,87 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

5,54	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
5,52	Becker, Sebastian	85	LG Iserlohn	23.04.	Ergste
5,50	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
5,50	Mohr, Christopher	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
5,49	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn
5,41	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,39	Drossart, Alexander	88	LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn
5,24	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	17.07.	Ergste
5,22	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
5,18	Kemper, Till	86	ASV Iserlohn	23.04.	Ergste
5,16	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,16	Schuh, Peter	88	LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,14	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
5,13	Woloschkin, Andreas	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
5,12	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn

Kugelstoß 7,260 kg

Rekord: 14,04 Dröschner, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 12,54 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

10,93	Oelmann, Tobias	83	LG Menden	06.08.	Menden
10,93	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	07.08.	Ergste
9,77	Bohn, Sebastian	82	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
9,19	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,00	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
8,85	Schröder, Florian	83	LG Menden	20.06.	Meschede
8,33	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste

Diskuswurf 2,0 kg

Rekord: 47,82 Dröschner, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 32,89 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

36,74	Michel, Niklas	86	LG Iserlohn	06.07.	Dortmund
32,19	Oelmann, Tobias	83	LG Menden	31.01.	Kamen
27,64	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
27,09	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
25,34	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
19,48	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste

Speerwurf 800 g

Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte
BL 2003: 46,33 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

42,81	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
40,94	Mertke, Alexander	86	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede
39,24	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Junioren

Forts. Speerwurf 800 g Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte
BL 2003: 46,33 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

36,59	Schröder, Florian	83	LG Menden	20.06.	Meschede
35,51	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
34,85	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
32,58	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
32,25	Hesse, Philipp	85	LG Schwerte	24.04.	Ergste
16,21	Bohn, Sebastian	82	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Schleuderball 1,500 kg Rekord: 49,88 Höhm, Dirk 83 LG Schwerte
BL 2003: 43,34 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

49,88	Höhm, Dirk	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
45,23	Kunz, Martin	83	LG Schwerte	24.04.	Ergste
34,24	Gabrisch, Philipp	82	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste

Fünfkampf Rekord: 2735 Wessel, Michael 79 TuS Iserlohn
BL 2003:

2240	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
(5,48*-35,51-23,63*-27,09-6:03,27)					

Zehnkampf Rekord: 5414 Kurella, Thomas 79 TuS Iserlohn
BL 2003:

3977	Bernsmann, Tim	84	TV Deilinghofen	08./09.05.	Iserlohn
(12,01*-5,50-8,89-1,68-58,82/20,61*-25,26-2,20-29,56-5:51,58)					

Ausdruck vom 21.12.2004

männliche Jugend A

100 m Rekord: 10,90 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2003: 11,76* Bernsmann, Tim 84 TV Deilinghofen

11,45	-0,3	Jata, Michael	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
11,65		Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,68		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,76	+1,5	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,78	+1,1	Meyer, Felix	86	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
11,82		Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	01.05.	Kreuztal
11,86	+0,9	Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,90	+1,5	Spancken, Christian	87	LG Menden	28.05.	Kamen
11,98	-1,5	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	04.07.	Menden
12,03		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,15	-1,6	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
12,17	-0,3	Drossart, Alexander	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
12,20	+1,4	Leder, Frederik	88	LG Menden	28.05.	Kamen
12,20	+1,4	Mohr, Christopher	89	LG Menden	28.05.	Kamen
12,22		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
12,26	-0,7	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	16.05.	Menden
12,32	-0,2	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
12,36	+1,4	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
12,49	-2,1	Michel, Niklas	86	LG Iserlohn	16.05.	Menden
12,61	-0,3	Kißmer, Christoph	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn

200 m Rekord: 21,88 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2003:

23,58	+1,1	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	13.06.	Lüdenscheid
24,14	+0,6	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
24,21	-0,6	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	19.08.	Dortmund
24,24	-0,4	Spancken, Christian	87	LG Menden	29.05.	Gladbeck
24,33	-0,6	Leder, Frederik	88	LG Menden	16.05.	Menden
24,33	+1,4	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
24,45	-0,6	Mohr, Christopher	89	LG Menden	16.05.	Menden
26,15		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
26,38	-2,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn
26,78	+0,2	Wiehagen, Bastian	88	LG Menden	20.06.	Meschede
26,88	-2,5	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn

400 m Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn
BL 2003: 56,68 Bernsmann, Tim 84 TV Deilinghofen

53,40		Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
55,02		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
55,61		Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
57,32		Dick, Andr,	87	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn

Forts. 400 m

Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn

BL 2003: 56,68 Bernsmann, Tim 84 TV Deilinghofen

59,69	Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
59,97	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
60,11	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn
60,58	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
60,76	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
65,79	Kanthak, Christoph	88	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
68,49	Kemper, Till	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
verl.	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

800 m

Rekord: 1:49,86 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2003: 1:56,48 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

2:03,45	Münster, Jan-Hinrich	87	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:08,86	Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	02.09.	Dortmund

1000 m

Rekord: 2:40,41 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

BL 2003:

2:40,41	Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	26.06.	Kreuztal
2:46,17	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	01.08.	Leverkusen
2:52,32	Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:03,19	Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3:04,40	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
3:04,70	Malz, Andreas	89	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
3:06,51	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3:06,59	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:06,61	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:09,26	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:10,29	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3:11,59	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:14,29	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
3:15,61	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
3:16,0	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
3:18,82	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
3:19,49	Ammelt, Robert	89	LG Menden	04.07.	Menden
3:19,55	Meier, Max	91	MC Menden	04.07.	Menden
3:23,71	Karg, Sascha	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
3:28,71	Engler, Lukas	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

1500 m

Rekord: 3:48,8 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2003:

4:30,04	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	28.05.	Kamen
---------	--------------------	----	-----------	--------	-------

Forts. 1500 m

Rekord: 3:48,8 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2003:

4:32,04	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	28.05.	Kamen
4:41,90	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5:17,53	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn

3000 m

Rekord: 8:22,0 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2003:

9:23,48	Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	24.04.	Hagen
9:32,57	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	26.06.	Kreuztal
9:50,12	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	12.06.	Lüdenscheid
10:29,23	Krohn, Stefan	89	LG Iserlohn	24.04.	Hagen
10:33,62	Papenheim, Christoph	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Hagen
10:42,4	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
10:58,24	Büchner, Pascal	88	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede

5000 m

Rekord: 15:05,4 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2003: 16:08,98 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

17:18,3	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	01.09.	Werl
17:52,22	Münzberg, Robert	87	LG Iserlohn	20.06.	Meschede

10 km

Rekord: 33:47 Ahr, Benjamin 78 LG Iserlohn

BL 2003:

37:11	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
38:48	Eckert, Nic	87	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
40:34	Büchner, Pascal	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
43:17	Meier, Max	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
43:47	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
47:52	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
48:07	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft

Rekord: 1:44:30 TV Deilinghofen

BL2003:

1:56:33	ASV Iserlohn			26.09.	Herten-Bertlich
Neuhaus 37:11, Eckert 38:48, Büchner 40:34					

Halbmarathon

Rekord: 1:45:49 Wulff, Julius 88 LG Schwerte

BL 2003:

1:45:49	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	25.04.	Dortmund-Essen
---------	---------------	----	-------------	--------	----------------

110 m Hürden Rekord: 14,61* Dröschner, Daniel 77 LG Menden
BL 2003:

15,83 -0,6 Dorner, Jan-Philipp 86 TV Deilinghofen 16.05. Menden

4 x 100 m Rekord: 43,46 TV Deilinghofen
BL2003: 44,74 TV Deilinghofen

45,29 TV Deilinghofen 20.05. Witten

45,44 Drost 88, Borggräfe 85, Meyer 86, Arndt 87
LG Menden 28.05. Kamen

47,17 Gesing 87, Spancken 87, Mohr 89, Leder 88
TV Deilinghofen 29.06. Lüdenscheld

49,30 Woloschkin 87, Drost 88, Weifenbach 88, Arndt 87
TV Deilinghofen 16.05. Menden

49,55 Pfaller 90, Pickert 88, Recker 89, Hofmann 90
LG Schwerte 16.05. Menden

60,57 Reith 90, Sommer 90, Wenzel 89, Löptin 89
ASV Iserlohn 04.07. Menden

Schopp 91, Glowa 90, Bartsch 90, Renfordt 90

3 x 1000 m Rekord: 7:34,55 LG Iserlohn
BL2003:

10:14,23 LG Schwerte 20.05. Witten
Schiffer 92, Prothmann 92, Sommer 91

Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,86 Hesse, Philipp 85 LG Schwerte

1,88	Hesse, Philipp	85 LG Schwerte	17.07. Ergste
1,80	Becker, Sebastian	85 LG Iserlohn	16.05. Menden
1,72	Weifenbach, Steffen	88 TV Deilinghofen	29.06. Lüdenscheld
1,72	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	25.07. Lage
1,71	Maszewski, Kristof	87 VfL Fröndenberg	24.07. Lage
1,68	Strack, Sebastian	86 ASV Iserlohn	08.05. Iserlohn
1,68	Dorner, Jan-Philipp	86 TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
1,68	Dick, Andr,	87 LG Schwerte	17.07. Ergste
1,65	Michel, Niklas	86 LG Iserlohn	16.05. Menden
1,65	Güttler, Roman	85 ASV Iserlohn	16.05. Menden
1,64	Woloschkin, Andreas	87 TV Deilinghofen	29.06. Lüdenscheld
1,60	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
1,60	Haschke, Tobias	91 ASV Iserlohn	11.07. Hagen
1,60	Peter, Mirko	88 LG Schwerte	17.07. Ergste
1,60	Karg, Sascha	89 TV Deilinghofen	20.07. Remscheid
1,58	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	29.05. Gladbeck

Forts. Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,86 Hesse, Philipp 85 LG Schwerte

1,56	Pickert, Johannes	88 TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
1,56	Wulff, Julius	88 LG Schwerte	17.07. Ergste
1,56	Fingerhut, Matthias	87 LC Letmathe/Iserlohn	24.07. Lage
1,55	Malz, Andreas	89 TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
1,55	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn

Weitsprung Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen
BL 2003: 6,02 Strack, Sascha 85 ASV Iserlohn

6,24	+0,1 Maszewski, Kristof	87 VfL Fröndenberg	12.06. Lüdenscheld
5,92	Strack, Sebastian	86 ASV Iserlohn	23.04. Ergste
5,75	Gesing, Moritz	87 LG Menden	06.08. Menden
5,71	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	25.07. Lage
5,66	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	20.07. Remscheid
5,54	Weifenbach, Steffen	88 TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
5,52	Becker, Sebastian	85 LG Iserlohn	23.04. Ergste
5,50	Mohr, Christopher	89 LG Menden	09.05. Iserlohn
5,49	Löptin, Marco	89 LG Schwerte	12.09. Iserlohn
5,41	Drost, Thomas	88 TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
5,39	Drossart, Alexander	88 LG Iserlohn	12.09. Iserlohn
5,24	Dick, Andr,	87 LG Schwerte	17.07. Ergste
5,22	Fingerhut, Matthias	87 LC Letmathe/Iserlohn	10.06. Iserlohn
5,18	Kemper, Till	86 ASV Iserlohn	23.04. Ergste
5,16	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	23.04. Ergste
5,16	Schuh, Peter	88 LG Schwerte	23.04. Ergste
5,14	Dorner, Jan-Philipp	86 TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
5,13	Woloschkin, Andreas	87 TV Deilinghofen	29.06. Lüdenscheld
5,12	Wulff, Julius	88 LG Schwerte	08.05. Iserlohn
5,03	Pickert, Johannes	88 TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn

Kugelstoß 6,0 kg Rekord: 17,24 Kersting, Peter LAV Menden
BL 2003: 11,00 Strack, Sascha 85 ASV Iserlohn

10,07	Strack, Sebastian	86 ASV Iserlohn	08.05. Iserlohn
8,38	Kemper, Till	86 ASV Iserlohn	08.05. Iserlohn
8,08	Dorner, Jan-Philipp	86 TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn

Diskuswurf 1,750 kg Rekord: 53,04 Dröschner, Stefan 78 LG Menden
BL 2003:

37,68	Michel, Niklas	86 LG Iserlohn	03.10. Gladbeck
24,95	Dorner, Jan-Philipp	86 TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

männliche Jugend A

Speerwurf 800 g Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte
BL 2003:

40,94	Mertke, Alexander	86	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede
39,24	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
32,25	Hesse, Philipp	85	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Fünfkampf Rekord: 3789 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003: 2736 Bernsmann, Tim 84 TV Deilinghofen

2761	Strack, Sebastian	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
	(12,15*-5,81-10,07-1,68-55,61)				
2638	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	(11,93*-5,14-8,08-1,68-53,40)				
1761	Kemper, Till	86	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
	(13,23*-4,92-8,38-1,52-68,49)				

Zehnkampf Rekord: 7167 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003:

4903	Dorner, Jan-Philipp	86	TV Deilinghofen	08./09.05.	Iserlohn
	(11,93*-5,14-8,08-1,68-53,40/16,84*-24,95-2,10-39,24-4:41,90)				

Ausdruck vom 21.12.2004

männliche Jugend B

100 m Rekord: 11,26 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn
BL 2003: 11,65* Meyer, Felix 86 TV Deilinghofen

11,45	-0,3	Jata, Michael	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
11,65		Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,68		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
11,76	+1,5	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,86	+0,9	Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.06.	Meschede
11,90	+1,5	Spancken, Christian	87	LG Menden	28.05.	Kamen
11,98	-1,5	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	04.07.	Menden
12,03		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,17	-0,3	Drossart, Alexander	88	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
12,20	+1,4	Leder, Frederik	88	LG Menden	28.05.	Kamen
12,20	+1,4	Mohr, Christopher	89	LG Menden	28.05.	Kamen
12,22		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
12,26	-0,7	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	16.05.	Menden
12,32	-0,2	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
12,36	+1,4	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
12,61	-0,3	Kißmer, Christoph	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
12,67		Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,72	+1,7	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	24.07.	Lage
12,76	+1,0	Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	18.05.	Dortmund
12,7		Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

200 m Rekord: 22,65 Schirmer, Matthias Letmather TV
BL 2003: 23,73* Meyer, Felix 86 TV Deilinghofen

24,14	+0,6	Olbrich, Tim	87	LG Menden	20.06.	Meschede
24,21	-0,6	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	19.08.	Dortmund
24,24	-0,4	Spancken, Christian	87	LG Menden	29.05.	Gladbeck
24,33	-0,6	Leder, Frederik	88	LG Menden	16.05.	Menden
24,33	+1,4	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	03.06.	Dortmund
24,45	-0,6	Mohr, Christopher	89	LG Menden	16.05.	Menden
26,15		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
26,38	-2,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn
26,78	+0,2	Wiehagen, Bastian	88	LG Menden	20.06.	Meschede
26,88	-2,5	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn

400 m Rekord: 49,05 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn
BL 2003: 52,78 Büker, Nils 86 LG Schwerte

55,02		Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
57,32		Dick, Andr,	87	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
59,69		Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
59,97		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
60,11		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

männliche Jugend B

Forts. 400 m

Rekord: 49,05 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn
BL 2003: 52,78 Büker, Nils 86 LG Schwerte

60,58	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
60,76	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
65,79	Kanthak, Christoph	88	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
verl.	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

800 m

Rekord: 1:52,54 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn
BL 2003: 2:13,36 Münzberg, Robert 87 LG Iserlohn

2:03,45	Münster, Jan-Hinrich	87	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:08,86	Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	02.09.	Dortmund

1000 m

Rekord: 2:26,78 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn
BL 2003:

2:40,41	Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	26.06.	Kreuztal
2:46,17	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	01.08.	Leverkusen
2:52,32	Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:03,19	Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3:04,40	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
3:04,70	Malz, Andreas	89	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
3:06,51	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3:06,59	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:06,61	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:09,26	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:10,29	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3:11,59	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:14,29	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
3:15,61	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
3:16,0	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
3:18,82	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
3:19,49	Ammelt, Robert	89	LG Menden	04.07.	Menden
3:19,55	Meier, Max	91	MC Menden	04.07.	Menden
3:23,71	Karg, Sascha	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
3:28,71	Engler, Lukas	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

1500 m

Rekord: 3:58,10 Daniels, Eric LG Iserlohn
BL 2003: 5:01,60 Büker, Nils 86 LG Schwerte

4:30,04	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	28.05.	Kamen
4:32,04	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	28.05.	Kamen
5:17,53	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

männliche Jugend B

3000 m

Rekord: 8:37,22 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen
BL 2003: 10:18,79 Münzberg, Robert 87 LG Iserlohn

9:23,48	Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	24.04.	Hagen
9:32,57	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	26.06.	Kreuztal
9:50,12	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	12.06.	Lüdenscheid
10:29,23	Krohn, Stefan	89	LG Iserlohn	24.04.	Hagen
10:33,62	Papenheim, Christoph	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Hagen
10:42,4	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
10:58,24	Büchner, Pascal	88	ASV Iserlohn	20.06.	Meschede

5000 m

Rekord: 15:02,1 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen
BL 2003:

17:18,3	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	01.09.	Werl
17:52,22	Münzberg, Robert	87	LG Iserlohn	20.06.	Meschede

10 km

Rekord: 32:09 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen
BL 2003: 40:52 Mertke, Alexander 86 ASV Iserlohn

37:11	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
38:48	Eckert, Nic	87	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
40:34	Büchner, Pascal	88	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
43:17	Meier, Max	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
43:47	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
47:52	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
48:07	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft

Rekord: 1:56:33 ASV Iserlohn
BL2003:

1:56:33	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
Neuhaus 37:11, Eckert 38:48, Büchner 40:34			

110 m Hürden

Rekord: 14,94 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003: 15,79* Dorner, Jan-Philipp 86 ASV Iserlohn

14,98	0,0	Gesing, Moritz	87	LG Menden	06.08.	Menden
17,25	-1,9	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
17,28	+0,7	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	26.07.	Lage
19,82	-1,9	Schuh, Peter	88	LG Schwerte	16.05.	Menden

400 m Hürden

Rekord: 57,34 Spancken, Christian 87 LG Menden
BL 2003: 58,46 Dorner, Jan-Philipp 86 ASV Iserlohn

57,34	Spancken, Christian	87 LG Menden	16.05.	Menden
4 x 100 m	Rekord: 44,46 TuS Iserlohn BL2003: 47,01 TV Deilinghofen			
45,44	LG Menden		28.05.	Kamen
47,17	Gesing 87, Spancken 87, Mohr 89, Leder 88 TV Deilinghofen		29.06.	Lüdenscheid
49,30	Woloschkin 87, Drost 88, Weifenbach 88, Arndt 87 TV Deilinghofen		16.05.	Menden
49,55	Pfaller 90, Pickert 88, Recker 89, Hofmann 90 LG Schwerte		16.05.	Menden
60,57	Reith 90, Sommer 90, Wenzel 89, Löptin 89 ASV Iserlohn		04.07.	Menden
	Schopp 91, Glowa 90, Bartsch 90, Renfordt 90			
3 x 1000 m	Rekord: 7:56,0 Letmather TV BL2003: 9:14,94 LG Iserlohn			
10:14,23	LG Schwerte		20.05.	Witten
	Schiffer 92, Prothmann 92, Sommer 91			
Hochsprung	Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn BL 2003: 1,94 Bükler, Nils 86 LG Schwerte			
1,72	Weifenbach, Steffen	88 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,72	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	25.07.	Lage
1,71	Maszewski, Kristof	87 VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
1,68	Dick, Andr,	87 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,64	Woloschkin, Andreas	87 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,60	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Haschke, Tobias	91 ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
1,60	Peter, Mirko	88 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,60	Karg, Sascha	89 TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
1,58	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
1,56	Pickert, Johannes	88 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,56	Wulff, Julius	88 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1,56	Fingerhut, Matthias	87 LC Letmathe/Iserlohn	24.07.	Lage
1,55	Malz, Andreas	89 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,55	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,54	Düllberg, Mario	91 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,52	Mohr, Christopher	89 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,52	Münzer, Sven	90 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Forts. Hochsprung

Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,94 Bükler, Nils 86 LG Schwerte

1,48	Hogreve, Karsten	92 VfL Fröndenberg	18.09.	Kamen
1,47	Kanthak, Christoph	88 VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
Stabhochsprung	Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen BL 2003: 2,70 Bükler, Nils 86 LG Schwerte			
2,70	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
2,60	Fingerhut, Matthias	87 LC Letmathe/Iserlohn	06.06.	Schalksmühle
2,10	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,80	Lux, David	91 TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
1,70	Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,60	Hollop, Dominik	91 TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Wieschollek, Florian	91 TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Oberste, Julian	92 TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
1,20	Oberste, Florian	89 TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
o.g.V.	Löptin, Marco	89 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
Weitsprung	Rekord: 7,25 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen BL 2003: 6,66* Bükler, Nils 86 LG Schwerte			
6,24	+0,1 Maszewski, Kristof	87 VfL Fröndenberg	12.06.	Lüdenscheid
5,75	Gesing, Moritz	87 LG Menden	06.08.	Menden
5,71	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	25.07.	Lage
5,66	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
5,54	Weifenbach, Steffen	88 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
5,50	Mohr, Christopher	89 LG Menden	09.05.	Iserlohn
5,49	Löptin, Marco	89 LG Schwerte	12.09.	Iserlohn
5,41	Drost, Thomas	88 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
5,39	Drossart, Alexander	88 LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn
5,24	Dick, Andr,	87 LG Schwerte	17.07.	Ergste
5,22	Fingerhut, Matthias	87 LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
5,16	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,16	Schuh, Peter	88 LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,13	Woloschkin, Andreas	87 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
5,12	Wulff, Julius	88 LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
5,03	Pickert, Johannes	88 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
4,99	Wedhorn, Timo	89 LG Menden	10.06.	Iserlohn
4,98	Malz, Andreas	89 TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
4,91	Peter, Mirko	88 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,89	Münzer, Sven	90 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,89	Gierke, Alexander	89 TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

männliche Jugend B

Kugelstoß 5,0 kg Rekord: 17,10 Dröscher, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 12,78 Bükler, Nils 86 LG Schwerte

11,93	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
11,37	Tissen, Artur	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
10,20	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	24.04.	Ergste
10,18	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
10,08	Walter, Benjamin	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
10,04	Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,80	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
9,69	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	17.07.	Ergste
9,55	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	24.07.	Lage
9,08	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,00	Kanthak, Christoph	88	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
7,68	Schuh, Peter	88	LG Schwerte	07.08.	Ergste

Diskuswurf 1,500 kg Rekord: 51,32 Dröscher, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 43,23 Michel, Niklas 86 LG Iserlohn

26,26	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	24.04.	Ergste
25,88	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	07.08.	Ergste
20,32	Schuh, Peter	88	LG Schwerte	07.08.	Ergste

Hammerwurf 5,0 kg Rekord: 42,00 Weber, Martin 70 TuS Iserlohn
BL 2003:

22,69	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	21.08.	Altena
-------	---------------------	----	----------------------	--------	--------

Speerwurf 700 g Rekord: 51,11 Bükler, Nils 86 LG Schwerte
BL 2003: 51,11 Bükler, Nils 86 LG Schwerte

36,88	Tissen, Artur	87	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
34,36	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	24.04.	Ergste
32,80	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
29,74	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
27,36	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn
25,00	Schuh, Peter	88	LG Schwerte	07.08.	Ergste

Fünfkampf Rekord: 3891 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003: 3517 Bükler, Nils 86 LG Schwerte

2585	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
	(12,27*-6,05-9,35-1,68-59,97)				
2252	Dick, Andr,	87	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
	(13,02*-4,91-9,40-1,60-57,32)				
2150	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	24.07.	Lage
	(12,72*-5,10*-9,55-1,56-62,28)				

Ausdruck vom 21.12.2004

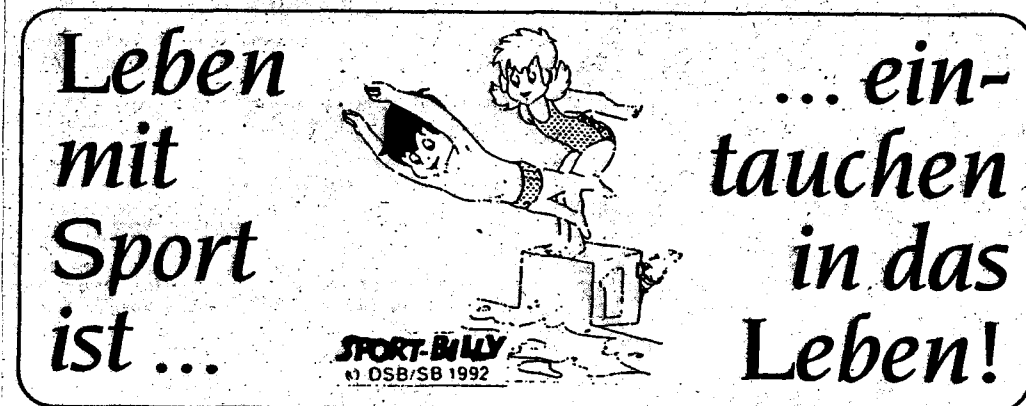
männliche Jugend B

Forts. Fünfkampf Rekord: 3891 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003: 3517 Bükler, Nils 86 LG Schwerte

2102	Pickert, Johannes	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	(13,33*-5,03-9,28-1,56-59,69)				
2079	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
	(13,22*-5,12-9,42-1,52-60,76)				
2078	Weifenbach, Steffen	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	(12,81*-4,72-8,89-1,56-60,58)				
1796	Kanthak, Christoph	88	VfL Fröndenberg	24.07.	Lage
	(12,99*-4,53*-9,00-1,47-65,79)				
1501	Drost, Thomas	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	(12,64*-verl.-8,09-verl.-55,02)				
1420	Arndt, Marcel	87	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	(12,04*-4,25-10,74-verl.-verl.)				

Zehnkampf Rekord: 7179 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003: 6132 Bükler, Nils 86 LG Schwerte

3945	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe/Iserlohn	25./26.07.	Lage
	(12,72*-5,10*-9,55-1,56-62,28/17,28*-25,25-2,30-20,54-5:18,13)				



100 m Rekord: 11,35 Jata, Michael 88 LG Iserlohn
BL 2003: 11,35* Jata, Michael 88 LG Iserlohn

11,98	-1,5	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	04.07.	Menden
12,03		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,20	+1,4	Mohr, Christopher	89	LG Menden	28.05.	Kamen
12,22		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
12,32	-0,2	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
12,61	-0,3	Kißmer, Christoph	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
12,67		Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
12,76	+1,0	Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	18.05.	Dortmund
12,7		Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
13,25	-1,5	Losse, Christian	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,28	0,0	Pfaller, Sebastian	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
13,29	-0,6	Bornfelder, Oliver	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
13,58	-0,9	Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	16.05.	Menden
13,63	-1,6	Malz, Andreas	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
13,67	-0,9	Wedhorn, Timo	89	LG Menden	16.05.	Menden
13,73	-1,5	Leder, Henning	90	LG Menden	04.07.	Menden
13,75	-1,1	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
13,91	-1,4	Jagiella, David	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,8		Gierke, Alexander	89	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
14,18	-0,9	Hoppe, Florian	90	LG Schwerte	16.05.	Menden

300 m Rekord: 37,67 Mohr, Christopher 89 LG Menden
BL 2003:

37,67		Mohr, Christopher	89	LG Menden	29.05.	Gladbeck
39,91		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	04.07.	Menden
40,14		Sommer, Niko	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
40,16		Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	18.05.	Dortmund
42,48		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	06.08.	Menden
42,51		Kißmer, Christoph	90	LG Menden	04.07.	Menden
45,00		Leder, Henning	90	LG Menden	06.08.	Menden

800 m Rekord: 2:08,86 Seegert, Michael 89 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003:

2:08,86		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	02.09.	Dortmund
---------	--	------------------	----	----------------------	--------	----------

1000 m Rekord: 2:29,8 Schröder, Sören 72 LTV, Letmathe
BL 2003: 2:45,74 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

2:40,41		Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	26.06.	Kreuztal
2:46,17		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	01.08.	Leverkusen
2:52,32		Seegert, Michael	89	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn

Forts. 1000 m Rekord: 2:29,8 Schröder, Sören 72 LTV, Letmathe
BL 2003: 2:45,74 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

3:03,19		Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3:04,40		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
3:04,70		Malz, Andreas	89	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
3:06,51		Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3:06,59		Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:06,61		Löptin, Marco	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:09,26		Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
3:10,29		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3:11,59		Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:14,29		Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
3:15,61		Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
3:16,0		Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
3:18,82		Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
3:19,49		Ammelt, Robert	89	LG Menden	04.07.	Menden
3:19,55		Meier, Max	91	MC Menden	04.07.	Menden
3:23,71		Karg, Sascha	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
3:28,71		Engler, Lukas	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

2000 m Rekord: 5:50,09 Preuß, Andreas Letmather TV
BL 2003:

6:56,00		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	12.08.	Bergisch-Gladbach
7:11,0		Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:19,84		Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	05.06.	Erkenschwick

3000 m Rekord: 9:07,1 Preuß, Andreas Letmather TV
BL 2003:

9:23,48		Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	24.04.	Hagen
9:32,57		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	26.06.	Kreuztal
10:29,23		Krohn, Stefan	89	LG Iserlohn	24.04.	Hagen
10:33,62		Papenheim, Christoph	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Hagen
10:42,4		Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund

5 km Rekord: 17:49 Rustemeier, Fabian 89 LG Menden
BL 2003: 22:47 Kanthak, Christoph 88 VfL Fröndenberg

17:49		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	14.02.	Fröndenberg
18:54		Recker, Markus	89	TV Deilinghofen	29.08.	Iserlohn
18:58		Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
19:12		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
19:19		Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
19:52		Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg

Forts. 5 km

Rekord: 17:49 Rustemeier, Fabian 89 LG Menden

BL 2003: 22:47 Kanthak, Christoph 88 VfL Fröndenberg

20:02	Meier, Max	91	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
20:25	Matern, Robin	90	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
20:34	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:58	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	16.07.	Fröndenberg
21:04	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	13.03.	Münster
21:38	Maier, Max	91	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
22:18	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	14.02.	Fröndenberg
22:28	Kemper, Johannes	91	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
22:37	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
22:54	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:37	Schröder, Janosch	94	MC Menden	29.08.	Iserlohn
23:38	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
23:44	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	10.04.	Paderborn
23:59	Renfordt, Yannick	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg

10 km

Rekord: 35:33 Kost, Carsten 73 VfL Fröndenberg

BL 2003:

43:17	Meier, Max	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
48:07	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

80 m Hürden

Rekord: 10,97* Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen

BL 2003: 12,58 Weifenbach, Steffen 88 TV Deilinghofen

11,35	+2,0	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	15.08.	Rhede
14,21	-2,2	Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
14,49	-2,2	Löptin, Marco	89	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
15,11		Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
15,71	-0,9	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	03.10.	Menden
16,51		Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Hochsprung

Rekord: 2,00 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2003: 1,62 Weifenbach, Steffen 88 TV Deilinghofen

1,72		Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
1,60		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60		Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
1,60		Karg, Sascha	89	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
1,58		Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
1,55		Malz, Andreas	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,55		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,54		Düllberg, Mario	91	LG Menden	09.05.	Iserlohn

Forts. Hochsprung

Rekord: 2,00 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2003: 1,62 Weifenbach, Steffen 88 TV Deilinghofen

1,52		Mohr, Christopher	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,52		Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,48		Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	18.09.	Kamen
1,45		Jagiella, David	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,43		Bornfelder, Oliver	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,42		Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,42		Petereit, Philipp	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,42		Losse, Christian	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,42		Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,40		Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	23.04.	Ergste
1,40		Löptin, Marco	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,40		Kißmer, Christoph	90	LG Menden	02.05.	Recklinghausen
1,40		Pfaller, Sebastian	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,40		Lux, David	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,40		Gierke, Alexander	89	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn

Stabhochsprung

Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen

BL 2003:

2,70		Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
2,10		Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,80		Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
1,70		Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,60		Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30		Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
1,20		Oberste, Florian	89	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
o.g.V.		Löptin, Marco	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 6,33 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen

BL 2003: 5,41 Drost, Thomas 88 TV Deilinghofen

5,71		Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
5,66		Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
5,50		Mohr, Christopher	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
5,49		Löptin, Marco	89	LG Schwerte	12.09.	Iserlohn
5,16		Wenzel, Jonathan	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
4,99		Wedhorn, Timo	89	LG Menden	10.06.	Iserlohn
4,98		Malz, Andreas	89	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
4,89		Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,89		Gierke, Alexander	89	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
4,87		Losse, Christian	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,78		Rustemeier, Fabian	89	LG Menden	04.07.	Menden

Forts. Weitsprung Rekord: 6,33 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen
BL 2003: 5,41 Drost, Thomas 88 TV Deilinghofen

4,75	Kißmer, Christoph	90 LG Menden	09.05.	Iserlohn
4,60	Bartsch, Florian	90 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,57	Pfaller, Sebastian	90 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,50	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
4,50	Bornfelder, Oliver	90 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,39	Leder, Henning	90 LG Menden	04.07.	Menden
4,34	Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
4,30	Fischer, Jan	89 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,13	Renfordt, Dennis	90 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Kugelstoß 4,0 kg Rekord: 15,46 Dröschner, Stefan 78 LG Menden
BL 2003: 11,17 Aszurkiewicz, David 88 LG Schwerte

12,06	Lange, Guido	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
11,61	Pfaller, Sebastian	90 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
11,45	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
10,78	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	15.08.	Rhede
9,49	Löptin, Marco	89 LG Schwerte	03.10.	Menden
9,42	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	16.05.	Menden
9,19	Malz, Andreas	89 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
8,96	Fischer, Jan	89 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
8,88	Leder, Henning	90 LG Menden	04.07.	Menden
8,66	Oberste, Florian	89 TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
8,43	Mohr, Christopher	89 LG Menden	09.05.	Iserlohn
8,29	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
7,81	Gierke, Alexander	89 TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
7,79	Losse, Christian	89 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,42	Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	07.08.	Ergste
6,86	Münzer, Sven	90 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
6,72	Renfordt, Dennis	90 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
6,58	Kißmer, Christoph	90 LG Menden	09.05.	Iserlohn
6,40	Hoppe, Florian	90 LG Schwerte	16.05.	Menden

Diskuswurf 1,0 kg Rekord: 44,62 Kaiser, Andreas LG Menden
BL 2003: 26,26 Wulff, Julius 88 LG Schwerte

32,12	Lange, Guido	90 TV Deilinghofen	19.09.	Gütersloh
31,73	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	24.04.	Ergste
31,19	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	24.04.	Ergste
24,41	Löptin, Marco	89 LG Schwerte	24.04.	Ergste
19,55	Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	07.08.	Ergste
17,99	Oberste, Florian	89 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Speerwurf 600 g Rekord: 49,86 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 35,38 Weifenbach, Steffen 88 TV Deilinghofen

49,86	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	04.09.	Werther
30,65	Köck, Roman	91 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
28,28	Wenzel, Jonathan	89 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
27,89	Lange, Guido	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,89	Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	03.10.	Menden
24,91	Löptin, Marco	89 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
24,32	Oberste, Florian	89 TV Deilinghofen	04.07.	Menden

Ballwurf 200 g Rekord: 80,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 45,00 Schuh, Peter 88 LG Schwerte

80,00	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	22.06.	Bönen
76,50	Köck, Roman	91 TV Deilinghofen	11.09.	Paderborn
61,00	Malz, Andreas	89 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
58,00	Haschke, Tobias	91 ASV Iserlohn	18.09.	Witten
56,00	Buchmüller, Bennet	92 LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
54,00	Karg, Sascha	89 TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
52,00	Sommer, Matthias	91 LG Schwerte	17.07.	Ergste
51,00	Hogreve, Karsten	92 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
50,50	Düllberg, Mario	91 LG Menden	03.10.	Menden
50,00	Klein, Christian	91 TV Deilinghofen	11.07.	Menden
50,00	Lange, Guido	90 TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
47,50	Hedtfeld, Claas	91 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
46,50	Jahnel, Philipp	92 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
46,00	Siegosch, Marc	91 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
45,50	Schiffer, Sebastian	92 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
45,00	Schreiber, Marc	92 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
45,00	Drossart, Florian	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
44,00	Dommermuth, Philip	93 LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93 LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Lux, David	91 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
41,50	Prothmann, Pascal	92 LG Schwerte	25.09.	Gladbeck

Vierkampf Rekord: 2090 Tissen, Artur 87 TV Deilinghofen
BL 2003: 2027 Drost, Thomas 88 TV Deilinghofen

2011	Hofmann, Jonas (12,51*-5,30-1,44-10,68)	90 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2001	Mohr, Christopher (12,22*-5,50-1,52-8,43)	89 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1849	Pfaller, Sebastian (13,2-4,57-1,36-11,61)	90 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1771	Münzer, Sven (12,79*-4,53-1,52-6,86)	90 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Forts. Vierkampf

Rekord: 2090 Tissen, Artur 87 TV Deilinghofen
BL 2003: 2027 Drost, Thomas 88 TV Deilinghofen

1745	Glowa, Alexander (14,19*-4,50-1,60-7,88)	90 ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
1713	Kißmer, Christoph (12,61*-4,75-1,36-6,58)	90 LG Menden	09.05. Iserlohn
1633	Gierke, Alexander (13,8-4,55-1,36-7,78)	89 TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
1632	Fischer, Jan (14,2-4,30-1,36-8,96)	89 TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
1611	Losse, Christian (13,41*-4,19-1,36-7,12)	89 TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1499	Lange, Guido (14,61*-3,69-1,24-9,29)	90 TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1485	Renfordt, Dennis (14,41*-4,13-1,32-6,72)	90 ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn

Achtkampf

Rekord: 4860 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2003:

4307	Sommer, Niko (11,56-5,71-10,34-1,72/29,35-2,50-46,10-3:07,38)	90 LG Schwerte	25./26.07. Lage
3180	Wenzel, Jonathan (14,21*-4,52-8,35-verl./30,98-2,10-28,28-3:09,26)	89 LG Schwerte	08./09.05. Iserlohn
3036	Löptin, Marco (14,49*-4,71-7,50-1,32/22,86-o.g.V.-24,91-3:06,61)	89 LG Schwerte	08./09.05. Iserlohn
3027	Reith, Sebastian (16,82*-4,33-7,27-1,32/17,10-1,70-23,78-3:28,87)	90 LG Schwerte	08./09.05. Iserlohn

Blockwettkampf Sprint

Rekord: 2843 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2003: 2553 Weifenbach, Steffen 88 TV Deilinghofen

2043	Reith, Sebastian (13,84*-15,71*-3,97-1,32-26,89)	90 LG Schwerte	03.10. Menden
------	---	----------------	---------------

Blockwettkampf Wurf

Rekord: 2539 Michel, Niklas 86 LG Iserlohn
BL 2003:

2349	Löptin, Marco (12,14*-14,72*-4,98-9,49-21,68)	89 LG Schwerte	03.10. Menden
------	--	----------------	---------------

100 m

Rekord: 11,97* Jata, Michael 88 LG Iserlohn
BL 2003: 12,80 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

12,03	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	18.07. Paderborn
12,32	-0,2 Sommer, Niko	90 LG Schwerte	29.05. Gladbeck
12,61	-0,3 Kißmer, Christoph	90 LG Menden	09.05. Iserlohn
12,67	Münzer, Sven	90 TV Deilinghofen	18.07. Paderborn
13,28	0,0 Pfaller, Sebastian	90 TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
13,29	-0,6 Bornfelder, Oliver	90 TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
13,73	-1,5 Leder, Henning	90 LG Menden	04.07. Menden
13,75	-1,1 Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	10.06. Iserlohn
14,18	-0,9 Hoppe, Florian	90 LG Schwerte	16.05. Menden
14,19	-0,3 Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
14,24	-0,6 Renfordt, Dennis	90 ASV Iserlohn	10.06. Iserlohn
14,61	-0,3 Lange, Guido	90 TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
14,88	-0,6 Otto, Jan	90 TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
15,12	-1,1 Bartsch, Florian	90 ASV Iserlohn	10.06. Iserlohn
15,3	Matern, Robin	90 VfL Fröndenberg	09.10. Fröndenberg

300 m

Rekord: 40,14 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003:

40,14	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	04.07. Menden
42,51	Kißen, Christoph	90 LG Menden	04.07. Menden
45,00	Leder, Henning	90 LG Menden	06.08. Menden

1000 m

Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV
BL 2003: 3:09,34 Rustemeier, Fabian 89 LG Menden

3:03,19	Renfordt, Dennis	90 ASV Iserlohn	04.07. Menden
3:04,40	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	19.09. Gütersloh
3:06,51	Bartsch, Florian	90 ASV Iserlohn	04.07. Menden
3:06,59	Sommer, Niko	90 LG Schwerte	09.05. Iserlohn
3:10,29	Hofmann, Jonas	90 TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
3:11,59	Schopp, Nico	91 ASV Iserlohn	20.06. Iserlohn
3:14,29	Haschke, Tobias	91 ASV Iserlohn	11.09. Olfen
3:15,61	Hafenmayer, Steffen	91 LG Iserlohn	03.10. Menden
3:16,0	Sommer, Matthias	91 LG Schwerte	22.06. Bönen
3:18,82	Prothmann, Pascal	92 LG Schwerte	03.10. Menden
3:19,55	Meier, Max	91 MC Menden	04.07. Menden
3:28,87	Reith, Sebastian	90 LG Schwerte	09.05. Iserlohn
3:30,32	Kiehn, Maximilian	92 LG Menden	03.10. Menden
3:30,40	Schnitzler, Lukas	94 LG Iserlohn	10.06. Iserlohn
3:31,56	Sommer, Dennis	91 LG Menden	12.09. Iserlohn
3:32,96	Kemper, Johannes	91 MC Menden	04.07. Menden
3:33,62	Schiffer, Sebastian	92 LG Schwerte	10.06. Iserlohn

Forts. 1000 m

Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV
BL 2003: 3:09,34 Rustemeier, Fabian 89 LG Menden

3:33,5	Matern, Robin	90	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
3:34,69	Düllberg, Mario	91	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3:34,76	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

2000 m

Rekord: 5:59,1 Preuß, Andreas 19 VfL Fröndenberg
BL 2003: 6:19,29 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

6:56,00	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	12.08.	Bergisch-Gladbach
7:11,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:19,84	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	05.06.	Erkenschwick

3000 m

Rekord: 9:37,17 Daniels, Eric 19 Letmather TV
BL 2003: 10:13,22 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

10:42,4	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
---------	------------------	----	--------------	--------	----------

5 km

Rekord: 18:49 Neuhaus, Christof 88 LG Menden
BL 2003: 21:08 Berkenhufe, Alexander 89 ASV Iserlohn

18:58	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
19:12	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
19:19	Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
19:52	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:02	Meier, Max	91	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
20:25	Matern, Robin	90	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
20:34	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:58	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	16.07.	Fröndenberg
21:04	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	13.03.	Münster
21:38	Maier, Max	91	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
22:18	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	14.02.	Fröndenberg
22:28	Kemper, Johannes	91	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
22:37	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
22:54	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:37	Schröder, Janosch	94	MC Menden	29.08.	Iserlohn
23:38	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
23:44	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	10.04.	Paderborn
23:59	Renfordt, Yannick	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
24:01	Miska, Michael	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
24:34	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg

10 km

Rekord: 37:23 Kost, Carsten 73 VfL Fröndenberg
BL 2003:

43:17	Meier, Max	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
48:07	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

80 m Hürden

Rekord: 11,35* Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 14,10 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

11,35	+2,0 Sommer, Niko	90	LG Schwerte	15.08.	Rhede
15,11	Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
15,71	-0,9 Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	03.10.	Menden
16,51	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Hochsprung

Rekord: 2,00 Kurella, Michael 68 TV Deilinghofen
BL 2003: 1,56 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

1,72	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
1,60	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
1,55	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,54	Düllberg, Mario	91	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,52	Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,48	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	18.09.	Kamen
1,43	Bornfelder, Oliver	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
1,42	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,42	Petereit, Philipp	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,42	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,40	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	23.04.	Ergste
1,40	Kißmer, Christoph	90	LG Menden	02.05.	Recklinghausen
1,40	Pfaller, Sebastian	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,40	Lux, David	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,39	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,38	Wülker, Felix	91	LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn
1,38	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,36	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
1,36	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden

Stabhochsprung

Rekord: 3,82 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2003:

2,70	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,80	Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
1,70	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,60	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle

Forts. Stabhochsprung Rekord: 3,82 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2003:

1,30	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle

Weitsprung Rekord: 5,86 Ruppel, Robert LG Iserlohn
BL 2003: 5,09 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

5,71	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	25.07.	Lage
5,66	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
4,89	Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,75	Kißmer, Christoph	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
4,60	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,57	Pfaller, Sebastian	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,50	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
4,50	Bornfelder, Oliver	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,39	Leder, Henning	90	LG Menden	04.07.	Menden
4,34	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
4,13	Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
3,93	Otto, Jan 90		TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,69	Lange, Guido	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
3,33	Matern, Robin	90	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Kugelstoß 4,0 kg Rekord: 13,16 Schotte, Sebastian 81 TV Deilinghofen
BL 2003: 7,61 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

12,06	Lange, Guido	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
11,61	Pfaller, Sebastian	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
11,45	Hofmann, Jonas	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
10,78	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	15.08.	Rhede
8,88	Leder, Henning	90	LG Menden	04.07.	Menden
8,29	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
7,42	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	07.08.	Ergste
6,86	Münzer, Sven	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
6,72	Renfordt, Dennis	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
6,58	Kißmer, Christoph	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
6,40	Hoppe, Florian	90	LG Schwerte	16.05.	Menden

Diskuswurf 1,0 kg Rekord: 39,44 Cipa, Carsten 77 LC Schwerte
BL 2003: 20,36 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

32,12	Lange, Guido	90	TV Deilinghofen	19.09.	Gütersloh
31,19	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
19,55	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	07.08.	Ergste

Speerwurf 600 g Rekord: 49,86 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 24,57 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

49,86	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	04.09.	Werther
30,65	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
27,89	Lange, Guido	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,89	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	03.10.	Menden

Ballwurf 200 g Rekord: 80,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 41,00 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen

80,00	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	22.06.	Bönen
76,50	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	11.09.	Paderborn
58,00	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	18.09.	Witten
56,00	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
52,00	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
51,00	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
50,50	Düllberg, Mario	91	LG Menden	03.10.	Menden
50,00	Klein, Christian	91	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
50,00	Lange, Guido	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
47,50	Hedtfeld, Claas	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
46,50	Jahnel, Philipp	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
46,00	Siegosch, Marc	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
45,50	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
45,00	Schreiber, Marc	92	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
45,00	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
44,00	Dommermuth, Philip	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Lux, David	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
41,50	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
41,00	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn

Vierkampf Rekord: 2011 Hoffmann, Jonas 90 TV Deilinghofen
BL 2003: 1624 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

2011	Hofmann, Jonas (12,51*-5,30-1,44-10,68)	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1849	Pfaller, Sebastian (13,2-4,57-1,36-11,61)	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1771	Münzer, Sven (12,79*-4,53-1,52-6,86)	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1745	Glowa, Alexander (14,19*-4,50-1,60-7,88)	90	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1713	Kißmer, Christoph (12,61*-4,75-1,36-6,58)	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1499	Lange, Guido (14,61*-3,69-1,24-9,29)	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schüler M14

Forts. Vierkampf

Rekord: 2011 Hoffmann, Jonas 90 TV Deilinghofen
BL 2003: 1624 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

1485 Renfordt, Dennis 90 ASV Iserlohn 09.05. Iserlohn
(14,41*-4,13-1,32-6,72)

Achtkampf

Rekord: 4307 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003:

4307 Sommer, Niko 90 LG Schwerte 25./26.07. Lage
(11,56-5,71-10,34-1,72/29,35-2,50-46,10-3:07,38)

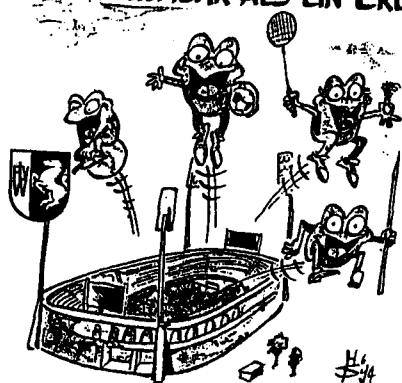
3027 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte 08./09.05. Iserlohn
(16,82*-4,33-7,27-1,32/17,10-1,70-23,78-3:28,87)

Blockwettkampf Sprint

Rekord: 2497 Drost, Thomas 88 TV Deilinghofen
BL 2003: 2204 Wenzel, Jonathan 89 LG Schwerte

2043 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte 03.10. Menden
(13,84*-15,71*-3,97-1,32-26,89)

LEICHTATHLETIK...
...MEHR ALS EIN ERLEBNIS



TREFFPUNKT STADION

Ausdruck vom 21.12.2004

Schüler M13

75 m

Rekord: 9,92 Panica, Sebastian 87 LG Iserlohn
BL 2003: 10,35* Sommer, Niko 90 LG Schwerte

10,09	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
10,23	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	18.09.	Witten
10,38	+0,1 Hedtfeld, Claas	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
10,50	-1,4 Buchtmüller, Bennet	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
10,54	-1,0 Fricke, Tobias	91	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
10,4	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
10,66	+0,1 Siegosch, Marc	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
10,67	+1,2 Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
10,70	0,0 Sommer, Dennis	91	LG Menden	04.07.	Menden
10,74	+1,2 Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
10,77	-1,4 Düllberg, Mario	91	LG Menden	03.10.	Menden
10,79	+0,2 Tubbesing, Pierre	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
10,86	+0,1 Lux, David	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
11,00	-2,6 Wülker, Felix	91	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
11,00	Petereit, Philipp	91	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
11,04	+1,2 Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
11,09	-0,1 Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
10,9	+0,5 Axthelm, Alexander	91	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
11,17	-1,5 Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
11,20	+1,2 Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	10.06.	Iserlohn

1000 m

Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV
BL 2003:

3:11,59	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:14,29	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
3:15,61	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
3:16,0	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
3:18,82	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
3:19,55	Meier, Max	91	MC Menden	04.07.	Menden
3:30,32	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	03.10.	Menden
3:30,40	Schnitzler, Lukas	94	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:31,56	Sommer, Dennis	91	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3:32,96	Kemper, Johannes	91	MC Menden	04.07.	Menden
3:33,62	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
3:34,69	Düllberg, Mario	91	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3:34,76	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3:35,4	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3:36,21	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3:36,56	Heitmann, Hendrick	93	LG Menden	04.07.	Menden
3:37,88	Flor, Lukas	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
3:37,91	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:38,51	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn

Forts. 1000 m Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV
BL 2003:

3:39,58	Friesen, Walter	93	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2000 m	Rekord: 6:25,50 Preuß, Stephan Letmather TV BL 2003:				
7:11,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:19,84	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	05.06.	Erkenschwick
5 km	Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg BL 2003: 20:57 Bartsch, Florian 90 ASV Iserlohn				
19:52	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:02	Meier, Max	91	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
20:34	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:58	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	16.07.	Fröndenberg
21:04	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	13.03.	Münster
21:38	Maier, Max	91	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
22:18	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	14.02.	Fröndenberg
22:28	Kemper, Johannes	91	MC Menden	16.07.	Fröndenberg
22:54	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:37	Schröder, Janosch	94	MC Menden	29.08.	Iserlohn
23:38	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
23:44	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	10.04.	Paderborn
23:59	Renfordt, Yannick	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
24:01	Miska, Michael	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
24:34	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
24:50	Kasselman, Nils	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
25:04	Lässig, Jan Frederik	95	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
25:15	Gruß, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
25:19	Langer, Christian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
27:03	Remus, Nico	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

10 km Rekord: 38:33 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg
BL 2003:

43:17	Meier, Max	91	MC Menden	10.04.	Paderborn
48:07	Griesbach, Daniel	92	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

60 m Hürden Rekord: 9,26 Kaiser, Michael LG Menden
BL 2003:

9,93	-0,7	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
------	------	-----------------	----	--------------	--------	-------

Forts. 60 m Hürden Rekord: 9,26 Kaiser, Michael LG Menden
BL 2003:

10,06	Lux, David	91	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
10,52	+0,9 Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
10,53	Sommer, Dennis	91	LG Menden	11.07.	Menden
10,55	-1,4 Düllberg, Mario	91	LG Menden	04.07.	Menden
10,68	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	11.07.	Menden
11,08	-0,7 Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
11,17	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
11,19	0 Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
11,46	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
11,81	-1,3 Axthelm, Alexander	91	LG Schwerte	03.10.	Menden
11,84	-0,7 Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
12,66	-0,7 Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
12,68	-1,3 Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
12,71	-1,2 Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
12,88	-0,8 Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,41	-1,2 Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,55	-0,8 Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,72	-0,8 Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	03.10.	Menden

Hochsprung Rekord: 1,72 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003: 1,46 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

1,60	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
1,54	Düllberg, Mario	91	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,48	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	18.09.	Kamen
1,42	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,42	Petereit, Philipp	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,42	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,40	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	23.04.	Ergste
1,40	Lux, David	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,39	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,38	Wülker, Felix	91	LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn
1,38	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,36	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
1,35	Fricke, Tobias	91	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
1,34	Edelhoff, Gustav	92	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,34	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	11.07.	Menden
1,33	Tubbesing, Pierre	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,33	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,31	Sommer, Dennis	91	LG Menden	28.05.	Arnsberg
1,31	Beres, Jan91		LG Iserlohn	04.07.	Menden
1,30	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	06.06.	Dortmund
1,30	Petereit, Moritz	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden

Stabhochsprung Rekord: 1,80 Lux, David 91 TV Deilinghofen
BL 2003:

1,80	Lux, David	91	TV Deilinghofen	22.05.	Iserlohn
1,60	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
1,30	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle

Weitsprung Rekord: 5,23 Wiese, Moritz LG Menden
BL 2003: 5,16 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

5,13	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	03.10.	Dortmund
5,08	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,92	Hedtfeld, Claas	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,87	Düllberg, Mario	91	LG Menden	03.10.	Menden
4,85	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
4,82	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,73	Lux, David	91	TV Deilinghofen	11.09.	Paderborn
4,62	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4,58	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
4,58	Hafenmayer, Steffen	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
4,57	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
4,56	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,52	Axthelm, Alexander	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,48	Sommer, Dennis	91	LG Menden	10.06.	Iserlohn
4,44	Wülker, Felix	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,44	Siegosch, Marc	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,40	Fischer, Till	93	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
4,37	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,32	Fricke, Tobias	91	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4,29	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	10.06.	Iserlohn
4,29	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen

Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 15,58 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste
BL 2003: 9,73 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

10,66	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
10,35	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
10,26	Tubbesing, Pierre	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
9,17	Petereit, Philipp	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
9,06	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	21.08.	Altena
8,83	Siegosch, Marc	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,14	Fricke, Tobias	91	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
7,45	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
7,28	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
7,18	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Forts. Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 15,58 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste
BL 2003: 9,73 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

7,18	Lux, David	91	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
7,15	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
7,00	Schreiber, Marc	92	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
6,99	Düllberg, Mario	91	LG Menden	16.05.	Menden
6,93	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
6,93	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
6,71	Appel, Dominic	92	LG Menden	12.09.	Iserlohn
6,18	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	04.07.	Menden
5,90	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
5,73	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn

Diskuswurf 750 g Rekord: 32,14 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 32,14 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

31,21	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	04.09.	Unna
22,00	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	24.04.	Ergste
21,64	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
20,66	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
20,31	Lux, David	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle
18,80	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle

Speerwurf 400 g Rekord: 43,22 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 43,22 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

37,62	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
33,64	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	24.04.	Ergste
31,12	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	04.09.	Unna
29,63	Düllberg, Mario	91	LG Menden	04.07.	Menden
24,45	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
19,45	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
18,72	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
17,87	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	04.07.	Menden
17,67	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Ballwurf 200 g Rekord: 76,50 Köck, Roman 91 TV Deilinghofen
BL 2003: 65,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

76,50	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	11.09.	Paderborn
58,00	Haschke, Tobias	91	ASV Iserlohn	18.09.	Witten
56,00	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
52,00	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
51,00	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
50,50	Düllberg, Mario	91	LG Menden	03.10.	Menden

Forts. Ballwurf 200 g Rekord: 76,50 Köck, Roman 91 TV Deilinghofen
BL 2003: 65,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

50,00	Klein, Christian	91	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
47,50	Hedtfeld, Claas	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
46,50	Jahnel, Philipp	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
46,00	Siegosch, Marc	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
45,50	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
45,00	Schreiber, Marc	92	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
45,00	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
44,00	Dommermuth, Philip	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Lux, David	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
41,50	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
41,00	Schopp, Nico	91	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
40,50	Sommer, Dennis	91	LG Menden	10.06.	Iserlohn
40,00	Axthelm, Alexander	91	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
40,00	Wülker, Felix	91	LG Iserlohn	11.07.	Menden

Schlagballwurf 80 g Rekord: 69,50 Eismann, Mirco 82 LG Menden
BL 2003:

50,50	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
46,00	Oefner, Jonas	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
43,50	Haraburov, Viktor	94	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
43,50	Flor, Lukas	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93	LG Schwerte	17.07.	Ergste
40,50	Petereit, Moritz	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
39,50	Siedelhofer, Tim	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
39,50	Grothe, Jan	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
39,00	Westhelle, Philipp	93	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
37,50	Michel, Felix	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
37,00	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
37,00	Grothe, Sven	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
36,00	Weingarten, Tobias	94	LG Menden	16.05.	Menden
36,00	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
36,00	Obstfeld, Daniel	93	LG Menden	04.07.	Menden
35,50	Dilger, Jan Leon	93	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
35,50	Flemming, Steffen	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
35,00	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
34,50	Schelter, Lennart	94	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
34,00	Fischer, Till	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
34,00	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
34,00	Schürholz, Dustin	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
34,00	Walker, Christian	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund

Dreikampf Rekord: 1470 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 1470 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

1443	Köck, Roman	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(10,1-4,67-68,00)				
1372	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(10,4-5,08-52,00)				
1359	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(10,3-4,82-52,50)				
1238	Lux, David	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(10,7-4,67-41,50)				
1215	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(10,9-4,48-44,00)				
1206	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
	(11,1-4,62-43,00)				
1194	Fricke, Tobias	91	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
	(10,5-4,32-37,50)				
1193	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(10,6-4,56-35,00)				
1168	Axthelm, Alexander	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(10,9-4,52-36,00)				
1122	Wieschollek, Florian	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(11,4-4,29-39,50)				
1115	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(11,3-4,20-38,50)				
1107	Wülker, Felix	91	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(11,21-4,20-33,00)				
1106	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(11,31-4,03-37,00)				
1067	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(11,6-4,21-35,00)				
1053	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(11,49-4,10-30,50)				
1043	Hollop, Dominik	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(11,5-3,95-34,50)				
1032	Albrecht, Lukas	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(11,5-3,71-37,00)				
1026	Beres, Jan91	LG Iserlohn		28.05.	Iserlohn
	(11,82-4,04-31,50)				
1011	Sommer, Christian	93	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
	(11,5-3,89-31,00)				
995	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(11,2-4,00-24,00)				

Vierkampf

Rekord: 1973 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn
BL 2003: 1870 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

1973	Haschke, Tobias (10,23-5,05-1,60-58,00)	91 ASV Iserlohn	18.09.	Witten
1761	Düllberg, Mario (11,00*-4,52-1,54-49,00)	91 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1625	Buchmüller, Bennet (10,75*-4,73-1,22-47,00)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1585	Hogreve, Karsten (11,31*-4,36-1,34-44,50)	92 VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn
1521	Schopp, Nico (11,42*-3,92-1,42-37,00)	91 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1516	Siegosch, Marc (10,93*-4,00-1,22-45,00)	91 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1498	Schiffer, Sebastian (11,22*-4,35-1,22-40,00)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1463	Drossart, Florian (11,13*-3,44-1,30-43,00)	92 LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1451	Petereit, Philipp (11,38*-3,93-1,30-35,50)	91 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1445	Hollop, Dominik (11,64*-3,77-1,34-37,50)	91 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1412	Beres, Jan 91 (11,77*-4,02-1,30-33,00)	LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1407	Dombrink, Nik (11,27*-4,08-1,18-35,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1320	Kiehn, Maximilian (12,05*-3,90-1,26-28,50)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1299	Edelhoff, Gustav (11,85*-3,63-1,18-34,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1275	Appel, Dominic (12,85*-3,53-1,26-36,50)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1227	Albrecht, Lukas (12,21*-3,38-1,10-39,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1076	Oberste, Julian (13,02*-3,06-1,18-25,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
993	Wieschollek, Florian (11,94*-verl.-1,30-31,00)	91 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
854	Drechsler, Christoph (13,03*-3,18-0,94-15,00)	92 LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn
601	Schmitt, Daniel (13,77*-verl.-0,98-21,00)	93 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Blockwettkampf Sprint

Rekord: 2427 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn
BL 2003:

2427	Haschke, Tobias (10,1-9,7-5,13-1,54-49,50)	91 ASV Iserlohn	03.10.	Dortmund
2264	Düllberg, Mario (10,77*-10,62*-4,87-1,48-50,50)	91 LG Menden	03.10.	Menden
2083	Sommer, Matthias (11,04*-10,81*-4,43-1,32-49,50)	91 LG Schwerte	03.10.	Menden
2068	Hogreve, Karsten (11,35*-11,84*-4,48-1,48-51,00)	92 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
1987	Drossart, Florian (10,87*-11,19*-3,97-1,32-45,00)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1904	Klockner, Christian (11,73*-11,08*-4,28-1,36-33,50)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1788	Schiffer, Sebastian (11,46*-12,66*-4,38-1,24-39,00)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden

Blockwettkampf Lauf

Rekord: 2355 Recker, Markus 89 TV Deilinghofen
BL 2003:

1959	Hafenmayer, Steffen (11,47*-12,68*-4,58-39,00-3:15,61)	91 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1948	Prothmann, Pascal (11,00*-12,88*-4,32-39,50-3:18,82)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1903	Axthelm, Alexander (11,16*-11,81*-4,43-36,00-3:44,31)	91 LG Schwerte	03.10.	Menden
1709	Aggreh, Alvin Ejiro (11,17*-13,55*-3,98-30,00-3:39,66)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1700	Kiehn, Maximilian (11,89*-13,72*-4,03-33,00-3:30,32)	92 LG Menden	03.10.	Menden

10,52	+0,9	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
11,08	-0,7	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
11,19	0	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
11,84	-0,7	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
12,66	-0,7	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
12,71	-1,2	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
12,88	-0,8	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,41	-1,2	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,55	-0,8	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,72	-0,8	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	03.10.	Menden

Hochsprung

Rekord: 1,58 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn
BL 2003: 1,51 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn

1,48	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	18.09.	Kamen
1,42	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,39	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,36	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
1,34	Edelhoff, Gustav	92	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,33	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,30	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	06.06.	Dortmund
1,30	Petereit, Moritz	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,28	Appel, Dominic	92	LG Menden	04.07.	Menden
1,26	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,26	Jarkov, Michael	94	LG Menden	02.10.	Menden
1,25	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	06.06.	Dortmund
1,24	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
1,22	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,22	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,20	Albrecht, Lukas	92	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,20	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,20	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
1,18	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,14	Wetzel, Tjark	93	LG Menden	12.09.	Iserlohn
1,14	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	02.10.	Menden

Stabhochsprung

Rekord: 1,30 Oberste, Julian 92 TV Deilinghofen
BL 2003:

1,30	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.09.	Schalksmühle
------	-----------------	----	-----------------	--------	--------------

Weitsprung

Rekord: 4,98 Eismann, Mirco 82 LG Menden
BL 2003: 4,73 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn

4,82	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,62	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4,58	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
4,57	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
4,56	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
4,40	Fischer, Till	93	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
4,37	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,29	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	10.06.	Iserlohn
4,28	Klockner, Christian	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
4,27	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna
4,21	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,20	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,10	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn

Forts. Weitsprung

Rekord: 4,98 Eismann, Mirco 82 LG Menden
BL 2003: 4,73 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn

4,08	Sommer, Christian	93	LG Schwerte	23.04.	Ergste
4,08	Schumacher, Jan	93	LG Schwerte	02.10.	Menden
4,07	Edelhoff, Gustav	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,05	Pällmann, Christopher	92	LG Menden	28.05.	Arnsberg
4,03	Drossart, Florian	92	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,98	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,97	Gruß, Fabian	93	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
3,97	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 13,05 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste
BL 2003: 7,73 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

9,06	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	21.08.	Altena
7,45	Hogreve, Karsten	92	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
7,28	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
7,15	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
7,00	Schreiber, Marc	92	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
6,93	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
6,71	Appel, Dominic	92	LG Menden	12.09.	Iserlohn
6,18	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	04.07.	Menden
5,90	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
5,73	Aggreh, Alvin Ejiro	92	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
5,60	Jaeger, Tim	92	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
5,06	Kelch, Dominik	92	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Diskuswurf 750 g

Rekord: 31,21 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2003: 21,72 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

31,21	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	04.09.	Unna
20,66	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	06.06.	Schalksmühle

Speerwurf 400 g

Rekord: 36,81 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 24,46 Sommer, Matthias 91 LG Schwerte

31,12	Buchmüller, Bennet	92	LG Schwerte	04.09.	Unna
24,45	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
19,45	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
18,72	Kaltenbach, Johannes	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
17,87	Kiehn, Maximilian	92	LG Menden	04.07.	Menden
17,67	Prothmann, Pascal	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Ballwurf 200 g

Rekord: 63,00 Lindenberg, Stefan LC Schwerte
BL 2003: 48,00 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn

56,00	Buchmüller, Bennet	92 LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
51,00	Hogreve, Karsten	92 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
46,50	Jahnel, Philipp	92 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
45,50	Schiffer, Sebastian	92 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
45,00	Schreiber, Marc	92 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
45,00	Drossart, Florian	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
44,00	Dommermuth, Philip	93 LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93 LG Schwerte	11.07.	Menden
41,50	Prothmann, Pascal	92 LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
39,00	Albrecht, Lukas	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
38,50	Dombrink, Nik	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
36,50	Appel, Dominic	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
35,50	Kaltenbach, Johannes	92 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
34,50	Edelhoff, Gustav	92 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
33,50	Kiehn, Maximilian	92 LG Menden	10.06.	Iserlohn
33,50	Klockner, Christian	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
33,00	Rüther, Malte	92 LG Menden	11.07.	Menden
31,00	Sommer, Christian	93 LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
30,00	Pälmann, Christopher	92 LG Menden	28.05.	Arnsberg
30,00	Aggreh, Alvin Ejiro	92 LG Schwerte	03.10.	Menden

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 54,50 Köck, Roman 91 TV Deilinghofen
BL 2003:

50,50	Verbruggen, Roderik	94 TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
46,00	Oefner, Jonas	94 TV Deilinghofen	11.07.	Menden
43,50	Haraburov, Viktor	94 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
43,50	Flor, Lukas	93 TV Deilinghofen	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93 LG Schwerte	17.07.	Ergste
40,50	Petereit, Moritz	93 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
39,50	Siedelhofer, Tim	93 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
39,50	Grothe, Jan	95 LG Menden	12.09.	Iserlohn
39,00	Westhelle, Philipp	93 TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
37,50	Michel, Felix	93 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
37,00	Friedewald, Tim	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
37,00	Grothe, Sven	95 LG Menden	08.05.	Iserlohn
36,00	Weingarten, Tobias	94 LG Menden	16.05.	Menden
36,00	Engert, Tim	93 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
36,00	Obstfeld, Daniel	93 LG Menden	04.07.	Menden
35,50	Dilger, Jan Leon	93 SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
35,50	Flemming, Steffen	94 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
35,00	Schadwill, Damian	93 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
34,50	Schelter, Lennart	94 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn

Forts. Schlagballwurf 80 g

Rekord: 54,50 Köck, Roman 91 TV Deilinghofen
BL 2003:

34,00	Fischer, Till	93 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
34,00	Schulte, Marcel	93 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
34,00	Schürholz, Dustin	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
34,00	Walker, Christian	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
Dreikampf				
Rekord: 1359 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte BL 2003: 1162 Sommer, Matthias 91 LG Schwerte				
1359	Buchmüller, Bennet (10,3-4,82-52,50)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1215	Schiffer, Sebastian (10,9-4,48-44,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1206	Hogreve, Karsten (11,1-4,62-43,00)	92 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
1193	Prothmann, Pascal (10,6-4,56-35,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1115	Dombrink, Nik (11,3-4,20-38,50)	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1106	Drossart, Florian (11,31-4,03-37,00)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1067	Kaltenbach, Johannes (11,6-4,21-35,00)	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1053	Klockner, Christian (11,49-4,10-30,50)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1032	Albrecht, Lukas (11,5-3,71-37,00)	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1011	Sommer, Christian (11,5-3,89-31,00)	93 LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
995	Aggreh, Alvin Ejiro (11,2-4,00-24,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
805	Mehl, Christopher (13,11-3,23-27,50)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
561	Martensen, Andreas (13,78-2,55-15,00)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
536	Thari, Fuad (15,60-2,41-25,00)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
Vierkampf				
Rekord: 1739 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn BL 2003: 1739 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn				
1625	Buchmüller, Bennet (10,75*-4,73-1,22-47,00)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1585	Hogreve, Karsten (11,31*-4,36-1,34-44,50)	92 VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schüler M12

Forts. Vierkampf

Rekord: 1739 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn
BL 2003: 1739 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn

1498	Schiffer, Sebastian (11,22*-4,35-1,22-40,00)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1463	Drossart, Florian (11,13*-3,44-1,30-43,00)	92 LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1407	Dombrink, Nik (11,27*-4,08-1,18-35,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1320	Kiehn, Maximilian (12,05*-3,90-1,26-28,50)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1299	Edelhoff, Gustav (11,85*-3,63-1,18-34,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1275	Appel, Dominic (12,85*-3,53-1,26-36,50)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1227	Albrecht, Lukas (12,21*-3,38-1,10-39,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1076	Oberste, Julian (13,02*-3,06-1,18-25,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
854	Drechsler, Christoph (13,03*-3,18-0,94-15,00)	92 LC Letmathe/Iserlohn	09.05.	Iserlohn
601	Schmitt, Daniel (13,77*-verl.-0,98-21,00)	93 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Blockwettkampf Sprint

Rekord: 2283 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003:

2068	Hogreve, Karsten (11,35*-11,84*-4,48-1,48-51,00)	92 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
1987	Drossart, Florian (10,87*-11,19*-3,97-1,32-45,00)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1904	Klockner, Christian (11,73*-11,08*-4,28-1,36-33,50)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1788	Schiffer, Sebastian (11,46*-12,66*-4,38-1,24-39,00)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden

Blockwettkampf Lauf

Rekord: 1948 Prothmann, Pascal 92 LG Schwerte
BL 2003:

1948	Prothmann, Pascal (11,00*-12,88*-4,32-39,50-3:18,82)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1709	Aggreh, Alvin Ejiro (11,17*-13,55*-3,98-30,00-3:39,66)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1700	Kiehn, Maximilian (11,89*-13,72*-4,03-33,00-3:30,32)	92 LG Menden	03.10.	Menden

Ausdruck vom 21.12.2004

Schüler M12

Blockwettkampf Wurf

Rekord: 2291 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2003:

2291	Buchmüller, Bennet (10,50*-10,52*-4,61-8,29-30,00)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
------	---	----------------	--------	--------



50 m Rekord: 7,36 Eismann, Mirco 82 LG Menden
BL 2003: 7,4 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

7,47	-0,7	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
7,53	+0,2	Fischer, Till	93	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
7,79		Wetzel, Tjark	93	LG Menden	28.05.	Iserlohn
7,81	-0,8	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,6		Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna
7,92	-0,7	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
7,7		Jansen, Sven	93	LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,07	-0,1	Friesen, Walter	93	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
8,14	-0,6	Schumacher, Jan	93	LG Schwerte	02.10.	Menden
7,9		Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
8,18	-0,8	Schinzler, Lukas	94	LG Iserlohn	04.07.	Menden
8,18	+0,5	Remus, Nico	93	VfL Fröndenberg	02.10.	Menden
8,23	-1,4	Schnitzler, Lukas	94	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
8,28	+0,2	Koch, Philipp	93	LG Menden	08.05.	Iserlohn
8,29		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
8,30	+0,2	Nitschke, Tobias	93	LG Iserlohn	08.05.	Iserlohn
8,33	-1,2	Gruß, Fabian	93	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
8,36	-1,7	Witte, Alexander	93	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
8,36	-1,4	Renfordt, Marvin	94	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
8,36		Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl

1000 m Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide
BL 2003: 3:47,8 Griesbach, Daniel 92 LC Letmathe/Iserlohn

3:30,40		Schnitzler, Lukas	94	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:36,21		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3:36,56		Heitmann, Hendrick	93	LG Menden	04.07.	Menden
3:37,88		Flor, Lukas	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
3:38,51		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3:39,58		Friesen, Walter	93	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3:41,58		Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:42,56		Vogt, Luis	96	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:44,08		Sommer, Christian	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
3:44,64		Heitmann, Felix	93	LG Menden	04.07.	Menden
3:47,34		Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3:47,2		Bönninger, Jannis	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:48,78		Tillmann, Tobias	94	LG Menden	04.07.	Menden
3:51,56		Weingarten, Tobias	94	LG Menden	10.06.	Iserlohn
3:52,1		Schelter, Lennart	94	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:52,3		Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
3:52,96		Lütze, Moritz	94	LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3:53,5		Fuckert, Till	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:53,79		Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	10.06.	Iserlohn

Forts. 1000 m Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide
BL 2003: 3:47,8 Griesbach, Daniel 92 LC Letmathe/Iserlohn

3:53,87	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	16.05.	Menden
5 km					
22:54	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:37	Schröder, Janosch	94	MC Menden	29.08.	Iserlohn
23:44	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	10.04.	Paderborn
24:01	Miska, Michael	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
25:04	Lässig, Jan Frederik	95	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
25:15	Gruß, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
25:19	Langer, Christian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
27:03	Remus, Nico	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
27:22	Kopka, Henrik	95	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
27:25	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

10 km Rekord: 38:33 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg
BL 2003:

51:39	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
-------	---------------	----	-----------------	--------	-------------

Hochsprung Rekord: 1,47 Haschke, Tobias 91 ASV Iserlohn
BL 2003: 1,35 Hogreve, Karsten 92 VfL Fröndenberg

1,42	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,39	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,30	Petereit, Moritz	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,26	Jarkov, Michael	94	LG Menden	02.10.	Menden
1,20	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,20	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
1,14	Wetzel, Tjark	93	LG Menden	12.09.	Iserlohn
1,14	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	02.10.	Menden
1,10	Koch, Philipp	93	LG Menden	11.07.	Menden
1,08	Flor, Lukas	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,08	Flemming, Steffen	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,08	Schmitz, Yannik	93	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
1,08	Obstfeld, Daniel	93	LG Menden	04.07.	Menden
1,06	Langer, Christian	93	VfL Fröndenberg	02.10.	Menden
1,03	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,00	Bange, Sebastian	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
0,97	Ostholt, Benedikt	94	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 4,74 Beele,, Kenny 80 LG Iserlohn

BL 2003: 4,58 Schiffer, Sebastian 92 LG Schwerte

4,57	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
4,40	Fischer, Till	93	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
4,37	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,27	Kopka, Fabian	93	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna
4,08	Sommer, Christian	93	LG Schwerte	23.04.	Ergste
4,08	Schumacher, Jan	93	LG Schwerte	02.10.	Menden
3,98	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,97	Gruß, Fabian	93	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
3,97	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
3,95	Krämer, Soenke	93	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,90	Koch, Philipp	93	LG Menden	11.07.	Menden
3,89	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,88	Wetzel, Tjark	93	LG Menden	20.06.	Iserlohn
3,77	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	02.10.	Menden
3,76	Jansen, Sven	93	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3,71	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3,69	Westhelle, Philipp	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,67	Schmitt, Daniel	93	LG Schwerte	02.10.	Menden
3,66	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	02.10.	Menden
3,65	Petereit, Moritz	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
3,65	Hill, Joel	94	LG Menden	16.05.	Menden
3,65	Werner, Malte	93	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 62,00 Holdt, Sebastian TuS Iserlohn

BL 2003: 50,00 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

50,50	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
46,00	Oefner, Jonas	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
43,50	Haraburov, Viktor	94	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
43,50	Flor, Lukas	93	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
41,50	Jansen, Sven	93	LG Schwerte	17.07.	Ergste
40,50	Petereit, Moritz	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
39,50	Siedelhofer, Tim	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
39,50	Grothe, Jan	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
39,00	Westhelle, Philipp	93	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
37,50	Michel, Felix	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
37,00	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
37,00	Grothe, Sven	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
36,00	Weingarten, Tobias	94	LG Menden	16.05.	Menden
36,00	Engert, Tim	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
36,00	Obstfeld, Daniel	93	LG Menden	04.07.	Menden
35,50	Dilger, Jan Leon	93	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
35,50	Flemming, Steffen	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn

Forts. Schlagballwurf 80 g

Rekord: 62,00 Holdt, Sebastian TuS Iserlohn

BL 2003: 50,00 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

35,00	Schadwill, Damian	93	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
34,50	Schelter, Lennart	94	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
34,00	Fischer, Till	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
34,00	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
34,00	Schürholz, Dustin	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
34,00	Walker, Christian	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
Dreikampf		Rekord: 1244 Sommer, Niko 90 LG Schwerte			
		BL 2003: 1187 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte			
1097	Verbruggen, Roderik (7,9-3,98-47,50)	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1084	Fischer, Till (7,53*-4,40-29,50)	93	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1083	Friedewald, Tim (7,70*-4,06-37,00)	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1066	Engert, Tim (7,81*-4,37-32,00)	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1054	Jansen, Sven (7,7-3,76-41,50)	93	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1032	Kopka, Fabian (7,6-4,27-29,50)	93	VfL Fröndenberg	25.09.	Unna
1000	Schumacher, Jan (8,14*-4,08-32,50)	93	LG Schwerte	02.10.	Menden
949	Petereit, Moritz (8,49*-3,65-37,00)	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
945	Koch, Philipp (8,33*-3,78-32,50)	93	LG Menden	02.10.	Menden
938	Westhelle, Philipp (8,4-3,69-37,00)	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
926	Remus, Nico (8,18*-3,49-32,50)	93	VfL Fröndenberg	02.10.	Menden
923	Flor, Lukas (8,75*-3,62-37,50)	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
920	Isenberg, Marwin (7,9-3,57-30,00)	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
917	Gruß, Fabian (8,37*-3,93-27,50)	93	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
913	Schnitzler, Lukas (8,26-3,51-31,50)	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
889	Schulte, Marcel (8,9-3,89-33,50)	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
889	Schadwill, Damian (8,97*-3,66-35,00)	93	LG Iserlohn	02.10.	Menden

Forts. Dreikampf Rekord: 1244 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 1187 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

888	Wetzel, Tjark (7,79-2,88-32,00)	93 LG Menden	28.05.	Iserlohn
885	Krämer, Soenke (8,46*-3,55-30,00)	93 LG Schwerte	02.10.	Menden
883	Pagenkämper, Marcel (8,74*-3,77-30,00)	94 LG Menden	02.10.	Menden

Vierkampf Rekord: 1601 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 1494 Hogleve, Karsten 92 VfL Fröndenberg

1472	Engert, Tim (7,81*-4,37-1,36-32,00)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1401	Friedewald, Tim (7,70*-4,06-1,20-37,00)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1220	Petereit, Moritz (8,49*-3,65-1,12-37,00)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1170	Flor, Lukas (8,75*-3,62-1,08-37,50)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1166	Pagenkämper, Marcel (8,74*-3,77-1,14-30,00)	94 LG Menden	02.10.	Menden
1141	Jarkov, Michael (9,00*-3,37-1,26-27,50)	94 LG Menden	02.10.	Menden
1058	Langer, Christian (8,57*-3,21-1,06-29,00)	93 VfL Fröndenberg	02.10.	Menden
1013	Flemming, Steffen (8,99*-3,28-1,08-26,00)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
949	Bange, Sebastian (8,70*-3,32-1,00-21,00)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
874	Koch, Philipp (8,28*-3,67-verl.-25,00)	93 LG Menden	08.05.	Iserlohn
871	Schmitz, Yannik (9,55*-3,10-1,00-23,50)	93 ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn

50 m Rekord: 7,58* Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 7,64* Fischer, Till 93 ASV Iserlohn

7,9	Verbruggen, Roderik	94 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
8,18	-0,8 Schinzler, Lukas	94 LG Iserlohn	04.07.	Menden
8,23	-1,4 Schnitzler, Lukas	94 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
8,36	-1,4 Renfordt, Marvin	94 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
8,36	Esser, Felix	94 LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
8,2	Schelter, Lennart	94 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
8,45	Tillmann, Tobias	94 LG Menden	11.07.	Menden
8,54	Pagenkämper, Marcel	94 LG Menden	28.05.	Iserlohn
8,64	Hill, Joel 94	LG Menden	11.07.	Menden
8,67	-0,3 Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
8,70	-0,6 Bange, Sebastian	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
8,70	Oefner, Jonas	94 TV Deilinghofen	11.07.	Menden
8,5	Eckmann, Maximilian	96 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
8,5	Fuckert, Till	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,77	-0,1 Rus, Bastian-Jendrik	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,81	-1,4 Looser, Moritz	94 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
8,81	0,0 Hollop, Fabian	95 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
8,84	-1,4 Lütze, Moritz	94 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
8,84	-0,8 Peukmann, Pascal	95 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
8,6	Koenen, David	95 LG Schwerte	29.05.	Schwerte

1000 m Rekord: 3:13,63 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte
BL 2003:

3:30,40	Schnitzler, Lukas	94 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3:42,56	Vogt, Luis	96 ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:47,2	Bönninger, Jannis	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:48,78	Tillmann, Tobias	94 LG Menden	04.07.	Menden
3:51,56	Weingarten, Tobias	94 LG Menden	10.06.	Iserlohn
3:52,1	Schelter, Lennart	94 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:52,96	Lütze, Moritz	94 LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3:53,5	Fuckert, Till	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:53,79	Pagenkämper, Marcel	94 LG Menden	10.06.	Iserlohn
3:53,87	Esser, Felix	94 LC Letmathe/Iserlohn	16.05.	Menden
3:54,43	Wulff, Jon Lennart	94 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
4:01,4	Zimmermann, Tizian	94 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4:04,73	Lässig, Jan Frederik	95 LC Letmathe/Iserlohn	03.10.	Bochum
4:04,75	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:06,9	Ludzinski, Jonas	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4:07,9	Friedrichs, Philipp	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:08,1	Reith, Dominic	94 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4:08,6	Miska, Michael	95 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4:10,0	König, Sven	96 LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

Forts. 1000 m Rekord: 3:13,63 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte
BL 2003:

4:11,41	Rus, Bastian-Jendrik	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
5 km	Rekord: 21:58 Hogreve, Karsten 92 VfL Fröndenberg BL 2003: 22:48 Kopka, Fabian 93 VfL Fröndenberg				
23:37	Schröder, Janosch	94	MC Menden	29.08.	Iserlohn
23:44	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	10.04.	Paderborn
24:01	Miska, Michael	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
25:04	Lässig, Jan Frederik	95	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
27:22	Kopka, Henrik	95	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
27:25	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

Hochsprung Rekord: 1,34 Venghaus, , Björn 85 LG Menden
BL 2003: 1,04 Nviudu, Sebastian 93 LG Schwerte

1,26	Jarkov, Michael	94	LG Menden	02.10.	Menden
1,14	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	02.10.	Menden
1,08	Flemming, Steffen	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,03	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,00	Bange, Sebastian	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
0,97	Ostholt, Benedikt	94	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Weitsprung Rekord: 4,47 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 4,35 Fischer, Till 93 ASV Iserlohn

3,98	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,77	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	02.10.	Menden
3,71	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3,65	Hill, Joel 94		LG Menden	16.05.	Menden
3,59	Zimmermann, Tizian	94	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,52	Weingarten, Tobias	94	LG Menden	08.05.	Iserlohn
3,51	Schnitzler, Lukas	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,48	Grothe, Jan	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3,47	Flemming, Steffen	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,43	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3,42	Renfordt, Marvin	94	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3,41	Schelter, Lennart	94	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3,39	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3,39	Tillmann, Tobias	94	LG Menden	20.06.	Iserlohn
3,38	Koenen, David	95	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,37	Jarkov, Michael	94	LG Menden	02.10.	Menden
3,33	Bönninger, Jannis	95	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
3,32	Bange, Sebastian	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Forts. Weitsprung Rekord: 4,47 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 4,35 Fischer, Till 93 ASV Iserlohn

3,32	Schinzler, Lukas	94	LG Iserlohn	04.07.	Menden
3,30	Rus, Bastian-Jendrik	95	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g Rekord: 51,50 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2003: 34,00 Fischer, Till 93 ASV Iserlohn

50,50	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
46,00	Oefner, Jonas	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
43,50	Haraburov, Viktor	94	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
39,50	Grothe, Jan	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
37,00	Grothe, Sven	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
36,00	Weingarten, Tobias	94	LG Menden	16.05.	Menden
35,50	Flemming, Steffen	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
34,50	Schelter, Lennart	94	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
34,00	Schürholz, Dustin	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
34,00	Walker, Christian	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
33,50	Schnitzler, Lukas	94	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
33,50	Jahnke, Henning	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
33,50	Koenen, David	95	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
33,50	Schinzler, Lukas	94	LG Iserlohn	04.07.	Menden
33,50	Peukmann, Pascal	95	SC 1912 Hennen	12.09.	Iserlohn
32,50	Bönninger, Jannis	95	LG Schwerte	16.05.	Menden
32,50	Zimmermann, Tizian	94	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
32,00	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	03.10.	Bochum
31,50	Mehl, Dennis	95	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
31,00	Eckmann, Maximilian	96	SC 1912 Hennen	16.05.	Menden
31,00	Gülnergiz, Erdem	94	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
31,00	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	12.09.	Iserlohn

Dreikampf Rekord: 1168 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 1101 Fischer, Till 93 ASV Iserlohn

1097	Verbruggen, Roderik	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(7,9-3,98-47,50)				
913	Schnitzler, Lukas	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(8,26-3,51-31,50)				
883	Pagenkämper, Marcel	94	LG Menden	02.10.	Menden
	(8,74*-3,77-30,00)				
868	Grothe, Jan	95	LG Menden	02.10.	Menden
	(8,94*-3,34-37,00)				
839	Schelter, Lennart	94	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(8,5-3,41-30,00)				
830	Esser, Felix	94	LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn
	(8,59*-3,49-26,00)				

Forts. Dreikampf Rekord: 1168 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 1101 Fischer, Till 93 ASV Iserlohn

820	Weingarten, Tobias (9,11*-3,52-30,00)	94 LG Menden	08.05.	Iserlohn
812	Flemming, Steffen (8,7-3,47-28,00)	94 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
810	Eckmann, Maximilian (8,5-3,24-29,00)	96 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
809	Peukmann, Pascal (8,7-3,25-31,00)	95 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
802	Hill, Joel 94 (8,82*-3,63-23,50)	LG Menden	02.10.	Menden
799	Fuckert, Till (8,5-3,43-25,00)	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
799	Zimmermann, Tizian (8,7-3,20-30,50)	94 LG Schwerte	17.07.	Ergste
797	Koenen, David (8,6-3,28-28,00)	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
794	Jahnke, Henning (8,8-3,17-31,50)	95 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
790	Jarkov, Michael (9,00*-3,37-27,50)	94 LG Menden	02.10.	Menden
789	Grothe, Sven (9,44*-3,12-36,00)	95 LG Menden	02.10.	Menden
775	Bange, Sebastian (8,7-3,21-27,50)	94 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
764	Bönninger, Jannis (8,9-3,26-27,50)	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
762	Ruggiero, Fabio (9,25*-3,29-28,00)	95 LG Schwerte	08.05.	Iserlohn

Vierkampf Rekord: 1451 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2003: 807 Schweinoch, Yannick 93 LG Schwerte

1166	Pagenkämper, Marcel (8,74*-3,77-1,14-30,00)	94 LG Menden	02.10.	Menden
1141	Jarkov, Michael (9,00*-3,37-1,26-27,50)	94 LG Menden	02.10.	Menden
1013	Flemming, Steffen (8,99*-3,28-1,08-26,00)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
949	Bange, Sebastian (8,70*-3,32-1,00-21,00)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

50 m Rekord: 7,7 Hallmann, Oliver TG Westhofen
BL 2003: 8,40 Gerbrecht, Jonas 94 LC Letmathe/Iserlohn

8,67	-0,3	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
8,5		Eckmann, Maximilian	96 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
8,5		Fuckert, Till	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,77	-0,1	Rus, Bastian-Jendrik	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,81	0,0	Hollop, Fabian	95 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
8,84	-0,8	Peukmann, Pascal	95 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
8,6		Koenen, David	95 LG Schwerte	29.05.	Schwerte
8,91	-0,8	Humbach, Jan	96 ASV Iserlohn	16.05.	Menden
8,94	-1,3	Grothe, Jan	95 LG Menden	02.10.	Menden
8,7		Walker, Christian	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
8,95	+0,4	Schumacher, Niels	98 ASV Iserlohn	16.05.	Menden
8,99	-0,1	Roll, Thomas	95 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
9,02	-0,1	Jahnke, Henning	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,8		Mulorz, Louis	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,05	-0,1	Ruggiero, Fabio	95 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
9,08	-0,1	Lässig, Jan Frederik	95 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
9,12		Steudle, Simon	97 LG Menden	02.10.	Menden
8,9		Bönninger, Jannis	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,9		Gierke, Lennart	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,15	-0,3	Ernst, Tobias	96 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1000 m					
Rekord: 3:30,66 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte BL 2003: 4:08,3 Esser, Felix 94 LC Letmathe/Iserlohn					
3:42,56		Vogt, Luis	96 ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:47,2		Bönninger, Jannis	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:53,5		Fuckert, Till	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:04,73		Lässig, Jan Frederik	95 LC Letmathe/Iserlohn	03.10.	Bochum
4:04,75		Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:06,9		Ludzinski, Jonas	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4:07,9		Friedrichs, Philipp	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:08,6		Miska, Michael	95 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4:10,0		König, Sven	96 LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4:11,41		Rus, Bastian-Jendrik	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
4:11,6		Mulorz, Louis	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:12,91		Menke, Thilo	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
4:17,4		Kopka, Henrik	95 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4:22,3		Gierke, Lennart	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:22,49		Hollop, Fabian	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
4:25,86		Roll, Thomas	95 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:32,77		Grothe, Jan	95 LG Menden	12.09.	Iserlohn
4:33,21		Becker, Jan	97 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:33,4		Oleksow, Philipp	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund

Forts. 1000 m Rekord: 3:30,66 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte
BL 2003: 4:08,3 Esser, Felix 94 LC Letmathe/Iserlohn

4:33,8	Flasche, Thomas	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
5 km	Rekord: 23:09 Hogreve, Karsten 92 VfL Fröndenberg BL 2003:				
24:01	Miska, Michael	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg
25:04	Lässig, Jan Frederik	95	LC Letmathe/Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
27:22	Kopka, Henrik	95	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
27:25	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

Weitsprung Rekord: 3,94 Jacob, Andre SG Eintracht Ergste
BL 2003: 3,63 Verbrüggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

3,48	Grothe, Jan	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3,43	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3,39	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3,38	Koenen, David	95	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,33	Bönninger, Jannis	95	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
3,30	Rus, Bastian-Jendrik	95	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,29	Ruggiero, Fabio	95	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
3,29	Grothe, Sven	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3,25	Peukmann, Pascal	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,24	Eckmann, Maximilian	96	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,21	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3,17	Jahnke, Henning	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,10	Mehl, Dennis	95	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,07	Jentsch, Torben	95	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
3,05	Schmitz, Benjamin	95	ASV Iserlohn	23.04.	Ergste
3,05	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,05	Banowski, Jan-Hendrik	96	LG Menden	02.10.	Menden
3,00	Ludzinski, Jonas	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
2,99	Werny, Hendrik	95	LG Menden	04.07.	Menden
2,99	Menke, Thilo	96	LG Schwerte	17.07.	Ergste
2,99	Schürholz, Dustin	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste

Schlagballwurf 80 g Rekord: 47,00 Thäsler, Dominik LG Schwerte
BL 2003: 38,00 Verbrüggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

39,50	Grothe, Jan	95	LG Menden	12.09.	Iserlohn
37,00	Grothe, Sven	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
34,00	Schürholz, Dustin	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
34,00	Walker, Christian	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
33,50	Jahnke, Henning	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn

Forts. Schlagballwurf 80 g Rekord: 47,00 Thäsler, Dominik LG Schwerte
BL 2003: 38,00 Verbrüggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

33,50	Koenen, David	95	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
33,50	Peukmann, Pascal	95	SC 1912 Hennen	12.09.	Iserlohn
32,50	Bönninger, Jannis	95	LG Schwerte	16.05.	Menden
31,50	Mehl, Dennis	95	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
31,00	Eckmann, Maximilian	96	SC 1912 Hennen	16.05.	Menden
30,00	Ruggiero, Fabio	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
29,50	Schneider, Rene	96	LG Schwerte	02.10.	Menden
29,00	Schulte-Pelkum, Jerome	95	LG Schwerte	02.10.	Menden
28,00	Kremser, Markus	96	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
27,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe/Iserlohn	16.05.	Menden
27,50	Mulorz, Louis	96	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
27,00	Nagusch, Jonathan	96	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
27,00	Friedrichs, Philipp	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
27,00	Banowski, Jan-Hendrik	96	LG Menden	02.10.	Menden
26,00	Werny, Hendrik	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
26,00	Enneper, Maurice	95	ASV Iserlohn	16.05.	Menden
26,00	Spieckermann, Robin	97	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen

Dreikampf Rekord: 1002 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2003: 961 Verbrüggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

868	Grothe, Jan (8,94*-3,34-37,00)	95	LG Menden	02.10.	Menden
810	Eckmann, Maximilian (8,5-3,24-29,00)	96	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
809	Peukmann, Pascal (8,7-3,25-31,00)	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
799	Fuckert, Till (8,5-3,43-25,00)	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
797	Koenen, David (8,6-3,28-28,00)	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
794	Jahnke, Henning (8,8-3,17-31,50)	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
789	Grothe, Sven (9,44*-3,12-36,00)	95	LG Menden	02.10.	Menden
764	Bönninger, Jannis (8,9-3,26-27,50)	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
762	Ruggiero, Fabio (9,25*-3,29-28,00)	95	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
752	Mehl, Dennis (9,43-3,10-31,50)	95	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
729	Rus, Bastian-Jendrik (8,8-3,24-23,00)	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen

Forts. Dreikampf

Rekord: 1002 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2003: 961 Verbrüggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

714	Schneider, Rene (9,39*-2,91-29,50)	96 LG Schwerte	02.10.	Menden
708	Banowski, Jan-Hendrik (9,42*-3,05-27,00)	96 LG Menden	02.10.	Menden
702	Schürholz, Dustin (9,7-2,99-32,00)	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
700	Spieckermann, Robin (9,0-2,94-26,00)	97 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
685	Hollop, Fabian (8,7-2,80-23,50)	95 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
675	Werny, Hendrik (9,34w-2,81-26,00)	95 LG Menden	08.05.	Iserlohn
672	Friedrichs, Philipp (9,2-2,79-27,00)	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
645	Smarsly, Timo (9,5-2,89-25,00)	96 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
638	Schulte-Pelkum, Jerome (9,58*-2,50-29,00)	95 LG Schwerte	02.10.	Menden

50 m

Rekord: 7,9 Hallmann, Oliver TG Westhofen
BL 2003: 9,52* Ruggiero, Fabio 95 LG Schwerte

8,67	-0,3	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
8,5		Eckmann, Maximilian	96 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
8,91	-0,8	Humbach, Jan	96 ASV Iserlohn	16.05.	Menden
8,95	+0,4	Schumacher, Niels	98 ASV Iserlohn	16.05.	Menden
8,8		Mulorz, Louis	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,12		Steudle, Simon	97 LG Menden	02.10.	Menden
8,9		Gierke, Lennart	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,15	-0,3	Ernst, Tobias	96 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
9,0		Spieckermann, Robin	97 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
9,28		Will, Sebastian	97 SC 1912 Hennen	02.10.	Menden
9,37	+1,1	Grieb, Yannik	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
9,38	-0,3	Ciupa, Lukas	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
9,39	-1,0	Schneider, Rene	96 LG Schwerte	02.10.	Menden
9,42	-1,0	Banowski, Jan-Hendrik	96 LG Menden	02.10.	Menden
9,55	+1,0	Smarsly, Timo	96 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
9,56	-0,1	Schneider, Henrik	96 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
9,4		Oleksow, Philipp	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,73	-0,9	Speerschneider, Lars	97 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
9,74	+0,6	Kröger, Jonas	96 LG Menden	02.10.	Menden
9,5		Nagusch, Jonathan	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
9,5		Menke, Thilo	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste

1000 m

Rekord: 3:42,56 Vogt, Luis 96 ASV Iserlohn
BL 2003: 4:31,3 Schlotmann, Lorenz 96 LC Letmathe/Iserlohn

3:42,56	Vogt, Luis	96 ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:04,75	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:10,0	König, Sven	96 LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4:11,6	Mulorz, Louis	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:12,91	Menke, Thilo	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
4:22,3	Gierke, Lennart	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:33,21	Becker, Jan	97 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4:33,4	Oleksow, Philipp	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:36,7	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
4:44,3	Geißler, Philipp	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4:53,0	Schelter, Marlon	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:58,8	Dyckmanns, Jason	97 LG Schwerte	17.07.	Ergste
5:05,6	Hermenau, Matthais	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
6:12,0	Römet, Paul	98 LG Schwerte	17.07.	Ergste
6:12,0	Stracke, Kai-Ole	97 LG Schwerte	17.07.	Ergste

5 km Rekord: 25:18 Kopka, Fabian 93 VfL Fröndenberg
BL 2003:

27:25 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg 14.02. Fröndenberg

Weitsprung Rekord: 3,94 Jacob, Andre SG Eintracht Ergste
BL 2003: 3,16 Grothe, Jan 95 LG Menden

3,39	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
3,24	Eckmann, Maximilian	96 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,05	Ernst, Tobias	96 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,05	Banowski, Jan-Hendrik	96 LG Menden	02.10.	Menden
2,99	Menke, Thilo	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
2,98	Nagusch, Jonathan	96 LG Schwerte	29.05.	Schwerte
2,96	Mulorz, Louis	96 LG Schwerte	16.05.	Menden
2,94	Spieckermann, Robin	97 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
2,93	Will, Sebastian	97 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
2,91	Schneider, Rene	96 LG Schwerte	02.10.	Menden
2,89	Smarsly, Timo	96 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
2,88	Mainka, Philipp	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
2,84	Speerschneider, Lars	97 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
2,82	Grieb, Yannik	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
2,80	Schumacher, Niels	98 ASV Iserlohn	16.05.	Menden
2,79	Steudle, Simon	97 LG Menden	02.10.	Menden
2,78	Humbach, Jan	96 ASV Iserlohn	04.07.	Menden
2,75	Ciupa, Lukas	96 LG Schwerte	23.04.	Ergste
2,72	Enneper, Maurice	95 ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
2,72	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g Rekord: 41,50 Hallmann, Oliver TG Westhofen
BL 2003: 31,00 Grothe, Sven 95 LG Menden

31,00	Eckmann, Maximilian	96 SC 1912 Hennen	16.05.	Menden
29,50	Schneider, Rene	96 LG Schwerte	02.10.	Menden
28,00	Kremser, Markus	96 VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
27,50	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe/Iserlohn	16.05.	Menden
27,50	Mulorz, Louis	96 LG Schwerte	29.05.	Schwerte
27,00	Nagusch, Jonathan	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
27,00	Banowski, Jan-Hendrik	96 LG Menden	02.10.	Menden
26,00	Spieckermann, Robin	97 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
25,00	Smarsly, Timo	96 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
24,50	Enneper, Maurice	95 ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
24,50	Mainka, Philipp	96 LG Schwerte	29.05.	Schwerte
23,00	Will, Sebastian	97 SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
23,00	Menke, Thilo	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
23,00	Oleksow, Philipp	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund

Forts. Schlagballwurf 80 g Rekord: 41,50 Hallmann, Oliver TG Westhofen
BL 2003: 31,00 Grothe, Sven 95 LG Menden

22,50	Kretschmann, Marten	97 LG Menden	02.10.	Menden
21,50	Kettler, Stephan	96 LG Iserlohn	08.05.	Iserlohn
21,00	Gierke, Lennart	96 LG Schwerte	16.05.	Menden
21,00	Ciupa, Lukas	96 LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
21,00	Kröger, Jonas	96 LG Menden	02.10.	Menden
20,50	Schneider, Henrik	96 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
20,50	Grieb, Yannik	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
20,50	Dyckmanns, Jason	97 LG Schwerte	17.07.	Ergste

Dreikampf Rekord: 909 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 671 Grothe, Jan 95 LG Menden

810	Eckmann, Maximilian (8,5-3,24-29,00)	96 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
714	Schneider, Rene (9,39*-2,91-29,50)	96 LG Schwerte	02.10.	Menden
708	Banowski, Jan-Hendrik (9,42*-3,05-27,00)	96 LG Menden	02.10.	Menden
700	Spieckermann, Robin (9,0-2,94-26,00)	97 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
645	Smarsly, Timo (9,5-2,89-25,00)	96 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
624	Mulorz, Louis (9,2-2,67-23,50)	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
613	Nagusch, Jonathan (9,5-2,73-24,00)	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
602	Will, Sebastian (9,28-2,89-17,00)	97 SC 1912 Hennen	02.10.	Menden
599	Menke, Thilo (9,5-2,99-19,00)	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
599	Ernst, Tobias (9,4-3,05-17,50)	96 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
595	Grieb, Yannik (9,4-2,82-20,00)	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
591	Steudle, Simon (9,12-2,79-16,00)	97 LG Menden	02.10.	Menden
584	Schneider, Henrik (9,56*-2,66-20,50)	96 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
575	Mainka, Philipp (9,7-2,63-23,00)	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
564	Enneper, Maurice (10,48*-2,72-24,50)	95 ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
564	Kröger, Jonas (9,74*-2,58-21,00)	96 LG Menden	02.10.	Menden

Forts. Dreikampf

Rekord: 909 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 671 Grothe, Jan 95 LG Menden

538	Ciupa, Lukas (9,85*-2,60-19,00)	96 LG Schwerte	08.05. Iserlohn
519	Speerschneider, Lars (9,9-2,73-17,50)	97 TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
513	Hermenau, Matthais (9,6-2,61-16,50)	96 LG Schwerte	17.07. Ergste
507	Kretschmann, Marten (10,56-2,49-22,50)	97 LG Menden	02.10. Menden

5 km Mannschaft

Rekord: 58:50 ASV Iserlohn
BL2003:

:58:50	ASV Iserlohn Bartsch 18:58, Renfordt 19:19, Glowa 20:33	14.02. Fröndenberg
--------	--	--------------------

4 x 100 m

Rekord: 47,86 TV Deilinghofen
BL2003:

49,55	LG Schwerte Reith 90, Sommer 90, Wenzel 89, Löptin 89	16.05. Menden
60,57	ASV Iserlohn Schopp 91, Glowa 90, Bartsch 90, Renfordt 90	04.07. Menden

3 x 1000 m

Rekord: 8:17,02 Letmather TV
BL2003: 9:19,37 LG Menden

10:14,23

LG Schwerte
Schiffer 92, Prothmann 92, Sommer 91

20.05. Witten

Vierkampf Mannschaft

Rekord: 9913 TV Deilinghofen
BL2003: 8364 TV Deilinghofen

8432

TV Deilinghofen
Hofmann 2011, Münzer 1771, Losse 1611
Gierke 1540, Lange 1499

09.05. Iserlohn

Achtkampf Mannschaft

Rekord: 10362 LG Schwerte
BL2003:

10362

LG Schwerte
Sommer 4146, Wenzel 3180, Löptin 3036

08./09.05. Iserlohn

www.ehrenamt-im-sport.de

Was wäre der Sport in Deutschland ohne die über zweieinhalb Millionen ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in unseren mehr als 87.000 Sportvereinen? Schiedsrichter, Übungsleiter, Kassenwarte, Schriftführer und viele andere Männer und Frauen leisten jährlich rund eine Milliarde freiwillige Arbeitsstunden – und machen mit dieser Arbeit Sport für alle überhaupt erst möglich. Zeit für ein Dankeschön.

Sportvereine
© DSB
Für alle ein Gewinn

DEUTSCHER
SPORTBUND

www.dsb.de

KREISBESTENLISTE 2004 / LA-KREIS K 17 / ISERLÖHN

Ausdruck vom 21.12.2004

Schüler B

Seite: 111

4 x 75 m	Rekord: 40,77 TV Deilinghofen BL2003: 45,65 LG Iserlohn	
40,77	TV Deilinghofen	11.09. Paderborn
	Köck 91, Dombrink 92, Lux 91, Siegosch 91	
40,7	LG Schwerte	14.07. Dortmund
	Sommer 91, Schiffer 92, Buchmüller 92, Prothmann 92	
43,07	LG Iserlohn	20.06. Iserlohn
	Hafenmayer 91, Wülker 91, Klockner 92, Drossart 92	
45,74	LG Menden	04.07. Menden
	Nolte 92, Kiehn 92, Rütther 92, Pällmann 92	
3 x 1000 m	Rekord: 9:24,5 Letmather TV BL2003: 10:16,27 ASV Iserlohn	
10:14,23	LG Schwerte	20.05. Witten
	Schiffer 92, Prothmann 92, Sommer 91	
Dreikampf Mannschaft	Rekord: 6307 LG Schwerte BL2003: 5692 LG Schwerte	
6307	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Sommer 1372, Buchmüller 1359, Schiffer 1215	
	Prothmann 1193, Axthelm 1168	
5985	TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
	Köck 1443, Lux 1238, Wieschollek 1122	
	Dombrink 1115, Kaltenbach 1067	
5184	LG Iserlohn	28.05. Iserlohn
	Wülker 1107, Drossart 1106, Klockner 1053	
	Beres 1026, Schmidt 892	
3999	LG Menden	28.05. Iserlohn
	Wetzel 888, Pagenkämper 817, Hill 795	
	Borghof 766, Spiegelberg 733	
Vierkampf Mannschaft	Rekord: 8130 LG Menden BL2003: 7500 TV Deilinghofen	
7118	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
	Siegosch 1516, Petereit 1451, Hollop 1445	
	Dombrink 1407, Edelhoff 1299	
Blockwettkampf Mannschaft	Rekord: 10013 LG Schwerte BL2003:	
10013	LG Schwerte	03.10. Menden
	, ,	
	,	

KREISBESTENLISTE 2004 / LA-KREIS K 17 / ISERLÖHN

Ausdruck vom 21.12.2004

Schüler C

Seite: 112

4 x 50 m	Rekord: 28,12 TuS Iserlohn BL2003: 32,54 LC Letmathe/Iserlohn	
29,73	TV Deilinghofen	25.09. Gladbeck
	Schulte 93, Verbruggen 94, Isenberg 93, Engert 93	
31,56	LG Menden	04.07. Menden
	Pagenkämper 94, Koch 93, Wetzel 93, Tillmann 94	
32,62	VfL Fröndenber	20.06. Iserlohn
	Kopka 93, Kopka 95, Wewers 93, Gruß 93	
34,20	LG Schwerte	03.10. Dortmund
	Fuckert 95, Bönninger 95, Friedrichs 95, Walker 95	
34,66	LC Letmathe/Iserlohn	20.06. Iserlohn
	Lässig 95, Esser 94, Lütze 94, Roll 95	
35,03	TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
	Ernst 96, Jahnke 95, Rus 95, Hollop 95	
39,44	LG Schwerte	20.06. Iserlohn
	Dombrowa 95, Ruggiero 95, Nolte 96, Ciupa 96	
Dreikampf Mannschaft	Rekord: 5152 LG Schwerte BL2003: 5152 LG Schwerte	
4922	TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
	Friedewald 1078, Verbruggen 1097, Westhelle 938	
	Isenberg 920, Schulte 889	
4435	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Jansen 1054, Schumacher 912, Schelter 839	
	Krämer 831, Zimmermann 799	
4251	LG Iserlohn	28.05. Iserlohn
	Schnitzler 913, Schadwill 855, Werner 833	
	Witte 831, Bermes 819	
3749	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Fuckert 799, Koenen 797, Bönninger 764	
	Schürholz 702, Ruggiero 687	
3553	TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
	Jahnke 794, Rus 729, Spieckermann 700	
	Hollop 685, Smarsly 645	
3520	LG Menden	02.10. Menden
	Grothe 868, Grothe 789, Banowski 708	
	Steudle 591, Kröger 564	
3117	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Friedrichs 672, Mulorz 624, Nagusch 613	
	Ludzinski 609, Menke 599	
2948	LG Schwerte	08.05. Iserlohn
	Ruggiero 762, Hambrecht 608, Jentsch 577	
	Ciupa 538, Dombrowa 463	
2478	TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
	Ernst 599, Simon 448, Speerschneider 519	
	Volgmann 493, Kauffmann 419	

Forts. Dreikampf Mannschaft Rekord: 5152 LG Schwerte
BL2003: 5152 LG Schwerte

2255	LG Schwerte Beran 492, Oleksow 482, Dyckmanns 449 Borgstädt 427, Homann 405	17.07. Ergste
1806	LG Schwerte Schelter 402, Geißler 399, Nolte 375 Köhli 341, Römelt 289	17.07. Ergste
1585	LG Menden Kretschmann 507, Rautenstrauch 414, Kornobis 311 Bunse 271, Rautenstrauch 82	02.10. Menden

Vierkampf Mannschaft Rekord: 6276 TV Deilinghofen
BL2003: 5825 LG Schwerte

6276	TV Deilinghofen Engert 1472, Friedewald 1401, Petereit 1220 Flor 1170, Flemming 1013	08.05. Iserlohn
------	--	-----------------

4 x 50 m Rekord: 33,73 LG Menden
BL2003:

34,20	LG Schwerte Fuckert 95, Bönninger 95, Friedrichs 95, Walker 95	03.10. Dortmund
35,03	TV Deilinghofen Ernst 96, Jahnke 95, Rus 95, Hollop 95	20.06. Iserlohn
39,44	LG Schwerte Dombrowa 95, Ruggiero 95, Nolte 96, Ciupa 96	20.06. Iserlohn
Dreikampf Mannschaft Rekord: 3843 LG Menden BL2003: 3348 TV Deilinghofen		
3749	LG Schwerte Fuckert 799, Koenen 797, Bönninger 764 Schürholz 702, Ruggiero 687	17.07. Ergste
3553	TV Deilinghofen Jahnke 794, Rus 729, Spieckermann 700 Hollop 685, Smarsly 645	18.09. Deilinghofen
3520	LG Menden Grothe 868, Grothe 789, Banowski 708 Steudle 591, Kröger 564	02.10. Menden
3117	LG Schwerte Friedrichs 672, Mulorz 624, Nagusch 613 Ludzinski 609, Menke 599	17.07. Ergste
2948	LG Schwerte Ruggiero 762, Hambrecht 608, Jentsch 577 Ciupa 538, Dombrowa 463	08.05. Iserlohn
2478	TV Deilinghofen Ernst 599, Simon 448, Speerschneider 519 Volgmann 493, Kauffmann 419	18.09. Deilinghofen
2255	LG Schwerte Beran 492, Oleksow 482, Dyckmanns 449 Borgstädt 427, Homann 405	17.07. Ergste
1806	LG Schwerte Schelter 402, Geißler 399, Nolte 375 Köhli 341, Römelt 289	17.07. Ergste
1585	LG Menden Kretschmann 507, Rautenstrauch 414, Kornobis 311 Bunse 271, Rautenstrauch 82	02.10. Menden

Ausdruck vom 21.12.2004

Frauen W70

Kugelstoß 3,0 kg		Rekord: BL 2003: 7,85 Unger, Maja 33 LG Schwerte	
7,46	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden
Diskuswurf 1,0 kg		Rekord: BL 2003: 20,28 Unger, Maja 33 LG Schwerte	
17,85	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden
Speerwurf 400 g		Rekord: BL 2003: 18,86 Unger, Maja 33 LG Schwerte	
17,26	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden

Ausdruck vom 21.12.2004

Frauen W65

10 km		Rekord: BL 2003:	
65:15	Schulte, Christel	39 MC Menden	11.01. Bönen
Kugelstoß 3,0 kg		Rekord: BL 2003:	
7,46	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden
5,67	John, Karin	36 LG Schwerte	10.06. Minden
Diskuswurf 1,0 kg		Rekord: BL 2003:	
17,85	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden
14,58	John, Karin	36 LG Schwerte	10.06. Minden
Speerwurf 400 g		Rekord: BL 2003:	
17,26	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden

10 km Rekord:
 BL 2003:

59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
65:15	Schulte, Christel	39	MC Menden	11.01.	Bönen

Marathon Rekord:
 BL 2003:

5:44:23	Geisler, Margarete	41	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
---------	--------------------	----	-----------	--------	--------------

Kugelstoß 3,0 kg Rekord:
 BL 2003: 7,71 Schnadt, Christa 40 VfL Fröndenberg

7,46	Unger, Maja	33	LG Schwerte	10.06.	Minden
5,67	John, Karin	36	LG Schwerte	10.06.	Minden

Diskuswurf 1,0 kg Rekord:
 BL 2003:

19,05	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
17,85	Unger, Maja	33	LG Schwerte	10.06.	Minden
14,58	John, Karin	36	LG Schwerte	10.06.	Minden

10 km Rekord:
 BL 2003:

59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
65:15	Schulte, Christel	39	MC Menden	11.01.	Bönen

Kugelstoß 3,0 kg Rekord:
 BL 2003: 8,98 Dröschner, Elisabeth 47 LG Menden

7,46	Unger, Maja	33	LG Schwerte	10.06.	Minden
5,67	John, Karin	36	LG Schwerte	10.06.	Minden

Diskuswurf 1,0 kg Rekord:
 BL 2003: 17,68 Dröschner, Elisabeth 47 LG Menden

19,05	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
18,14	Dröschner, Elisabeth	47	LG Menden	16.05.	Menden
17,85	Unger, Maja	33	LG Schwerte	10.06.	Minden
14,58	John, Karin	36	LG Schwerte	10.06.	Minden



5000 m	Rekord: BL 2003:		
18:27,00	Wulsch, Sigrid	53 LG Menden	25.09. Menden
10000 m	Rekord: BL 2003:		
37:13,75	Wulsch, Sigrid	53 LG Menden	24.04. Hagen
10 km	Rekord: BL 2003: 38:46 Wulsch, Sigrid	53 LG Menden	
37:48	Wulsch, Sigrid	53 LG Menden	28.03. Haltern-Sythen
53:49	Kaderhandt, Anita	50 MC Menden	14.02. Fröndenberg
59:07	Kahler, Doris	44 MC Menden	11.01. Bönen
59:59	Geisler, Margarete	41 MC Menden	11.01. Bönen
65:15	Schulte, Christel	39 MC Menden	11.01. Bönen
Halbmarathon	Rekord: BL 2003:		
1:57:58	Kaderhandt, Anita	50 MC Menden	14.03. Siegburg
2:11:15	Leskien, Gerdi	50 SC 1912 Hennen	29.08. Iserlohn
2:18:23	Trinkwald, Gudula	53 MC Menden	22.02. Hamm
Marathon	Rekord: BL 2003:		
3:55:14	Schneider-Endrowait, Gisela	53 ASV Iserlohn	15.05. Schmiedefeld
4:02:35	Kaderhandt, Anita	50 MC Menden	02.05. Hannover
5:44:23	Geisler, Margarete	41 MC Menden	15.05. Schmiedefeld
6:15:01	Trinkwald, Gudula	53 MC Menden	15.05. Schmiedefeld
Kugelstoß 3,0 kg	Rekord: BL 2003: 9,68 Kotthoff, Maria	50 LG Menden	
7,46	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden
5,67	John, Karin	36 LG Schwerte	10.06. Minden
Diskuswurf 1,0 kg	Rekord: BL 2003: 22,20 Kotthoff, Maria	50 LG Menden	
22,23	Kotthoff, Maria	50 LG Menden	16.05. Menden
19,05	Schnadt, Christa	40 VfL Fröndenberg	10.06. Minden
18,14	Dröschner, Elisabeth	47 LG Menden	16.05. Menden

Forts. Diskuswurf 1,0 kg Rekord:
BL 2003: 22,20 Kotthoff, Maria 50 LG Menden

17,85	Unger, Maja	33 LG Schwerte	10.06. Minden
14,58	John, Karin	36 LG Schwerte	10.06. Minden



10 km

Rekord:

BL 2003: 47:39 Langer, Gerlinde 57 MC Menden

37:48	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
48:54	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	25.01.	Hamm
51:36	Hewing, Maria	55	MC Menden	11.01.	Bönen
53:49	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
61:42	Fietz, Renate	55	MC Menden	11.01.	Bönen
65:15	Schulte, Christel	39	MC Menden	11.01.	Bönen

Halbmarathon

Rekord:

BL 2003:

1:48:11	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	22.02.	Hamm
1:57:58	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
2:11:15	Leskien, Gerdi	50	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
2:18:23	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	22.02.	Hamm

Marathon

Rekord:

BL 2003:

3:55:14	Schneider-Endrowait, Gisela	53	ASV Iserlohn	15.05.	Schmiedefeld
4:02:35	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	02.05.	Hannover
5:44:23	Geisler, Margarete	41	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
6:15:01	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld

100 m

Rekord:

BL 2003: 13,32* Seifert, Liane 61 TV Deilinghofen

13,79	-0,1	Seifert, Liane	61	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
13,88	-0,3	Spieckermann-Steiof, Kirsten	64	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
14,8		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

800 m

Rekord:

BL 2003: 2:50,13 Seifert, Liane 61 TV Deilinghofen

3:12,4		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
--------	--	----------------	----	-----------------	--------	-------------

10 km

Rekord:

BL 2003:

37:48	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
48:54	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	25.01.	Hamm
51:27	Meyer, Sabine	61	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
51:36	Hewing, Maria	55	MC Menden	11.01.	Bönen
53:49	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
61:42	Fietz, Renate	55	MC Menden	11.01.	Bönen
65:15	Schulte, Christel	39	MC Menden	11.01.	Bönen

Halbmarathon

Rekord:

BL 2003:

1:48:11	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	22.02.	Hamm
1:57:58	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
2:11:15	Leskien, Gerdi	50	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
2:18:23	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	22.02.	Hamm

Marathon

Rekord:

BL 2003:

3:55:14	Schneider-Endrowait, Gisela	53	ASV Iserlohn	15.05.	Schmiedefeld
4:02:35	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	02.05.	Hannover
5:44:23	Geisler, Margarete	41	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
6:15:01	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld

Weitsprung

Rekord:

BL 2003: 5,19* Seifert, Liane 61 TV Deilinghofen

4,99	Seifert, Liane	61	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
3,68	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord:
BL 2003: 9,93 Seifert, Liane 61 TV Deilinghofen

6,28 Kopka, Kerstin 63 VfL Fröndenberg 09.10. Fröndenberg



100 m

Rekord:
BL 2003: 13,23* Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

13,25	-1,1	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	24.07.	Arhus-Randers/DK
13,56	+0,9	Griesenbruch, Michaela	66	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
13,79	-0,1	Seifert, Liane	61	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
13,88	-0,3	Spieckermann-Steiof, Kirsten	64	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
14,24	+0,9	Lux, Marianne	69	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
14,8		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

200 m

Rekord:
BL 2003: 26,45* Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

26,61	+0,5	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
-------	------	----------------	----	-----------------	--------	----------

400 m

Rekord:
BL 2003:

59,45		Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	28.07.	Arhus-Randers/DK
-------	--	----------------	----	-----------------	--------	------------------

800 m

Rekord:
BL 2003: 2:26,83 Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

2:41,74		Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
3:12,4		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

10 km

Rekord:
BL 2003: 58:57 Hempelmann, Martina 65 MC Menden

37:48	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
48:54	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	25.01.	Hamm
51:27	Meyer, Sabine	61	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
51:36	Hewing, Maria	55	MC Menden	11.01.	Bönen
53:49	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
54:41	Schoppe, Alexandra	69	MC Menden	25.01.	Hamm
59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:30	Hempelmann, Martina	65	MC Menden	20.03.	Salzkotten
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
61:42	Fietz, Renate	55	MC Menden	11.01.	Bönen
65:15	Schulte, Christel	39	MC Menden	11.01.	Bönen

10 km Mannschaft

Rekord:
BL2003:

2:38:13	MC Menden	25.01.	Hamm
Langer 48:54, Kaderhandt 54:38, Schoppe 54:41			

Halbmarathon
Rekord:
BL 2003:

1:45:24	Müller, Andrea	65	MC Menden	26.09.	Herten-Bertlich
1:48:11	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	22.02.	Hamm
1:57:58	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
2:10:35	Schoppe, Alexandra	69	MC Menden	29.08.	Iserlohn
2:11:15	Leskien, Gerdi	50	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
2:16:53	Hempelman, Martina	65	MC Menden	11.09.	Warendorf
2:18:23	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	22.02.	Hamm

Marathon
Rekord:
BL 2003:

3:55:14	Schneider-Endrowait, Gisela	53	ASV Iserlohn	15.05.	Schmiedefeld
4:02:35	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	02.05.	Hannover
5:44:23	Geisler, Margarete	41	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
6:15:01	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld

Hochsprung
Rekord:
BL 2003: 1,48 Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

1,47	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	18.09.	Dipperz(Fulda)
------	----------------	----	-----------------	--------	----------------

Weitsprung
Rekord:
BL 2003: 5,20 Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

5,33	-1,0	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.07.	Arhus-Randers/DK
4,99		Seifert, Liane	61	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
3,68		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Dreisprung
Rekord:
BL 2003:

12,14	0,0	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	31.07.	Arhus-Randers/DK
-------	-----	----------------	----	-----------------	--------	------------------

Kugelstoß 4,0 kg
Rekord:
BL 2003: 8,57 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte

8,87		Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,07		Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
6,36		Taterka, Martina	65	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
6,28		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Diskuswurf 1,0 kg
Rekord:
BL 2003: 25,57 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte

24,84	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	24.04.	Ergste
22,23	Kotthoff, Maria	50	LG Menden	16.05.	Menden
19,05	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
18,14	Dröscher, Elisabeth	47	LG Menden	16.05.	Menden
17,85	Unger, Maja	33	LG Schwerte	10.06.	Minden
14,58	John, Karin	36	LG Schwerte	10.06.	Minden

Schleuderball 1,0 kg
Rekord:
BL 2003: 29,58 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte

30,80	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	24.04.	Ergste
-------	---------------------	----	-------------	--------	--------

Fünfkampf
Rekord:
BL 2003: 3027 Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

2730	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
(13,49*-1,44-8,07-4,90*-2:41,74)					

10 km

Rekord:
BL 2003:

37:48	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
48:54	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	25.01.	Hamm
51:27	Meyer, Sabine	61	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
51:36	Hewing, Maria	55	MC Menden	11.01.	Bönen
53:49	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
54:41	Schoppe, Alexandra	69	MC Menden	25.01.	Hamm
59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:30	Hempelman, Martina	65	MC Menden	20.03.	Salzkotten
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
61:42	Fietz, Renate	55	MC Menden	11.01.	Bönen
65:15	Schulte, Christel	39	MC Menden	11.01.	Bönen

Halbmarathon

Rekord:
BL 2003:

1:45:24	Müller, Andrea	65	MC Menden	26.09.	Herten-Bertlich
1:48:11	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	22.02.	Hamm
1:57:58	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
2:10:35	Schoppe, Alexandra	69	MC Menden	29.08.	Iserlohn
2:11:15	Leskien, Gerdi	50	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
2:16:53	Hempelman, Martina	65	MC Menden	11.09.	Warendorf
2:18:23	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	22.02.	Hamm

4 x 100 m

Rekord:
BL2003:

51,77	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
Jokiel 66, Griesenbruch 66, Spieckermann-Steiof 64, Seifert 61			

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord:
BL 2003:

8,87	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,07	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
6,36	Taterka, Martina	65	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
6,28	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

100 m

Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003: 12,92* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen

12,42	+2,0 Bükler, Lisa	88	LG Schwerte	03.06.	Dortmund
12,47	-0,4 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
12,62	+1,4 Spieckermann, Katrin	80	TV Deilinghofen	28.05.	Kamen
12,76	+1,5 Kissmer, Lena	86	LG Menden	20.06.	Meschede
13,04	+1,4 Kuhlemann, Sabrina	84	LG Menden	28.05.	Kamen
13,15	-1,0 Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,16	+1,5 Höpfe, Julia Maria	86	LG Menden	20.06.	Meschede
13,16	+0,8 Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,19	+0,9 Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,25	-1,1 Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	24.07.	Arhus-Randers/DK
13,30	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,44	+0,9 Selsen, Alina	89	LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,45	-0,7 Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
13,48	-0,7 Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,49	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,49	+2,0 Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,51	-0,8 Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,56	+0,9 Griesenbruch, Michaela	66	TV Deilinghofen	06.08.	Menden
13,60	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
13,61	Erdmann, Janine	90	LG Menden	04.07.	Menden

200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003: 26,23* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen

25,91	Spieckermann, Katrin	80	TV Deilinghofen	04.09.	Essen
26,32	+0,8 Kuhlemann, Sabrina	84	LG Menden	28.05.	Kamen
26,61	+0,5 Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
27,04	0,0 Bükler, Lisa	88	LG Schwerte	06.08.	Menden
27,14	+0,5 Kissmer, Lena	86	LG Menden	20.06.	Meschede
27,76	+1,2 Selsen, Alina	89	LG Schwerte	03.06.	Dortmund

400 m

Rekord: 54,99 Schnabel, Tanja Letmather TV
BL 2003:

59,45	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	28.07.	Arhus-Randers/DK
63,16	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	13.06.	Lüdenscheid
64,41	Mergemeier, Lea	89	LG Schwerte	06.08.	Menden

3000 m

Rekord: 9:00,15 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden
BL 2003:

11:59,9	Hecker, Anna	85	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
---------	--------------	----	-------------	--------	----------

5000 m Rekord: 16:01,29 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden
BL 2003:

18:24,0	Veldscholten, Jana	84	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
18:27,00	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	25.09.	Menden
20:28,69	Hecker, Anna	85	LG Schwerte	24.04.	Hagen
20:53,2	Stegmann, Cordula	77	LG Schwerte	19.08.	Dortmund

10000 m Rekord: 33:12,05 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden
BL 2003:

37:13,75	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	24.04.	Hagen
41:33,16	Stegmann, Cordula	77	LG Schwerte	18.09.	Kamen

10 km Rekord: 34:18 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden
BL 2003:

37:48	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	28.03.	Haltern-Sythen
38:03	Veldscholten, Jana	84	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
39:58	Bürgerhoff, Katja	75	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
42:25	Stegmann, Cordula	77	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
42:38	Hecker, Anna	85	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
43:24	Walter, Verena	81	MC Menden	11.01.	Bönen
44:12	Gottwald, Anne-Karen	85	LG Iserlohn	10.10.	Unna
46:41	Kellner, Ines	75	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
46:42	Gerber, Sabrina	84	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
48:54	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	25.01.	Hamm
50:58	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
51:27	Meyer, Sabine	61	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
51:36	Hewing, Maria	55	MC Menden	11.01.	Bönen
53:49	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.02.	Fröndenberg
54:41	Schoppe, Alexandra	69	MC Menden	25.01.	Hamm
58:42	Holtheuer, Julia	87	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
59:07	Kahler, Doris	44	MC Menden	11.01.	Bönen
59:30	Hempelman, Martina	65	MC Menden	20.03.	Salzkotten
59:59	Geisler, Margarete	41	MC Menden	11.01.	Bönen
61:42	Fietz, Renate	55	MC Menden	11.01.	Bönen

10 km Mannschaft Rekord: 2:00:26 LG Schwerte
BL2003:

2:00:26	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
2:38:13	Veldscholten 38:03, Bürgerhoff 39:58, Stegmann 42:25 MC Menden Langer 48:54, Kaderhandt 54:38, Schoppe 54:41	25.01.	Hamm

Halbmarathon Rekord: 1:14:03 Mai, Christina ASV Iserlohn
BL 2003:

1:45:24	Müller, Andrea	65	MC Menden	26.09.	Herten-Bertlich
1:48:11	Langer, Gerlinde	57	MC Menden	22.02.	Hamm
1:57:58	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	14.03.	Siegburg
2:10:35	Schoppe, Alexandra	69	MC Menden	29.08.	Iserlohn
2:11:15	Leskien, Gerdi	50	SC 1912 Hennen	29.08.	Iserlohn
2:16:53	Hempelman, Martina	65	MC Menden	11.09.	Warendorf
2:18:23	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	22.02.	Hamm

Marathon Rekord: 2:37:41 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden
BL 2003:

3:55:14	Schneider-Endrowait, Gisela	53	ASV Iserlohn	15.05.	Schmiedefeld
4:02:35	Kaderhandt, Anita	50	MC Menden	02.05.	Hannover
5:44:23	Geisler, Margarete	41	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld
6:15:01	Trinkwald, Gudula	53	MC Menden	15.05.	Schmiedefeld

4 x 100 m Rekord: 48,02 TuS Iserlohn
BL2003: 50,19 TV Deilinghofen

49,79	TV Deilinghofen	02.07.	Jena
50,31	Reiffenrath 88, Weiche 89, Küter 88, Noisten 89 TV Deilinghofen	20.05.	Witten-Annen
50,38	Brückmeier 90, Noisten 89, Schäfer 91, Weiche 89 LG Schwerte	16.05.	Menden
51,02	Matzerath 87, Bükler 88, Neumann 89, Selsen 89 LG Schwerte	20.05.	Witten-Annen
51,77	Bachorz 90, Bönnighausen 89, Neumann 89, Selsen 89 TV Deilinghofen	18.06.	Kevelaer
54,38	Jokiel 66, Griesenbruch 66, Spieckermann-Steiof 64, Seifert 61 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
54,76	Welzel 90, Hofmeister 90, Tripp 91, Westhelle 89 TV Deilinghofen	20.05.	Witten-Annen
56,28	Spieckermann-Steiof 64, Griesenbruch 66, Spieckermann LG Schwerte	80, Spieckermann 66 19.09.	Gütersloh
56,50	Blödorn 90, Schiffer 89, Spalda 90, Wördehoff 89 ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
57,27	Walter 89, Schreiber 90, Köhne 89, Reese 89 LG Menden	11.07.	Menden
	Bruchmann 90, Sieper 90, Schröder 90, Scheppmann 90		

Weitsprung

Rekord: 6,13 Janke, Brigitte LC Schwerte
BL 2003: 5,18 Seifert, Liane 61 TV Deilinghofen

5,64	+1,1	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
5,44		Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,33	-1,0	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.07.	Arhus-Randers/DK
5,25		Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
5,13		Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
5,00		Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
4,99		Seifert, Liane	61	TV Deilinghofen	10.06.	Minden
4,93		Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,91	+1,2	Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
4,83		Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
4,75		Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,73		Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,72		Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,67		Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,65		Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,60		Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,59		Selsen, Alina	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,59		Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,54		Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,53		Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,53		Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden

Dreisprung

Rekord: 12,90 Jokiel, Anett 66 TV Deilinghofen
BL 2003: 11,50 Jokiel, Annett 66 TV Deilinghofen

12,14	0,0	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	31.07.	Arhus-Randers/DK
9,50		Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
9,02		Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 14,06 Venghaus, Claudia 77 TV Deilinghofen
BL 2003: 9,71 Krause, Sandra 78 LG Menden

11,44		Winter, Katharina	85	LG Menden	17.07.	Recklinghausen
9,30		Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
8,87		Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,07		Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	25.09.	Menden
7,71		Roth, Katja	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
7,66		Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
7,30		Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
7,28		Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,11		Büker, Lisa	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
7,08		Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,72		Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Forts. Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 14,06 Venghaus, Claudia 77 TV Deilinghofen
BL 2003: 9,71 Krause, Sandra 78 LG Menden

6,36		Taterka, Martina	65	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
6,29		Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,28		Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
6,11		Grulke, Lisette	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
5,70		Hecker, Lara	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 49,36 von Küstenfeld, Heike 63 TuS Lendringsen
BL 2003:

36,08		Winter, Katharina	85	LG Menden	12.06.	Lüdenscheid
27,00		Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
24,84		Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	24.04.	Ergste
22,23		Kotthoff, Maria	50	LG Menden	16.05.	Menden
21,76		Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
21,67		Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
19,05		Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	10.06.	Minden
18,14		Dröschner, Elisabeth	47	LG Menden	16.05.	Menden
17,85		Unger, Maja	33	LG Schwerte	10.06.	Minden
17,12		Wördehoff, Katja	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste
16,49		Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
14,70		Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
14,58		John, Karin	36	LG Schwerte	10.06.	Minden
13,65		Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Speerwurf 600 g

Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003:

37,48		Höppe, Julia Maria	86	LG Menden	16.05.	Menden
31,46		Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
28,76		Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
27,75		Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,51		Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
27,23		Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	16.08.	Rhede
27,03		Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,21		Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
23,86		Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
23,61		Roth, Katja	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
23,13		Schumann, Bernadette	89	LG Menden	16.05.	Menden
22,27		Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
21,34		Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
21,16		Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
20,86		Fellenberg, Maren	86	LG Menden	31.01.	Kamen
20,86		Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste

Ausdruck vom 21.12.2004

Frauen

Forts. Speerwurf 600 g Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003:

19,47	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
18,50	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
17,14	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
16,75	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn



Ausdruck vom 21.12.2004

Juniorinnen

100 m Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003:

12,42	+2,0 Bükler, Lisa	88	LG Schwerte	03.06.	Dortmund
12,47	-0,4 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
12,76	+1,5 Kissmer, Lena	86	LG Menden	20.06.	Meschede
13,04	+1,4 Kuhleemann, Sabrina	84	LG Menden	28.05.	Kamen
13,15	-1,0 Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,16	+1,5 Höppe, Julia Maria	86	LG Menden	20.06.	Meschede
13,16	+0,8 Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,19	+0,9 Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,30	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,44	+0,9 Selsen, Alina	89	LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,45	-0,7 Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
13,48	-0,7 Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,49	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,49	+2,0 Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,51	-0,8 Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,60	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
13,61	Erdmann, Janine	90	LG Menden	04.07.	Menden
13,65	-0,8 Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,70	-0,2 Matzerath, Anna Kristin	87	LG Schwerte	20.06.	Dortmund
13,71	-0,8 Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,71	+0,4 Mergemeier, Lea	89	LG Schwerte	06.08.	Menden

200 m Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003:

26,32	+0,8 Kuhleemann, Sabrina	84	LG Menden	28.05.	Kamen
27,04	0,0 Bükler, Lisa	88	LG Schwerte	06.08.	Menden
27,14	+0,5 Kissmer, Lena	86	LG Menden	20.06.	Meschede
27,76	+1,2 Selsen, Alina	89	LG Schwerte	03.06.	Dortmund

3000 m Rekord: 9:52,5 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste
BL 2003:

11:59,9	Hecker, Anna	85	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
---------	--------------	----	-------------	--------	----------

5000 m Rekord: 17:08,3 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste
BL 2003:

18:24,0	Veldscholten, Jana	84	LG Schwerte	04.04.	Dortmund
20:28,69	Hecker, Anna	85	LG Schwerte	24.04.	Hagen

10 km

Rekord: 37:03 Großkreutz, Anja 81 Marathon-Club-Menden
BL 2003: 39:06 Walter, Verena 81 MC Menden

38:03	Veldscholten, Jana	84	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
42:38	Hecker, Anna	85	LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
44:12	Gottwald, Anne-Karen	85	LG Iserlohn	10.10.	Unna
46:42	Gerber, Sabrina	84	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
50:58	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
58:42	Holtheuer, Julia	87	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

Weitsprung

Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen
BL 2003:

5,64	+1,1 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
5,44	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,25	Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
5,13	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
5,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
4,93	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,91	+1,2 Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
4,83	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
4,75	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,73	Brückmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,72	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,67	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,65	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,60	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,59	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,59	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,54	Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,53	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,53	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,51	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07.	Menden

Kugelstoß 4,0 kg

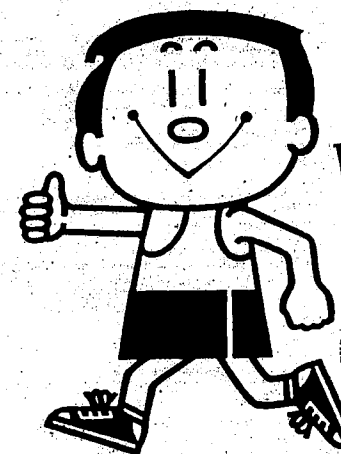
Rekord: 12,31 Venghaus, , Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 8,56 Kotthoff, Tina 80 LG Menden

11,44	Winter, Katharina	85	LG Menden	17.07.	Recklinghausen
9,30	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,71	Roth, Katja	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
7,66	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
7,30	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
7,28	Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,11	Büker, Lisa	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
7,08	Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,72	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste

Forts. Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 12,31 Venghaus, , Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 8,56 Kotthoff, Tina 80 LG Menden

6,29	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,11	Grulke, Lisette	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
5,70	Hecker, Lara	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen



**...lauf
mal
wieder**



100 m Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003:

12,42	+2,0 Bükler, Lisa	88 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
12,47	-0,4 Weiche, Jessica	89 TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
12,76	+1,5 Kissmer, Lena	86 LG Menden	20.06.	Meschede
13,15	-1,0 Bachorz, Janna	90 LG Schwerte	04.07.	Menden
13,16	+1,5 Höpfe, Julia Maria	86 LG Menden	20.06.	Meschede
13,16	+0,8 Reiffenrath, Ramona	88 TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,19	+0,9 Neumann, Katrin	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,30	Noisten, Liesa	89 TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,44	+0,9 Selsen, Alina	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,45	-0,7 Mergemeier, Kira	86 LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
13,48	-0,7 Frohmüller, Cassandra	88 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,49	Welzel, Christina	90 TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,49	+2,0 Küter, Julia	88 TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,51	-0,8 Brücklmeier, Anna	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,60	Schäfer, Malin-Britt	91 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
13,61	Erdmann, Janine	90 LG Menden	04.07.	Menden
13,65	-0,8 Dratschmidt, Yvonne	90 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,70	-0,2 Matzerath, Anna Kristin	87 LG Schwerte	20.06.	Dortmund
13,71	-0,8 Matzerath, Katharina	91 LG Schwerte	04.07.	Menden
13,71	+0,4 Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	06.08.	Menden

200 m Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003: 25,82* Kuhleemann, Sabrina 84 LG Menden

27,04	0,0 Bükler, Lisa	88 LG Schwerte	06.08.	Menden
27,14	+0,5 Kissmer, Lena	86 LG Menden	20.06.	Meschede
27,76	+1,2 Selsen, Alina	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund

400 m Rekord: 54,99 Schnabel, Tanja Letmather TV
BL 2003: 56,63 Kuhleemann, Sabrina 84 LG Menden

63,16	Schulte, Leonie	88 LG Schwerte	13.06.	Lüdenscheld
64,41	Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	06.08.	Menden

800 m Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike Letmather TV
BL 2003: 2:33,58 Bottenberg, Kristina 84 LG Menden

2:27,94	Holzhausen, Neele	92 LG Schwerte	11.07.	Menden
2:33,59	Hafenmayer, Isabell	91 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:35,80	Odelga, Solveigh	93 ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:36,19	Griesbach, Nicole	91 LC Letmathe/Iserlohn	11.07.	Hagen
2:37,24	Bawey, Pia	93 ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:37,76	Küter, Marie	90 TV Deilinghofen	20.09.	Berlin

Forts. 800 m Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike Letmather TV
BL 2003: 2:33,58 Bottenberg, Kristina 84 LG Menden

2:37,78	Rustemeier, Julia	91 LG Menden	11.07.	Menden
2:38,43	Weiche, Jessica	89 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2:38,81	Frohmüller, Cassandra	88 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
2:39,38	Mühlendyck, Svenja	89 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2:39,53	Küter, Julia	88 TV Deilinghofen	26.07.	Lage
2:40,14	Müller, Nathalie	91 ASV Iserlohn	16.05.	Menden
2:40,0	Wulff, Gwendolyn	91 LG Schwerte	22.06.	Bönen
2:40,16	Losenfeld, Viola	92 LG Menden	16.05.	Menden
2:41,11	Schröder, Helena	90 LG Menden	11.07.	Menden
2:42,01	Erichsen, Svenja	91 LG Iserlohn	03.10.	Menden
2:42,69	Engelmann, Cindy	94 ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
2:42,98	Friedewald, Tabea	91 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheld
2:45,98	Hafenmayer, Mayte	91 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:47,13	Bodenstein, Carina	91 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

3000 m Rekord: 9:52,5 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste
BL 2003: 11:57,82 Gottwald, Anne-Karen 85 LG Iserlohn

11:59,9	Hecker, Anna	85 LG Schwerte	04.04.	Dortmund
---------	--------------	----------------	--------	----------

5000 m Rekord: 17:08,3 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste
BL 2003:

20:28,69	Hecker, Anna	85 LG Schwerte	24.04.	Hagen
----------	--------------	----------------	--------	-------

10 km Rekord: 39:02 Großkreutz, Anja 81 Marathon-Club-Menden
BL 2003: 43:50 Gottwald, Anne-Karen 85 LG Iserlohn

42:38	Hecker, Anna	85 LG Schwerte	28.03.	Haltern-Sythen
44:12	Gottwald, Anne-Karen	85 LG Iserlohn	10.10.	Unna
50:58	Griesbach, Nicole	91 LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
58:42	Holtheuer, Julia	87 VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

4 x 100 m Rekord: 48,88 TV Deilinghofen
BL2003:

49,79	TV Deilinghofen	02.07.	Jena
50,31	Reiffenrath 88, Weiche 89, Küter 88, Noisten 89	20.05.	Witten-Annen
50,38	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
51,02	Brücklmeier 90, Noisten 89, Schäfer 91, Weiche 89	20.05.	Witten-Annen
	LG Schwerte		
	Matzerath 87, Bükler 88, Neumann 89, Selsen 89		
	LG Schwerte		
	Bachorz 90, Bönnighausen 89, Neumann 89, Selsen 89		

Forts. 4 x 100 m

Rekord: 48,88 TV Deilinghofen
BL2003:

54,38	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	Welzel 90, Hofmeister 90, Tripp 91, Westhelle 89		
56,28	LG Schwerte	19.09.	Gütersloh
	Blödmann 90, Schiffer 89, Spalda 90, Wördehoff 89		
56,50	ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
	Walter 89, Schreiber 90, Köhne 89, Reese 89		
57,27	LG Menden	11.07.	Menden
	Bruchmann 90, Sieper 90, Schröder 90, Scheppmann 90		

Hochsprung

Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,64 Bottenberg, Kristina 84 LG Menden

1,62	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	15.08.	Rhede
1,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,50	Erdmann, Janine	90	LG Menden	06.08.	Menden
1,46	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1,46	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,44	Hecker, Lara	88	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,44	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	16.05.	Menden
1,44	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,44	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,44	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,42	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,40	Fellenberg, Rieka	90	LG Menden	11.07.	Menden
1,40	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,38	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,38	Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,38	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,36	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,36	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,36	Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,36	Bastek, Sonja	91	LG Menden	25.09.	Gladbeck

Weitsprung

Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen
BL 2003: 5,54* Bottenberg, Kristina 84 LG Menden

5,64	+1,1 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
5,44	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,25	Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
5,13	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin

Forts. Weitsprung

Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen
BL 2003: 5,54* Bottenberg, Kristina 84 LG Menden

5,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
4,93	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,91	+1,2 Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
4,83	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
4,75	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,73	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,72	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,67	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,65	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,60	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,59	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,59	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,54	Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,53	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,53	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,51	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07.	Menden

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 13,16 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 11,19 Winter, Katharina 85 LG Menden

11,44	Winter, Katharina	85	LG Menden	17.07.	Recklinghausen
9,30	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,71	Roth, Katja	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
7,66	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
7,30	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
7,28	Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,11	Büker, Lisa	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
7,08	Mergemeier, Kira	86	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,72	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
6,29	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,11	Grulke, Lisette	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
5,70	Hecker, Lara	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 44,88 von Küstenfeld, Heike 63 TuS Lendringsen
BL 2003: 36,29 Winter, Katharina 85 LG Menden

36,08	Winter, Katharina	85	LG Menden	12.06.	Lüdenscheid
27,00	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
21,76	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
21,67	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
17,12	Wördehoff, Katja	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste
16,49	Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
14,70	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Forts. Diskuswurf 1,0 kg Rekord: 44,88 von Küstenfeld, Heike 63 TuS Lendringsen
BL 2003: 36,29 Winter, Katharina 85 LG Menden

13,65	Schiffer, Anika	89 LG Schwerte	24.04.	Ergste
Speerwurf 600 g Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden BL 2003: 39,88 Bottenberg, Kristina 84 LG Menden				
37,48	Höppe, Julia Maria	86 LG Menden	16.05.	Menden
31,46	Spieker, Katharina	88 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
28,76	Küter, Julia	88 TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
27,75	Noisten, Liesa	89 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,51	Bönemann, Annegret	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
27,23	Weiche, Jessica	89 TV Deilinghofen	16.08.	Rhede
27,03	Borscheid, Anke	89 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,21	Verbruggen, Rachele	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
23,86	Tripp, Janina	91 TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
23,61	Roth, Katja	88 TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
23,13	Schumann, Bernadette	89 LG Menden	16.05.	Menden
22,27	Reiffenrath, Ramona	88 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
21,34	Grulke, Tabea	90 LG Schwerte	04.07.	Menden
21,16	Welzel, Christina	90 TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
20,86	Fellenberg, Maren	86 LG Menden	31.01.	Kamen
20,86	Hohlweck, Joana	89 LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
19,47	Hofmeister, Melissa	90 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
18,50	Westhelle, Sarah	89 TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
17,14	Küter, Marie	90 TV Deilinghofen	26.07.	Lage
16,75	Klinger, Svenja	89 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

100 m Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003: 13,14* Kissmer, Lena 86 LG Menden

12,42	+2,0 Bükler, Lisa	88 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
12,47	-0,4 Weiche, Jessica	89 TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
13,15	-1,0 Bachorz, Janna	90 LG Schwerte	04.07.	Menden
13,16	+0,8 Reiffenrath, Ramona	88 TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,19	+0,9 Neumann, Katrin	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,30	Noisten, Liesa	89 TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,44	+0,9 Selsen, Alina	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,48	-0,7 Frohmüller, Cassandra	88 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,49	Welzel, Christina	90 TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,49	+2,0 Küter, Julia	88 TV Deilinghofen	25.07.	Lage
13,51	-0,8 Brücklmeier, Anna	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,60	Schäfer, Malin-Britt	91 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
13,61	Erdmann, Janine	90 LG Menden	04.07.	Menden
13,65	-0,8 Dratschmidt, Yvonne	90 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,70	-0,2 Matzerath, Anna Kristin	87 LG Schwerte	20.06.	Dortmund
13,71	-0,8 Matzerath, Katharina	91 LG Schwerte	04.07.	Menden
13,71	+0,4 Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	06.08.	Menden
13,79	-0,7 Spieker, Katharina	88 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
13,89	0 Bönninghausen, Anika	89 LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
13,90	+1,4 Westhelle, Sarah	89 TV Deilinghofen	24.07.	Lage

200 m Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2003: 27,24* Kissmer, Lena 86 LG Menden

27,04	0,0 Bükler, Lisa	88 LG Schwerte	06.08.	Menden
27,76	+1,2 Selsen, Alina	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund

400 m Rekord: 55,33 Schnabel, Tanja Letmather TV
BL 2003:

63,16	Schulte, Leonie	88 LG Schwerte	13.06.	Lüdenscheid
64,41	Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	06.08.	Menden

800 m Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike Letmather TV
BL 2003:

2:27,94	Holzhausen, Neele	92 LG Schwerte	11.07.	Menden
2:33,59	Hafenmayer, Isabell	91 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:35,80	Odelga, Solveigh	93 ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:36,19	Griesbach, Nicole	91 LC Letmathe/Iserlohn	11.07.	Hagen
2:37,24	Bawey, Pia	93 ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:37,76	Küter, Marie	90 TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
2:37,78	Rustemeier, Julia	91 LG Menden	11.07.	Menden

Forts. 800 m Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike Letmather TV
BL 2003:

2:38,43	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2:38,81	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
2:39,38	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2:39,53	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
2:40,14	Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	16.05.	Menden
2:40,0	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
2:40,16	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	16.05.	Menden
2:41,11	Schröder, Helena	90	LG Menden	11.07.	Menden
2:42,01	Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
2:42,69	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
2:42,98	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
2:45,98	Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:47,13	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

10 km Rekord: 41:19 Großkreutz, Anja 81 Marathon-Club-Menden
BL 2003: 44:54 Löbbbecke, Anna 87 ASV Iserlohn

50:58	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
58:42	Holtheuer, Julia	87	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

100 m Hürden Rekord: 14,14 Tönnissen, Nicola SC 1912 Hennen
BL 2003:

14,76	+1,0 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	02.07.	Jena
15,05	+1,8 Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
17,58	-2,0 Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
18,25	+0,2 Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
18,77	-2,1 Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn

400 m Hürden Rekord: 72,22 Schulte, Leonie 88 LG Schwerte
BL 2003:

72,22	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
-------	-----------------	----	-------------	--------	----------

4 x 100 m Rekord: 49,60 Letmather TV
BL2003:

49,79	TV Deilinghofen	02.07.	Jena
50,31	Reiffenrath 88, Weiche 89, Küter 88, Noisten 89 TV Deilinghofen	20.05.	Witten-Annen
50,38	Brücklmeier 90, Noisten 89, Schäfer 91, Weiche 89 LG Schwerte	16.05.	Menden
	Matzerath 87, Bükler 88, Neumann 89, Selsen 89		

Forts. 4 x 100 m Rekord: 49,60 Letmather TV
BL2003:

51,02	LG Schwerte	20.05.	Witten-Annen
	Bachorz 90, Bönnighausen 89, Neumann 89, Selsen 89		
54,38	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	Welzel 90, Hofmeister 90, Tripp 91, Westhelle 89		
56,28	LG Schwerte	19.09.	Gütersloh
	Blöddorn 90, Schiffer 89, Spalda 90, Wördehoff 89		
56,50	ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
	Walter 89, Schreiber 90, Köhne 89, Reese 89		
57,27	LG Menden	11.07.	Menden
	Bruchmann 90, Sieper 90, Schröder 90, Scheppmann 90		

Hochsprung Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,38 Sternberg, Alexandra 87 LC Letmathe/Iserlohn

1,62	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	15.08.	Rhede
1,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,50	Erdmann, Janine	90	LG Menden	06.08.	Menden
1,46	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1,46	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,44	Hecker, Lara	88	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,44	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	16.05.	Menden
1,44	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,44	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,44	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,42	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,40	Fellenberg, Rieka	90	LG Menden	11.07.	Menden
1,40	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,38	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,38	Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38	Gulke, Tabea	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,38	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,36	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,36	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,36	Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,36	Bastek, Sonja	91	LG Menden	25.09.	Gladbeck

Weitsprung Rekord: 6,07 Rosier, Astrid SV Menden
BL 2003: 4,85 Schulte, Ann-Cathrin 86 LG Schwerte

5,64	+1,1 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
5,44	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste

Forts. Weitsprung

Rekord: 6,07 Rosier, Astrid SV Menden

BL 2003: 4,85 Schulte, Ann-Cathrin 86 LG Schwerte

5,13	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
5,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
4,93	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,91	+1,2 Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
4,83	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
4,75	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,73	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,72	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,67	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,65	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,60	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,59	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,59	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,54	Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,53	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,53	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,51	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07.	Menden
4,50	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Dreisprung

Rekord: 11,14 Freisen, Ulrike 80 LG Menden

BL 2003: 9,07 Sternberg, Alexandra 87 LC Letmathe/Iserlohn

9,50	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
9,02	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 12,62 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2003: 9,20 Höppe, Julia Maria 86 LG Menden

9,30	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,71	Roth, Katja	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
7,66	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
7,30	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
7,28	Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,11	Büker, Lisa	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,72	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	17.07.	Ergste
6,29	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
6,11	Grulke, Lisette	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
5,70	Hecker, Lara	88	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 37,36 Grote, Sandra TuS Iserlohn

BL 2003: 22,48 Rothholz, Zahra 87 LC Letmathe/Iserlohn

27,00	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
-------	----------------------	----	-----------------	--------	----------

Forts. Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 37,36 Grote, Sandra TuS Iserlohn

BL 2003: 22,48 Rothholz, Zahra 87 LC Letmathe/Iserlohn

21,76	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
21,67	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
17,12	Wördehoff, Katja	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste
16,49	Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
14,70	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
13,65	Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Speerwurf 600 g

Rekord: 41,55 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2003: 35,26 Höppe, Julia Maria 86 LG Menden

31,46	Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
28,76	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
27,75	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,51	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
27,23	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	16.08.	Rhede
27,03	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,21	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
23,86	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
23,61	Roth, Katja	88	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
23,13	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	16.05.	Menden
22,27	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
21,34	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
21,16	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
20,86	Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
19,47	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
18,50	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
17,14	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
16,75	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
16,66	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	11.09.	Arnsberg-Neheim
16,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim

Siebenkampf

Rekord: 5071 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2003:

3627	Reiffenrath, Ramona	88	TV Deilinghofen	25./26.07.	Lage
(15,05*-1,38-7,93-13,16*/4,59*-20,38-2:54,58)					
3463	Küter, Julia	88	TV Deilinghofen	25./26.07.	Lage
(18,25*-1,38-7,14-13,49*/4,76*-26,28-2:39,53)					
3148	Frohmüller, Cassandra	88	ASV Iserlohn	08./09.05.	Iserlohn
(18,77*-1,46-7,30-13,80*/4,25-15,99-2:38,81)					
3004	Spieker, Katharina	88	TV Deilinghofen	08./09.05.	Iserlohn
(17,71*-1,22-7,28-14,04*/4,82-23,27-3:02,51)					

Ausdruck vom 21.12.2004

Weibliche Jugend B

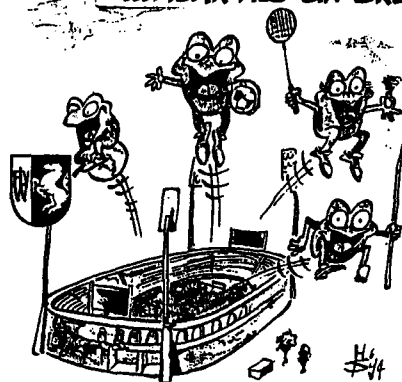
Siebenkampf Mannschaft Rekord: 11550 LG Menden

BL2003:

9548 TV Deilinghofen
Reiffenrath 3498, Kütter 3046, Spieker 3004

08./09.05. Iserlohn

LEICHTATHLETIK...
...MEHR ALS EIN ERLEBNIS



TREFFPUNKT STADION

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W15

100 m

Rekord: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2003: 13,00* Bütke, Lisa 88 LG Schwerte

12,47	-0,4 Weiche, Jessica	89 TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
13,15	-1,0 Bachorz, Janna	90 LG Schwerte	04.07.	Menden
13,19	+0,9 Neumann, Katrin	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,30	Noisten, Liesa	89 TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,44	+0,9 Selsen, Alina	89 LG Schwerte	03.06.	Dortmund
13,49	Welzel, Christina	90 TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,51	-0,8 Brücklmeier, Anna	90 TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,60	Schäfer, Malin-Britt	91 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
13,61	Erdmann, Janine	90 LG Menden	04.07.	Menden
13,65	-0,8 Dratschmidt, Yvonne	90 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,71	-0,8 Matzerath, Katharina	91 LG Schwerte	04.07.	Menden
13,71	+0,4 Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	06.08.	Menden
13,89	0 Bönnighausen, Anika	89 LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
13,90	+1,4 Westhelle, Sarah	89 TV Deilinghofen	24.07.	Lage
14,00	+1,4 Bönemann, Annegret	90 TV Deilinghofen	25.07.	Lage
14,03	-0,7 Grulke, Tabea	90 LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
14,03	-0,8 Schreiber, Julia	90 ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
14,06	-0,6 Schumann, Bernadette	89 LG Menden	16.05.	Menden
14,16	+0,2 Reese, Sarah	89 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
14,16	Schäfer, Malin-Britt	91 TV Deilinghofen	10.09.	Arnsberg-Neheim

300 m

Rekord: 44,70 Selsen, Alina 89 LG Schwerte

BL 2003:

44,70	Selsen, Alina	89 LG Schwerte	19.09.	Gütersloh
44,98	Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
47,86	Nicolai, Sarah	90 LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn

400 m

Rekord: 64,41 Mergemeier, Lea 89 LG Schwerte

BL 2003:

64,41	Mergemeier, Lea	89 LG Schwerte	06.08.	Menden
-------	-----------------	----------------	--------	--------

800 m

Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka LG Iserlohn

BL 2003: 2:42,10 Kütter, Julia 88 TV Deilinghofen

2:27,94	Holzhausen, Neele	92 LG Schwerte	11.07.	Menden
2:33,59	Hafenmayer, Isabell	91 LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:35,80	Odelga, Solveigh	93 ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:36,19	Griesbach, Nicole	91 LC Letmathe/Iserlohn	11.07.	Hagen
2:37,24	Bawey, Pia	93 ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:37,76	Kütter, Marie	90 TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
2:37,78	Rustemeier, Julia	91 LG Menden	11.07.	Menden

Forts. 800 m

Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka LG Iserlohn
 BL 2003: 2:42,10 Küter, Julia 88 TV Deilinghofen

2:38,43	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
2:39,38	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2:40,14	Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	16.05.	Menden
2:40,0	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
2:40,16	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	16.05.	Menden
2:41,11	Schröder, Helena	90	LG Menden	11.07.	Menden
2:42,01	Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
2:42,69	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
2:42,98	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
2:45,98	Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:47,13	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2:47,85	Steudle, Luisa	93	LG Menden	25.09.	Gladbeck
2:48,26	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid

2000 m

Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV
 BL 2003:

7:24,23	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	12.08.	Bergisch-Gladbach
7:29,9	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
7:32,0	Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	04.04.	Dortmund
7:56,08	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	05.06.	Erkenschwick
8:08,8	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:18,5	Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:36,70	Schröder, Helena	90	LG Menden	03.10.	Menden

5 km

Rekord: 19:30 Großkreutz, Anja 81 Marathon-Club-Menden
 BL 2003:

20:27	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:34	Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	29.08.	Iserlohn
20:35	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
21:36	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:04	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
22:09	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	13.03.	Münster
22:41	Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	16.07.	Fröndenberg
22:50	Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:56	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
24:59	Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
26:22	Balako Botuli, Francine	89	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:27	Heun, Miriam	94	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:29	Maszewski, Agnes	91	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:31	Walter, Desiree	89	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
26:32	Fecke, Jana Marie	91	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg

Forts. 5 km

Rekord: 19:30 Großkreutz, Anja 81 Marathon-Club-Menden
 BL 2003:

26:51	Krächter, Milena	92	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
28:52	Fecke, Mona	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
29:03	Faske, Franziska	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
29:49	Miller, Theresa	90	MC Menden	29.08.	Iserlohn
30:55	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg

10 km

Rekord: 41:44 Adler, Simone 82 TG Westhofen
 BL 2003:

50:58	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	11.01.	Bönen
-------	-------------------	----	----------------------	--------	-------

80 m Hürden

Rekord: 11,84 Severin, Eva 76 SC 1912 Hennen
 BL 2003: 12,92 Reiffenrath, Ramona 88 TV Deilinghofen

12,15	+2,0 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	15.08.	Rhede
13,22	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
13,31	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,84	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	05.06.	Hagen
13,94	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	10.09.	Arnsberg-Neheim
14,01	-0,9 Bönnemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
14,12	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
14,14	-1,3 Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
14,19	-0,9 Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
14,41	-0,9 Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
14,57	-1,9 Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	03.10.	Menden
14,71	-2,0 Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	16.05.	Menden
14,72	Schröder, Helena	90	LG Menden	11.07.	Menden
15,24	-0,8 Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
15,31	+1,4 Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
15,34	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
15,54	-2,0 Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
16,10	-0,9 Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
16,54	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	10.09.	Arnsberg-Neheim
16,71	-1,9 Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	03.10.	Menden

Leistungen mit Rückenwind:

14,13	+2,2 Bönnemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
-------	--------------------------	----	-----------------	--------	------

4 x 100 m

Rekord:
 BL2003:

50,31	TV Deilinghofen	20.05.	Witten-Annen
Brücklmeier 90, Noisten 89, Schäfer 91, Weiche 89			

Forts. 4 x 100 m

Rekord:
BL2003:

51,02	LG Schwerte	20.05.	Witten-Annen
	Bachorz 90, Bönnighausen 89, Neumann 89, Selsen 89		
54,38	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
	Welzel 90, Hofmeister 90, Tripp 91, Westhelle 89		
56,28	LG Schwerte	19.09.	Gütersloh
	Blödorn 90, Schiffer 89, Spalda 90, Wördehoff 89		
56,50	ASV Iserlohn	19.09.	Gütersloh
	Walter 89, Schreiber 90, Köhne 89, Reese 89		
57,27	LG Menden	11.07.	Menden
	Bruchmann 90, Sieper 90, Schröder 90, Scheppmann 90		

Hochsprung

Rekord: 1,85 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,55 Hecker, Lara 88 LG Schwerte

1,62	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,60	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	15.08.	Rhede
1,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,50	Erdmann, Janine	90	LG Menden	06.08.	Menden
1,46	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,44	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	16.05.	Menden
1,44	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
1,44	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,44	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
1,42	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,40	Fellenberg, Rieka	90	LG Menden	11.07.	Menden
1,38	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,38	Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,36	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
1,36	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,36	Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,36	Bastek, Sonja	91	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,35	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	16.05.	Menden

Weitsprung

Rekord: 5,64* Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 5,02 Küter, Julia 88 TV Deilinghofen

5,64	+1,1 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	12.06.	Lüdenscheid
5,44	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	23.04.	Ergste
5,13	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
5,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
4,75	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid

Forts. Weitsprung

Rekord: 5,64* Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 5,02 Küter, Julia 88 TV Deilinghofen

4,73	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,72	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,67	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,65	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
4,60	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,59	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,59	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,54	Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
4,53	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
4,53	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,51	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07.	Menden
4,50	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
4,47	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	29.05.	Gladbeck
4,37	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	05.06.	Hagen
4,36	Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

Dreisprung

Rekord: 11,01 Venghaus, Sandra 80 LG Menden
BL 2003:

9,02	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
------	------------------	----	-----------------	--------	----------

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 13,78 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 9,46 Reiffenrath, Ramona 88 TV Deilinghofen

10,23	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
10,12	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
9,77	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	19.09.	Gütersloh
9,45	Schreiber, Julia	90	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
9,04	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
8,65	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
8,49	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
8,39	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07.	Menden
8,28	Bönnighausen, Anika	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
8,28	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
8,19	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
8,13	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,87	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,83	Landgraf, Mareike	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
7,78	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
7,78	Kaiser, Marie-Christin	91	LG Menden	04.07.	Menden
7,77	Erdmann, Janine	90	LG Menden	10.06.	Iserlohn
7,73	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
7,70	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W15

Forts. Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 13,78 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 9,46 Reiffenrath, Ramona 88 TV Deilinghofen

7,70 Neumann, Katrin 89 LG Schwerte 12.04. Burg/Dithmarschen

Diskuswurf 1,0 kg Rekord: 29,73 Winter, Katharina 85 LG Menden
BL 2003: 17,00 Stanowski, Kathrin 88 LC Letmathe/Iserlohn

27,00	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
21,76	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
21,67	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
17,12	Wördehoff, Katja	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste
16,49	Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
14,70	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
13,65	Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Hammerwurf 3,0 kg Rekord: 17,75 Hohlweck, Joana 89 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003:

17,75 Hohlweck, Joana 89 LC Letmathe/Iserlohn 18.09. Plettenberg

Speerwurf 600 g Rekord: 31,87 Hartmann, Sina 85 TV Deilinghofen
BL 2003: 27,27 Spieker, Katharina 88 TV Deilinghofen

27,75	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,51	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
27,23	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	16.08.	Rhede
27,03	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,21	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
23,86	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
23,13	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	16.05.	Menden
21,34	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
21,16	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
20,86	Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
19,47	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
18,50	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
17,14	Kütter, Marie	90	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
16,75	Klinger, Svenja	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
16,66	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	11.09.	Arnsberg-Neheim
16,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
16,30	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	03.10.	Menden
14,87	Mühlendyck, Svenja	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
14,65	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	11.09.	Arnsberg-Neheim
14,19	Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W15

Ballwurf 200 g Rekord: 56,00 Pieper, Linda 84 LG Menden
BL 2003:

42,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
40,00	Kütter, Marie	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
39,50	Erdmann, Janine	90	LG Menden	11.07.	Menden
39,00	Hohlweck, Joana	89	LC Letmathe/Iserlohn	24.04.	Ergste
37,00	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
36,00	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
34,50	Scheppmann, Wiebke	90	LG Menden	11.07.	Menden
34,00	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
24,00	Schröder, Helena	90	LG Menden	03.10.	Menden

Vierkampf Rekord: 1858 Reese, Sarah 89 ASV Iserlohn
BL 2003: 1796 Kütter, Julia 88 TV Deilinghofen

1858	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	(14,16*-4,53-1,62-6,52)				
1828	Noisten, Liesa	89	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(13,1-4,42-1,32-8,65)				
1792	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(13,9-4,65-1,36-8,13)				
1720	Schumann, Bernadette	89	LG Menden	09.05.	Iserlohn
	(14,10*-4,28-1,38-7,14)				
1671	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	(14,16*-4,20-1,38-6,43)				
1637	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(14,6-4,29-1,28-7,87)				
1630	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(13,73-4,60-1,15-7,05)				
1624	Wohlgemuth, Vanessa	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	(14,74*-4,21-1,34-6,81)				
1602	Schiffer, Anika	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	(14,71*-3,88-1,38-6,61)				
1583	Borscheid, Anke	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	(15,05*-3,69-1,22-9,77)				
1545	Köhne, Hannah	89	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	(14,98*-3,83-1,34-6,46)				
1536	Wördehoff, Katja	89	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	(14,31*-3,96-1,30-5,56)				
1474	Bruchmann, Claudia	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
	(14,78*-3,49-1,30-6,15)				
1467	Fellenberg, Rieka	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
	(15,67*-3,55-1,38-5,99)				
1467	Scheppmann, Wiebke	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
	(14,72*-3,94-1,22-5,86)				

Forts. Vierkampf Rekord: 1858 Reese, Sarah 89 ASV Iserlohn
BL 2003: 1796 Küter, Julia 88 TV Deilinghofen

1403	Schröder, Helena	90 LG Menden	09.05. Iserlohn
	(15,04*-3,75-1,14-6,54)		
1345	Blödorn, Lia	90 LG Schwerte	09.05. Iserlohn
	(14,69*-3,84-1,18-4,31)		

Siebenkampf Rekord: 3724 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 3242 Küter, Julia 88 TV Deilinghofen

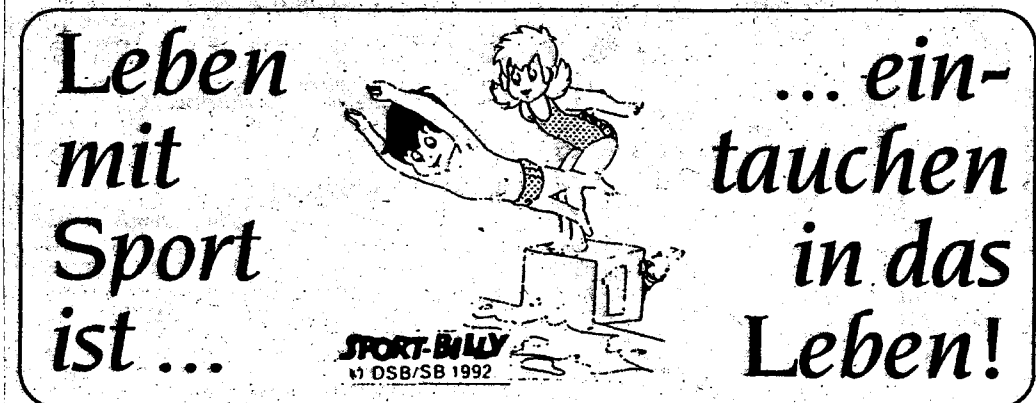
3724	Weiche, Jessica	89 TV Deilinghofen	15./16.08. Rhede
	(12,15*-1,60-9,90-12,61*/5,46-27,23-2:44,99)		
3191	Bönemann, Annegret	90 TV Deilinghofen	25./26.07. Lage
	(14,13w-1,44-8,76-14,00*/4,37-25,86-2:49,91)		
3050	Noisten, Liesa	89 TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(14,16*-1,26-8,04-13,72*/4,46-27,75-3:00,75)		
2983	Tripp, Janina	91 TV Deilinghofen	10./11.09. Neheim
	(14,12-1,36-7,32-14,48/4,43-23,86-3:00,96)		
2975	Welzel, Christina	90 TV Deilinghofen	25./26.07. Lage
	(15,87*-1,44-7,37-13,54*/4,63-16,12-2:58,45)		
2901	Bodenstein, Carina	91 TV Deilinghofen	10./11.09. Neheim
	(15,34-1,60-6,70-14,76/3,91-16,60-2:55,48)		
2894	Westhelle, Sarah	89 TV Deilinghofen	10./11.09. Neheim
	(14,92-1,36-7,65-14,52/4,50-18,50-3:04,62)		
2840	Brücklmeier, Anna	90 TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(13,41*-1,30-6,73-13,96*/4,38-10,73-2:58,34)		
2803	Schäfer, Malin-Britt	91 TV Deilinghofen	10./11.09. Arnsberg-
Neheim			
	(13,94-1,28-6,44-14,16/4,27-14,65-3:00,30)		
2796	Klinger, Svenja	89 TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(14,41*-1,34-6,23-15,04*/4,45-16,75-2:58,83)		
2668	Bachorz, Janna	90 LG Schwerte	08./09.05. Iserlohn
	(17,00*-1,30-5,80-13,45*/4,50-9,37-2:57,67)		
2557	Friedewald, Tabea	91 TV Deilinghofen	10./11.09. Arnsberg-
Neheim			
	(16,54-1,24-6,20-15,56/3,83-16,66-2:52,08)		
2554	Mühlendyck, Svenja	89 TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(16,23*-1,10-6,09-15,39*/4,36-14,87-2:44,31)		
2525	Küter, Marie	90 TV Deilinghofen	25./26.07. Lage
	(15,31*-o.g.V.-7,86-14,33*/4,33-17,14-2:45,05)		
2425	Eling, Jessica	90 TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(16,10*-1,06-6,52-14,89*/3,85-14,19-3:07,01)		
2398	Hofmeister, Melissa	90 TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(14,19*-1,34-7,10-14,38*/o.g.V.-19,47-3:10,63)		

Blockwettkampf Sprint Rekord: 2448 Spieker, Katharina 88 TV Deilinghofen
BL 2003:

2170	Westhelle, Sarah	89 TV Deilinghofen	24.07. Lage
	(13,90*-14,40*-4,25-1,36-15,55)		
2071	Nicolai, Sarah	90 LG Iserlohn	03.10. Menden
	(14,76*-14,57*-3,93-1,36-16,30)		
1845	Dratschmidt, Yvonne	90 LG Iserlohn	03.10. Menden
	(14,07*-16,71*-4,33-1,08-12,73)		

Blockwettkampf Lauf Rekord: 2371 Mergemeier, Kira 86 LG Schwerte
BL 2003:

1949	Schröder, Helena	90 LG Menden	03.10. Menden
	(15,38*-14,90*-3,88-24,00-8:36,70)		



100 m Rekord: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

13,15	-1,0	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,49		Weizel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.07.	Paderborn
13,51	-0,8	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
13,60		Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
13,61		Erdmann, Janine	90	LG Menden	04.07.	Menden
13,65	-0,8	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
13,71	-0,8	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	04.07.	Menden
14,00	+1,4	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
14,03	-0,7	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	29.05.	Gladbeck
14,03	-0,8	Schreiber, Julia	90	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
14,16		Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	10.09.	Arnsberg-Neheim
14,0		Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
14,32	-0,4	Burchardi, Tiara	90	LG Menden	10.06.	Iserlohn
14,33	+1,4	Kütter, Marie	90	TV Deilinghofen	25.07.	Lage
14,38	-0,9	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
14,48		Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
14,3		Düchting, Lisa	90	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
14,62	-0,4	Blödorn, Lia	90	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
14,62	-0,8	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07.	Menden
14,63	0,0	Spalda, Bianca	90	LG Schwerte	16.05.	Menden

300 m Rekord: 45,74 Löbbecke, Anna 87 ASV Iserlohn
BL 2003:

47,86 Nicolai, Sarah 90 LG Iserlohn 12.09. Iserlohn

800 m Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV
BL 2003: 2:45,25 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

2:27,94		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	11.07.	Menden
2:33,59		Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:35,80		Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:36,19		Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	11.07.	Hagen
2:37,24		Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:37,76		Kütter, Marie	90	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
2:37,78		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	11.07.	Menden
2:40,14		Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	16.05.	Menden
2:40,0		Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
2:40,16		Losenfeld, Viola	92	LG Menden	16.05.	Menden
2:41,11		Schröder, Helena	90	LG Menden	11.07.	Menden
2:42,01		Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
2:42,69		Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
2:42,98		Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid

Forts. 800 m Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV
BL 2003: 2:45,25 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

2:45,98		Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:47,13		Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2:47,85		Steudle, Luisa	93	LG Menden	25.09.	Gladbeck
2:49,41		Spalda, Bianca	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
2:49,91		Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
2:50,28		Chmielewski, Christina	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

2000 m Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV
BL 2003:

7:24,23		Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	12.08.	Bergisch-Gladbach
7:29,9		Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
7:32,0		Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	04.04.	Dortmund
7:56,08		Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	05.06.	Erkenschwick
8:08,8		Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:18,5		Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:36,70		Schröder, Helena	90	LG Menden	03.10.	Menden

5 km Rekord: 19:40 Adler, Simone 82 TG Westhofen
BL 2003: 26:23 Schiffer, Anika 89 LG Schwerte

20:27		Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:34		Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	29.08.	Iserlohn
20:35		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
21:36		Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:04		Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
22:09		Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	13.03.	Münster
22:41		Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	16.07.	Fröndenberg
22:50		Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:56		Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
24:59		Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
26:27		Heun, Miriam	94	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:29		Maszewski, Agnes	91	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:32		Fecke, Jana Marie	91	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:51		Krächter, Milena	92	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
28:52		Fecke, Mona	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
29:03		Faske, Franziska	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
29:49		Miller, Theresa	90	MC Menden	29.08.	Iserlohn
30:55		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg

10 km Rekord: 46:18 Veldscholten, Jana 84 LG Schwerte
BL 2003:

50:58	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn 11.01.	Bönen
80 m Hürden	Rekord: 11,84 Severin, Eva 76 SC 1912 Hennen BL 2003: 12,16 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen			
13,31	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	18.07. Paderborn
13,94	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	10.09. Arnsberg-Neheim
14,01	-0,9 Bönnemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
14,12	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09. Neheim
14,19	-0,9 Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
14,57	-1,9 Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	03.10. Menden
14,71	-2,0 Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	16.05. Menden
14,72	Schröder, Helena	90	LG Menden	11.07. Menden
15,31	+1,4 Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	25.07. Lage
15,34	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09. Neheim
15,54	-2,0 Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	16.05. Menden
16,10	-0,9 Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
16,54	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	10.09. Arnsberg-Neheim
16,71	-1,9 Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	03.10. Menden
17,00	-0,9 Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	08.05. Iserlohn
17,13	Sieper, Kim	90	LG Menden	05.06. Hagen

Leistungen mit Rückenwind:

14,13 +2,2 Bönnemann, Annegret 90 TV Deilinghofen 25.07. Lage

Hochsprung Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,56 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

1,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09. Neheim
1,50	Erdmann, Janine	90	LG Menden	06.08. Menden
1,46	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	09.05. Iserlohn
1,44	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	16.05. Menden
1,44	Bönnemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25.07. Lage
1,44	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	25.07. Lage
1,42	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	09.05. Iserlohn
1,40	Fellenberg, Rieka	90	LG Menden	11.07. Menden
1,38	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	09.05. Iserlohn
1,38	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,36	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09. Neheim
1,36	Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09. Gladbeck
1,36	Bastek, Sonja	91	LG Menden	25.09. Gladbeck
1,34	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn

Forts. Hochsprung Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,56 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

1,34	Wohlgemuth, Vanessa	90	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,34	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	09.05. Iserlohn
1,34	Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	09.05. Iserlohn
1,30	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
1,30	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	08.05. Iserlohn
1,30	Bruchmann, Claudia	90	LG Menden	09.05. Iserlohn
1,30	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,30	Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,30	Jonda, Daniela	91	LG Menden	20.06. Iserlohn

Weitsprung Rekord: 5,38 Guntrum, Roswitha Letmather TV
BL 2003: 5,37 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

5,13	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09. Berlin
5,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09. Berlin
4,73	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
4,72	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	10.06. Iserlohn
4,65	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
4,54	Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04. Burg/Dithmarschen
4,53	Bönnemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07. Menden
4,51	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07. Menden
4,50	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	09.05. Iserlohn
4,47	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	29.05. Gladbeck
4,36	Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
4,35	Wohlgemuth, Vanessa	90	TV Deilinghofen	18.09. Deilinghofen
4,30	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	04.07. Menden
4,20	Burchardi, Tiara	90	LG Menden	04.07. Menden
4,10	Blödmann, Lia	90	LG Schwerte	12.09. Iserlohn
4,03	Düchting, Lisa	90	SC 1912 Hennen	17.07. Ergste
4,02	Kunert, Laura	90	LG Schwerte	12.09. Iserlohn
3,96	Scheppmann, Wiebke	90	LG Menden	05.06. Hagen
3,93	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	03.10. Menden
3,91	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	11.09. Neheim

Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 13,78 Venghaus, Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 9,56 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

10,12	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	04.07. Menden
9,45	Schreiber, Julia	90	ASV Iserlohn	04.07. Menden
9,04	Bönnemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	16.05. Menden
8,49	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	20.06. Iserlohn
8,39	Sieper, Kim	90	LG Menden	04.07. Menden
8,28	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	20.07. Remscheid

Forts. Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 13,78 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 9,56 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

8,19	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
8,13	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
7,83	Landgraf, Mareike	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
7,78	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
7,78	Kaiser, Marie-Christin	91	LG Menden	04.07.	Menden
7,77	Erdmann, Janine	90	LG Menden	10.06.	Iserlohn
7,73	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
7,50	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
7,36	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	16.05.	Menden
7,32	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
7,10	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
7,01	Wollert, Christin	90	LG Menden	04.07.	Menden
6,83	Bönnen, Marie-Astrid	91	LG Menden	04.07.	Menden
6,82	Fabian, Jasmin	90	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen

Diskuswurf 1,0 kg Rekord: 27,00 Verbruggen, Rachelle 90 TV Deilinghofen
BL 2003: 17,58 Bönnighausen, Anika 89 LG Schwerte

27,00	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
21,76	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
14,70	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Speerwurf 600 g Rekord: 27,63 Spieker, Katharina 88 TV Deilinghofen
BL 2003: 25,74 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

27,51	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
26,21	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
23,86	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
21,34	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	04.07.	Menden
21,16	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
19,47	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
17,14	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	26.07.	Lage
16,66	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	11.09.	Arnsberg-Neheim
16,60	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
16,30	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	03.10.	Menden
14,65	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	11.09.	Arnsberg-Neheim
14,19	Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
12,73	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	03.10.	Menden
10,73	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
9,37	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Ballwurf 200 g Rekord: 53,50 Pieper, Linda 84 LG Menden
BL 2003:

42,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
40,00	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
39,50	Erdmann, Janine	90	LG Menden	11.07.	Menden
37,00	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	24.04.	Ergste
36,00	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid
34,50	Scheppmann, Wiebke	90	LG Menden	11.07.	Menden
34,00	Verbruggen, Rachelle	90	TV Deilinghofen	29.06.	Lüdenscheid
24,00	Schröder, Helena	90	LG Menden	03.10.	Menden

Vierkampf Rekord: 1962 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 1962 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

1792	Welzel, Christina (13,9-4,65-1,36-8,13)	90	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1671	Grulke, Tabea (14,16*-4,20-1,38-6,43)	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1630	Dratschmidt, Yvonne (13,73-4,60-1,15-7,05)	90	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1624	Wohlgemuth, Vanessa (14,74*-4,21-1,34-6,81)	90	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1474	Bruchmann, Claudia (14,78*-3,49-1,30-6,15)	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1467	Fellenberg, Rieka (15,67*-3,55-1,38-5,99)	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1467	Scheppmann, Wiebke (14,72*-3,94-1,22-5,86)	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1403	Schröder, Helena (15,04*-3,75-1,14-6,54)	90	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1345	Blöddorn, Lia (14,69*-3,84-1,18-4,31)	90	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn

Siebenkampf Rekord: 3628 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 3628 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

3191	Bönemann, Annegret	90	TV Deilinghofen	25./26.07.	Lage
2983	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10./11.09.	Neheim
2975	Welzel, Christina	90	TV Deilinghofen	25./26.07.	Lage
2901	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10./11.09.	Neheim
2840	Brücklmeier, Anna	90	TV Deilinghofen	08./09.05.	Iserlohn

Forts. Siebenkampf Rekord: 3628 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 3628 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

2803	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	10./11.09. Arnsberg-Neheim
	(13,94-1,28-6,44-14,16/4,27-14,65-3:00,30)			
2668	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	08./09.05. Iserlohn
	(17,00*-1,30-5,80-13,45*/4,50-9,37-2:57,67)			
2557	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	10./11.09. Arnsberg-Neheim
	(16,54-1,24-6,20-15,56/3,83-16,66-2:52,08)			
2525	Küter, Marie	90	TV Deilinghofen	25./26.07. Lage
	(15,31*-o.g.V.-7,86-14,33*/4,33-17,14-2:45,05)			
2425	Eling, Jessica	90	TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(16,10*-1,06-6,52-14,89*/3,85-14,19-3:07,01)			
2398	Hofmeister, Melissa	90	TV Deilinghofen	08./09.05. Iserlohn
	(14,19*-1,34-7,10-14,38*/o.g.V.-19,47-3:10,63)			

Blockwettkampf Sprint Rekord: 2448 Spieker, Katharina 88 TV Deilinghofen
BL 2003:

2071	Nicolai, Sarah	90	LG Iserlohn	03.10. Menden
	(14,76*-14,57*-3,93-1,36-16,30)			
1845	Dratschmidt, Yvonne	90	LG Iserlohn	03.10. Menden
	(14,07*-16,71*-4,33-1,08-12,73)			

Blockwettkampf Lauf Rekord: 2058 Mergemeier, Kira 86 LG Schwerte
BL 2003:

1949	Schröder, Helena	90	LG Menden	03.10. Menden
	(15,38*-14,90*-3,88-24,00-8:36,70)			

75 m Rekord: 10,00 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 10,48* Fabian, Jasmin 90 LG Schwerte

10,22	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	29.06. Lüdenscheid
10,33	+0,6 Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	10.06. Iserlohn
10,35	Hanke, Katrin	91	LG Menden	25.09. Gladbeck
10,41	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	25.09. Gladbeck
10,45	+1,5 Rustemeier, Julia	91	LG Menden	04.07. Menden
10,62	+1,5 Zambanini, Lea	92	TV Deilinghofen	04.07. Menden
10,5	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	12.04. Burg/Dithmarschen
10,76	+0,7 Sommer, Dana	91	LG Schwerte	10.06. Iserlohn
10,77	Bönnen, Marie-Astrid	91	LG Menden	11.07. Menden
10,80	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	28.05. Arnsberg
10,83	+0,1 Kozok, Jennifer	91	LG Iserlohn	20.06. Iserlohn
10,86	-1,6 Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
10,87	+0,7 Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	10.06. Iserlohn
10,87	-1,1 Jonda, Daniela	91	LG Menden	04.07. Menden
11,04	Dohle, Kristina	92	LG Menden	28.05. Arnsberg
11,05	-1,0 Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
11,07	0,0 Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	04.07. Menden
11,13	+0,2 Mohr, Isabelle	92	LG Menden	09.05. Iserlohn
11,20	0,0 Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	04.07. Menden
11,24	+0,3 Bücher, Anja	91	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn

800 m Rekord: 2:13,90 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV
BL 2003: 2:31,57 Nicolai, Sarah 90 LG Iserlohn

2:27,94	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	11.07. Menden
2:33,59	Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	10.06. Iserlohn
2:35,80	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	31.05. Recklinghausen
2:36,19	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	11.07. Hagen
2:37,24	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	31.05. Recklinghausen
2:37,78	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	11.07. Menden
2:40,14	Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	16.05. Menden
2:40,0	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	22.06. Bönen
2:40,16	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	16.05. Menden
2:42,01	Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	03.10. Menden
2:42,69	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07. Dortmund
2:42,98	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	29.06. Lüdenscheid
2:45,98	Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	10.06. Iserlohn
2:47,13	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
2:47,85	Steudle, Luisa	93	LG Menden	25.09. Gladbeck
2:50,28	Chmielewski, Christina	92	TV Deilinghofen	10.06. Iserlohn
2:50,42	Jaworski, Sofia	93	LG Menden	11.07. Menden
2:50,44	Jonda, Daniela	91	LG Menden	04.07. Menden
2:51,02	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	11.07. Menden

Forts. 800 m Rekord: 2:13,90 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV
BL 2003: 2:31,57 Nicolai, Sarah 90 LG Iserlohn

2:51,32	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
2000 m Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV BL 2003:					
7:24,23	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	12.08.	Bergisch-Gladbach
7:29,9	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
7:32,0	Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	04.04.	Dortmund
7:56,08	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	05.06.	Erkenswick
8:08,8	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:18,5	Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund

5 km Rekord: 19:54 Wemmer, Anna-Karina 83 LG Schwerte
BL 2003: 27:14 Bachorz, Janna 90 LG Schwerte

20:27	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenber
20:34	Hafenmayer, Isabell	91	LG Iserlohn	29.08.	Iserlohn
20:35	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenber
21:36	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:04	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenber
22:09	Griesbach, Nicole	91	LC Letmathe/Iserlohn	13.03.	Münster
22:41	Hafenmayer, Mayte	91	LG Iserlohn	16.07.	Fröndenber
22:50	Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:56	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenber
24:59	Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenber
26:27	Heun, Miriam	94	VfL Fröndenber	14.02.	Fröndenber
26:29	Maszewski, Agnes	91	VfL Fröndenber	14.02.	Fröndenber
26:32	Fecke, Jana Marie	91	VfL Fröndenber	14.02.	Fröndenber
26:51	Krächter, Milena	92	VfL Fröndenber	14.02.	Fröndenber
28:52	Fecke, Mona	93	VfL Fröndenber	14.02.	Fröndenber
29:03	Faske, Franziska	93	VfL Fröndenber	14.02.	Fröndenber
30:55	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenber	16.07.	Fröndenber

10 km Rekord: 46:18 Veldscholten, Jana 84 LG Schwerte
BL 2003:

50:58 Griesbach, Nicole 91 LC Letmathe/Iserlohn 11.01. Bönen

60 m Hürden Rekord: 9,84 Reiffenrath, Ramona 88 TV Deilinghofen
BL 2003:

10,28	-1,5	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
10,29		Hanke, Katrin	91	LG Menden	11.07.	Menden

Forts. 60 m Hürden Rekord: 9,84 Reiffenrath, Ramona 88 TV Deilinghofen
BL 2003:

10,45	-1,1	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	03.10.	Menden
10,54	0	Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	03.10.	Menden
10,62		Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
10,67		Jonda, Daniela	91	LG Menden	11.07.	Menden
10,67	+1,1	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
10,73		Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	11.07.	Menden
10,77	-1,0	Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	03.10.	Menden
11,51	0,0	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
11,54	0,0	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
11,82		Kozok, Jennifer	91	LG Iserlohn	11.07.	Menden
11,98	0	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	03.10.	Menden
12,58	-1,7	Verbruggen, Eline	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
12,85		Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
13,06	+1,1	Großheider, Anna	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,21		Briese, Larissa	91	LG Menden	25.09.	Gladbeck
13,57	-1,2	Chmielewski, Christina	92	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
13,62		Behrens, Melina	92	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
13,67	-0,7	Wagener, Jaqueline	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden

Hochsprung Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2003: 1,40 Hofmeister, Melissa 90 TV Deilinghofen

1,60		Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,46		Sommer, Dana	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,42		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,38		Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,36		Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,36		Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,36		Bastek, Sonja	91	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,34		Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,34		Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,30		Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,30		Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,30		Jonda, Daniela	91	LG Menden	20.06.	Iserlohn
1,28		Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
1,27		Dräger, Norma	91	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
1,27		Müller, Nathalie	91	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,26		Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,26		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,26		Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
1,24		Dickschat, Kathrin	91	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,24		Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 5,45 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 4,80 Fabian, Jasmin 90 LG Schwerte

5,13	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
5,06	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	25.09.	Gladbeck
5,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
4,84	Hanke, Katrin	91	LG Menden	05.06.	Hagen
4,80	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	22.06.	Bönen
4,80	Jonda, Daniela	91	LG Menden	25.09.	Gladbeck
4,78	Erichsen, Svenja	91	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
4,75	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,63	Zambanini, Lea	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,61	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
4,55	Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	23.04.	Ergste
4,52	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
4,43	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	09.05.	Iserlohn
4,37	Mohr, Isabelle	92	LG Menden	28.05.	Arnsberg
4,32	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,29	Delimata, Larissa	92	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
4,27	Kozok, Jennifer	91	LG Iserlohn	04.07.	Menden
4,22	Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,21	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,21	Verbruggen, Eline	91	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,21	Schulte, Kim	92	LG Iserlohn	11.07.	Menden

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 12,71 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden
BL 2003: 7,75 Schreiber, Julia 90 ASV Iserlohn

8,49	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
8,19	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
7,83	Landgraf, Mareike	91	ASV Iserlohn	11.09.	Olfen
7,78	Kaiser, Marie-Christin	91	LG Menden	04.07.	Menden
7,50	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
7,32	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
6,83	Bönnen, Marie-Astrid	91	LG Menden	04.07.	Menden
6,70	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
6,44	Schäfer, Malin-Britt	91	TV Deilinghofen	10.09.	Arnsberg-Neheim
6,41	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
6,36	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	19.09.	Bochum
6,20	Dräger, Norma	91	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
6,20	Friedewald, Tabea	91	TV Deilinghofen	10.09.	Arnsberg-Neheim
5,81	Hartwig, Laura	91	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
5,64	Stanowski, Andrea	91	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
5,37	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Diskuswurf 750 g

Rekord: 32,58 Grote, Sandra 19 TuS Lendringsen
BL 2003:

22,73	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
19,99	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
18,67	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
14,00	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	24.04.	Ergste
13,26	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Speerwurf 400 g

Rekord: 36,59 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2003: 22,66 Bönnemann, Annegret 90 LG Menden

36,59	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
27,51	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	07.08.	Ergste
21,45	Kaiser, Marie-Christin	91	LG Menden	04.07.	Menden
20,80	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
20,02	Landgraf, Mareike	91	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
19,28	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	24.04.	Ergste
17,77	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste

Ballwurf 200 g

Rekord: 49,50 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003:

42,00	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	20.09.	Berlin
36,00	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	20.07.	Remscheid

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 57,50 Pieper, Linda 84 LG Menden
BL 2003: 40,00 Bönnemann, Annegret 90 LG Menden

55,00	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
53,00	Kaiser, Marie-Christin	91	LG Menden	05.06.	Hagen
45,50	Tripp, Janina	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
44,00	Wulff, Gwendolyn	91	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
44,00	Jonda, Daniela	91	LG Menden	03.10.	Menden
43,50	Ludwig, Sara	91	LG Menden	10.06.	Iserlohn
43,00	Matzerath, Katharina	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
43,00	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	02.10.	Menden
40,50	Bücher, Anja	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
40,00	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	18.09.	Witten
38,00	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
38,00	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
38,00	Verbruggen, Eline	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
36,50	Bernshausen, Samantha	93	LG Menden	20.06.	Iserlohn
36,00	Bücher, Denise	93	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
35,00	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
35,00	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn

Forts. Schlagballwurf 80 g

Rekord: 57,50 Pieper, Linda 84 LG Menden

BL 2003: 40,00 Bönemann, Annegret 90 LG Menden

35,00	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Menden
34,50	Lombardo, Marie-Angela	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
34,50	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen

Dreikampf

Rekord: 1526 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2003: 1356 Grulke, Tabea 90 LG Schwerte

1526	Sommer, Dana (10,9-4,62-53,50)	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1485	Matzerath, Katharina (10,4-4,60-43,00)	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1346	Holzhausen, Neele (10,6-4,46-32,00)	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1343	Lohse, Marleen (10,2-4,47-31,50)	91	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
1310	Verbruggen, Eline (11,2-4,12-38,00)	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1295	Erichsen, Svenja (10,90-4,78-24,50)	91	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1223	Wulff, Gwendolyn (12,4-3,87-42,00)	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1198	Kozok, Jennifer (11,24-4,10-25,50)	91	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1188	Schulte, Kim (11,81-4,06-29,50)	92	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1188	Delimata, Larissa (11,4-4,08-28,00)	92	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
1154	Althaus, Jessica (11,1-3,08-34,50)	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1143	Wagener, Jacqueline (12,33-3,98-30,00)	92	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1134	Wagener, Aileen (11,9-3,87-29,00)	92	LG Iserlohn	17.07.	Ergste
1119	Dieren, Hannah (12,4-3,76-32,50)	91	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1105	Maszewski, Agnes (11,8-3,66-28,00)	91	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
1096	Schwietale, Sabrina (12,7-3,62-34,00)	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1096	Fischer, Anna (12,4-3,58-32,50)	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1068	Borowski, Sarah (12,6-3,47-32,50)	91	LG Schwerte	17.07.	Ergste

Forts. Dreikampf

Rekord: 1526 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2003: 1356 Grulke, Tabea 90 LG Schwerte

1067	Großheider, Anna (11,7-3,75-23,00)	92	LG Schwerte	17.07.	Ergste
1062	Hafenmayer, Mayte (12,18-3,49-27,00)	91	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn

Vierkampf

Rekord: 2019 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2003: 1789 Fabian, Jasmin 90 LG Schwerte

2019	Sommer, Dana (10,77*-4,63-1,46-50,50)	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1893	Bodenstein, Carina (11,05*-4,62-1,50-36,50)	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1872	Matzerath, Katharina (10,52*-4,72-1,34-38,00)	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1847	Tripp, Janina (11,15*-4,91-1,26-45,50)	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1823	Holzhausen, Neele (10,97*-4,43-1,42-35,50)	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1674	Lohse, Marleen (10,52*-4,35-1,26-27,50)	91	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1671	Schäfer, Malin-Britt (10,61*-4,63-1,30-23,00)	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1659	Bücher, Anja (11,24*-3,95-1,22-40,50)	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1652	Friedewald, Tabea (11,51*-4,12-1,38-29,50)	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1629	Erichsen, Svenja (11,07*-4,48-1,34-22,50)	91	LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1610	Rustemeier, Julia (10,98*-4,43-1,26-25,00)	91	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1584	Mohr, Isabelle (11,13*-4,20-1,14-34,00)	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1545	Losenfeld, Viola (11,22*-4,14-1,18-29,00)	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1541	Kocok, Jennifer (11,28*-4,06-1,22-27,50)	91	LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1516	Zambanini, Lea (11,05*-4,23-1,18-24,00)	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1508	Müller, Nathalie (11,54*-3,91-1,26-26,00)	91	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1497	Chmielewski, Dominika (11,83*-4,08-1,30-23,00)	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1475	Maszewski, Agnes (11,89*-3,86-1,22-28,50)	91	VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W13

Forts. Vierkampf

Rekord: 2019 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2003: 1789 Fabian, Jasmin 90 LG Schwerte

1444	Wulff, Gwendolyn (12,33*-3,93-1,10-36,00)	91 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1353	Krallmann, Johanna (12,39*-3,93-1,14-25,00)	92 VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn

Blockwettkampf Sprint

Rekord: 2654 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003:

2519	Sommer, Dana (10,80*-10,45*-4,62-1,42-50,00)	91 LG Schwerte	03.10.	Menden
2365	Jonda, Daniela (11,01*-10,80*-4,79-1,30-44,00)	91 LG Menden	03.10.	Menden
1750	Wagener, Jaqueline (12,33*-13,67*-3,93-1,18-28,00)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1699	Wagener, Aileen (12,84*-14,24*-3,93-1,18-29,00)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden

Blockwettkampf Lauf

Rekord: 2375 Selsen, Alina 89 LG Schwerte
BL 2003:

2357	Holzhausen, Neele (10,91*-10,67*-4,57-31,00-2:31,97)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
2224	Lohse, Marleen (10,53*-10,54*-4,27-29,00-2:59,58)	91 LG Schwerte	03.10.	Menden
2182	Erichsen, Svenja (11,14*-10,77*-4,50-23,00-2:42,01)	91 LG Iserlohn	03.10.	Menden
2178	Rustemeier, Julia (10,82*-11,98*-4,43-27,00-2:39,63)	91 LG Menden	03.10.	Menden
1923	Wulff, Gwendolyn (12,26*-13,66*-3,67-39,50-2:56,77)	91 LG Schwerte	03.10.	Menden
1813	Großheider, Anna (11,56*-13,06*-3,75-25,00-3:12,91)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1757	Grieb, Carina (12,02*-13,72*-3,66-23,50-3:00,96)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1434	Aggreh, Aileen Eise (12,52*-15,80*-3,31-18,00-3:26,26)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1091	Behrens, Melina (11,7-aufg.-3,90-23,50-aufg.)	92 ASV Iserlohn	03.10.	Dortmund

Blockwettkampf Wurf

Rekord: 2258 Matzerath, Katharina 91 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003:

2258	Matzerath, Katharina (10,43*-11,98*-5,06-8,05-21,68)	91 LG Schwerte	03.10.	Menden
------	---	----------------	--------	--------

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W13

Forts. Blockwettkampf Wurf

Rekord: 2258 Matzerath, Katharina 91 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2003:

1587	Schwietale, Sabrina (12,47*-13,72*-3,38-5,61-15,23)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
------	--	----------------	--------	--------

www.ehrenamt-im-sport.de

Was wäre der Sport in Deutschland ohne die über zweieinhalb Millionen ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in unseren mehr als 87.000 Sportvereinen? Schiedsrichter, Übungsleiter, Kassenwarte, Schriftführer und viele andere Männer und Frauen leisten jährlich rund eine Milliarde freiwillige Arbeitsstunden – und machen mit dieser Arbeit Sport für alle überhaupt erst möglich. Zeit für ein Dankeschön.

Sportvereine
© DSB Für alle ein Gewinn

DEUTSCHER
SPORTBUND

www.dsb.de

75 m Rekord: 10,59 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2003: 10,63* Lohse, Marleen 91 LG Schwerte

10,62	+1,5 Zambanini, Lea	92	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
10,5	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
10,80	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	28.05.	Arnsberg
11,04	Dohle, Kristina	92	LG Menden	28.05.	Arnsberg
11,13	+0,2 Mohr, Isabelle	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
11,39	-0,8 Hanke, Alexandra	92	LG Menden	16.05.	Menden
11,52	Delimata, Larissa	92	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
11,56	-1,1 Großheider, Anna	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
11,61	+0,5 Schulte, Kim	92	LG Iserlohn	04.07.	Menden
11,62	+0,5 Golubeva, Kristina	92	LG Menden	04.07.	Menden
11,68	-0,3 Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
11,70	-0,3 Chmielewski, Christina	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
11,80	Fries, Jana	92	LG Iserlohn	11.07.	Menden
11,83	Schumann, Katharina	92	LG Menden	11.07.	Menden
11,7	Behrens, Melina	92	ASV Iserlohn	03.10.	Dortmund
12,02	-1,1 Grieb, Carina	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
12,03	Rochow, Julia	92	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
12,06	-1,1 Wagener, Jaqueline	92	LG Iserlohn	04.07.	Menden
11,9	Wagener, Aileen	92	LG Iserlohn	17.07.	Ergste
12,19	Aggreh, Aileen Ese	92	LG Schwerte	06.06.	Dortmund

800 m Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn
BL 2003: 2:50,5 Hafenmeyer, Isabel 91 LG Iserlohn

2:27,94	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	11.07.	Menden
2:35,80	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:37,24	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	31.05.	Recklinghausen
2:40,16	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	16.05.	Menden
2:42,69	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
2:47,85	Steudle, Luisa	93	LG Menden	25.09.	Gladbeck
2:50,28	Chmielewski, Christina	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
2:50,42	Jaworski, Sofia	93	LG Menden	11.07.	Menden
2:51,02	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	11.07.	Menden
2:51,32	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
2:51,80	Behrens, Melina	92	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:52,87	Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
2:54,60	Rochow, Julia	92	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
2:55,43	Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
2:55,48	Hambrock, Pia	93	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
2:55,62	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe/Iserlohn	10.06.	Iserlohn
2:56,52	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
2:59,13	Zambanini, Lea	92	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
3:00,96	Grieb, Carina	92	LG Schwerte	03.10.	Menden

Forts. 800 m Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn
BL 2003: 2:50,5 Hafenmeyer, Isabel 91 LG Iserlohn

3:01,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
2000 m	Rekord: 7:27,98 Adler, Simone 82 TG Westhofen BL 2003:				
7:24,23	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	12.08.	Bergisch-Gladbach
7:29,9	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
8:08,8	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	04.04.	Dortmund
5 km	Rekord: 20:15 Wemmer, Anna-Karina 83 LG Schwerte BL 2003: 23:17 Müller, Nathalie 91 ASV Iserlohn				
20:27	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
20:35	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
21:36	Odelga, Solveigh	93	ASV Iserlohn	26.09.	Herten-Bertlich
22:04	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
22:56	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	14.02.	Fröndenberg
26:27	Heun, Miriam	94	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
26:51	Krächter, Milena	92	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
28:52	Fecke, Mona	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
29:03	Faske, Franziska	93	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
30:55	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg

60 m Hürden Rekord: 9,9 Prünte, Sabine TuS Lendringsen
BL 2003:

10,67	+1,1 Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,06	+1,1 Großheider, Anna	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,57	-1,2 Chmielewski, Christina	92	TV Deilinghofen	16.05.	Menden
13,62	Behrens, Melina	92	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
13,67	-0,7 Wagener, Jaqueline	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
13,72	-0,6 Grieb, Carina	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
13,72	-1,5 Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	03.10.	Menden
14,00	-3,7 Wagener, Aileen	92	LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn
15,80	+1,1 Aggreh, Aileen Ese	92	LG Schwerte	03.10.	Menden

Hochsprung Rekord: 1,56 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 1,34 Matzerath, Katharina 91 LG Schwerte

1,42	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1,36	Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09.	Gladbeck
1,30	Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,28	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck

Forts. Hochsprung Rekord: 1,56 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 1,34 Matzerath, Katharina 91 LG Schwerte

1,26	Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
1,24	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,22	Schulte, Kim	92	LG Iserlohn	11.07.	Menden
1,22	Jaworski, Sofia	93	LG Menden	11.07.	Menden
1,21	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,18	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
1,18	Zambanini, Lea	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,18	Losenfeld, Janette	92	LG Menden	28.05.	Arnsberg
1,18	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
1,18	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,18	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,18	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,18	Bovensmann, Pauline	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
1,18	Wagener, Jaqueline	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
1,18	Wagener, Aileen	92	LG Iserlohn	03.10.	Menden
1,17	Noll, Elena	93	LC Letmathe/Iserlohn	04.07.	Menden

Weitsprung Rekord: 5,08 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 4,59 Tripp, Janina 91 TV Deilinghofen

4,63	Zambanini, Lea	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,61	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
4,52	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
4,37	Mohr, Isabelle	92	LG Menden	28.05.	Arnsberg
4,32	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,29	Delimata, Larissa	92	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
4,22	Chmielewski, Dominika	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,21	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,21	Schulte, Kim	92	LG Iserlohn	11.07.	Menden
4,17	Hanke, Alexandra	92	LG Menden	04.07.	Menden
4,16	Wittenburg, Vanessa	94	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
4,14	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
4,12	Wagener, Jaqueline	92	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,03	Beres, Sina	94	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4,00	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,00	Hofmeister, Daniela	93	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
3,96	Stenglein, Sonja	93	LG Menden	16.05.	Menden
3,95	Wagener, Aileen	92	LG Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3,94	Dohle, Kristina	92	LG Menden	20.06.	Iserlohn
3,93	Krallmann, Johanna	92	VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn
3,93	Reinhold, Jasmin	93	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 9,99 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 6,40 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

6,41	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
6,36	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	19.09.	Bochum

Diskuswurf 750 g Rekord: 28,50 Krause, Sandra LG Menden
BL 2003: 17,37 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

18,67	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
13,26	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste

Speerwurf 400 g Rekord: 30,45 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2003: 30,45 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

20,80	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste
17,77	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	07.08.	Ergste

Schlagballwurf 80 g Rekord: 57,00 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 49,00 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

43,00	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	02.10.	Menden
40,00	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	18.09.	Witten
38,00	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
36,50	Bernshausen, Samantha	93	LG Menden	20.06.	Iserlohn
36,00	Bücher, Denise	93	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
35,00	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	24.04.	Ergste
35,00	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
35,00	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Menden
34,50	Lombardo, Marie-Angela	92	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
34,00	Mohr, Isabelle	92	LG Menden	09.05.	Iserlohn
34,00	Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
33,50	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
33,00	Losenfeld, Viola	92	LG Menden	10.06.	Iserlohn
32,50	Fischer, Anna	92	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
31,50	Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
31,50	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
31,00	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
31,00	Sönmez, Aylin	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
31,00	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
30,00	Wagener, Jaqueline	92	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
30,00	Schonert, Lena	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
30,00	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
30,00	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W12

Dreikampf		Rekord: 1419 Sommer, Dana 91 LG Schwerte BL 2003: 1419 Sommer, Dana 91 LG Schwerte		
1346	Holzhausen, Neele (10,6-4,46-32,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1188	Schulte, Kim (11,81-4,06-29,50)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1188	Delimata, Larissa (11,4-4,08-28,00)	92 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
1143	Wagener, Jaqueline (12,33-3,98-30,00)	92 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1134	Wagener, Aileen (11,9-3,87-29,00)	92 LG Iserlohn	17.07.	Ergste
1096	Schwietale, Sabrina (12,7-3,62-34,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1096	Fischer, Anna (12,4-3,58-32,50)	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1067	Großheider, Anna (11,7-3,75-23,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1042	Rochow, Julia (12,0-3,51-25,50)	92 SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
1008	Grieb, Carina (11,9-3,65-20,50)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
992	Jelich, Katharina (12,6-3,32-27,00)	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
985	Averhage, Marleen (13,1-3,57-26,50)	92 TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
963	Marten, Anna (12,3-3,34-22,50)	92 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
949	Daum, Jasmin (12,2-3,40-21,50)	92 LG Schwerte	12.04.	Burg/Dithmarschen
874	Sand, Frederike (13,2-3,27-21,00)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
859	Aggreh, Aileen Ese (12,4-3,41-14,50)	92 LG Schwerte	17.07.	Ergste
Vierkampf		Rekord: 1828 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2003: 1816 Sommer, Dana 91 LG Schwerte		
1823	Holzhausen, Neele (10,97*-4,43-1,42-35,50)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1584	Mohr, Isabelle (11,13*-4,20-1,14-34,00)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1545	Losenfeld, Viola (11,22*-4,14-1,18-29,00)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
1516	Zambanini, Lea (11,05*-4,23-1,18-24,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W12

Forts. Vierkampf		Rekord: 1828 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2003: 1816 Sommer, Dana 91 LG Schwerte		
1497	Chmielewski, Dominika (11,83*-4,08-1,30-23,00)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1353	Krallmann, Johanna (12,39*-3,93-1,14-25,00)	92 VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn
1309	Schwietale, Sabrina (12,68*-3,40-1,14-29,00)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1296	Wagener, Jaqueline (12,62*-3,75-1,06-28,50)	92 LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1278	Chmielewski, Christina (11,96*-3,70-1,14-18,50)	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1213	Wagener, Aileen (12,94*-3,40-1,06-27,00)	92 LG Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1205	Bruchmann, Christina (12,74*-3,65-1,10-20,00)	92 LG Menden	09.05.	Iserlohn
929	Aggreh, Aileen Ese (13,38*-3,40-0,94-14,00)	92 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2318 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2003:		
1750	Wagener, Jaqueline (12,33*-13,67*-3,93-1,18-28,00)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
1699	Wagener, Aileen (12,84*-14,24*-3,93-1,18-29,00)	92 LG Iserlohn	03.10.	Menden
Blockwettkampf Lauf		Rekord: 2357 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte BL 2003:		
2357	Holzhausen, Neele (10,91*-10,67*-4,57-31,00-2:31,97)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1813	Großheider, Anna (11,56*-13,06*-3,75-25,00-3:12,91)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1757	Grieb, Carina (12,02*-13,72*-3,66-23,50-3:00,96)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1434	Aggreh, Aileen Ese (12,52*-15,80*-3,31-18,00-3:26,26)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden
1091	Behrens, Melina (11,7-aufg.-3,90-23,50-aufg.)	92 ASV Iserlohn	03.10.	Dortmund
Blockwettkampf Wurf		Rekord: 1825 Borscheid, Anke 89 TV Deilinghofen BL 2003:		
1587	Schwietale, Sabrina (12,47*-13,72*-3,38-5,61-15,23)	92 LG Schwerte	03.10.	Menden

1,28	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
1,26	Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
1,24	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,22	Jaworski, Sofia	93	LG Menden	11.07.	Menden
1,21	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,18	Bawey, Pia	93	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,18	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,18	Schmittgen, Kira	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,18	Bovensmann, Pauline	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
1,17	Noll, Elena	93	LC Letmathe/Iserlohn	04.07.	Menden
1,14	Bücher, Denise	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,14	Sönmez, Aylin	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,14	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1,12	Faske, Franziska	93	VfL Fröndenber	08.05.	Iserlohn
1,08	Stenglein, Sonja	93	LG Menden	04.07.	Menden
1,08	Behrens, Dajana	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
1,06	Sudhaus, Jennifer	93	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,06	Walther, Kathleen	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
1,06	Funke, Nadia	93	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
1,04	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn

Weitsprung Rekord: 4,58 Pieper, Linda 84 LG Menden
BL 2003: 4,43 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

4,52	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
4,32	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,21	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
4,16	Wittenburg, Vanessa	94	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
4,03	Beres, Sina	94	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4,00	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
4,00	Hofmeister, Daniela	93	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
3,96	Stenglein, Sonja	93	LG Menden	16.05.	Menden
3,93	Reinhold, Jasmin	93	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3,90	Steudle, Luisa	93	LG Menden	02.10.	Menden
3,84	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3,83	Bücher, Denise	93	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3,80	Jaworski, Sofia	93	LG Menden	28.05.	Iserlohn
3,79	Walther, Kathleen	93	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,76	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	28.05.	Neheim-Hüsten
3,75	Schnapp, Anja	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,74	Hink, Jennifer	93	LG Menden	12.09.	Iserlohn
3,74	Stinner, Lisa	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3,72	Noll, Elena	93	LC Letmathe/Iserlohn	29.05.	Schwerte
3,71	Braune, Cindy	93	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,71	Karsiyakali, Larissa	94	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g Rekord: 56,00 Grünewald, Angelika LAV Menden
BL 2003: 32,50 Mohr, Isabelle 92 LG Menden

43,00	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	02.10.	Menden
40,00	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	18.09.	Witten
36,50	Bernshausen, Samantha	93	LG Menden	20.06.	Iserlohn
36,00	Bücher, Denise	93	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
35,00	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
35,00	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Menden
34,00	Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	11.07.	Menden
33,50	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
31,50	Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
31,50	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
31,00	Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	10.06.	Iserlohn
31,00	Sönmez, Aylin	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
31,00	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
30,00	Schonert, Lena	93	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
30,00	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
30,00	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
29,50	Dorner, Carmen-Luisa	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
29,50	Hink, Jennifer	93	LG Menden	04.07.	Menden

Forts. Schlagballwurf 80 g Rekord: 56,00 Grünewald, Angelika LAV Menden
BL 2003: 32,50 Mohr, Isabelle 92 LG Menden

29,00	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
29,00	Jaworski, Sofia	93	LG Menden	04.07.	Menden
29,00	Hofmeister, Daniela	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen

Dreikampf Rekord: 1402 Yildirim, Dilara 93 LG Iserlohn
BL 2003: 1260 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

1402	Yildirim, Dilara	93	LG Iserlohn	02.10.	Menden
1344	(7,76*-4,22-43,00) Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	11.06.	Arnsberg-Herdringen
1205	(7,94-4,33-37,50) Bücher, Denise	93	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1180	(8,00*-3,76-31,00) Hoppe, Laura	93	LG Schwerte	02.10.	Menden
1170	(8,21*-3,63-32,50) Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1152	(8,0-3,66-31,50) Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1152	(8,1-3,82-29,00) Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1151	(8,32*-3,63-31,00) Hofmeister, Daniela	93	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1142	(8,2-3,90-29,00) Jaworski, Sofia	93	LG Menden	28.05.	Iserlohn
1142	(8,22-3,80-27,00) Bernshausen, Samantha	93	LG Menden	28.05.	Iserlohn
1132	(8,43-3,53-32,50) Dickschat, Britta	93	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1127	(7,82*-3,57-24,50) Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1118	(8,39*-3,78-27,50) Karsiyakali, Larissa	94	LG Iserlohn	02.10.	Menden
1112	(8,33*-3,70-27,00) Stenglein, Sonja	93	LG Menden	08.05.	Iserlohn
1091	(7,91*-3,63-23,00) Steudle, Luisa	93	LG Menden	02.10.	Menden
1091	(8,15*-3,90-21,00) Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1091	(8,38*-3,62-26,00) Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	02.10.	Menden
1075	(8,82*-3,55-31,00) Beres, Sina	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(8,29-3,89-21,00)				

Forts. Dreikampf

Rekord: 1402 Yildirim, Dilara 93 LG Iserlohn
BL 2003: 1260 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

1064	Schonert, Lena (8,5-3,48-28,50)	93 LG Schwerte	17.07.	Ergste
1063	Pohl, Lena (8,40*-3,46-25,50)	93 LG Menden	08.05.	Iserlohn

Vierkampf

Rekord: 1709 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2003: 1673 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

1690	Oefner, Esther (8,09-4,32-1,24-40,00)	94 TV Deilinghofen	18.09.	Witten
1482	Hoppe, Laura (8,21*-3,63-1,18-32,50)	93 LG Schwerte	02.10.	Menden
1447	Dickschat, Britta (7,82*-3,57-1,20-24,50)	93 ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1438	Bücher, Denise (8,00*-3,76-1,08-31,00)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1366	Schiprowski, Patricia (8,38*-3,62-1,14-26,00)	94 LG Schwerte	02.10.	Menden
1357	Schmitt, Kira (8,43*-3,49-1,12-28,50)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1312	Kaufmann, Lara Katharina (8,32*-3,63-0,98-31,00)	94 LG Schwerte	02.10.	Menden
1279	Jelich, Alexandra (8,87*-3,37-1,16-24,50)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1277	Noll, Elena (8,24*-3,32-1,16-19,50)	93 LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn
1261	Bovensmann, Pauline (8,42*-3,41-1,06-24,50)	93 LG Schwerte	02.10.	Menden
1252	Walther, Kathleen (8,53*-3,61-1,02-25,00)	93 LG Schwerte	02.10.	Menden
1250	Henning, Mona (8,24*-3,47-1,00-25,00)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1195	Hofmeister, Daniela (8,48*-3,75-0,96-22,00)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1182	Hink, Jennifer (8,43*-3,50-0,94-24,50)	93 LG Menden	02.10.	Menden
1157	Faske, Franziska (8,50*-3,30-1,12-15,00)	93 VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
1140	Küter, Theresa (8,49*-3,20-1,00-21,00)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1102	Sönmez, Aylin (8,94*-3,30-0,92-25,50)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1074	Kleyensteiber, Lisa (9,05*-3,03-0,96-24,50)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Forts. Vierkampf

Rekord: 1709 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2003: 1673 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

1036	Brückmeier, Marie (8,29*-3,15-1,00-12,50)	93 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
------	--	--------------------	--------	----------



50 m

Rekord: 7,42 Zannetin, Sina TG Westhofen
BL 2003: 8,17 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

7,68	Wittenburg, Vanessa	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
7,72	-0,6 Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
7,96	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	28.05.	Neheim-Hüsten
8,12	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	28.05.	Neheim-Hüsten
8,20	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
8,20	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
8,24	-0,9 Delimata, Leonie	94	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
8,0	Stinner, Lisa	94	ASV Iserlohn	03.10.	Dortmund
8,26	Schnapp, Anja	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
8,29	Beres, Sina	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
8,32	-0,6 Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
8,33	+0,2 DÜchting, Jana	95	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
8,33	+0,9 Karsiyakali, Larissa	94	LG Iserlohn	02.10.	Menden
8,38	-0,6 Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
8,39	-1,5 Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
8,44	-0,9 Andresen, Pia	94	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
8,2	Höppner, Daniela	94	LG Schwerte	17.07.	Ergste
8,46	+0,2 Jaeger, Nadine	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,51	-0,3 Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,53	0,0 Esser, Miriam	96	LC Letmathe/Iserlohn	04.07.	Menden

800 m

Rekord: 2:41,08 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte
BL 2003: 3:30,11 Steudle, Luisa 93 LG Menden

2:42,69	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	18.07.	Dortmund
2:51,32	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
3:01,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3:06,85	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3:07,29	Radzei, Alina	95	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
3:07,78	Jaeger, Nadine	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3:07,85	DÜchting, Jana	95	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
3:08,30	Stinner, Lisa	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3:08,40	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11.07.	Menden
3:09,8	Esdar, Jennifer	94	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3:10,72	Esser, Miriam	96	LC Letmathe/Iserlohn	18.09.	Kamen
3:11,10	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
3:11,91	Menke, Lisa	94	LG Schwerte	16.05.	Menden
3:12,74	Kowalski, Corinna	94	LC Letmathe/Iserlohn	18.09.	Kamen
3:12,9	Krämer, Lea	96	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:18,15	Höppner, Daniela	94	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
3:18,28	Menk, Sophie	96	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:18,41	Siedelhofer, Pia	94	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
3:18,4	Heun, Miriam	94	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Forts. 800 m

Rekord: 2:41,08 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte
BL 2003: 3:30,11 Steudle, Luisa 93 LG Menden

3:18,75	Sönmez, Aylin	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
5 km	Rekord: 20:03 Bawey, Pia 93 ASV Iserlohn BL 2003: 21:45 Bawey, Pia 93 ASV Iserlohn				
26:27	Heun, Miriam	94	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
30:55	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.07.	Fröndenberg

Hochsprung

Rekord: 1,32 Paul, Vanessa LG Menden
BL 2003: 1,15 Hoppe, Laura 93 LG Schwerte

1,28	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
1,21	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,18	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
1,18	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	11.07.	Menden
1,14	Sönmez, Aylin	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
1,14	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1,08	Behrens, Dajana	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
1,04	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	08.05.	Iserlohn
1,00	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1,00	Haschke, Theresa	94	ASV Iserlohn	20.06.	Iserlohn
0,97	Siedelhofer, Pia	94	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
0,96	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
0,85	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Weitsprung

Rekord: 4,52 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 3,75 Bücher, Denise 93 TV Deilinghofen

4,52	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	25.09.	Gladbeck
4,16	Wittenburg, Vanessa	94	ASV Iserlohn	11.07.	Hagen
4,03	Beres, Sina	94	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4,00	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,84	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
3,76	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	28.05.	Neheim-Hüsten
3,75	Schnapp, Anja	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,74	Stinner, Lisa	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3,71	Karsiyakali, Larissa	94	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3,69	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
3,66	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3,65	Jaeger, Nadine	95	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,64	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
3,60	Andresen, Pia	94	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
3,55	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W10

Forts. Weitsprung Rekord: 4,52 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 3,75 Bücher, Denise 93 TV Deilinghofen

3,55	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	02.10.	Menden
3,52	Hagemann, Vanessa	94	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
3,51	Behrens, Dajana	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
3,50	Delimata, Leonie	94	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
3,50	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl

Schlagballwurf 80 g Rekord: 48,10 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 30,50 Hoppe, Laura 93 LG Schwerte

40,00	Oefner, Esther	94	TV Deilinghofen	18.09.	Witten
35,00	Kaufmann, Lara Katharina	94	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
35,00	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Menden
31,50	Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
31,50	Henning, Mona	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
31,00	Sönmez, Aylin	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
31,00	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	12.09.	Iserlohn
30,00	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
30,00	Engelmann, Cindy	94	ASV Iserlohn	12.09.	Iserlohn
29,50	Dorner, Carmen-Luisa	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
29,00	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
27,00	Glowalla, Madita	95	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
27,00	Karsiyakali, Larissa	94	LG Iserlohn	02.10.	Menden
26,50	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
25,00	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
24,50	Radzei, Alina	95	SC 1912 Hennen	12.09.	Iserlohn
23,50	Fuller, Sandy	95	VfL Fröndenberg	26.06.	Unna
23,00	Appel, Marleen	95	LG Menden	10.06.	Iserlohn
23,00	Siedelhofer, Pia	94	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
23,00	Jaeger, Nadine	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
23,00	Becker, Nina	95	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Dreikampf Rekord: 1344 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 1126 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

1344	Oefner, Esther (7,94-4,33-37,50)	94	TV Deilinghofen	11.06.	Arnsberg-Herdringen
1170	Henning, Mona (8,0-3,66-31,50)	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1152	Schmitt, Kira (8,1-3,82-29,00)	94	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
1152	Kaufmann, Lara Katharina (8,32*-3,63-31,00)	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1127	Dierkes, Wiebke (8,39*-3,78-27,50)	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W10

Forts. Dreikampf Rekord: 1344 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 1126 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

1118	Karsiyakali, Larissa (8,33*-3,70-27,00)	94	LG Iserlohn	02.10.	Menden
1091	Schiprowski, Patricia (8,38*-3,62-26,00)	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1091	Dröttboom, Lisa (8,82*-3,55-31,00)	95	LG Menden	02.10.	Menden
1075	Beres, Sina (8,29-3,89-21,00)	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1061	Schnapp, Anja (8,26-3,75-21,00)	94	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
1030	Wittenburg, Vanessa (8,08*-3,82-16,50)	94	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
992	Köck, Luisa (9,0-3,17-30,00)	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
991	Jelich, Alexandra (8,87*-3,37-24,50)	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
991	Kleischmann, Merle (8,20-3,50-17,50)	95	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
987	Sönmez, Aylin (8,94*-3,30-25,50)	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
985	Jaeger, Nadine (8,60*-3,44-21,00)	95	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
978	Engelmann, Cindy (8,92*-3,58-21,50)	94	ASV Iserlohn	08.05.	Iserlohn
967	Dorner, Carmen-Luisa (8,7-3,28-24,00)	96	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
952	Höppner, Daniela (8,2-3,36-18,00)	94	LG Schwerte	17.07.	Ergste
948	Bunse, Edina (8,54*-3,35-18,50)	94	LG Menden	02.10.	Menden

Vierkampf Rekord: 1690 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 1264 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

1690	Oefner, Esther (8,09-4,32-1,24-40,00)	94	TV Deilinghofen	18.09.	Witten
1366	Schiprowski, Patricia (8,38*-3,62-1,14-26,00)	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1357	Schmitt, Kira (8,43*-3,49-1,12-28,50)	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1312	Kaufmann, Lara Katharina (8,32*-3,63-0,98-31,00)	94	LG Schwerte	02.10.	Menden
1279	Jelich, Alexandra (8,87*-3,37-1,16-24,50)	94	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W10

Forts. Vierkampf

Rekord: 1690 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 1264 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

1250	Henning, Mona (8,24*-3,47-1,00-25,00)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1102	Sönmez, Aylin (8,94*-3,30-0,92-25,50)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
1074	Kleyensteiber, Lisa (9,05*-3,03-0,96-24,50)	94 TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn



© DEUTSCHER
SPORTBUND

Ausdruck vom 21.12.2004

Schülerinnen W9

50 m

Rekord: 7,82 Michalski, Ramona LG Schwerte
BL 2003: 8,33* Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

8,20	Kleischmann, Merle	95 LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
8,33	+0,2 Düchting, Jana	95 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
8,46	+0,2 Jaeger, Nadine	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,53	0,0 Esser, Miriam	96 LC Letmathe/Iserlohn	04.07.	Menden
8,73	Dröttboom, Lisa	95 LG Menden	11.07.	Menden
8,75	+0,1 Dorner, Carmen-Luisa	96 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,76	+0,2 Volgmann, Kira	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,81	-2,0 Weingarten, Kathrin	95 LG Menden	08.05.	Iserlohn
8,6	Sobottka, Luisa	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
8,86	+0,2 Wolf, Miriam	95 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
8,95	-1,1 Schneider, Emely	96 SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
8,99	+0,2 Klarhold, Stella	95 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
9,00	Bickert, Sina	96 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
9,00	-2,1 Köck, Luisa	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
9,04	+0,1 Stenglein, Sandra	96 LG Menden	20.06.	Iserlohn
8,8	Krämer, Lea	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,07	+0,1 Bönninger, Felina	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
9,07	-1,6 Sodenkamp, Lena	95 LG Menden	04.07.	Menden
9,11	+0,9 Radzei, Alina	95 SC 1912 Hennen	16.05.	Menden
9,21	Cieplik, Laura	95 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn

800 m

Rekord: 2:48,52 Odelga, Solveig 93 ASV Iserlohn
BL 2003: 3:32,1 Schiprowski, Patricia 94 LG Schwerte

3:07,29	Radzei, Alina	95 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
3:07,78	Jaeger, Nadine	95 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3:07,85	Düchting, Jana	95 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
3:08,40	Weingarten, Kathrin	95 LG Menden	11.07.	Menden
3:10,72	Esser, Miriam	96 LC Letmathe/Iserlohn	18.09.	Kamen
3:12,9	Krämer, Lea	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:18,28	Menk, Sophie	96 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:18,85	Bönninger, Felina	96 LG Schwerte	16.05.	Menden
3:19,8	Wolf, Miriam	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
3:27,74	Tillmann, Andrea	96 LG Menden	04.07.	Menden
3:28,52	Benninghoff, Kira	95 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
3:35,5	Esken, Laura	95 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
3:38,0	Steinwender, Clarissa	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:38,3	Wienkötter, Jessica	95 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:38,54	Becker, Nina	95 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:40,2	Wegner, Daniela	95 LG Schwerte	17.07.	Ergste
3:40,50	Bickert, Sina	96 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3:43,67	Köck, Tessa	97 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3:47,5	Schulte, Frederika	95 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg

Forts. 800 m

Rekord: 2:48,52 Odelga, Solveig 93 ASV Iserlohn
BL 2003: 3:32,1 Schiprowski, Patricia 94 LG Schwerte

3:49,3 Brinkschulte, Maike 96 VfL Fröndenberg 09.10. Fröndenberg

5 km

Rekord: 21:20 Bawey, Pia 93 ASV Iserlohn
BL 2003:

30:55 Schulte, Frederika 95 VfL Fröndenberg 16.07. Fröndenberg

Weitsprung

Rekord: 4,12 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 3,80 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

3,65	Jaeger, Nadine	95	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,55	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	02.10.	Menden
3,50	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
3,43	Esser, Miriam	96	LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3,42	Düchting, Jana	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,38	Dorner, Carmen-Luisa	96	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,36	Sodenkamp, Lena	95	LG Menden	04.07.	Menden
3,34	Wolf, Miriam	95	LG Schwerte	17.07.	Ergste
3,30	Radzei, Alina	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,27	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
3,23	Schneider, Emely	96	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,22	Blunk, Anika	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,17	Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
3,14	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	20.06.	Iserlohn
3,14	Bickert, Sina	96	LG Iserlohn	04.07.	Menden
3,13	Langer, Janine	96	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
3,09	Glowalla, Madita	95	SC 1912 Hennen	08.05.	Iserlohn
3,08	Bönninger, Felina	96	LG Schwerte	16.05.	Menden
3,05	Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
3,02	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 41,00 Mertens, Monika SV Menden
BL 2003: 32,50 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

35,00	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Menden
31,50	Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
29,50	Dorner, Carmen-Luisa	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
27,00	Glowalla, Madita	95	SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
24,50	Radzei, Alina	95	SC 1912 Hennen	12.09.	Iserlohn
23,50	Fuller, Sandy	95	VfL Fröndenberg	26.06.	Unna
23,00	Appel, Marleen	95	LG Menden	10.06.	Iserlohn
23,00	Jaeger, Nadine	95	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
23,00	Becker, Nina	95	LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Forts. Schlagballwurf 80 g

Rekord: 41,00 Mertens, Monika SV Menden
BL 2003: 32,50 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

21,50	Molleker, Veronika	95	LC Letmathe/Iserlohn	08.05.	Iserlohn
21,50	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	16.05.	Menden
21,50	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	02.10.	Menden
20,50	Altmann, Ann-Kathrin	96	LG Menden	12.09.	Iserlohn
20,00	Wolf, Miriam	95	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
20,00	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
20,00	Esser, Miriam	96	LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
19,50	Wienkötter, Jessica	95	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
19,00	Weingarten, Petra	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
19,00	Pocher, Janine	95	TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn
19,00	Schneider, Emely	96	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn

Dreikampf

Rekord: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

1091	Dröttboom, Lisa (8,82*-3,55-31,00)	95	LG Menden	02.10.	Menden
992	Köck, Luisa (9,0-3,17-30,00)	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
991	Kleischmann, Merle (8,20-3,50-17,50)	95	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
985	Jaeger, Nadine (8,60*-3,44-21,00)	95	TV Deilinghofen	08.05.	Iserlohn
967	Dorner, Carmen-Luisa (8,7-3,28-24,00)	96	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
916	Radzei, Alina (9,1-3,30-22,50)	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
914	Düchting, Jana (8,6-3,42-17,50)	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
904	Glowalla, Madita (9,3-3,00-26,50)	95	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
893	Esser, Miriam (8,70-3,21-17,00)	96	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
878	Schulte, Frederika (9,23*-3,03-21,50)	95	VfL Fröndenberg	02.10.	Menden
869	Bickert, Sina (9,00-3,10-18,50)	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
861	Weingarten, Kathrin (8,81*-3,27-15,00)	95	LG Menden	08.05.	Iserlohn
827	Schneider, Emely (8,8-3,23-14,50)	96	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
827	Volgmann, Kira (8,7-2,95-16,50)	95	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen

Forts. Dreikampf

Rekord: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

821	Weingarten, Petra (9,44*-2,99-19,00)	95 LG Menden	08.05.	Iserlohn
821	Altmann, Ann-Kathrin (9,28*-2,85-19,50)	96 LG Menden	02.10.	Menden
819	Appel, Marleen (9,86*-2,86-23,00)	95 LG Menden	02.10.	Menden
816	Cieplik, Laura (9,21-2,95-17,50)	95 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
814	Schmitt, Janina (9,31*-2,91-18,50)	95 LG Schwerte	02.10.	Menden
804	Klarhold, Stella (9,03-2,85-16,50)	95 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn

50 m

Rekord: 7,9 Thiemann, Sybille Schwerter Turnerschaft
BL 2003: 8,88 Jaeger, Nadine 95 TV Deilinghofen

8,53	0,0 Esser, Miriam	96 LC Letmathe/Iserlohn	04.07.	Menden
8,75	+0,1 Dorner, Carmen-Luisa	96 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
8,95	-1,1 Schneider, Emely	96 SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
9,00	Bickert, Sina	96 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
9,04	+0,1 Stenglein, Sandra	96 LG Menden	20.06.	Iserlohn
8,8	Krämer, Lea	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,07	+0,1 Bönninger, Felina	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
9,23	Menk, Sophie	96 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
9,28	-1,1 Altmann, Ann-Kathrin	96 LG Menden	02.10.	Menden
9,30	+0,1 Dierkes, Nora	96 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
9,39	-2,3 Breer, Marie	96 LG Iserlohn	04.07.	Menden
9,2	Fischer, Vanessa	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
9,47	-1,0 Püschel, Louisa	96 LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
9,49	-1,0 Brinkschulte, Maike	96 VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn
9,50	+0,1 Großheider, Nina	96 LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
9,59	-2,3 Kornobis, Julia	96 LG Menden	04.07.	Menden
9,66	-2,6 Post, Carina	97 LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
9,5	Mertens, Luisa	97 LG Schwerte	17.07.	Ergste
9,5	von Colson, Darlin-Janika	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
9,77	0 Hellige, Inga	97 SC 1912 Hennen	02.10.	Menden

800 m

Rekord: 3:00,59 Bawey, Pia 93 ASV Iserlohn
BL 2003: 3:27,5 Radzei, Alina 95 SC 1912 Hennen

3:10,72	Esser, Miriam	96 LC Letmathe/Iserlohn	18.09.	Kamen
3:12,9	Krämer, Lea	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
3:18,28	Menk, Sophie	96 LG Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:18,85	Bönninger, Felina	96 LG Schwerte	16.05.	Menden
3:27,74	Tillmann, Andrea	96 LG Menden	04.07.	Menden
3:40,50	Bickert, Sina	96 LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3:43,67	Köck, Tessa	97 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
3:49,3	Brinkschulte, Maike	96 VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
3:49,50	Fischer, Vanessa	96 LG Schwerte	16.05.	Menden
3:59,3	Mappes, Emilia	98 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:07,2	Mappes, Carla	96 LG Schwerte	03.10.	Dortmund
4:21,8	Voigt, Anika	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste
4:26,4	Lichteiker, Claire	96 LG Schwerte	17.07.	Ergste

Weitsprung

Rekord: 3,63 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 3,25 Jaeger, Nadine 95 TV Deilinghofen

3,43	Esser, Miriam	96 LC Letmathe/Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3,38	Dorner, Carmen-Luisa	96 TV Deilinghofen	10.06.	Iserlohn

Forts. Weitsprung

Rekord: 3,63 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 3,25 Jaeger, Nadine 95 TV Deilinghofen

3,23	Schneider, Emely	96	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
3,22	Blunk, Anika	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
3,14	Bickert, Sina	96	LG Iserlohn	04.07.	Menden
3,13	Langer, Janine	96	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
3,08	Bönninger, Felina	96	LG Schwerte	16.05.	Menden
3,02	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
2,96	Großheider, Nina	96	LG Schwerte	02.10.	Menden
2,95	Krämer, Lea	96	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
2,92	von Colson, Darlin-Janika	96	LG Schwerte	10.06.	Iserlohn
2,88	Altmann, Ann-Kathrin	96	LG Menden	12.09.	Iserlohn
2,85	Brinkschulte, Maike	96	VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn
2,79	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
2,79	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	17.07.	Ergste
2,74	Schettner, Anna	96	LG Schwerte	29.05.	Schwerte
2,70	Menk, Sophie	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
2,68	Breer, Marie	96	LG Iserlohn	04.07.	Menden
2,63	Post, Carina	97	LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
2,63	Hellige, Inga	97	SC 1912 Hennen	02.10.	Menden

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 32,50 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2003: 21,50 Köck, Luisa 95 TV Deilinghofen

29,50	Dorner, Carmen-Luisa	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
20,50	Altmann, Ann-Kathrin	96	LG Menden	12.09.	Iserlohn
20,00	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
20,00	Esser, Miriam	96	LC Letmathe/Iserlohn	12.09.	Iserlohn
19,00	Schneider, Emely	96	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
18,50	Bickert, Sina	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
18,50	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
18,00	Bönninger, Felina	96	LG Schwerte	16.05.	Menden
18,00	Köck, Tessa	97	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
18,00	Brinkschulte, Maike	96	VfL Fröndenberg	12.09.	Iserlohn
16,50	Menk, Sophie	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
16,50	von Colson, Darlin-Janika	96	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
16,00	Blacha, Nicole	96	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
15,50	Großheider, Nina	96	LG Schwerte	20.06.	Iserlohn
15,00	Keller, Lara	96	SC 1912 Hennen	10.06.	Iserlohn
15,00	Tillmann, Andrea	96	LG Menden	04.07.	Menden
14,50	Schmidt, Katharina	96	LG Iserlohn	08.05.	Iserlohn
14,50	Hellige, Inga	97	SC 1912 Hennen	02.10.	Menden
14,50	Mappes, Carla	96	LG Schwerte	03.10.	Dortmund
13,50	Jasper, Sarah	97	SC 1912 Hennen	12.09.	Iserlohn

Dreikampf

Rekord: 1034 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2003: 880 Jaeger, Nadine 95 TV Deilinghofen

967	Dorner, Carmen-Luisa	96	TV Deilinghofen	18.09.	Deilinghofen
	(8,7-3,28-24,00)				
893	Esser, Miriam	96	LC Letmathe/Iserlohn	25.09.	Werl
	(8,70-3,21-17,00)				
869	Bickert, Sina	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(9,00-3,10-18,50)				
827	Schneider, Emely	96	SC 1912 Hennen	17.07.	Ergste
	(8,8-3,23-14,50)				
821	Altmann, Ann-Kathrin	96	LG Menden	02.10.	Menden
	(9,28*-2,85-19,50)				
765	Menk, Sophie	96	LG Iserlohn	28.05.	Iserlohn
	(9,23-2,70-16,50)				
730	Großheider, Nina	96	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(9,6-2,92-15,50)				
728	von Colson, Darlin-Janika	96	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(9,5-2,85-15,50)				
679	Hellige, Inga	97	SC 1912 Hennen	02.10.	Menden
	(9,77*-2,63-14,50)				
672	Kornobis, Julia	96	LG Menden	02.10.	Menden
	(9,79*-2,64-14,00)				
662	Brinkschulte, Maike	96	VfL Fröndenberg	09.10.	Fröndenberg
	(9,5-2,60-13,50)				
661	Langer, Janine	96	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
	(9,96*-3,13-10,00)				
660	Krämer, Lea	96	LG Schwerte	02.10.	Menden
	(9,15*-2,64-10,00)				
658	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(9,6-2,79-12,00)				
636	Schmidt, Katharina	96	LG Iserlohn	08.05.	Iserlohn
	(10,01*-2,46-14,50)				
634	Blacha, Nicole	96	VfL Fröndenberg	08.05.	Iserlohn
	(10,35*-2,47-16,00)				
629	Jasper, Sarah	97	SC 1912 Hennen	02.10.	Menden
	(10,07*-2,55-13,50)				
612	Schiprowski, Jasmin	96	LG Schwerte	02.10.	Menden
	(10,11*-2,56-12,50)				
592	Mertens, Luisa	97	LG Schwerte	17.07.	Ergste
	(9,5-2,41-11,00)				
588	Stenglein, Sandra	96	LG Menden	08.05.	Iserlohn
	(9,31*-2,39-9,00)				

5 km Mannschaft Rekord: 1:10:16 ASV Iserlohn
BL2003:

1:19:23 VfL Fröndenberg
Balako Botuli 26:22, Maszewski 26:29, Fecke 26:32

14.02. Fröndenberg

4 x 100 m Rekord: 50,31 TV Deilinghofen
BL2003: 50,62 LG Schwerte

50,31 TV Deilinghofen
Brücklmeier 90, Noisten 89, Schäfer 91, Weiche 89
51,02 LG Schwerte
Bachorz 90, Bönnighausen 89, Neumann 89, Selsen 89
54,38 TV Deilinghofen
Welzel 90, Hofmeister 90, Tripp 91, Westhelle 89
56,28 LG Schwerte
Blöddorn 90, Schiffer 89, Spalda 90, Wördehoff 89
56,50 ASV Iserlohn
Walter 89, Schreiber 90, Köhne 89, Reese 89
57,27 LG Menden
Bruchmann 90, Sieper 90, Schröder 90, Scheppmann 90

20.05. Witten-Annen

20.05. Witten-Annen

08.05. Iserlohn

19.09. Gütersloh

19.09. Gütersloh

11.07. Menden

3 x 800 m Rekord: 7:02,6 Letmather TV
BL2003:

8:00,55 LG Schwerte
Sommer 91, Schwietale 92, Holzhausen 92
8:56,78 LG Schwerte
Bovensmann 93, Hambrock 93, Hoppe 93

20.05. Witten

20.05. Witten

Vierkampf Mannschaft Rekord: 8674 TV Deilinghofen
BL2003: 8674 TV Deilinghofen

7531 LG Menden
Schumann 1720, Bruchmann 1474, Fellenberg 1467
Scheppmann 1467, Schröder 1403

09.05. Iserlohn

Siebenkampf Mannschaft Rekord: 9998 TV Deilinghofen
BL2003: 9998 TV Deilinghofen

9546 TV Deilinghofen
Weiche 3656, Noisten 3050, Brücklmeier 2840
8791 TV Deilinghofen
Tripp 2983, Welzel 2907, Bodenstein 2901
8254 TV Deilinghofen
Westhelle 2894, Schäfer 2803, Friedewald 2557

08./09.05. Iserlohn

10./11.09. Neheim

10./11.09. Neheim

Forts. Siebenkampf Mannschaft Rekord: 9998 TV Deilinghofen
BL2003: 9998 TV Deilinghofen

7262 TV Deilinghofen
Bönemann 2439, Eling 2425, Hofmeister 2398

08./09.05. Iserlohn



4 x 75 m Rekord: 40,02 LG Schwerte
BL2003: 45,26 TV Deilinghofen

40,02 LG Schwerte
Lohse 91, Holzhausen 92, Matzerath 91, Sommer 91
41,49 TV Deilinghofen
Zambanini 92, Friedewald 91, Tripp 91, Schäfer 91
42,05 LG Menden
Bönnen 91, Rustemeier 91, Hanke 92, Losenfeld 92
45,40 LG Iserlohn
Kozok 91, Schulte 92, Wagener 92, Wagener 92
48,21 VfL Fröndenberg
Faske 93, Marten 92, Maszewski 91, Krächter 92

20.05. Witten
20.06. Iserlohn
04.07. Menden
20.06. Iserlohn
20.06. Iserlohn

3 x 800 m Rekord: 7:57,4 Letmather TV
BL2003: 8:21,12 LG Iserlohn

20.05. Witten
20.05. Witten

8:00,55 LG Schwerte
Sommer 91, Schwietale 92, Holzhausen 92
8:56,78 LG Schwerte
Bovensmann 93, Hambrock 93, Hoppe 93

Dreikampf Mannschaft Rekord: 6899 LG Schwerte
BL2003: 5915 LG Schwerte

17.07. Ergste
28.05. Iserlohn
18.09. Deilinghofen
17.07. Ergste

6899 LG Schwerte
Sommer 1526, Matzerath 1485, Holzhausen 1346
Lohse 1319, Wulff 1223
5891 LG Iserlohn
Erichsen 1295, Kozok 1198, Schulte 1188
Wagener 1143, Wagener 1067
5671 TV Deilinghofen
Verbruggen 1310, Althaus 1154, Dieren 1119
Fischer 1096, Jelich 992
5113 LG Schwerte
Schwietale 1096, Borowski 1068, Großheider 1067
Grieb 1008, Sand 874

Vierkampf Mannschaft Rekord: 8832 LG Schwerte
BL2003: 8579 LG Schwerte

09.05. Iserlohn
09.05. Iserlohn

8832 LG Schwerte
Sommer 2019, Matzerath 1872, Holzhausen 1823
Lohse 1674, Wulff 1444
8722 TV Deilinghofen
Bodenstein 1893, Tripp 1847, Schäfer 1671
Bücher 1659, Friedewald 1652

Forts. Vierkampf Mannschaft Rekord: 8832 LG Schwerte
BL2003: 8579 LG Schwerte

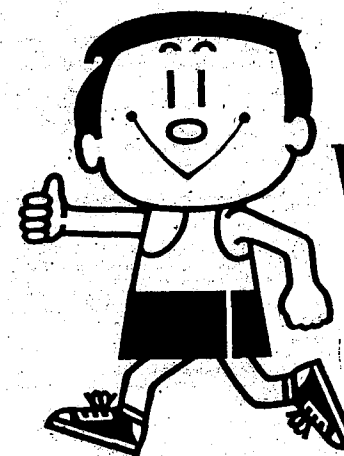
7248 LG Menden
Rustemeier 1610, Mohr 1584, Briese 1304
Bruchmann 1205,

09.05. Iserlohn

Blockwettkampf Mannschaft Rekord: 11325 LG Schwerte
BL2003:

11281 LG Schwerte
, ,
,

03.10. Menden



**...lauf
mal
wieder**



4 x 50 m	Rekord: 29,65 LG Menden BL2003:	
30,09	TV Deilinghofen	11.07. Menden
30,45	Brücklmeier 93, Schmitten 94, Henning 94, Oefner 94 LG Menden	04.07. Menden
30,47	Bernshausen 93, Steudle 93, Stenglein 93, Jaworski 93 ASV Iserlohn	04.07. Menden
31,10	Engelmann 94, Haschke 94, Stinner 94, Wittenburg 94 TV Deilinghofen	28.05. Neheim-Hüsten
31,45	Kleyensteiber 94, Jelich 94, Sönmez 94, Hofmeister 93 ASV Iserlohn	04.07. Menden
31,64	Müller 94, Bawey 93, Odelga 93, Dickschat 93 LG Schwerte	20.05. Witten
32,01	Bovensmann 93, Hambrock 93, Hoppe 93, Walther 93 LG Schwerte	20.05. Witten
31,8	Schiprowski 94, Krischek 93, Schonert 93, Kaufmann 94 LC Letmathe/Iserlohn	25.09. Werl
32,06	Kowalski 94, Funke 93, Noll 93, Kleischmann 95 LG Iserlohn	20.06. Iserlohn
32,33	Reinhold 93, Karsiyakali 94, Beres 94, Yildirim 93 LG Schwerte	11.07. Menden
33,52	Bovensmann 93, Hambrock 93, Steinke 93, Walther 93 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
34,00	Köck 95, Volgmann 95, Dorner 96, Jaeger 95 LG Schwerte	03.10. Dortmund
35,21	Krämer 96, Steinwender 95, Bönninger 96, Sobottka 95 LG Menden	04.07. Menden
35,25	Dröttboom 95, Kornobis 96, Sodenkamp 95, Stenglein 96 LG Menden	11.07. Menden
39,34	Völlmecke 93, Jacob 93, Dröttboom 95, Stenglein 96 LG Schwerte	20.06. Iserlohn
39,60	Wolf 95, von Colson 96, Großheider 96, Schiprowski 96 LG Schwerte	20.06. Iserlohn
	Mappes 96, Bönninger 96, Benninghoff 95, Fischer 96	
3 x 800 m	Rekord: 8:29,39 LG Schwerte BL2003: 8:40,10 ASV Iserlohn	
8:56,78	LG Schwerte Bovensmann 93, Hambrock 93, Hoppe 93	20.05. Witten
Dreikampf Mannschaft	Rekord: 6237 LG Menden BL2003: 5060 LG Schwerte	
5794	TV Deilinghofen Oefner 1291, Bücher 1205, Dierkes 1127 Schmitten 1096, Henning 1075	08.05. Iserlohn

Forts. Dreikampf Mannschaft	Rekord: 6237 LG Menden BL2003: 5060 LG Schwerte	
5528	LG Schwerte Hoppe 1180, Kaufmann 1152, Schiprowski 1091 Walther 1062, Bovensmann 1043	02.10. Menden
5438	LG Iserlohn Yildirim 1358, Beres 1075, Schnapp 1061 Reinhold 1053, Kaufhold 891	28.05. Iserlohn
5088	ASV Iserlohn Dickschat 1132, Odelga 1051, Wittenburg 1030 Engelmann 978, Haschke 897	08.05. Iserlohn
4922	TV Deilinghofen Hofmeister 1050, Jelich 991, Sönmez 987 Küter 965, Kleyensteiber 929	08.05. Iserlohn
4290	SC 1912 Hennen Radzei 916, Düchting 914, Glowalla 904 Schneider 827, Wendel 729	17.07. Ergste
4243	TV Deilinghofen Jaeger 985, Köck 953, Dorner 926 Volgmann 807, Menzel 572	08.05. Iserlohn
3867	LG Iserlohn Bickert 869, Cieplik 816, Klarhold 804 Menk 765, Werner 613	28.05. Iserlohn
3612	LG Schwerte Wolf 765, Großheider 730, von Colson 728 Wienkötter 704, Wegner 685	17.07. Ergste
3029	LG Schwerte Fischer 658, Krämer 614, Mertens 592 Schettner 583, Aggreh 582	17.07. Ergste
2637	LG Schwerte Mappes 545, Schonart 543, Donat 522 Voigt 522, Grosjean 505	17.07. Ergste
2158	LG Schwerte Sczimarowski 483, Zimmermann 462, Will 425 Kleinhans 411, Schütte 377	17.07. Ergste
Vierkampf Mannschaft	Rekord: 7340 LG Menden BL2003: 6205 LG Schwerte	
6876	TV Deilinghofen Oefner 1552, Bücher 1438, Schmitten 1357 Jelich 1279, Henning 1250	08.05. Iserlohn
6673	LG Schwerte Hoppe 1482, Schiprowski 1366, Kaufmann 1312 Bovensmann 1261, Walther 1252	02.10. Menden

Forts. Vierkampf Mannschaft

Rekord: 7340 LG Menden
BL2003: 6205 LG Schwerte

5547 TV Deilinghofen 08.05. Iserlohn
Hofmeister 1195, Küter 1140, Sönmez 1102
Kleyensteiber 1074, Brücklmeier 1036

4 x 50 m

Rekord: 31,63 TV Deilinghofen
BL2003: 31,63 TV Deilinghofen

33,52	TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
	Köck 95, Volgmann 95, Dorner 96, Jaeger 95	
34,00	LG Schwerte	03.10. Dortmund
	Krämer 96, Steinwender 95, Bönninger 96, Sobottka 95	
35,21	LG Menden	04.07. Menden
	Dröttboom 95, Kornobis 96, Sodenkamp 95, Stenglein 96	
39,34	LG Schwerte	20.06. Iserlohn
	Wolf 95, von Colson 96, Großheider 96, Schiprowski 96	
39,60	LG Schwerte	20.06. Iserlohn
	Mappes 96, Bönninger 96, Benninghoff 95, Fischer 96	

Dreikampf Mannschaft Rekord: 5063 TV Deilinghofen
BL2003: 5063 TV Deilinghofen

4290	SC 1912 Hennen	17.07. Ergste
	Radzei 916, Düchting 914, Glowalla 904	
	Schneider 827, Wendel 729	
4243	TV Deilinghofen	08.05. Iserlohn
	Jaeger 985, Köck 953, Dorner 926	
	Volgmann 807, Menzel 572	
3867	LG Iserlohn	28.05. Iserlohn
	Bickert 869, Cieplik 816, Klarhold 804	
	Menk 765, Werner 613	
3612	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Wolf 765, Großheider 730, von Colson 728	
	Wienkötter 704, Wegner 685	
3029	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Fischer 658, Krämer 614, Mertens 592	
	Schettner 583, Aggreh 582	
2637	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Mappes 545, Schonart 543, Donat 522	
	Voigt 522, Grosjean 505	
2158	LG Schwerte	17.07. Ergste
	Sczimarowski 483, Zimmermann 462, Will 425	
	Kleinhans 411, Schütte 377	

