

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Männer

100m					
12,42 (-1,1)	Dombrink, Nik	1992	TV Deilinghofen	03.10.	Deilinghofen
200m					
23,80 (-0,7)	Apprecht, Christian	1998	Marathon-Club Menden	01.06.	Menden
400m					
51,38	Friedewald, Tim	1993	SG Eintracht Ergste	19.07.	Deilinghofen
800m					
1:56,79	Koster, Laurids	1997	SG Eintracht Ergste	29.06.	Kreuztal
1500m					
4:25,39	Koster, Laurids	1997	SG Eintracht Ergste	29.06.	Kreuztal
4:47,31	Lägel, Justin	1996	LAZ Iserlohn	01.06.	Menden
3000m					
10:22,25	Lägel, Justin	1996	LAZ Iserlohn	22.05.	Dortmund
10km Straßenlauf					
35:02	Schroeder, Janosch	1994	Marathon-Club Menden	14.09.	Fröndenberg
36:23	Jansen, Hendrik	1997	Marathon-Club Menden	27.01.	Hamm
37:25	Buddenberg, Kai	1994	Marathon-Club Menden	06.12.	Wiedenbrück
37:34	Klatt, Tobias	1993	LAZ Iserlohn	15.09.	Siegburg
38:45	Lägel, Justin	1996	LAZ Iserlohn	15.09.	Siegburg
39:29	Broszeit, Janik	1994	Marathon-Club Menden	27.01.	Hamm
39:49	Ritzmann, Sami	1998	Marathon-Club Menden	21.04.	Paderborn
43:08	Loos, Sebastian	1990	VfL Fröndenberg	09.03.	Fröndenberg
44:35	Franke, Johannes	1997	Marathon-Club Menden	14.09.	Fröndenberg
10km-Mannschaft					
1:56:13	Marathon-Club Menden Beulertz, Andreas (1986) - 35:03; Heck, Torben (1989) - 37:43; Schöne, Burkhard (1964) - 43:27			30.06.	Menden
2:41:32	Marathon-Club Menden Schlünder, Thomas (1962) - 51:47; May, Bastian (1980) - 51:58; Nahser, Stefan (1965) - 57:47			30.06.	Menden
Halbmarathon					
1:19:24	Schroeder, Janosch	1994	Marathon-Club Menden	01.09.	Bochum
1:21:23	Jansen, Hendrik	1997	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
1:22:31	Sorge, Tobias	1975	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
1:25:50	Jelonek, Damian	1980	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
1:27:03	Klatt, Tobias	1993	LAZ Iserlohn	31.03.	Venlo/NL
1:31:25	Broszeit, Janik	1994	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
1:36:41	Görler, Mattes	1997	VfL Fröndenberg	01.09.	Bochum
2:04:44	Kessler, Hauke	1997	VfL Fröndenberg	01.09.	Bochum
Halbmarathon-Mannschaft					
4:09:44	Marathon-Club Menden Jansen, Hendrik (1997) - 1:21:23; Jelonek, Damian (1980) - 1:25:50; Sorge, Tobias (1975) - 1:22:31			24.02.	Hamm
4:18:25	Marathon-Club Menden Henseleit, Philipp (1988) - 1:19:40; Sorge, Tobias (1975) - 1:28:41; Klusmann, Jens (1981) - 1:30:04			30.06.	Menden
Marathon					
3:43:07	Klatt, Tobias	1993	LAZ Iserlohn	13.10.	Zagreb/CRO

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

400m Hürden	(0,914 m)			
55,30	Friedewald, Tim	1993	SG Eintracht Ergste	07.07. Bottrop
Weitsprung				
5,19 (+0,9)	Dombrink, Nik	1992	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
Kugelstoß				
	(7,26 kg)			
7,50	Dombrink, Nik	1992	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
Dreikampf				
	100 - WEI - KUG (7,26 kg)			
1327	Dombrink, Nik	1992	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
	12,42 (-1,1) - 5,19 (+0,9) - 7,50			

Frauen

100m				
12,96 (+0,1)	Hinkermann, Alina	1997	SG Eintracht Ergste	05.05. Lüdenscheid
13,29 (+1,5)	Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	17.05. Menden
13,69 (0,0)	Schiprowski, Patricia	1994	SG Eintracht Ergste	29.06. Kreuztal
200m				
26,54 (+0,2)	Hinkermann, Alina	1997	SG Eintracht Ergste	05.05. Lüdenscheid
27,59 (+0,1)	Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	17.05. Menden
28,89 (+0,2)	Schiprowski, Patricia	1994	SG Eintracht Ergste	17.05. Menden
400m				
63,65	Hein, Mona	1999	TV Deilinghofen	08.06. Gladbeck
800m				
2:59,13	Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	26.05. Hagen
1500m				
5:16,72	Hafenmayer, Isabel	1991	TG Westhofen	01.06. Menden
6:22,53	Sander, Maren	1993	LAZ Iserlohn	01.06. Menden
3000m				
11:40,52	Hafenmayer, Isabel	1991	TG Westhofen	17.05. Menden
14:19,32	Sander, Maren	1993	LAZ Iserlohn	22.05. Dortmund
10km Straßenlauf				
41:16	Volz, Yvonne	1994	Marathon-Club Menden	15.09. Siegburg
41:28	Ilgert, Juliane	1990	Marathon-Club Menden	09.03. Fröndenberg
42:53	Ueding, Linda	1993	Marathon-Club Menden	06.10. Coesfeld
44:35	Severin, Marie-Christin	1995	Marathon-Club Menden	14.09. Fröndenberg
49:55	Jansen, Julia	1997	Marathon-Club Menden	27.01. Hamm
10km-Mannschaft				
2:35:48	Marathon-Club Menden			30.06. Menden
	Ebert, Nadine (1978) - 50:07; Bähr, Alina (2003) - 51:56; Andres, Barbara (1958) - 53:45			
Halbmarathon				
1:30:57	Volz, Yvonne	1994	Marathon-Club Menden	03.10. Dortmund
1:35:55	Hagelschuer, Anka	2000	Marathon-Club Menden	01.09. Bochum
1:43:54	Post, Carina	1997	LAZ Iserlohn	13.10. Köln
Marathon				
3:47:12	Severin, Marie-Christin	1995	Marathon-Club Menden	28.04. Hamburg

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

100m Hürden	(0,838 m)				
15,41 (-0,2)	Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	25.05.	Hagen
Hochsprung					
1,45	Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	25.05.	Hagen
Weitsprung					
4,87 (+0,6)	Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	26.05.	Hagen
4,73 (+0,1)	Schiprowski, Patricia	1994	SG Eintracht Ergste	20.06.	Iserlohn
Kugelstoß					
10,31	(4 kg) Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	11.05.	Hagen
Speerwurf					
35,12	(600 g) Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	29.06.	Kreuztal
Siebenkampf					
3926	10H (0,838 m) - HOC - KUG (4 kg) - 200 WEI - SPE (600 g) - 800 Weingarten, Kathrin	1995	LG Menden	25./26.05.	Hagen
	15,41 (-0,2) - 1,45 - 10,18 - 27,60 (-0,6) 4,87 (+0,6) - 29,72 - 2:59,13				

Männliche Jugend U20

100m					
11,81 (+0,1)	Gieseler, Felix	2001	SG Eintracht Ergste	15.06.	Iserlohn
11,96 (+1,5)	Sommer, Pascal	2001	Marathon-Club Menden	17.05.	Menden
12,41 (+0,1)	Ebbing, Maximilian	2000	LG Menden	15.06.	Iserlohn
12,65 (-0,5)	Werkmeister, Erik	2001	Marathon-Club Menden	01.06.	Menden
200m					
23,79 (-1,1)	Gieseler, Felix	2001	SG Eintracht Ergste	15.06.	Iserlohn
24,74 (-0,7)	Sommer, Pascal	2001	Marathon-Club Menden	01.06.	Menden
25,56 (-0,5)	Werkmeister, Erik	2001	Marathon-Club Menden	01.06.	Menden
400m					
51,75	Gieseler, Felix	2001	SG Eintracht Ergste	23.06.	Duisburg
57,45	Werkmeister, Erik	2001	Marathon-Club Menden	17.05.	Menden
800m					
2:12,44	Gieseler, Felix	2001	SG Eintracht Ergste	29.06.	Kreuztal
400m Hürden					
56,54	(0,914 m) Gieseler, Felix	2001	SG Eintracht Ergste	13.07.	Attendorn

Weibliche Jugend U20

100m					
12,96 (+0,3)	Spieckermann, Joanna	2000	TV Deilinghofen	22.05.	Dortmund
13,28 (-0,6)	Grüll, Michelle	2000	SG Eintracht Ergste	05.05.	Lüdenscheid
13,38 (-0,3)	Engler, Svenja	2000	TV Deilinghofen	22.05.	Dortmund
14,06 (-0,7)	Wenzel, Lina	2001	LC Schwerte	22.05.	Dortmund
200m					
26,70 (-0,3)	Grüll, Michelle	2000	SG Eintracht Ergste	01.06.	Menden
27,79 (-0,5)	Engler, Svenja	2000	TV Deilinghofen	22.05.	Dortmund

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

400m	62,80	Grüll, Michelle	2000 SG Eintracht Ergste	15.06. Iserlohn
10km Straßenlauf	41:49	Hagelschuer, Anka	2000 Marathon-Club Menden	06.10. Soest
400m Hürden	(0,762 m)			
	80,37	Boniface, Sophie Marie	2001 LC Schwerte	03.05. Neheim
4x400m	4:39,22	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Hoffmann, Julia (2002); Adler, Jule (2003); Müller, Kristine Dana (2002); Lehmann, Tabea Sophie (2003);		11.05. Iserlohn
Weitsprung				
	5,20 (+0,1)	Spieckermann, Joanna	2000 TV Deilinghofen	22.05. Dortmund
	4,62 (+0,1)	Wenzel, Lina	2001 LC Schwerte	22.05. Dortmund
	4,61 (-0,9)	Engler, Svenja	2000 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
	4,59 (-0,3)	Grau, Johanna	2000 SG Eintracht Ergste	11.05. Hagen
Kugelstoß	(4 kg)			
	8,72	Engler, Svenja	2000 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
Speerwurf	(600 g)			
	26,05	Gräve, Linda	2000 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
Männliche Jugend U18				
100m				
	11,26 (+0,6)	Nahser, Louis	2002 Marathon-Club Menden	23.06. Duisburg
	12,23 (-0,2)	Woitscheck, Keanu	2002 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
	12,97 (0,0)	Schlittko, Jonathan	2002 TuS Iserlohn	19.07. Deilinghofen
200m				
	23,04 (-0,4)	Nahser, Louis	2002 Marathon-Club Menden	22.06. Duisburg
	25,26 (-0,2)	Woitscheck, Keanu	2002 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
	26,34 (-1,0)	Schlittko, Jonathan	2002 TuS Iserlohn	19.07. Deilinghofen
	26,76 (+1,1)	Schlüter, Leonard	2004 LAZ Iserlohn	24.05. Holzwickede
800m	2:19,85	Veltum, Adrian	2002 LAZ Iserlohn	19.07. Deilinghofen
1500m	4:58,07	Veltum, Adrian	2002 LAZ Iserlohn	22.05. Dortmund
	5:00,03	Stark, Felix	2003 TG Westhofen	01.06. Menden
3000m	10:37,88	Stark, Felix	2003 TG Westhofen	17.05. Menden
	11:05,30	Veltum, Adrian	2002 LAZ Iserlohn	17.05. Menden
5000m	19:37,60	Oelschläger, Tim	2002 SG Eintracht Ergste	27.06. Dortmund
3x1000m	9:32,89	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Woitscheck, Keanu (2002); Gnoycke, Moritz (2002); Veltum, Adrian (2002);		11.05. Iserlohn
Hochsprung	1,60	Schlittko, Jonathan	2002 TuS Iserlohn	05.06. Iserlohn

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Weitsprung

5,46 (-0,5)	Woitscheck, Keanu	2002	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
5,31 (-0,5)	Schlittko, Jonathan	2002	TuS Iserlohn	05.06.	Iserlohn

Weibliche Jugend U18

100m

13,26 (-0,2)	Thietz, Tonia	2002	LC Schwerte	08.06.	Gladbeck
13,33 (-0,7)	Hoffmann, Julia	2002	LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn
13,55 (0,0)	Blum, Michelle	2003	LC Schwerte	05.06.	Kamen
13,83 (-0,4)	Adler, Jule	2003	LAZ Iserlohn	30.06.	Menden
14,06 (-0,8)	Ullrich, Maja	2002	TV Deilinghofen	05.06.	Iserlohn
14,36 (+0,7)	Belz, Bianca	2002	LC Schwerte	18.05.	Olfen
14,60 (-0,7)	Flamme, Anna	2003	TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
14,87 (-0,8)	Müller, Kristine Dana	2002	LAZ Iserlohn	05.06.	Iserlohn
14,92 (+0,5)	Lehmann, Tabea Sophie	2003	LAZ Iserlohn	24.05.	Holzwickede
15,06 (-0,7)	Zander, Sarah	2003	LG Menden	01.06.	Menden
15,68 (-2,1)	Ioannidis, Evanthia-Theodora	2003	LAZ Iserlohn	03.10.	Deilinghofen

200m

27,51 (-1,1)	Hoffmann, Julia	2002	LAZ Iserlohn	15.06.	Iserlohn
27,69 (+0,2)	Thietz, Tonia	2002	LC Schwerte	18.05.	Olfen
28,93 (-0,2)	Adler, Jule	2003	LAZ Iserlohn	01.06.	Menden
29,30 (-0,7)	Hemmeke, Clara	2004	LC Schwerte	22.05.	Dortmund
29,37 (-0,6)	Schittko, Lelia	2003	TuS Iserlohn	19.07.	Deilinghofen
31,43 (-0,6)	Flamme, Anna	2003	TV Deilinghofen	19.07.	Deilinghofen

400m

67,47	Lehmann, Tabea Sophie	2003	LAZ Iserlohn	24.05.	Holzwickede
72,01	Müller, Kristine Dana	2002	LAZ Iserlohn	24.05.	Holzwickede

800m

2:35,64	Lehmann, Tabea Sophie	2003	LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn
2:54,76	Zander, Sarah	2003	LG Menden	07.09.	Neheim-Hüsten
3:03,57	Dümpelmann, Malou	2002	LAZ Iserlohn	05.06.	Iserlohn
3:23,24	Müller, Kristine Dana	2002	LAZ Iserlohn	30.06.	Menden
3:23,29	Flamme, Anna	2003	TV Deilinghofen	30.06.	Menden
3:26,63	Drechsel, Imke	2002	TV Deilinghofen	05.06.	Iserlohn

1500m

5:23,63	Lehmann, Tabea Sophie	2003	LAZ Iserlohn	22.05.	Dortmund
---------	-----------------------	------	--------------	--------	----------

3000m

11:52,66	Lehmann, Tabea Sophie	2003	LAZ Iserlohn	04.05.	Neuss
----------	-----------------------	------	--------------	--------	-------

10km Straßenlauf

48:04	Bähr, Alina	2003	Marathon-Club Menden	21.04.	Paderborn
51:51	Friese, Nike	2003	Marathon-Club Menden	13.01.	Bönen
57:47	Simon, Pauline	2003	Marathon-Club Menden	30.06.	Menden

Halbmarathon

1:57:58	Simon, Pauline	2003	Marathon-Club Menden	28.04.	Hamburg
2:05:19	Bähr, Alina	2003	Marathon-Club Menden	13.10.	Köln

100m Hürden (0,762 m)

16,73 (-1,8)	Hoffmann, Julia	2002	LAZ Iserlohn	15.05.	Unna
19,04 (-0,3)	Zander, Sarah	2003	LG Menden	06.09.	Neheim-Hüsten

4x100m

53,28	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Barthelmes, Joan Mercedes (2004); Hoffmann, Julia (2002); Adler, Jule (2003); Flamme, Anna (2003);			06.07.	Wattenscheid
54,94	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Hoffmann, Julia (2002); Adler, Jule (2003); Lehmann, Tabea Sophie (2003); Flamme, Anna (2003);			11.05.	Iserlohn
55,15	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Hoffmann, Julia (2002); Adler, Jule (2003); Lehmann, Tabea Sophie (2003); Hoffmann, Franziska (2004);			24.05.	Holzwickede

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

56,45	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Müller, Kristine Dana (2002); Dümpelmann, Malou (2002); Hoffmann, Franziska (2004); Nörtemann, Hanna (2004);	30.06.	Menden
57,02	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Weihl, Jule (2004); Müller, Franziska (2004); Hoffmann, Franziska (2004); Nörtemann, Hanna (2004);	21.09.	Lage
Hochsprung			
1,50	Dümpelmann, Malou	2002 LAZ Iserlohn	30.06. Menden
1,48	Hoffmann, Julia	2002 LAZ Iserlohn	05.06. Iserlohn
1,38	Müller, Kristine Dana	2002 LAZ Iserlohn	30.06. Menden
1,36	Zander, Sarah	2003 LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
Weitsprung			
4,91 (+1,6)	Hoffmann, Julia	2002 LAZ Iserlohn	21.09. Lage
4,86 (+1,9)	Adler, Jule	2003 LAZ Iserlohn	05.06. Iserlohn
4,79 (+0,5)	Zander, Sarah	2003 LG Menden	20.06. Iserlohn
4,64 (-0,8)	Dümpelmann, Malou	2002 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
4,34 (+1,2)	Ullrich, Maja	2002 TV Deilinghofen	05.06. Iserlohn
4,11 (+0,1)	Belz, Bianca	2002 LC Schwerte	18.05. Olfen
3,85 (+1,5)	Flamme, Anna	2003 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
3,66 (+1,3)	Ioannidis, Evanthia-Theodora	2003 LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
Kugelstoß (3 kg)			
9,73	Zander, Sarah	2003 LG Menden	19.07. Deilinghofen
8,05	Ioannidis, Evanthia-Theodora	2003 LAZ Iserlohn	21.09. Lage
7,00	Dümpelmann, Malou	2002 LAZ Iserlohn	21.09. Lage
6,58	Drechsel, Imke	2002 TV Deilinghofen	05.06. Iserlohn
6,02	Flamme, Anna	2003 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
5,85	Lehmann, Tabea Sophie	2003 LAZ Iserlohn	30.06. Menden
Diskuswurf (1 kg)			
23,90	Zander, Sarah	2003 LG Menden	14.09. Kamen
Speerwurf (500 g)			
34,36	Zander, Sarah	2003 LG Menden	19.07. Deilinghofen
22,88	Flamme, Anna	2003 TV Deilinghofen	05.06. Iserlohn
20,92	Adler, Jule	2003 LAZ Iserlohn	21.09. Lage
13,68	Ioannidis, Evanthia-Theodora	2003 LAZ Iserlohn	21.09. Lage
12,54	Drechsel, Imke	2002 TV Deilinghofen	05.06. Iserlohn
Dreikampf 100 - WEI - KUG (3 kg)			
1321	Zander, Sarah 15,11 (-2,1) - 4,48 (+1,4) - 8,87	2003 LG Menden	03.10. Deilinghofen
1035	Flamme, Anna 14,78 (-2,1) - 3,85 (+1,5) - 6,02	2003 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
968	Ioannidis, Evanthia-Theodora 15,68 (-2,1) - 3,66 (+1,3) - 7,51	2003 LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
Siebenkampf 10H (0,762 m) - HOC - KUG (3 kg) - 100 WEI - SPE (500 g) - 800			
3091	Zander, Sarah 19,04 (-0,3) - 1,36 - 9,21 - 15,08 (-0,4) 4,53 (+0,6) - 29,07 - 2:54,76	2003 LGMenden	06./07.09. Neheim-Hüsten

Männliche Jugend U16

4x100m			
51,33	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Arendt, Marc (2005); Windhusen, Sven (2004); Schlüter, Leonard (2004); Eller, Malte (2005);	30.06.	Menden
55,58	SG Eintracht Ergste Hessner, Maximilian (2005); Augustin, Tom (2005); Stahlschmidt, Timo Alexander (2005); Koster, Velten (2005);	29.06.	Kreuztal
60,09	SG Eintracht Ergste Augustin, Tom (2005); Kampmann, Niklas (2005); Hessner, Maximilian (2005); Wienforth, Lukas Samuel (2006);	31.08.	Hagen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

3x1000m

10:44,95 SG Eintracht Ergste 11.05. Iserlohn
Koster, Velten (2005); Hessner, Maximilian (2005); Stahlschmidt, Timo Alexander (2005);

Handzeitnahme

10:34,8* SG Eintracht Ergste 10.07. Bönen
Koster, Velten (2005); Hessner, Maximilian (2005); Stahlschmidt, Timo Alexander (2005);

Jugend M15

100m

11,96 (0,0) Windhusen, Sven 2004 LAZ Iserlohn 14.09. Kamen
13,07 (-1,4) Schlüter, Leonard 2004 LAZ Iserlohn 01.06. Menden
13,23 (-0,8) Lorenz, Thilo 2004 LAZ Iserlohn 30.06. Menden

Hochsprung

1,50 Lorenz, Thilo 2004 LAZ Iserlohn 20.06. Iserlohn

Weitsprung

5,05 (-0,5) Lorenz, Thilo 2004 LAZ Iserlohn 20.06. Iserlohn
4,82 (-1,2) Windhusen, Sven 2004 LAZ Iserlohn 30.06. Menden
3,97 (+0,7) Schlüter, Leonard 2004 LAZ Iserlohn 03.10. Deilinghofen

Kugelstoß

(4 kg)

11,26 Windhusen, Sven 2004 LAZ Iserlohn 30.06. Menden
8,32 Lorenz, Thilo 2004 LAZ Iserlohn 20.06. Iserlohn
6,99 Schlüter, Leonard 2004 LAZ Iserlohn 03.10. Deilinghofen

Dreikampf

100 - WEI - KUG (4 kg)

1197 Schlüter, Leonard 2004 LAZ Iserlohn 03.10. Deilinghofen
13,13 (-1,9) - 3,97 (+0,7) - 6,99

Jugend M14

100m

13,54 (-0,8) Arendt, Marc 2005 TV Deilinghofen 30.06. Menden
13,66 (+0,6) Koster, Velten 2005 SG Eintracht Ergste 02.06. Hagen
13,90 (-0,8) Arendt, Marc 2005 TV Deilinghofen 18.05. Deilinghofen
14,72 (0,0) Stahlschmidt, Timo Alexander 2005 SG Eintracht Ergste 02.06. Hagen
14,84 (+0,1) Augustin, Tom 2005 SG Eintracht Ergste 25.05. Menden
15,04 (-0,1) Hessner, Maximilian 2005 SG Eintracht Ergste 29.06. Kreuztal
15,15 (0,0) Kampmann, Niklas 2005 SG Eintracht Ergste 31.08. Hagen
15,30 (-0,8) Kraft, Patrik 2006 LAZ Iserlohn 30.06. Menden

300m

44,80 Koster, Velten 2005 SG Eintracht Ergste 19.07. Deilinghofen
47,03 Stahlschmidt, Timo Alexander 2005 SG Eintracht Ergste 25.05. Menden
48,57 Hessner, Maximilian 2005 SG Eintracht Ergste 19.07. Deilinghofen

800m

2:13,86 Eller, Malte 2005 LAZ Iserlohn 01.06. Menden
2:26,79 Stahlschmidt, Timo Alexander 2005 SG Eintracht Ergste 19.07. Deilinghofen
2:30,03 Koster, Velten 2005 SG Eintracht Ergste 29.06. Kreuztal
2:35,09 Bähr, Louis 2005 Marathon-Club Menden 01.06. Menden

2000m

6:47,18 Eller, Malte 2005 LAZ Iserlohn 04.05. Neuss
7:14,31 Stahlschmidt, Timo Alexander 2005 SG Eintracht Ergste 04.05. Neuss
7:43,00 Koster, Velten 2005 SG Eintracht Ergste 02.06. Hagen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

3000m				
10:37,19	Eller, Malte	2005	LAZ Iserlohn	17.05. Menden
5km Straßenlauf				
19:41	Eller, Malte	2005	LAZ Iserlohn	01.12. Herten-Bertlich
21:51	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	08.12. Hamm
23:47	Bähr, Louis	2005	Marathon-Club Menden	21.04. Paderborn
80m Hürden	(0,838 m)			
12,33 (-0,1)	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	16.06. Paderborn
13,36 (-1,5)	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
14,27 (-1,5)	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen
15,26 (-2,5)	Panzlaff, Verlin	2005	SG Eintracht Ergste	15.05. Unna
15,81 (0,0)	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	02.06. Hagen
16,42 (-1,5)	Hessner, Maximilian	2005	SG Eintracht Ergste	31.08. Hagen
300m Hürden	(0,838 m)			
51,60	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	15.05. Unna
Hochsprung				
1,45	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
1,43	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	15.06. Iserlohn
1,40	Hessner, Maximilian	2005	SG Eintracht Ergste	15.09. Menden
1,39	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
1,35	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
Weitsprung				
4,78 (+0,3)	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	15.09. Menden
4,68 (+0,7)	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
4,60 (-0,2)	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	31.08. Hagen
4,57 (-0,1)	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
4,18 (0,0)	Hessner, Maximilian	2005	SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
4,01 (-0,3)	Augustin, Tom	2005	SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
Kugelstoß	(4 kg)			
7,81	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	29.09. Witten
7,36	Panzlaff, Verlin	2005	SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
6,91	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	29.09. Witten
6,53	Eller, Malte	2005	LAZ Iserlohn	30.06. Menden
6,45	Wienforth, Lukas Samuel	2006	SG Eintracht Ergste	31.08. Hagen
Diskuswurf	(1 kg)			
15,48	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	02.06. Hagen
Speerwurf	(600 g)			
33,36	Panzlaff, Verlin	2005	SG Eintracht Ergste	31.08. Hagen
28,91	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	29.06. Kreuztal
22,75	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	25.05. Menden
19,05	Wienforth, Lukas Samuel	2006	SG Eintracht Ergste	31.08. Hagen
17,02	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
13,47	Hessner, Maximilian	2005	SG Eintracht Ergste	02.06. Hagen
12,90	Augustin, Tom	2005	SG Eintracht Ergste	31.08. Hagen
Ballwurf	(200 g)			
47,50	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	02.06. Hagen
Vierkampf	100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC			
1588	Koster, Velten	2005	SG Eintracht Ergste	29.09. Witten
	14,35 (-0,3) - 4,18 (0,0) - 7,81 - 1,39			
1423	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	29.09. Witten
	15,55 (-0,3) - 4,10 (+0,5) - 6,91 - 1,33			

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Blockwettkampf Sprint / Sprung (100 – 80H (0,838 m) – WIE – HOC – SPE)

2149	Arendt, Marc	2005	TV Deilinghofen	18.05.	Deilinghofen
	13,90 (-0,8) - 13,36 (-1,5) - 4,68 (+0,7) - 1,39 - 17,02				
2134	Koster, Velten	2005	SGEintracht Ergste	18.05.	Deilinghofen
	13,94 (-0,8) - 14,27 (-1,5) - 4,28 (-0,9) - 1,42 - 22,08				
1748	Hessner, Maximilian	2005	SGEintracht Ergste	02.06.	Hagen
	15,40 (-0,1) - 17,04 (+0,5) - 3,81 (+1,0) - 1,35 - 13,47				

Blockwettkampf Lauf (100 - 80H (0,838 m) - WEI - BAL (200 g) - 2K0)

2069	Koster, Velten	2005	SGEintracht Ergste	02.06.	Hagen
	13,66 (+0,6) - 14,83 (-1,5) - 3,99 (-0,2) - 47,50 - 7:43,00				

Blockwettkampf Wurf (100 - 80H (0,838 m) - WEI - KUG (4 kg) - DIS (1 kg)

1772	Stahlschmidt, Timo Alexander	2005	SG Eintracht Ergste	02.06.	Hagen
	14,72 (0,0) - 15,81 (0,0) - 4,34 (+0,7) - 6,09 - 15,48				

Weibliche Jugend U16

4x100m

54,92	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Barthelmes, Joan Mercedes (2004); Sönmez, Nehir (2005); Müller, Franziska (2004); Hoffmann, Franziska (2004);	16.06.	Paderborn
56,14	LG Menden Huckschlag, Jana-Sophie (2004); Kaiser, Clara (2005); Ebbing, Alicia (2004); Dierksmeier, Coleen (2005);	30.06.	Menden
58,93	StG LAZ Iserlohn/TV Deilinghofen Weihl, Jule (2004); Porcu, Giolina (2005); Hoffmann, Franziska (2004); Schewell, Carlotta Marie (2005);	14.09.	Kamen

3x800m

Handzeitnahme

8:26,8*	SG Eintracht Ergste Eickenhorst, Tilla (2006); Wöllecke, Antje (2007); Schmid, Linda (2005);	10.07.	Bönen
---------	---	--------	-------

Jugend W15

100m

13,36 (+0,7)	Hense, Zaya Marie	2004	LC Schwerte	02.06.	Hagen
13,38 (+1,0)	Hemmeke, Clara	2004	LC Schwerte	18.05.	Olfen
13,74 (-1,7)	Huckschlag, Jana-Sophie	2004	LG Menden	15.06.	Iserlohn
13,89 (0,0)	Barthelmes, Joan Mercedes	2004	TV Deilinghofen	19.07.	Deilinghofen
14,43 (-1,3)	Ebbing, Alicia	2004	LG Menden	19.07.	Deilinghofen
14,53 (-0,4)	Nörtemann, Hanna	2004	LAZ Iserlohn	30.06.	Menden
14,73 (+0,7)	Müller, Franziska	2004	LAZ Iserlohn	02.06.	Hagen
14,88 (0,0)	Hoffmann, Franziska	2004	LAZ Iserlohn	02.06.	Hagen
15,29 (-0,1)	Weihl, Jule	2004	LAZ Iserlohn	14.09.	Kamen

300m

43,49	Hense, Zaya Marie	2004	LC Schwerte	18.05.	Olfen
47,62	Barthelmes, Joan Mercedes	2004	TV Deilinghofen	19.07.	Deilinghofen
52,40	Müller, Franziska	2004	LAZ Iserlohn	16.06.	Paderborn

800m

2:45,02	Barthelmes, Joan Mercedes	2004	TV Deilinghofen	30.06.	Menden
2:52,92	Müller, Franziska	2004	LAZ Iserlohn	05.06.	Iserlohn

2000m

7:57,48	Müller, Franziska	2004	LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
8:21,06	Hense, Zaya Marie	2004	LC Schwerte	02.06.	Hagen

5km Straßenlauf

23:12	Müller, Franziska	2004	LAZ Iserlohn	08.12.	Hamm
-------	-------------------	------	--------------	--------	------

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

80m Hürden		(0,762 m)		
13,38	(-0,6)	Hense, Zaya Marie	2004 LC Schwerte	03.05. Neheim
14,09	(0,0)	Barthelmes, Joan Mercedes	2004 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
14,48	(0,0)	Ebbing, Alicia	2004 LG Menden	19.07. Deilinghofen
14,80	(-1,1)	Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen
14,88	(-1,1)	Müller, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen
300m Hürden		(0,762 m)		
47,41		Hense, Zaya Marie	2004 LC Schwerte	15.05. Unna
51,18		Müller, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	22.06. Duisburg
Hochsprung				
1,54		Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	16.06. Paderborn
1,43		Barthelmes, Joan Mercedes	2004 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
1,36		Ebbing, Alicia	2004 LG Menden	19.07. Deilinghofen
Weitsprung				
4,68	(-0,5)	Barthelmes, Joan Mercedes	2004 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
4,45	(+0,8)	Huckschlag, Jana-Sophie	2004 LG Menden	25.05. Menden
4,45	(+0,5)	Hense, Zaya Marie	2004 LC Schwerte	02.06. Hagen
4,43	(0,0)	Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	05.05. Lüdenscheid
4,42	(+0,4)	Huckschlag, Jana Sophie	2004 LG Menden	03.10. Deilinghofen
3,93	(-1,4)	Ebbing, Alicia	2004 LG Menden	30.06. Menden
3,88	(-0,6)	Müller, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen
3,75	(-0,3)	Weihl, Jule	2004 LAZ Iserlohn	14.09. Kamen
Kugelstoß		(3 kg)		
7,27		Ebbing, Alicia	2004 LG Menden	30.06. Menden
6,78		Barthelmes, Joan Mercedes	2004 TV Deilinghofen	21.09. Lage
6,27		Huckschlag, Jana Sophie	2004 LG Menden	31.08. Witten
5,67		Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
Speerwurf		(500 g)		
19,98		Barthelmes, Joan Mercedes	2004 TV Deilinghofen	15.09. Menden
17,42		Ebbing, Alicia	2004 LG Menden	31.08. Witten
14,45		Huckschlag, Jana-Sophie	2004 LG Menden	01.06. Menden
13,35		Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	30.06. Menden
Ballwurf		(200 g)		
29,50		Hense, Zaya Marie	2004 LC Schwerte	02.06. Hagen
29,00		Müller, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen
Dreikampf		100 - WEI - KUG (3 kg)		
1228		Huckschlag, Jana Sophie	2004 LG Menden	03.10. Deilinghofen
		14,11 (-1,9) - 4,42 (+0,4) - 5,63		
1142		Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
		15,18 (-1,9) - 4,32 (-0,4) - 5,67		
Vierkampf		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC		
1609		Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	07.09.
		15,10 (0,0) - 4,23 (+0,3) - 5,38 - 1,47		
1569		Ebbing, Alicia	2004 LG Menden	07.09.
		14,63 (0,0) - 3,93 (+2,1) - 6,47 - 1,32		
1231		Huckschlag, Jana Sophie	2004 LG Menden	29.09. Witten
		13,86 (-0,1) - 4,24 (+0,9) - 5,70 - ogV.		
Blockwettkampf Sprint / Sprung (100 – 80H (0,762m) - WEI - HOC - SPE (500 g))				
2143		Barthelmes, Joan Mercedes	2004 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
		14,34 (-0,9) - 14,27 (-1,1) - 4,42 (-0,5) - 1,33 - 15,38		
2136		Hoffmann, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	02.06. Hagen
		14,88 (0,0) - 14,82 (-1,2) - 4,31 (+0,1) - 1,50 - 12,84		

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Blockwettkampf Lauf (100 - 80H (0,762 m) - WEI - BAL (200 g) - 2KO

2292	Hense, Zaya Marie	2004 LC Schwerte	02.06. Hagen
	13,36 (+0,7) - 13,84 (0,0) - 4,45 (+0,5) - 29,50 - 8:21,06		
2081	Müller, Franziska	2004 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen
	15,00 (-0,9) - 14,88 (-1,1) - 3,88 (-0,6) - 29,00 - 7:57,48		

Jugend W14

100m			
13,13 (+1,0)	Dunke, Annalotta	2005 LG Schwerte/Westhofen	18.05. Olfen
13,62 (0,0)	Sönmez, Nehir	2005 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
14,26 (-1,4)	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	01.06. Menden
14,66 (0,0)	Schewell, Carlotta Marie	2005 LAZ Iserlohn	14.09. Kamen
14,73 (-0,6)	Dierksmeier, Coleen	2005 LG Menden	30.06. Menden
14,85 (-2,2)	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	20.06. Iserlohn
15,19 (+0,3)	Schmid, Linda	2005 SG Eintracht Ergste	02.06. Hagen
15,29 (-2,2)	Obrikat, Louisa	2005 SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
15,49 (0,0)	Porcu, Giolina	2005 LAZ Iserlohn	14.09. Kamen
300m			
46,84	Sönmez, Nehir	2005 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
800m			
2:35,97	Schmid, Linda	2005 SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
2:45,89	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	07.09. Neheim-Hüsten
2:49,56	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	07.09. Neheim-Hüsten
2000m			
7:55,23	Schmid, Linda	2005 SGEintracht Ergste	02.06. Hagen
5km Straßenlauf			
22:13	Schmid, Linda	2005 SGEintracht Ergste	09.03. Fröndenberg
80m Hürden (0,762 m)			
13,95 (-1,7)	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	15.06. Iserlohn
14,52 (-0,4)	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	25.05. Menden
15,79 (0,0)	Schmid, Linda	2005 SG Eintracht Ergste	19.07. Deilinghofen
15,95 (-0,2)	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	15.05. Unna
16,17 (-1,1)	Sönmez, Nehir	2005 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
16,56 (0,0)	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	07.09. Neheim-Hüsten
Hochsprung			
1,47	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
1,38	Schewell, Carlotta Marie	2005 LAZ Iserlohn	07.09. Neheim-Hüsten
1,35	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	20.06. Iserlohn
1,30	Sönmez, Nehir	2005 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
1,20	Dunker, Marie Alicia	2005 SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
Weitsprung			
4,73 (-1,4)	Sönmez, Nehir	2005 TV Deilinghofen	25.05. Menden
4,62 (+0,1)	Dunke, Annalotta	2005 LG Schwerte/Westhofen	22.05. Dortmund
4,58 (+0,8)	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
4,35 (+0,5)	Schewell, Carlotta Marie	2005 LAZ Iserlohn	07.09. Neheim-Hüsten
4,20 (+0,2)	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	25.05. Menden
4,17 (-0,5)	Obrikat, Louisa	2005 SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
4,13 (-0,1)	Kaiser, Clara	2005 LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
3,92 (0,0)	Porcu, Giolina	2005 LAZ Iserlohn	14.09. Kamen
3,47 (+0,3)	Schmid, Linda	2005 SG Eintracht Ergste	02.06. Hagen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Kugelstoß		(3 kg)			
6,87	Kaiser, Clara	2005	LG Menden	31.08.	Witten
6,58	Schewell, Carlotta Marie	2005	LAZ Iserlohn	07.09.	Neheim-Hüsten
6,27	Dunker, Marie Alicia	2005	SG Eintracht Ergste	15.06.	Iserlohn
6,18	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	29.09.	Witten
5,99	Sönmez, Nehir	2005	TV Deilinghofen	03.10.	Deilinghofen
5,32	Obrikat, Louisa	2005	SG Eintracht Ergste	15.09.	Menden
4,97	Schmid, Linda	2005	SG Eintracht Ergste	20.06.	Iserlohn
Speerwurf		(500 g)			
18,09	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	31.08.	Witten
18,01	Dunker, Marie Alicia	2005	SG Eintracht Ergste	03.05.	Neheim
17,81	Kaiser, Clara	2005	LG Menden	15.09.	Menden
12,68	Sönmez, Nehir	2005	TV Deilinghofen	18.05.	Deilinghofen
Ballwurf		(200 g)			
32,50	Schmid, Linda	2005	SG Eintracht Ergste	02.06.	Hagen
Dreikampf		100 - WEI - KUG (3 kg)			
1215	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	03.10.	Deilinghofen
	14,63 (-1,9) - 4,45 (-0,2) - 6,04				
745	Sönmez, Nehir	2005	TV Deilinghofen	03.10.	Deilinghofen
	14,34 (-1,9) - ogV. - 5,99				
Vierkampf		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC			
1728	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	07.09.	Neheim-Hüsten
	14,41 (0,0) - 4,58 (+0,8) - 5,94 - 1,47				
1638	Schewell, Carlotta Marie	2005	LAZ Iserlohn	07.09.	Neheim-Hüsten
	14,98 (0,0) - 4,35 (+0,5) - 6,58 - 1,38				
1538	Kaiser, Clara	2005	LG Menden	07.09.	Neheim-Hüsten
	14,94 (0,0) - 4,13 (-0,1) - 6,18 - 1,29				
Siebenkampf		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC 80H (0,762 m) - SPE (500 g) - 800			
2942	Scholle, Finja Luisa	2006	LGMenden	06./07.09.	Neheim-Hüsten
	14,41 (0,0) - 4,58 (+0,8) - 5,94 - 1,47 14,24 (-0,1) - 13,43 - 2:45,89				
2676	Kaiser, Clara	2005	LG Menden	06./07.09.	Neheim-Hüsten
	14,94 (0,0) - 4,13 (-0,1) - 6,18 - 1,29 16,56 (0,0) - 16,68 - 2:49,56				
Blockwettkampf Sprint / Sprung (100 – 80H (0,762m) – WIE – HOC – SPE (500g))					
2039	Sönmez, Nehir	2005	TV Deilinghofen	18.05.	Deilinghofen
	14,01 (-0,9) - 16,17 (-1,1) - 4,68 (-0,5) - 1,27 - 12,68				
Blockwettkampf Lauf (100 - 80H (0,762 m) - WEI - BAL (200 g) - 2K0					
1934	Schmid, Linda	2005	SGEintracht Ergste	02.06.	Hagen
	15,19 (+0,3) - 17,90 (0,0) - 3,47 (+0,3) - 32,50 - 7:55,23				

Männliche Jugend U14

4x75m			
42,12	LC Schwerte	30.05.	Witten
	Anstötz, Lukas (2007); Limberg, Alexander (2006); Hüge, Tim (2006); Ewald, Vincent (2006);		
45,63	LAZ Iserlohn	11.05.	Iserlohn
	Erdmann, Thomas (2008); Erdmann, Till (2007); Opitz, Tim (2008); Eller, Jörn (2008);		
3x800m			
8:06,26	LC Schwerte	30.05.	Witten
	Hüge, Tim (2006); Anstötz, Lukas (2007); Ewald, Vincent (2006);		
8:34,36	LAZ Iserlohn	11.05.	Iserlohn
	Opitz, Tim (2008); Müller, Benedikt (2006); Eller, Jörn (2008);		

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Jugend M13

75m

10,85	Limberg, Alexander	2006	LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen
11,02	Ewald, Vincent	2006	LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen
11,51	Kraft, Patrik	2006	LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
11,66	Müller, Benedikt	2006	LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
12,05	Wienforth, Lukas Samuel	2006	SG Eintracht Ergste	29.09.	Witten

kein Startrecht 12,33

Heiland, Luk	2006	LG Menden	15.09.	Menden
--------------	------	-----------	--------	--------

800m

2:35,26	Huge, Tim	2006	LC Schwerte	20.06.	Iserlohn
2:54,42	Limberg, Alexander	2006	LC Schwerte	20.06.	Iserlohn
3:00,54	Müller, Benedikt	2006	LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn

Handzeitnahme

3:28,1*	Kraft, Patrik	2006	LAZ Iserlohn	30.06.	Menden
---------	---------------	------	--------------	--------	--------

5km Straßenlauf

Startrecht fehlt 25:49

Friese, Nouri	2006	Marathon-Club Menden	21.04.	Paderborn
---------------	------	----------------------	--------	-----------

60m Hürden

(0,762 m)

12,19	Kraft, Patrik	2006	LAZ Iserlohn	15.06.	Iserlohn
12,28	Müller, Benedikt	2006	LAZ Iserlohn	15.06.	Iserlohn

Hochsprung

1,35	Müller, Benedikt	2006	LAZ Iserlohn	15.06.	Iserlohn
1,35	Huge, Tim	2006	LC Schwerte	30.06.	Dortmund
1,34	Limberg, Alexander	2006	LC Schwerte	15.09.	Menden
1,32	Kraft, Patrik	2006	LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
1,30	Wienforth, Lukas Samuel	2006	SG Eintracht Ergste	29.09.	Witten
1,11	Ewald, Vincent	2006	LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen

Weitsprung

4,54	Limberg, Alexander	2006	LC Schwerte	20.06.	Iserlohn
4,18	Müller, Benedikt	2006	LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn
4,15	Kraft, Patrik	2006	LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
3,94	Ewald, Vincent	2006	LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen
3,72	Wienforth, Lukas Samuel	2006	SG Eintracht Ergste	29.09.	Witten

kein Startrecht 3,46

Heiland, Luk	2006	LG Menden	03.10.	Deilinghofen
--------------	------	-----------	--------	--------------

Kugelstoß

(3 kg)

kein Startrecht 8,41

Weber, Michel	2006	LAZ Iserlohn	15.09.	Menden	
5,99	Heiland, Luk	2006	LG Menden	15.09.	Menden

Ballwurf

(200 g)

47,00	Limberg, Alexander	2006	LC Schwerte	15.09.	Menden
37,00	Wienforth, Lukas Samuel	2006	SG Eintracht Ergste	29.09.	Witten
35,00	Müller, Benedikt	2006	LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn
33,50	Kraft, Patrik	2006	LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
25,50	Ewald, Vincent	2006	LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen

kein Startrecht

33,50	Heiland, Luk	2006	LG Menden	15.09.	Menden
-------	--------------	------	-----------	--------	--------

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Dreikampf	75M - WEI - BAL (200 g)			
kein Startrecht 926	Heiland, Luk 12,37 - 3,46 - 33,00	2006 LG Menden	03.10.	Deilinghofen
Vierkampf	75M - WEI - BAL (200 g) - HOC			
1546	Limberg, Alexander 10,85 - 4,36 - 38,50 - 1,26	2006 LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen
1461	Kraft, Patrik 11,51 - 4,15 - 33,50 - 1,32	2006 LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
1381	Müller, Benedikt 11,66 - 3,72 - 33,00 - 1,29	2006 LAZ Iserlohn	18.05.	Deilinghofen
1381	Wienforth, Lukas Samuel 12,05 - 3,72 - 37,00 - 1,30	2006 SG Eintracht Ergste	29.09.	Witten
1304	Ewald, Vincent 11,02 - 3,94 - 25,50 - 1,11	2006 LC Schwerte	18.05.	Deilinghofen

Jugend M12

75m				
11,14	Anstötz, Lukas	2007 LC Schwerte	20.06.	Iserlohn
11,30	Wiemann, Noah	2007 LG Menden	18.05.	Deilinghofen
11,42	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	18.05.	Deilinghofen
11,90	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	03.10.	Deilinghofen
11,93	Erdmann, Till	2007 LAZ Iserlohn	15.06.	Iserlohn
12,50	Uhlenbrock, Maximilian	2007 TV Deilinghofen	03.10.	Deilinghofen
13,15	Kaiser, Luis	2007 LG Menden	15.09.	Menden
14,10	Ebert, Lukas	2007 Marathon-Club Menden	25.05.	Menden
Startrecht fehlt				
11,43	Brosko, Leonard	2007 SG Eintracht Ergste	20.06.	Iserlohn
11,58	Ait-Braim, Elias	2007 TuS Iserlohn	20.06.	Iserlohn
12,00	Cipa, Simon	2007 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
12,65	Buse, Tim	2007 Marathon-Club Menden	25.05.	Menden
12,81	Hörstemeier, Tobias	2007 TV Deilinghofen	25.05.	Menden
13,02	Weber, Michel	2007 LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn
13,70	Sonnenberg, Frederik	2007 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
14,70	Felsmann, Jonas	2007 SC 1912 Hennen	20.06.	Iserlohn
800m				
2:38,07	Anstötz, Lukas	2007 LC Schwerte	15.09.	Menden
3:02,76	Ebert, Lukas	2007 Marathon-Club Menden	01.06.	Menden
3:03,66	Uhlenbrock, Maximilian	2007 SG Eintracht Ergste	20.06.	Iserlohn
3:09,40	Kaiser, Luis	2007 LG Menden	15.09.	Menden
3:26,23	Sautner, Finn	2007 LAZ Iserlohn	15.06.	Iserlohn
3:36,81	Erdmann, Till	2007 LAZ Iserlohn	20.06.	Iserlohn
Startrecht fehlt				
2:51,72	Brosko, Leonard	2007 SG Eintracht Ergste	20.06.	Iserlohn
2:58,02	Ait-Braim, Elias	2007 TuS Iserlohn	20.06.	Iserlohn
3:00,49	Lanfermann, Finn	2008 LG Menden	01.06.	Menden
3:05,79	Buse, Tim	2007 Marathon-Club Menden	25.05.	Menden
3:13,23	Cipa, Simon	2007 TV Deilinghofen	20.06.	Iserlohn
5km Straßenlauf				
21:22	Ebert, Lukas	2007 Marathon-Club Menden	06.10.	Coesfeld
23:41	Uhlenbrock, Maximilian	2007 SG Eintracht Ergste	09.03.	Fröndenberg
Hochsprung				
1,20	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	18.05.	Deilinghofen
1,15	Wiemann, Noah	2007 LG Menden	25.05.	Menden
1,09	Brosko, Leonard	2007 SG Eintracht Ergste	29.09.	Witten

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Startrecht fehlt			
1,15	Hörstemeier, Tobias	2007 TV Deilinghofen	25.05. Menden
1,11	Brosko, Leonard	2007 SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen
0,99	Weber, Michel	2007 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen
Weitsprung			
4,46	Anstötz, Lukas	2007 LC Schwerte	20.06. Iserlohn
4,22	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	15.06. Iserlohn
3,85	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
3,81	Uhlenbrock, Maximilian	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
3,58	Erdmann, Till	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
3,54	Wiemann, Noah	2007 LG Menden	25.05. Menden
3,21	Kaiser, Luis	2007 LG Menden	25.05. Menden
3,09	Kaiser, Luis	2007 LG Menden	03.10. Deilinghofen
2,74	Ebert, Lukas	2007 Marathon-Club Menden	25.05. Menden
Startrecht fehlt 3,66			
	Brosko, Leonard	2007 SG Eintracht Ergste	29.09. Witten
3,54	Cipa, Simon	2007 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
3,29	Hörstemeier, Tobias	2007 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
2,94	Sonnenberg, Frederik	2007 SC 1912 Hennen	20.06. Iserlohn
2,80	Weber, Michel	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
2,74	Felsmann, Jonas	2007 SC 1912 Hennen	20.06. Iserlohn
Kugelstoß (3 kg)			
4,20	Kaiser, Luis	2007 LG Menden	15.09. Menden
kein Startrecht 4,53			
	Hörstemeier, Tobias	2007 TV Deilinghofen	15.09. Menden
Ballwurf (200 g)			
45,00	Anstötz, Lukas	2007 LC Schwerte	15.09. Menden
33,50	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
31,50	Kaiser, Luis	2007 LG Menden	03.10. Deilinghofen
29,00	Erdmann, Till	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
28,50	Uhlenbrock, Maximilian	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
27,00	Schürholz, Max	2007 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
25,50	Felsmann, Jonas	2007 SC 1912 Hennen	20.06. Iserlohn
24,00	Wiemann, Noah	2007 LG Menden	18.05. Deilinghofen
Startrecht fehlt 34,50			
	Cipa, Simon	2007 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
31,00	Brosko, Leonard	2007 SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn
26,50	Sonnenberg, Frederik	2007 SC 1912 Hennen	20.06. Iserlohn
24,00	Hörstemeier, Tobias	2007 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
18,50	Weber, Michel	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
Dreikampf 75M - WEI - BAL (200 g)			
1022	Schürholz, Max 11,90 - 3,94 - 33,50	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
926	Uhlenbrock, Maximilian 12,50 - 3,81 - 28,50	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
781	Kaiser, Luis 13,67 - 3,09 - 31,50	2007 LG Menden	03.10. Deilinghofen
Vierkampf 75M - WEI - BAL (200 g) - HOC			
1321	Schürholz, Max 11,42 - 3,85 - 27,00 - 1,20	2007 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
1228	Wiemann, Noah 11,30 - 3,47 - 24,00 - 1,14	2007 LG Menden	18.05. Deilinghofen
Startrecht fehlt 1243			
	Brosko, Leonard 11,45 - 3,55 - 28,50 - 1,11	2007 SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen
1031	Hörstemeier, Tobias 12,99 - 3,29 - 23,00 - 1,08	2007 TV Deilinghofen	18.05. Deilinghofen
800	Weber, Michel 13,30 - 2,57 - 16,50 - 0,99	2007 LAZ Iserlohn	18.05. Deilinghofen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Weibliche Jugend U14

4x75m			
44,02	LG Menden Rautenstrauch, Sophia (2006); Holterhöfer, Franziska (2007); Schubert, Celine (2007); Scholle, Finja Luisa (2006);		15.09. Menden
44,03	LC Schwerte Klemann, Emmelie Lina (2007); Scheckreiter, Janina (2007); Ebmeier, Mia (2006); Hoffmann, Katharina (2007);		30.05. Witten
46,54	LAZ Iserlohn Meyering, Nele (2008); Mulaku, Debora (2007); Mulaku, Rozafa (2006); Hampel, Sina (2007)		11.05. Iserlohn
51,12	LAZ Iserlohn Hermes, Lea (2008); Unegbu, Celine (2008); Opitz, Nele (2008); Schürmann, Sinja (2006);		15.09. Menden
3x800m			
9:39,50	LAZ Iserlohn Mulaku, Rozafa (2006); Meyering, Nele (2008); Hampel, Sina (2007);		11.05. Iserlohn

Jugend W13

75m			
10,92	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	25.05. Menden
11,99	Mulaku, Rozafa	2006 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
12,36	Schürmann, Sinja	2006 LAZ Iserlohn	15.09. Menden
12,74	Rautenstrauch, Sophia	2006 LG Menden	15.09. Menden
75m			
Startrecht fehlt 11,37	Bartmann, Lisanne	2006 TV Deilinghofen	25.05. Menden
11,46	Beschorner, Lea	2006 LG Menden	30.06. Menden
11,62	Musche, Jasmin	2006 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
11,63	Lohre, Johanna	2006 LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
12,34	Redmer, Andrea	2006 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
13,05	Hoppe, Agata	2006 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
13,09	Schröer, Chiara	2006 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
13,17	Fommann, Lisa	2006 TV Deilinghofen	25.05. Menden
800m			
2:45,89	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
2:59,96	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	01.06. Menden
3:08,67	Mulaku, Rozafa	2006 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
Startrecht fehlt			
2:57,58	Eickenhorst, Tilla	2006 SG Eintracht Ergste	19.07. Deilinghofen
3:00,23	Musche, Jasmin	2006 TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
3:32,44	Schröer, Chiara	2006 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
5km Straßenlauf			
Startrecht fehlt 24:15	Grüne, Linja	2006 VfL Fröndenberg	09.03. Fröndenberg
60m Hürden (0,762 m)			
11,14	Scholle, Finja Luisa	2006 LG Menden	15.09. Menden
14,20	Rautenstrauch, Sophia	2006 LG Menden	11.05. Kamen
Startrecht fehlt 12,84	Eickenhorst, Tilla	2006 SG Eintracht Ergste	19.07. Deilinghofen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Hochsprung				
1,47	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
1,20	Schürmann, Sinja	2006	LAZ Iserlohn	15.09. Menden
Startrecht fehlt 1,30				
	Beschorner, Lea	2006	LG Menden	07.06. Neheim
1,24	Musche, Jasmin	2006	TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
1,20	Bartmann, Lisanne	2006	TV Deilinghofen	25.05. Menden
Weitsprung				
4,58	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	06.09. Neheim-Hüsten
3,77	Schürmann, Sinja	2006	LAZ Iserlohn	15.09. Menden
3,34	Mulaku, Rozafa	2006	LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
2,89	Rautenstrauch, Sophia	2006	LG Menden	11.05. Kamen
Weitsprung				
Startrecht fehlt 4,35				
	Lohre, Johanna	2006	LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
3,86	Musche, Jasmin	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
3,82	Bartmann, Lisanne	2006	TV Deilinghofen	15.09. Menden
3,79	Beschorner, Lea	2006	LG Menden	07.06. Neheim
3,51	Redmer, Andrea	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
3,04	Hoppe, Agata	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
2,97	Schröer, Chiara	2006	TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn
Kugelstoß (3 kg)				
7,76	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	31.08. Witten
4,75	Rautenstrauch, Sophia	2006	LG Menden	15.09. Menden
Startrecht fehlt 6,28				
	Musche, Jasmin	2006	TV Deilinghofen	19.07. Deilinghofen
Speerwurf (400 g)				
14,75	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	04.05. Lüdinghausen
Ballwurf (200 g)				
31,50	Scholle, Finja Luisa	2006	LG Menden	20.06. Iserlohn
24,50	Mulaku, Rozafa	2006	LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
22,00	Rautenstrauch, Sophia	2006	LG Menden	15.09. Menden
kein Startrecht 37,50				
	Lohre, Johanna	2006	LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
33,00	Musche, Jasmin	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
28,00	Bartmann, Lisanne	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
25,50	Hoppe, Agata	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
18,00	Redmer, Andrea	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
Dreikampf 75M - WEI - BAL (200 g)				
kein Startrecht 1301				
	Lohre, Johanna	2006	LAZ Iserlohn	03.10. Deilinghofen
	11,63 - 4,35 - 37,50			
1190	Musche, Jasmin	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
	11,81 - 3,86 - 33,00			
1164	Bartmann, Lisanne	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
	11,46 - 3,76 - 28,00			
961	Redmer, Andrea	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
	12,34 - 3,51 - 18,00			
926	Hoppe, Agata	2006	TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
	13,05 - 3,04 - 25,50			

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Vierkampf 75M - WEI - BAL (200 g) - HOC

1657 Scholle, Finja Luisa 2006 LG Menden 18.05. Deilinghofen
11,02 - 4,01 - 27,00 - 1,38

Blockwettkampf Sprint / Sprung (75m – 80H (0,762 m) - WEI - HOC - SPE (400 g))

2129 Scholle, Finja Luisa 2006 LG Menden 04.05. Lüdinghausen
11,10 - 11,71 - 4,25 - 1,44 - 14,75

Jugend W12

75m

10,95 Schubert, Celine 2007 LG Menden 30.06. Menden
11,25 Lashöfer, Maja 2007 TV Deilinghofen 15.09. Menden
11,34 Klemann, Emmelie Lina 2007 LC Schwerte 30.06. Dortmund
11,41 Scheckreiter, Janina 2007 LC Schwerte 20.06. Iserlohn
11,44 Holterhöfer, Franziska 2007 LG Menden 11.05. Kamen
11,73 Wöllecke, Antje 2007 SG Eintracht Ergste 18.05. Deilinghofen
12,20 Hoffmann, Katharina 2007 LC Schwerte 20.06. Iserlohn
12,23 Hampel, Sina 2007 LAZ Iserlohn 20.06. Iserlohn
12,34 Mulaku, Debora 2007 LAZ Iserlohn 20.06. Iserlohn
12,60 Tekhaus, Jule 2007 SG Eintracht Ergste 03.10. Deilinghofen
12,69 Hunold, Lindsay 2007 SG Eintracht Ergste 18.05. Deilinghofen

Startrecht fehlt

12,09 Jatta, Stina 2007 TV Deilinghofen 20.06. Iserlohn
12,87 Lowinski, Josefine 2007 SC 1912 Hennen 20.06. Iserlohn

800m

2:44,48 Wöllecke, Antje 2007 SG Eintracht Ergste 15.09. Menden
2:53,60 Schubert, Celine 2007 LG Menden 01.06. Menden
3:00,74 Holterhöfer, Franziska 2007 LG Menden 01.06. Menden
3:01,49 Hampel, Sina 2007 LAZ Iserlohn 20.06. Iserlohn
3:02,97 Tekhaus, Jule 2007 SG Eintracht Ergste 25.05. Menden
3:05,82 Hunold, Lindsay 2007 SG Eintracht Ergste 20.06. Iserlohn
3:21,84 Lashöfer, Maja 2007 TV Deilinghofen 25.05. Menden

Startrecht fehlt

2:58,23 Radix, Liddy 2007 TuS Iserlohn 20.06. Iserlohn

5km Straßenlauf

22:44 Hampel, Sina 2007 LAZ Iserlohn 10.11. Bergkamen
25:26 Wöllecke, Antje 2007 SG Eintracht Ergste 08.12. Hamm

60m Hürden

(0,762 m)

12,63 Holterhöfer, Franziska 2007 LG Menden 15.05. Unna
13,68 Wöllecke, Antje 2007 SG Eintracht Ergste 15.09. Menden

Hochsprung

1,30 Klemann, Emmelie Lina 2007 LC Schwerte 30.06. Dortmund
1,25 Holterhöfer, Franziska 2007 LG Menden 25.05. Menden
1,23 Schubert, Celine 2007 LG Menden 18.05. Deilinghofen
1,20 Lashöfer, Maja 2007 TV Deilinghofen 25.05. Menden
1,14 Wöllecke, Antje 2007 SG Eintracht Ergste 18.05. Deilinghofen
1,11 Hunold, Lindsay 2007 SG Eintracht Ergste 18.05. Deilinghofen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Weitsprung

2

4,31	Schubert, Celine	2007 LG Menden	20.06. Iserlohn
4,16	Holterhöfer, Franziska	2007 LG Menden	15.06. Iserlohn
4,08	Lashöfer, Maja	2007 TV Deilinghofen	15.09. Menden
4,07	Scheckreiter, Janina	2007 LC Schwerte	15.09. Menden
4,01	Schubert, Celine	2007 LG Menden	07.06. Neheim
3,73	Klemann, Emmelie Lina	2007 LC Schwerte	20.06. Iserlohn
3,72	Wöllecke, Antje	2007 SG Eintracht Ergste	03.10. Deilinghofen
3,71	Hoffmann, Katharina	2007 LC Schwerte	15.09. Menden
3,62	Holterhöfer, Franziska	2007 LG Menden	11.05. Kamen
3,45	Tekhaus, Jule	2007 SG Eintracht Ergste	03.10. Deilinghofen
3,43	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
3,33	Hunold, Lindsay	2007 SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen
3,19	Lowinski, Josefine	2007 SC 1912 Hennen	20.06. Iserlohn
3,13	Mulaku, Debora	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn

Startrecht fehlt 3,89

	Radix, Liddy	2007 TuS Iserlohn	20.06. Iserlohn
3,20	Jatta, Stina	2007 TV Deilinghofen	20.06. Iserlohn

Kugelstoß

(3 kg)

4,69	Schubert, Celine	2007 LG Menden	25.05. Menden
------	------------------	----------------	---------------

Speerwurf

(400 g)

16,12	Holterhöfer, Franziska	2007 LG Menden	25.05. Menden
-------	------------------------	----------------	---------------

Ballwurf

(200 g)

29,50	Schubert, Celine	2007 LG Menden	18.05. Deilinghofen
27,50	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
26,00	Holterhöfer, Franziska	2007 LG Menden	15.09. Menden
20,00	Hunold, Lindsay	2007 SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen
19,50	Wöllecke, Antje	2007 SG Eintracht Ergste	03.10. Deilinghofen
19,00	Lashöfer, Maja	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
18,00	Mulaku, Debora	2007 LAZ Iserlohn	20.06. Iserlohn
16,00	Tekhaus, Jule	2007 SG Eintracht Ergste	20.06. Iserlohn

Startrecht fehlt 23,50

	Radix, Liddy	2007 TuS Iserlohn	20.06. Iserlohn
17,00	Lowinski, Josefine	2007 SC 1912 Hennen	20.06. Iserlohn

Dreikampf

75M - WEI - BAL (200 g)

1100	Lashöfer, Maja 11,61 - 4,07 - 19,00	2007 TV Deilinghofen	03.10. Deilinghofen
1019	Wöllecke, Antje 12,14 - 3,72 - 19,50	2007 SG Eintracht Ergste	03.10. Deilinghofen
893	Tekhaus, Jule 12,60 - 3,45 - 14,50	2007 SG Eintracht Ergste	03.10. Deilinghofen

Vierkampf

75M - WEI - BAL (200 g) - HOC

1560	Schubert, Celine 11,08 - 3,87 - 29,50 - 1,23	2007 LG Menden	18.05. Deilinghofen
1437	Holterhöfer, Franziska 11,60 - 3,74 - 25,00 - 1,20	2007 LG Menden	18.05. Deilinghofen
1318	Wöllecke, Antje 11,73 - 3,69 - 19,00 - 1,14	2007 SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen
1188	Hunold, Lindsay 12,69 - 3,33 - 20,00 - 1,11	2007 SG Eintracht Ergste	18.05. Deilinghofen

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Senioren M30

800m				
2:16,43	Heck, Torben	1989	Marathon-Club Menden	28.06. Telgte
3000m				
9:23,07	Henseleit, Philipp	1988	Marathon-Club Menden	17.05. Menden
10:58,44	Steinhoff, Christian	1989	Marathon-Club Menden	17.05. Menden
10km Straßenlauf				
32:51	Beulertz, Andreas	1986	Marathon-Club Menden	15.09. Siegburg
33:07	Henseleit, Philipp	1988	Marathon-Club Menden	15.09. Siegburg
35:00	Heck, Torben	1989	Marathon-Club Menden	15.09. Siegburg
37:09	Steinhoff, Christian	1989	Marathon-Club Menden	06.12. Wiedenbrück
Halbmarathon				
1:14:08	Henseleit, Philipp	1988	Marathon-Club Menden	01.09. Bochum
2:07:45	Kramer, Philipp	1985	TG Westhofen	30.06. Menden
Marathon				
3:02:13	Steinhoff, Christian	1989	Marathon-Club Menden	28.10. Frankfurt
3x1000m				
9:27,57	LAZ Iserlohn Thomas, Simon (1984); Eller, Thomas (1969); Brune, Rene (1982);			11.05. Iserlohn

Senioren M35

800m				
2:04,30	Thomas, Simon	1984	LAZ Iserlohn	12.07. Leinefelde-Worbis
2:16,26	Brune, Rene	1982	LAZ Iserlohn	10.06. Recklinghausen
1500m				
4:26,80	Brune, Rene	1982	LAZ Iserlohn	13.07. Leinefelde-Worbis
4:29,23	Thomas, Simon	1984	LAZ Iserlohn	01.06. Menden
3000m				
9:54,58	Thomas, Simon	1984	LAZ Iserlohn	17.05. Menden
10:08,24	Jelonek, Damian	1980	Marathon-Club Menden	17.05. Menden
11:00,45	May, Bastian	1980	Marathon-Club Menden	17.05. Menden
10km Straßenlauf				
37:31	Brune, Rene	1982	LAZ Iserlohn	08.12. Hamm
37:50	Jelonek, Damian	1980	Marathon-Club Menden	08.12. Hamm
39:34	May, Bastian	1980	Marathon-Club Menden	12.05. Neheim
43:14	Klusmann, Jens	1981	Marathon-Club Menden	27.01. Hamm
43:43	Schulte, Tobias	1980	Marathon-Club Menden	30.06. Menden
Halbmarathon				
1:25:09	Jelonek, Damian	1980	Marathon-Club Menden	10.08. Nordkirchen
1:28:08	Klusmann, Jens	1981	Marathon-Club Menden	16.03. Münster
1:37:47	May, Bastian	1980	Marathon-Club Menden	24.02. Hamm
1:55:01	Fildhaut, Stefan	1981	Marathon-Club Menden	24.02. Hamm
Marathon				
2:58:16	Jelonek, Damian	1980	Marathon-Club Menden	28.04. Hamburg
3:26:38	Klusmann, Jens	1981	Marathon-Club Menden	19.10. Schmallenberg
4:23:31	Schulte, Tobias	1980	Marathon-Club Menden	28.04. Hamburg

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Seniorinnen W30

10km Straßenlauf
43:49 Hardt, Stephanie 1988 Marathon-Club Menden 15.09. Siegburg

Seniorinnen W35

100m
14,11 (-0,6) Kirchhoff, Katrin 1980 TV Deilinghofen 26.05. Gladbeck

200m
30,00 (-0,2) Kirchhoff, Katrin 1980 TV Deilinghofen 26.05. Gladbeck

3000m
13:55,96 Rodrigues Borges, Manuela 1980 TV Deilinghofen 26.05. Gladbeck

10km Straßenlauf
48:45 Truppat, Nadine 1980 Marathon-Club Menden 03.11. Dortmund

Halbmarathon
2:23:45 Kwappik, Sonja 1982 Marathon-Club Menden 13.10. Köln

Weitsprung
4,08 (+1,0) Kirchhoff, Katrin 1980 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
3,96 (0,0) Jastremski, Carolin 1982 LG Menden 19.07. Deilinghofen

Kugelstoß (4 kg)
8,44 Kirchhoff, Katrin 1980 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
7,33 Jastremski, Carolin 1982 LG Menden 29.06. Oberaden

Diskuswurf (1 kg)
26,75 Jastremski, Carolin 1982 LG Menden 14.09. Kamen

Speerwurf (600 g)
28,62 Jastremski, Carolin 1982 LG Menden 19.07. Deilinghofen

Dreikampf 100 - WEI - KUG (4 kg)
1242 Kirchhoff, Katrin 1980 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
14,78 (-2,2) - 4,08 (+1,0) - 8,44

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Senioren M40

10km Straßenlauf

38:20	Sorge, Tobias	1975	Marathon-Club Menden	27.01.	Hamm
40:02	Nottebohm, Michael	1977	Marathon-Club Menden	21.04.	Paderborn

Halbmarathon

1:28:41	Sorge, Tobias	1975	Marathon-Club Menden	30.06.	Menden
---------	---------------	------	----------------------	--------	--------

Senioren M45

10km Straßenlauf

40:07	Ebe, Guido	1974	TV Deilinghofen	12.05.	Neheim
45:22	Knafla, Kai	1971	VfL Fröndenberg	14.09.	Fröndenberg
46:06	Fobbe, Michael	1971	VfL Fröndenberg	09.03.	Fröndenberg
47:45	Grüne, Marius	1974	VfL Fröndenberg	09.03.	Fröndenberg

Halbmarathon

1:29:14	Ebe, Guido	1974	TV Deilinghofen	01.05.	Kamen
1:35:13	Hampel, Ingo	1971	LAZ Iserlohn	08.09.	Düsseldorf
1:37:12	Knafla, Kai	1971	VfL Fröndenberg	20.10.	Magdeburg
1:42:18	Fobbe, Michael	1971	VfL Fröndenberg	03.10.	Dortmund

Seniorinnen W40

3000m

11:52,21	Zimmermann, Franka	1976	Marathon-Club Menden	17.05.	Menden
12:50,38	Ebert, Nadine	1978	Marathon-Club Menden	17.05.	Menden

10km Straßenlauf

43:04	Zimmermann, Franka	1976	Marathon-Club Menden	27.01.	Hamm
43:23	Ebert, Nadine	1978	Marathon-Club Menden	06.12.	Wiedenbrück
47:33	Heyen, Nicole	1976	VfL Fröndenberg	14.09.	Fröndenberg
51:55	Hohmeyer, Iris	1975	VfL Fröndenberg	31.03.	Werl
53:55	Luther, Anke	1975	Marathon-Club Menden	09.03.	Fröndenberg

Halbmarathon

1:35:02	Zimmermann, Franka	1976	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
2:01:22	Hohmeyer, Iris	1975	VfL Fröndenberg	13.10.	Köln

Weitsprung

3,59 (+0,3)	Flath, Corina	1975	LG Menden	19.07.	Deilinghofen
-------------	---------------	------	-----------	--------	--------------

Kugelstoß (4 kg)

7,27	Flath, Corina	1975	LG Menden	01.06.	Menden
------	---------------	------	-----------	--------	--------

Diskuswurf (1 kg)

18,49	Flath, Corina	1975	LG Menden	31.08.	Witten
-------	---------------	------	-----------	--------	--------

Speerwurf (600 g)

22,48	Flath, Corina	1975	LG Menden	29.06.	Oberaden
-------	---------------	------	-----------	--------	----------

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Seniorinnen W45

10km Straßenlauf

1:04:50 Becker, Astrid 1970 VfL Fröndenberg 14.09. Fröndenberg

Senioren M50

100m

14,73 (-1,1) Spieckermann, Ulf 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
17,72 (-1,1) Haefs, Henrik 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen

800m

2:39,43 Eller, Thomas 1969 LAZ Iserlohn 10.06. Recklinghausen

1500m

5:37,13 Eller, Thomas 1969 LAZ Iserlohn 30.06. Kevelaer

3000m

12:23,98 El-Chami, Amin 1968 LAZ Iserlohn 17.05. Menden
12:38,75 Eller, Thomas 1969 LAZ Iserlohn 17.05. Menden

10km Straßenlauf

39:00 Frigge, Daniel 1966 Marathon-Club Menden 12.10. Coesfeld
40:51 Müller, Steffen 1969 LAZ Iserlohn 08.12. Hamm
41:57 Hagelschuer, Robert 1967 Marathon-Club Menden 31.03. Werl
43:27 Schürmann, Jörg 1967 LAZ Iserlohn 15.09. Siegburg
43:50 El-Chami, Amin 1968 LAZ Iserlohn 10.11. Werl
46:41 Honert, Uwe 1967 Marathon-Club Menden 21.04. Paderborn
47:13 Isenberg, Andreas 1967 Marathon-Club Menden 30.06. Menden
57:47 Nahser, Stefan 1965 Marathon-Club Menden 30.06. Menden

Halbmarathon

1:27:44 Müller, Steffen 1969 LAZ Iserlohn 08.09. Schermbeck
1:32:43 Hagelschuer, Robert 1967 Marathon-Club Menden 12.05. Hamm
1:36:17 Schürmann, Jörg 1967 LAZ Iserlohn 24.02. Hamm
1:42:18 El-Chami, Amin 1968 LAZ Iserlohn 24.02. Hamm
1:44:24 Brunetti, Costantino 1969 VfL Fröndenberg 03.10. Dortmund
1:45:29 Kolonko, Peter 1967 Marathon-Club Menden 12.05. Hamm

Marathon

3:07:24 Müller, Steffen 1969 LAZ Iserlohn 28.10. Frankfurt
3:32:42 Honert, Uwe 1967 Marathon-Club Menden 28.04. Düsseldorf
3:55:45 Brunetti, Costantino 1969 VfL Fröndenberg 07.04. Hannover
4:34:34 Nahser, Stefan 1965 Marathon-Club Menden 28.04. Hamburg

Weitsprung

4,77 (0,0) Spieckermann, Ulf 1965 TV Deilinghofen 26.05. Gladbeck
3,06 (+0,7) Haefs, Henrik 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen

Dreisprung

10,30 (-0,1) Spieckermann, Ulf 1965 TV Deilinghofen 26.05. Gladbeck
8,98 (+0,8) Drees, Wolfgang 1965 TV Deilinghofen 26.05. Gladbeck

Kugelstoß (6 kg)

8,47 Spieckermann, Ulf 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
7,55 Haefs, Henrik 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen

Dreikampf 100 - WEI - KUG (6 kg)

921 Spieckermann, Ulf 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
14,73 (-1,1) - 4,61 (+2,1) - 8,47
415 Haefs, Henrik 1965 TV Deilinghofen 03.10. Deilinghofen
17,72 (-1,1) - 3,06 (+0,7) - 7,55

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

Senioren M55

10km Straßenlauf

41:19	Weier, Ralf	1963	Marathon-Club Menden	06.10.	Soest
43:27	Schöne, Burkhard	1964	Marathon-Club Menden	30.06.	Menden
47:33	Kolonko, Peter	1967	Marathon-Club Menden	10.11.	Bergkamen
47:49	Schlünder, Thomas	1962	Marathon-Club Menden	21.04.	Paderborn
48:24	Klose, Stephan	1960	VfL Fröndenberg	10.11.	Werl
51:48	Hoff, Klaus	1960	Marathon-Club Menden	03.11.	Dortmund
55:42	Kessler, Martin	1960	VfL Fröndenberg	10.11.	Bergkamen
56:24	Pasic, Martin	1960	Marathon-Club Menden	21.04.	Paderborn

Halbmarathon

1:36:24	Weier, Ralf	1963	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
1:55:43	Hoff, Klaus	1960	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
2:04:43	Kessler, Martin	1960	VfL Fröndenberg	01.09.	Bochum

Marathon

3:26:38	Schöne, Burkhard	1964	Marathon-Club Menden	19.10.	Schmallenberg
3:56:46	Hoff, Klaus	1960	Marathon-Club Menden	28.04.	Düsseldorf

Seniorinnen W50

10km Straßenlauf

56:17	Frigge, Claudia	1966	Marathon-Club Menden	12.10.	Coesfeld
-------	-----------------	------	----------------------	--------	----------

Seniorinnen W55

10km Straßenlauf

50:11	Krause, Silke	1964	Marathon-Club Menden	08.06.	Oelde
-------	---------------	------	----------------------	--------	-------

Halbmarathon

1:54:09	Krause, Silke	1964	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
---------	---------------	------	----------------------	--------	------

Seniorinnen W60

10km Straßenlauf

47:40	Andres, Barbara	1958	Marathon-Club Menden	06.12.	Wiedenbrück
1:09:01	Swoboda-Marquardt, Lydia	1959	VfL Fröndenberg	10.11.	Werl

Senioren M70

100m

15,70 (+0,1)	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	07.09.	Venedig
--------------	--------------	------	--------------	--------	---------

200m

32,78 (-2,0)	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	26.05.	Gladbeck
--------------	--------------	------	--------------	--------	----------

400m

75,20	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	07.09.	Venedig
-------	--------------	------	--------------	--------	---------

1500m

7:21,21	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	09.09.	Venedig
---------	--------------	------	--------------	--------	---------

Bestenliste 2019 FLVW-Kreis Iserlohn

10km Straßenlauf

49:15	Kemper, Erhard	1946	Marathon-Club Menden	14.09.	Fröndenberg
50:16	Kruse, Hansgeorg	1948	Marathon-Club Menden	13.01.	Bönen

Halbmarathon

1:51:16	Kruse, Hansgeorg	1948	Marathon-Club Menden	24.02.	Hamm
---------	------------------	------	----------------------	--------	------

80m Hürden (0,762 m)

16,51 (+0,2)	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	08.09.	Venedig
--------------	--------------	------	--------------	--------	---------

Hochsprung

1,27	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	07.09.	Venedig
------	--------------	------	--------------	--------	---------

Stabhochsprung

2,20	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	09.09.	Venedig
------	--------------	------	--------------	--------	---------

Weitsprung

3,18 (-0,7)	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	07.09.	Venedig
-------------	--------------	------	--------------	--------	---------

Kugelstoß (4 kg)

9,96	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	07.09.	Venedig
------	--------------	------	--------------	--------	---------

Diskuswurf (1 kg)

18,94	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	08.09.	Venedig
-------	--------------	------	--------------	--------	---------

Speerwurf (500 g)

23,93	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	07.09.	Venedig
-------	--------------	------	--------------	--------	---------

Zehnkampf

5406	Leisgen, Udo	1945	LAZ Iserlohn	08.09.	Venedig
------	--------------	------	--------------	--------	---------

Senioren M75

Kugelstoß (4 kg)

10,39	Saure, Friedhelm	1942	VfL Fröndenberg	12.07.	Leinefelde-Worbis
-------	------------------	------	-----------------	--------	-------------------

Diskuswurf (1 kg)

22,25	Saure, Friedhelm	1942	VfL Fröndenberg	09.11.	Leichlingen
-------	------------------	------	-----------------	--------	-------------

Hammerwurf (4 kg)

22,85	Saure, Friedhelm	1942	VfL Fröndenberg	09.11.	Leichlingen
-------	------------------	------	-----------------	--------	-------------

Speerwurf (500 g)

14,61	Saure, Friedhelm	1942	VfL Fröndenberg	09.11.	Leichlingen
-------	------------------	------	-----------------	--------	-------------

Gewichtwurf (7,26 kg)

9,45	Saure, Friedhelm	1942	VfL Fröndenberg	09.11.	Leichlingen
------	------------------	------	-----------------	--------	-------------