

# Bestenliste 2016

# Männer

# Oberhausen

## 100 m

11,98	+0,6	Kathage, Dirk	1994	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede
11,98	+0,4	Kahlen, Joel	1994	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
12,33	+0,0	Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	26.05.	Düsseldorf
12,34	+0,6	Schuchardt, Stefan	1981	DJK SG Tackenberg	07.05.	Rhede
12,85	+0,4	Malutedi, Tom-Sengua	1996	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

## 150 m

19,10		Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	09.04.	Kevelaer
-------	--	-----------------	------	-------------------	--------	----------

## 200 m

22,32	-0,1	Abuaku, Joshua	1996	LAV Oberhausen	24.06.	Rhede
24,54	+0,0	Kathage, Dirk	1994	LAV Oberhausen	26.05.	Willich
25,03	-0,6	Schuchardt, Stefan	1981	DJK SG Tackenberg	10.07.	Leinfelde
25,40	+1,5	Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	26.05.	D-Lierenfeld
25,66	+0,0	Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis

## 300 m

40,06		Schuchardt, Stefan	1981	DJK SG Tackenberg	09.04.	Kevelaer
-------	--	--------------------	------	-------------------	--------	----------

## 400 m

55,43		Schuchardt, Stefan	1981	DJK SG Tackenberg	04.06.	Essen
-------	--	--------------------	------	-------------------	--------	-------

## 800 m

2:04,07		Wortelkamp, Robin	1992	LAV Oberhausen	16.05.	Recklinghausen
2:15,19		Schuchardt, Stefan	1981	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

## 1500 m

4:10,52		Wortelkamp, Robin	1992	LAV Oberhausen	29.05.	Bottrop
4:51,02		Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis

## 3000 m

9:03,03		Wortelkamp, Robin	1992	LAV Oberhausen	18.08.	Bergisch-Gladbach
---------	--	-------------------	------	----------------	--------	-------------------

## 5000 m

16:27,52		Wortelkamp, Robin	1992	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
----------	--	-------------------	------	----------------	--------	--------------

## Halbmarathon

1:16:20		Schaffeld, Timo	1996	LAV Oberhausen	20.03.	Venlo
1:20:57		Torke, Fred	1963	LAV Oberhausen	20.03.	Venlo
1:23:35		Kempf, Robert	1970	LAV Oberhausen	20.03.	Venlo

## Marathon

3:13:34		Torke, Fred	1963	LAV Oberhausen	22.05.	Gelsenkirchen
---------	--	-------------	------	----------------	--------	---------------

## 400 m Hürden 0.914m

51,17		Abuaku, Joshua	1996	LAV Oberhausen	05.06.	Regensburg
60,76		Kahlen, Joel	1994	LAV Oberhausen	01.05.	Moers

## 3000 m Hindernis

10:11,83		Wortelkamp, Robin	1992	LAV Oberhausen	29.06.	Hilden
----------	--	-------------------	------	----------------	--------	--------

## 3 x 1000 m Staffel

9:18,04		DJK SG Tackenberg I			22.04.	Bottrop
		Blosen, Marco	1997			
		Schuchardt, Stefan	1981			
		Krämer, André	1973			
11:12,38		DJK SG Tackenberg II			22.04.	Bottrop
		Fröhlich, Marc	1974			
		Winschermann, Jörg	1964			
		Conzen, Jörg	1959			

# Bestenliste 2016

# Männer

# Oberhausen

## Weitsprung

6,67	+0,1	Klette, Bastian	1993	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
5,71	+0,7	Kahlen, Joel	1994	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
5,61	+1,3	Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis
5,57	+1,3	Schuchardt, Stefan	1981	DJK SG Tackenberg	07.05.	Rhede
5,51	-1,9	Kathage, Dirk	1994	LAV Oberhausen	01.07.	OB-Sterkrade
5,36	-1,2	Brunns, Jonathan	1993	LAV Oberhausen	01.07.	OB-Sterkrade
5,20	-0,4	Malutedi, Tom-Sengua	1996	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
5,05	+1,3	Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

## Kugelstoß 7.26kg

10,46		Pahsen, Florian	1995	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
10,22		Brackmann, Sebastian	1981	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
9,86		Kahlen, Joel	1994	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
9,53		Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
8,84		Klette, Bastian	1993	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
8,33		Tenhaven, Sven	1979	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
7,86		Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
6,29		Moto, Jules	1989	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Diskuswurf 2 kg

30,26		Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis
25,85		Tenhaven, Sven	1979	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
24,96		Pahsen, Florian	1995	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
20,53		Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
20,11		Schwers, Gerhard	1961	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
15,34		Moto, Jules	1989	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Hammerwurf 7.26kg

14,62		Pahsen, Florian	1995	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
-------	--	-----------------	------	-------------------	--------	--------------

## Speerwurf 800 g

39,63		Brackmann, Sebastian	1981	DJK SG Tackenberg	12.11.	Leichlingen
38,72		Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis
33,21		Pahsen, Florian	1995	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
23,73		Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
12,77		Moto, Jules	1989	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Dreikampf

### 100m-Weit-Kugel (7.26kg)

1.672		Kahlen, Joel	1994	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade	11,98(+0,4)-5,78(+2,3)-9,86
1.252		Niesner, Daniel	1988	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade	12,80(+0,4)-5,05(+1,3)-7,86
1.152		Klette, Bastian	1993	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade	aufg.-6,67(+0,1)-8,84
915		Malutedi, Tom-Sengua	1996	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade	12,85(+0,4)-5,20(-0,4)-o.g.V.

## Fünfkampf

### Weit-Speer (800g)-200m-Diskus (2kg)-1500m

2.562		Krämer, André	1973	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis	5,61(+1,3)-38,72-25,66(+0,0)-30,26-4:51,02
-------	--	---------------	------	-------------------	--------	--------------	--

# Bestenliste 2016

# männliche Jugend U20

# Oberhausen

## 100 m

11,44 +0,1 Besé, David 1998 DJK SG Tackenberg 07.05. Rhede

## ohne Windmessung

11,30 Besé, David 1998 DJK SG Tackenberg 28.08. Essen

## Weitsprung

6,72 +0,3 Besé, David 1998 DJK SG Tackenberg 28.08. Essen

## Kugelstoß 6 kg

10,35 Besé, David 1998 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

## Speerwurf 800 g

47,06 Besé, David 1998 DJK SG Tackenberg 07.05. Rhede

## Dreikampf

1.970 Besé, David 1998 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade  
11,47(+0,6)-6,53(+0,2)-10,35

**100 m**

12,32	+0,6	Krieger, Leon	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
14,88	+0,6	Barden, Luca Andreas	2000	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**Handzeitnahme:**

11,6		Krieger, Leon	2000	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
------	--	---------------	------	-------------------	--------	--------------

**Hochsprung**

1,60		Krieger, Leon	2000	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
------	--	---------------	------	-------------------	--------	--------------

**Weitsprung**

5,59	+0,4	Krieger, Leon	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
3,73	+0,1	Barden, Luca Andreas	2000	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 5 kg**

9,41		Krieger, Leon	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
8,69		Schwarzbäcker, Tim	2001	DJK SG Tackenberg	02.06.	OB-Sterkrade
8,11		Barden, Luca Andreas	2000	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**Speerwurf 700 g**

29,80		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	02.06.	OB-Sterkrade
-------	--	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**Dreikampf**

		<b>100m-Weit-Kugel (5kg)</b>				
1.539		Krieger, Leon	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		12,32(+0,6)-5,59(+0,4)-9,41				
736		Barden, Luca Andreas	2000	LAV Oberhausen	OB-Sterkrade	17.09.
		14,88(+0,6)-3,73(+0,1)-8,11				

**100 m**

12,29 +0,6 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**Handzeitnahme:**

11,7 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 28.06. OB-Sterkrade

**Weitsprung**

5,35 +0,1 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**Kugelstoß 4 kg**

11,12 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

**Kugelstoß 5 kg**

8,69 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 02.06. OB-Sterkrade

**Diskuswurf 1 kg**

29,56 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

**Speerwurf 600 g**

29,37 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

**Dreikampf****100m-Weit-Kugel (4kg)**1.571 Schwarzbäcker, Tim 2001 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade  
12,29(+0,6)-5,35(+0,1)-10,25

**100 m**

13,41	+0,6	Kempmann, Justus	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
13,62	+0,6	Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

**800 m**

2:26,3		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	02.06.	OB-Sterkrade
--------	--	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**Hochsprung**

1,60		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
------	--	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**Weitsprung**

4,61	+0,1	Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
4,15	-1,1	Kempmann, Justus	2002	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 4 kg**

10,36		Mehlich, Maurice	2002	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
9,70		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
9,02		Passmann, Marco	2002	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade
8,52		Rimkus, Alexander	2002	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade
7,96		Kempmann, Justus	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
7,35		Sayder, Ben	2002	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**Diskuswurf 1 kg**

30,02		Passmann, Marco	2002	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade
27,04		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
26,74		Rimkus, Alexander	2002	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade

**Speerwurf 600 g**

29,20		Mehlich, Maurice	2002	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
28,34		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
26,45		Passmann, Marco	2002	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade
21,95		Rimkus, Alexander	2002	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade

**Speerwurf 700 g**

29,80		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	02.06.	OB-Sterkrade
-------	--	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**Dreikampf****100m-Weit-Kugel (4kg)**

1.325		Niermann, Lars	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		13,62(+0,6)-4,61(+0,1)-9,03				
1.198		Kempmann, Justus	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		13,41(+0,6)-3,77(-0,4)-7,96				

**75 m Lauf**

11,16	Hufmann, Fabian	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
13,32	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**800 m Lauf**

2:50,99	Hufmann, Fabian	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
---------	-----------------	------	----------------	--------	--------------

**2000 m Lauf**

8:08,18	Hufmann, Fabian	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
9:04,43	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**3 x 800 m Staffel**

8:29,93	LAV Oberhausen			22.04.	Bottrop
	Hufmann, Fabian	2003			
	Frank, Raphael	2004			
	Klever, Laurenz	2004			

**Weitsprung aus der Zone**

4,07	Hufmann, Fabian	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
3,21	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 3 kg**

5,53	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
------	------------------	------	----------------	--------	--------------

**Speerwurf 400 g**

12,47	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
-------	------------------	------	----------------	--------	--------------

**Ballwurf 200g**

32,00	Hufmann, Fabian	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
22,00	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**Dreikampf**

	<b>75m-Weit-Ball</b>				
1.086	Hufmann, Fabian	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
	11,19-4,07-32,00				
744	Dobener, Patrick	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
	13,32-3,21-22,00				

**75 m Lauf**

10,09	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
10,81	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
10,95	Stylau, Joel	2004	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
12,35	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
12,95	Schafhausen, Lukas	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**800 m Lauf**

2:21,90	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	08.05.	OB-Sterkrade
2:34,89	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
2:42,40	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
2:59,14	Stylau, Joel	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
3:35,04	Schafhausen, Lukas	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**2000 m Lauf**

7:36,74	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
7:45,02	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**60 m Hürden 0.762m**

10,20	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
12,62	Stylau, Joel	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
12,75	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
13,10	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Hochsprung**

1,50	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
1,24	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
1,10	Stylau, Joel	2004	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

**Weitsprung**

5,36	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
4,21	Stylau, Joel	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
4,17	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
3,77	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
3,40	Schafhausen, Lukas	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 3 kg**

9,55	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
5,76	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
5,62	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**Diskuswurf 750 g**

24,02	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	11.09.	Essen
-------	--------------------	------	-------------------	--------	-------

**Speerwurf 400 g**

30,52	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
13,56	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
12,15	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**Ballwurf 200g**

48,50	Smajlovic, Yannick	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
33,00	Frank, Raphael	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
32,00	Klever, Laurenz	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
25,50	Stylau, Joel	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
19,50	Schafhausen, Lukas	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade



**Dreikampf****75m-Weit-Ball**

1.437	Smajlovic, Yannick 10,09-5,36-48,50	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
1.138	Frank, Raphael 10,81-4,15-33,00	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
1.046	Stylau, Joel 10,95-4,09-23,50	2004	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
769	Schafhausen, Lukas 12,95-3,40-19,50	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**Vierkampf****75m-Weit-Hoch-Ball**

1.843	Smajlovic, Yannick 10,22-5,01-1,50-44,50	2004	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
-------	---	------	-------------------	--------	-------

**Block Sprint/Sprung****75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)**

2.452	Smajlovic, Yannick 10,14-10,20-5,22-1,48-27,15	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
-------	---	------	-------------------	--------	-------

**Block Lauf****75m-60m H.-Weit-Ball-800m**

1.804	Frank, Raphael 11,12-12,75-4,17-31,50-2:41,85	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
1.620	Klever, Laurenz 12,35-13,10-3,77-32,00-2:45,85	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
1.609	Stylau, Joel 11,51-12,62-3,85-25,50-3:02,48	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers

## DAMM Gruppe 1

7.223 StG OWE

25.06. OB-Sterkrade

## Männer M35

**100 m Lauf**

12,34 +0,6 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 07.05. Rhede

**200 m Lauf**

25,03 -1,4 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 10.07. Leinfelde

**400 m Lauf**

55,43 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 04.06. Essen

**800 m Lauf**

2:15,19 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

2:42,20 Brackmann, Sebastian 1981 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**3000 m Lauf**

13:49,67 Brackmann, Sebastian 1981 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

**Halbmarathon**

1:33:55 Haesters, Danny 1981 VfL Bergheide 11.09. Nütterden

**4 x 100 m Staffel**

53,57 StG OWE 25.06. OB-Sterkrade

Schwers, Gerhard 1961  
Schuchardt, Stefan 1981  
Tenhaven, Sven 1979  
Brackmann, Sebastian 1981**3 x 1000 m Staffel**

9:24,77 StG OWE 08.05. Hamm

Fröhlich, Marc 1974  
Schuchardt, Stefan 1981  
Krämer, André 1973**Hochsprung**

1,40 Brackmann, Sebastian 1981 DJK SG Tackenberg 01.07. OB-Sterkrade

**Weitsprung**

5,57 +1,3 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 07.05. Rhede

4,87 -1,6 Brackmann, Sebastian 1981 DJK SG Tackenberg 01.07. OB-Sterkrade

**Kugelstoß 7.26kg**

10,22 Brackmann, Sebastian 1981 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

8,33 Tenhaven, Sven 1979 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

7,96 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**Diskuswurf 2 kg**

25,85 Tenhaven, Sven 1979 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

**Speerwurf 800 g**

39,63 Brackmann, Sebastian 1981 DJK SG Tackenberg 12.11. Leichlingen

**Dreikampf****100m-Weit-Kugel (7.26kg)**

1.409 Schuchardt, Stefan 1981 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

12,69(+0,4)-5,32(+0,4)-7,96

# Bestenliste 2016

# Männer M40

# Kreis Rhein-Lippe

## 100 m Lauf

13,45 -0,2 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

## 200 m Lauf

25,66 +0,0 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 10.09. Zella-Mehlis

## 800 m Lauf

2:34,42 Fröhlich, Marc 1974 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

## 1000 m Lauf

3:10,00 Fröhlich, Marc 1974 DJK SG Tackenberg 05.05. Essen

## 1500 m Lauf

4:51,02 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 10.09. Zella-Mehlis

## 3000 m Lauf

11:32,61 Fröhlich, Marc 1973 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

## 5000 m Lauf

19:45,74 Fröhlich, Marc 1974 DJK SG Tackenberg 16.04. OB-Sterkrade

## Halbmarathon

1:36:50 Fröhlich, Marc 1974 DJK SG Tackenberg 11.09. Schermbeck

## Weitsprung

5,61 +1,3 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 10.09. Zella-Mehlis

## Kugelstoß 7.26kg

9,53 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

## Diskuswurf 2 kg

30,26 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 10.09. Zella-Mehlis

## Speerwurf 800 g

38,72 Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 10.09. Zella-Mehlis

## Fünfkampf

2.963 **Weit-Speer (800g)-200m-Diskus (2kg)-1500m**  
Krämer, André 1973 DJK SG Tackenberg 10.09. Zella-Mehlis  
5,61(+1,3)-38,72-25,66(+0,0)-30,26-4:51,02

## Bestenliste 2016

## Männer M45

## Oberhausen

### 100 m Lauf

14,60 +0,5 Fisch, Andreas 1969 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

### 800 m Lauf

2:39,50 Fisch, Andreas 1969 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

### 10 km Strasse

47:30 Ortmann, Olaf 1971 VfL Bergheide 22.05. Gelsenkirchen

### Halbmarathon

1:23:35 Kempf, Robert 1970 LAV Oberhausen 20.03. Venlo  
1:33:04 Ortmann, Olaf 1971 VfL Bergheide 23.04. Bad Liebenzell

### Marathon

3:35:16 Ortmann, Olaf 1971 VfL Bergheide 10.04. Rotterdam/NL

### Hochsprung

1,40 Blosen, Udo 1968 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### Weitsprung

4,39 +0,2 Fisch, Andreas 1969 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade  
4,24 -0,2 Blosen, Udo 1968 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### Kugelstoß 7.26kg

6,53 Fisch, Andreas 1969 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

### Diskuswurf 2 kg

20,11 Schwers, Gerhard 1961 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### Dreikampf

1.130 **100m-Weit-Kugel (7.26kg)**  
Fisch, Andreas 1969 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade  
14,60(+0,5)-4,39(+0,2)-6,53

## Männer M50

### 100 m Lauf

14,77 +0,5 Ruhmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

### 800 m Lauf

2:37,34 Schenk, Klaus 1966 LAV Oberhausen 17.09. OB-Sterkrade  
3:03,76 Winschermann, Jörg 1964 DJK SG Tackenberg 28.08. Essen

### 3000 m Lauf

14:35,60 Winschermann, Jörg 1964 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### 5000 m Lauf

19:52,78 Schenk, Klaus 1966 LAV Oberhausen 16.04. OB-Sterkrade

### 10 km Strasse

38:38 Torke, Fred 1963 LAV Oberhausen 03.01. Ratingen  
51:33 Schenk, Klaus 1966 LAV Oberhausen 23.07. Alpen

### Halbmarathon

1:20:57 Torke, Fred 1963 LAV Oberhausen 20.03. Venlo

# Bestenliste 2016

# Männer M50

# Oberhausen

## Marathon

3:13:34 Torke, Fred 1963 LAV Oberhausen 22.05. Gelsenkirchen

## 4 x 100 m Staffel

50,79 StG OWE 25.06. OB-Sterkrade

Zacharias, Lutz 1960 T

Heweling, Reiner 1963 W

Schölwer, Michael 1963 E

Krüger, Holger 1964 W

60,31 StG OWE 25.06. OB-Sterkrade

Thamm, Norbert 1966 E

Ruhrmann, Ralf 1962 T

Keiffenheim, Horst 1957 W

Conzen, Jörg 1959 T

## Hochsprung

1,32 Ruhrmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

1,25 Winschermann, Jörg 1964 DJK SG Tackenberg 01.07. OB-Sterkrade

## Weitsprung

4,14 +0,3 Ruhrmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

3,55 +0,2 Winschermann, Jörg 1964 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

## Kugelstoß 6 kg

11,12 Ruhrmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

7,45 Winschermann, Jörg 1964 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

## Diskuswurf 1.5 kg

30,63 Ruhrmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

## Speerwurf 700 g

25,10 Ruhrmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

## Dreikampf

### 100m-Weit-Kugel (6kg)

1.487 Ruhrmann, Ralf 1962 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

14,77(+0,5)-4,14(+0,3)-11,12

676 Winschermann, Jörg 1964 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

aufg.-3,55(+0,2)-7,45

## DAMM Gruppe 1

9.343 StG OWE 25.06. OB-Sterkrade

## Bestenliste 2016

## Männer M55

## Oberhausen

### 100 m Lauf

13,91	+0,5	Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
<b>ohne Windmessung</b>						
13,90		Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	28.08.	Essen

### 200 m Lauf

#### ohne Windmessung:

29,38		Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	28.08.	Essen
-------	--	-----------------	------	-------------------	--------	-------

### 800 m Lauf

2:46,17		Conzen, Jörg	1959	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
2:54,33		Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

### 3000 m Lauf

12:48,34		Conzen, Jörg	1959	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
----------	--	--------------	------	-------------------	--------	--------------

### Hochsprung

1,40		Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
------	--	-----------------	------	-------------------	--------	--------------

### Weitsprung

4,17	-0,2	Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
4,03	-1,8	Schwerts, Gerhard	1961	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

### Kugelstoß 6 kg

8,86		Schwerts, Gerhard	1961	DJK SG Tackenberg	23.10.	Verden
8,83		Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

### Diskuswurf 1.5 kg

25,34		Schwerts, Gerhard	1961	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
-------	--	-------------------	------	-------------------	--------	--------------

### Speerwurf 700 g

25,78		Schwerts, Gerhard	1961	DJK SG Tackenberg	23.10.	Verden
-------	--	-------------------	------	-------------------	--------	--------

### Dreikampf

1.663		<b>100m-Weit-Kugel (6kg)</b> Zacharias, Lutz	1960	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
13,91(+0,5)-4,17(-0,2)-8,83						

## Männer M65

### Halbmarathon

1:35:24		Fernholz, Jürgen	1948	LAV Oberhausen	01.05.	Wesel-Flüren
---------	--	------------------	------	----------------	--------	--------------

### Marathon

5:22:01		Kerkenbusch, Werner	1947	VfL Bergheide	10.01.	Kevelaer
---------	--	---------------------	------	---------------	--------	----------

## Bestenliste 2016

## Männer M70

## Oberhausen

### 10 km Strasse

51:51 Biegert, Dieter 1942 VfL Bergheide 09.01. Duisburg

### Halbmarathon

2:02:55 Biegert, Dieter 1942 VfL Bergheide 22.05. Gelsenkirchen  
2:06:27 Schlutius, Reinhard 1946 VfL Bergheide 05.06. Salzkotten

### Marathon

4:01:35 Schlutius, Reinhard 1946 VfL Bergheide 10.04. Rotterdam/NL

### Kugelstoß 4 kg

9,01 Ziegenfuß, Josef 1946 LAV Oberhausen 16.04. OB-Sterkrade

### Hammerwurf 4 kg

32,66 Ziegenfuß, Josef 1946 LAV Oberhausen 16.04. OB-Sterkrade

## Männer M75

### 10 km Strasse

1:21:53 Hinz, Egon 1941 VfL Bergheide 05.06. Salzkotten

## Männer M80

### 10 km Strasse

53:31 Thülig, Bernhard 1936 VfL Bergheide 01.07. Drevenack  
57:27 Angenendt, Hans 1936 VfL Bergheide 22.05. Gelsenkirchen

### Halbmarathon

1:56:45 Thülig, Bernhard 1936 VfL Bergheide 11.09. Nütterden  
2:11:33 Angenendt, Hans 1936 VfL Bergheide 05.06. Salzkotten

### Marathon

4:42:35 Thülig, Bernhard 1936 VfL Bergheide 30.10. Frankfurt

# Bestenliste 2016

## Frauen

## Oberhausen

### 100 m

13,32	+1,2	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	01.05.	Kaarst
13,80	+0,0	Tysiak, Julia	1991	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede
14,11	-1,3	Stevic, Nora	1978	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen

### 150 m

20,72		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	09.04.	Kevelaer
-------	--	------------------	------	-------------------	--------	----------

### 200 m

27,21	+1,4	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	04.06.	Essen
29,56	-0,4	Makar, Tetyana	1996	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede

### 400 m

63,41		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	07.07.	Düsseldorf
72,62		Timm, Sabine	1968	DJK SG Tackenberg	07.07.	Essen
73,03		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	07.07.	Essen

### 800 m

2:29,54		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen
2:30,32		Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen
2:41,98		Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen
2:47,86		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	16.05.	Recklinghausen

### 5000 m

18:15,83		Vössing, Annika	1992	LAV Oberhausen	10.07.	Mönchengladbach
----------	--	-----------------	------	----------------	--------	-----------------

### 10 km Strasse

37:13		Vössing, Annika	1992	LAV Oberhausen	30.01.	Duisburg
-------	--	-----------------	------	----------------	--------	----------

### 15 km Strasse

56:33		Vössing, Annika	1992	LAV Oberhausen	20.02.	Duisburg
-------	--	-----------------	------	----------------	--------	----------

### Halbmarathon

1:20:48		Vössing, Annika	1992	LAV Oberhausen	19.03.	Duisburg
---------	--	-----------------	------	----------------	--------	----------

### Marathon

4:52:52		Gehre, Dr. Lara	1970	VfL Bergheide	10.01.	Kevelaer
---------	--	-----------------	------	---------------	--------	----------

### 4 x 100 m Staffel

63,04		DJK SG Tackenberg			07.07.	Essen
		Timm, Sabine	1968			
		Schwers, Birgit	1962			
		Wagner, Gaby	1969			
		Peters, Ute	1964			

### 3 x 800 m Staffel

7:59,80		DJK SG Tackenberg I			22.04.	Bottrop
		Wochnik, Corinne	1986			
		Niesner, Melanie	1985			
		Dobnik, Frauke	1984			
10:37,35		DJK SG Tackenberg II			22.04.	Bottrop
		Schwers, Birgit	1962			
		Peters, Ute	1964			
		Kämmerer, Dorothee	1964			



# Bestenliste 2016

## Frauen

## Oberhausen

### Hochsprung

1,40	Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
1,36	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade

### Weitsprung

5,19	-0,3	Tysiak, Julia	1991	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede
4,84	-0,3	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	04.06.	Essen
4,59	+0,0	Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	22.05.	Gladbeck
4,26	+0,4	Timm, Sabine	1968	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade

### Kugelstoß 4 kg

9,30	Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	22.05.	Gladbeck
8,99	Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
8,69	Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
7,51	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	02.10.	Emmerich
7,32	Ruhrmann, Anke	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
7,26	Kämmerer, Dorothee	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
7,15	Tysiak, Julia	1991	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

### Diskuswurf 1 kg

27,77	Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
26,17	Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	22.05.	Gladbeck

### Speerwurf 600 g

26,18	Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
17,40	Kämmerer, Dorothee	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
14,14	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

### Dreikampf

#### 100m-Weit-Kugel (4kg)

1.344	Tysiak, Julia	1991	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
-------	---------------	------	----------------	--------	--------------

14,54(+0,4)-4,69(-0,2)-7,15

### Fünfkampf

#### 100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-800m

2.414	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	02.10.	Emmerich
-------	------------------	------	-------------------	--------	----------

14,01(-1,3)-4,50(+0,2)-7,51-1,36-2:42,41

## weibliche Jugend U20

### Weitsprung

4,68	+0,0	Wiegand, Linda	1997	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
------	------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**100 m Lauf**

13,10	+0,6	Buschke, Linda	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
13,64	+0,6	Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
14,36	-1,1	Huppertz, Jil	1999	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede
14,65	-0,1	Rudzinski, Ina	2000	DJK SG Tackenberg	07.05.	Rhede
15,40	+0,6	Biegiesch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
16,75	+0,6	Barthel, Hannah-Marie	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

**Handzeitnahme:**

12,6		Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
------	--	-----------------	------	-------------------	--------	--------------

**200 m Lauf**

26,98	+0,0	Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	07.05.	Rhede
-------	------	-----------------	------	-------------------	--------	-------

**400 m Lauf**

58,35		Buschke, Linda	2000	DJK SG Tackenberg	29.07.	Mönchengladbach
59,48		Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	13.07.	Beauvais/F

**800 m Lauf**

2:16,61		Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	11.06.	Duisburg
---------	--	-----------------	------	-------------------	--------	----------

**10 km Strasse**

50:58		Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	30.01.	Duisburg
-------	--	---------------	------	----------------	--------	----------

**15 km Strasse**

1:21:32		Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	20.02.	Duisburg
---------	--	---------------	------	----------------	--------	----------

**Halbmarathon**

1:57:29		Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	19.03.	Duisburg
---------	--	---------------	------	----------------	--------	----------

**3 x 800 m Staffel**

7:49,87		DJK SG Tackenberg			22.04.	Bottrop
		Strozyk, Louisa	2000			
		Schrempf, Mara	2001			
		Buschke, Linda	2000			

**Hochsprung**

1,52		Buschke, Linda	2000	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
------	--	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**Weitsprung**

5,20	+0,2	Buschke, Linda	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
4,62	+0,3	Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade
3,96	+0,4	Biegiesch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
3,72	-1,7	Biegisch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade
3,40	-0,1	Bartels, Hannah	2000	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 3 kg**

9,51		Huppertz, Jil	1999	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
9,29		Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	28.06.	OB-Sterkrade
9,06		Strücker, Laura	1999	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
7,54		Biegiesch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
7,18		Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
6,51		Buschke, Linda	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
6,37		Barthel, Hannah	2000	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade

**Diskuswurf 1 kg**

21,44		Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	17.01.	Leverkusen
14,99		Biegiesch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

**Hammerwurf 3 kg**

36,97		Strücker, Laura	1999	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede
36,89		Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	24.09.	Dortmund

# Bestenliste 2016

# weibliche Jugend U18

# Oberhausen

## Speerwurf 500 g

26,88	Huppertz, Jil	1999	LAV Oberhausen	07.05.	Rhede
23,13	Horvath, Jana	2000	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
14,20	Biegiesch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Dreikampf

### 100m-Weit-Kugel (3kg)

1.670	Buschke, Linda	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
	13,10(+0,6)-5,20(+0,2)-6,51				
1.451	Strozyk, Louisa	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
	13,64(+0,6)-4,56(+0,3)-7,18				
1.072	Biegiesch, Lea	1999	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
	15,40(+0,6)-3,96(+0,4)-7,54				
491	Barthel, Hannah-Marie	2000	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
	16,75(+0,6)-o.g.V.-5,60				

**100 m Lauf**

13,82	+0,5	Schrempf, Mara	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
14,43	-1,5	Scheve, Sonja	2001	DJK SG Tackenberg	08.05.	OB-Sterkrade
15,03	+0,5	Eckl, Sina	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
15,33	+0,5	Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

**Handzeitnahme:**

14,1		Eckl, Sina	2001	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
14,6		Stevic, Millane	2001	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade

**4 x 100 m Staffel**

56,12		DJK SG Tackenberg			22.04.	Bottrop
		Eckl, Sina	2001			
		Schulze, Hannah	2001			
		Schrempf, Mara	2001			
		Boddenberg, Kathrin	2001			
56,31		LAV Oberhausen			22.04.	Bottrop
		Ligensa, Pia	2003			
		Hoffmann, Jana	2002			
		Strücker, Lena	2003			
		Fischer, Joelle	2003			

**Hochsprung**

1,30		Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade
------	--	---------------------	------	-------------------	--------	--------------

**Weitsprung**

4,28	-0,3	Schrempf, Mara	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
3,93	+0,3	Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade
3,86	-0,1	Eckl, Sina	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
3,70	+0,0	Scheve, Sonja	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 3 kg**

8,38		Scheve, Sonja	2001	DJK SG Tackenberg	08.05.	OB-Sterkrade
8,28		Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
7,85		Eckl, Sina	2001	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
7,08		Behr, Leonie	2001	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade
6,43		Schrempf, Mara	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

**Diskuswurf 1 kg**

19,96		Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
16,78		Behr, Leonie	2001	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade

**Speerwurf 500 g**

23,65		Behr, Leonie	2001	TC Sterkrade	03.10.	OB-Sterkrade
17,81		Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

**Ballwurf 200g**

30,50		Eckl, Sina	2001	DJK SG Tackenberg	02.06.	OB-Sterkrade
-------	--	------------	------	-------------------	--------	--------------

**Dreikampf**

		<b>100m-Weit-Kugel (3kg)</b>				
1.275		Schrempf, Mara	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		13,82(+0,5)-4,28(-0,3)-6,43				
1.200		Boddenberg, Kathrin	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		15,33(+0,5)-3,91(-0,2)-8,09				
1.200		Scheve, Sonja	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		15,09(+0,6)-3,70(+0,0)-8,31				
1.150		Eckl, Sina	2001	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		15,03(+0,5)-3,86(-0,1)-6,71				

**75 m Lauf**

10,2	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	02.06.	OB-Sterkrade
------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**100 m Lauf**

13,79	-0,1	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
-------	------	----------------	------	----------------	--------	--------------

15,18	+0,5	Thiel, Sarah	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
-------	------	--------------	------	-------------------	--------	--------------

16,07	+0,5	Waklatsi, Jasmine	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
-------	------	-------------------	------	-------------------	--------	--------------

**Handzeitnahme:**

13,5	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	28.06.	OB-Sterkrade
------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**300 m Lauf**

48,15	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
-------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**80 m Hürden 0.762m**

16,02	+0,5	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
-------	------	----------------	------	----------------	--------	-------

**Hochsprung**

1,26	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
------	----------------	------	----------------	--------	-------

**Weitsprung**

4,61	+0,1	Thiel, Sarah	2002	DJK SG Tackenberg	08.05.	OB-Sterkrade
------	------	--------------	------	-------------------	--------	--------------

3,55	+0,2	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
------	------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**ohne Windmessung:**

4,13	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	02.06.	OB-Sterkrade
------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**Kugelstoß 3 kg**

8,52	Waklatsi, Jasmine	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
------	-------------------	------	-------------------	--------	--------------

6,86	Thiel, Sarah	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
------	--------------	------	-------------------	--------	--------------

5,26	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
------	----------------	------	----------------	--------	--------------

**Diskuswurf 1 kg**

18,84	Waklatsi, Jasmine	2002	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
-------	-------------------	------	-------------------	--------	--------------

**Speerwurf 500 g**

16,23	Waklatsi, Jasmine	2002	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
-------	-------------------	------	-------------------	--------	--------------

12,71	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
-------	----------------	------	----------------	--------	-------

**Dreikampf****100m-Weit-Kugel (3kg)**

1.167	Waklatsi, Jasmine	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
-------	-------------------	------	-------------------	--------	--------------

16,07(+0,5)-3,86(+2,7)-8,52

1.164	Thiel, Sarah	2002	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
-------	--------------	------	-------------------	--------	--------------

15,18(+0,5)-4,00(-0,7)-6,86

1.102	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
-------	----------------	------	----------------	--------	--------------

14,13(+0,5)-3,55(+0,2)-5,26

**Block Sprint/Sprung****100m-80m H.-Weit-Hoch-Speer (500g)**

1.880	Hoffmann, Jana	2002	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
-------	----------------	------	----------------	--------	-------

14,18(-0,1)-16,02(+0,5)-3,47(-1,2)-1,26-12,71

**75 m Lauf**

10,73	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
10,98	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
11,14	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
11,23	Israel, Ronja	2003	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
11,40	Schneider, Joanna	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
11,54	Strücker, Lena	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
11,60	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
12,00	Konstantinovic, Sira	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,18	Kasten, Elena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
12,26	Machai, Anna-Lena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
12,44	Bourtscheidt, Amelie	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,95	Berg, Annika	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Handzeitnahme:**

10,6	Israel, Ronja	2003	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
10,6	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade

**800 m Lauf**

2:35,71	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	30.09.	Wesel
2:51,11	Machai, Anna-Lena	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
2:53,26	Kasten, Elena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
2:53,31	Schmidt, Hannah	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
2:57,21	Schmidt, Sophie	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
2:59,64	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
3:02,14	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
3:04,41	Schneider, Joanna Engelina	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
3:15,9	Berg, Annika	2003	LAV Oberhausen	28.06.	OB-Sterkrade
3:16,67	Luft, Mareike	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**2000 m Lauf**

7:56,58	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
8:57,99	Barentzen, Pia	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**60 m Hürden 0.762m**

11,31	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,03	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
12,38	Schneider, Joanna	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
13,73	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
13,73	Berg, Annika	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
14,05	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	08.05.	OB-Sterkrade

**4 x 75 m Staffel**

43,33	DJK SG Tackenberg			22.04.	Bottrop
	Goddinger, Jule	2004			
	van Dellen, Lea	2003			
	Israel, Ronja	2003			
	Mura, Laeticia	2003			
44,35	LAV Oberhausen I			22.04.	Bottrop
	Ligensa, Pia	2003			
	Fischer, Yoelle	2003			
	Buschke, Mara	2004			
	Horvath, Lina	2004			
46,39	LAV Oberhausen II			22.04.	Bottrop
	Kaiser, Mara	2004			
	Goldstein, Nele	2004			
	Barentzen, Pia Lotte	2003			
	Schneider, Joanna	2003			
46,98	LAV Oberhausen III			22.04.	Bottrop
	Kargbo, Sarah	2003			
	Berg, Annika	2003			
	Jansen, Julia	2004			
	Berg, Luise	2005			

# Bestenliste 2016

# weibliche Jugend W13

# Oberhausen

## 3 x 800 m Staffel

8:30,98	DJK SG Tackenberg			22.04.	Bottrop
	Godinger, Jule	2004			
	Israel, Ronja	2003			
	Mura, Laeticia	2003			
9:05,08	LAV Oberhausen			22.04.	Bottrop
	Horvath, Lina	2004			
	Buschke, Mara	2004			
	Barentzen, Pia	2003			

## Hochsprung

1,36	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
1,30	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
1,27	Strücker, Lena	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
1,25	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade
1,25	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

## Weitsprung aus der Zone

4,59	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
4,52	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
4,51	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
4,41	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
4,35	Israel, Ronja	2003	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
3,86	Strücker, Lena	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3,84	Schneider, Joanna	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
3,84	Machai, Anna-Lena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
3,57	Konstantinovic, Sira	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3,54	Kasten, Elena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
3,49	Bourtscheidt, Amelie	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3,37	Berg, Annika	2003	LAV Oberhausen	Moers	09.09.

## Kugelstoß 3 kg

7,20	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
7,17	Kargbo, Sarah	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
6,59	Schneider, Joanna	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
6,27	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
6,03	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
5,78	Israel, Ronja	2003	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
5,31	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Diskuswurf 750 g

15,58	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
-------	-----------------	------	-------------------	--------	--------------

## Speerwurf 400 g

19,56	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
19,24	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
16,03	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
13,77	Berg, Annika	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
13,10	Strücker, Lena	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade
12,75	Israel, Ronja	2003	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
11,11	Schneider, Joanna	2003	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

## Ballwurf 200g

38,50	van Dellen, Lea	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
29,50	Mura, Laeticia	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
26,00	Fischer, Joelle	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
23,00	Ligensa, Pia	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
23,00	Kasten, Elena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
21,50	Israel, Ronja	2003	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
19,00	Machai, Anna-Lena	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
17,00	Schneider, Joanna Engelina	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Dreikampf****75m-Weit-Ball**

1.322	van Dellen, Lea 11,60-4,45-38,50	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
1.310	Mura, Laeticia 10,98-4,51-29,50	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
1.259	Fischer, Joelle 11,12-4,46-26,00	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
1.222	Ligensa, Pia 11,14-4,41-23,00	2003	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
1.162	Israel, Ronja 11,23-4,09-21,50	2003	DJK SG Tackenberg	01.05.	Moers
1.030	Kasten, Elena 12,18-3,54-23,00	2003	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
1.020	Machai, Anna-Lena 12,26-3,84-19,00	2003	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

**Dreikampf Mannschaft****75m-Weit-Ball**

5.655	LAV Oberhausen			17.09.	OB-Sterkrade
	Fischer, Joelle	2003	1.259		
	Ligensa, Pia	2003	1.222		
	Buschke, Mara	2004	1.171		
	Horvath, Lina	2004	1.054		

**Block Sprint/Sprung****75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)**

1.937	Ligensa, Pia 11,24-14,14-4,27-1,27-19,24	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
1.615	Fischer, Joelle 11,25-d-4,37-1,33-14,31	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
1.572	van Dellen, Lea 11,74-d-4,32-1,24-19,56	2003	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
1.281	Berg, Annika 12,95-13,73-3,37-d-13,77	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Block Lauf****75m-60m H.-Weit-Ball-800m**

2.104	Mura, Laeticia 11,56-12,03-4,26-28,50-2:39,29	2003	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
1.386	Schneider, Joanna Engelina 11,49-d-3,84-17,00-3:13,27	2003	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Blockwettkampf Mannschaft**

8.559	LAV Oberhausen			09.09.	Moers
	Buschke, Mara	2004	1.994		
	Ligensa, Pia	2003	1.937		
	Horvath, Lina	2004	1.627		
	Fischer, Joelle	2003	1.615		
	Schneider, Joanna	2003	1.386		



**75 m Lauf**

11,16	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
11,38	Jansen, Julia	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
11,75	Linnmann, Anna	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
11,79	Buschke, Mara	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,02	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,16	Oster, Jill	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,56	Macaluso, Mariella	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
12,80	Piesch, Patricia	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
13,64	Büttner, Mara	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**Handzeitnahme:**

10,9	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
------	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**800 m Lauf**

2:38,8	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
2:54,40	Buschke, Mara	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
3:04,74	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3:07,01	Oster, Jill	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3:11,64	Piesch, Patricia	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
3:23,09	Macaluso, Mariella	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**2000 m Lauf**

8:09,40	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	16.04.	OB-Sterkrade
9:08,93	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	16.04.	OB-Sterkrade

**60 m Hürden 0.762m**

12,18	Buschke, Mara	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
12,65	Jansen, Julia	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
12,98	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	08.05.	OB-Sterkrade
14,13	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Hochsprung**

1,30	Oster, Jill	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
1,20	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

**Weitsprung aus der Zone**

4,41	Linnmann, Anna	2004	TC Sterkrade	28.06.	OB-Sterkrade
4,21	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	28.06.	OB-Sterkrade
4,12	Buschke, Mara	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3,90	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3,79	Oster, Jill	2004	LAV Oberhausen	08.05.	OB-Sterkrade
3,30	Macaluso, Mariella	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
3,25	Büttner, Mara	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
3,01	Piesch, Patricia	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**Kugelstoß 3 kg**

6,52	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
6,30	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers

**Diskuswurf 750 g**

17,14	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
15,53	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	03.10.	Gladbeck

**Speerwurf 400 g**

11,60	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
-------	----------------	------	-------------------	--------	--------------

**Ballwurf 200g**

34,50	Linnmann, Anna	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
30,50	Buschke, Mara	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
25,00	Godinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
24,00	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade

**Bestenliste 2016****weibliche Jugend W12****Oberhausen**

21,00	Macaluso, Mariella	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
12,50	Büttner, Mara	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
12,00	Piesch, Patricia	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

**Dreikampf****75m-Weit-Ball**

1.263	Linnmann, Anna 11,75-4,32-34,50	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
1.183	Goddinger, Jule 11,16-4,09-23,00	2004	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
1.171	Buschke, Mara 11,90-4,08-28,50	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
1.054	Horvath, Lina 12,34-3,74-24,00	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
949	Macaluso, Mariella 12,56-3,30-21,00	2004	LAV Oberhausen	17.09.	OB-Sterkrade
787	Piesch, Patricia 12,80-3,01-12,00	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade
771	Büttner, Mara 13,64-3,25-12,50	2004	TC Sterkrade	17.09.	OB-Sterkrade

# Bestenliste 2016

# weibliche Jugend W12

# Oberhausen

## Block Lauf

### 75m-60m H.-Weit-Ball-800m

1.994	Buschke, Mara	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
	11,96-12,18-4,10-30,50-2:54,40				
1.919	Goddinger, Jule	2004	DJK SG Tackenberg	09.09.	Moers
	11,36-14,03-4,04-25,00-2:48,00				

## Block Wurf

### 75m-60m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (750g)

1.627	Horvath, Lina	2004	LAV Oberhausen	09.09.	Moers
	12,72-14,13-3,72-6,30-15,07				

# Bestenliste 2016

# Frauen W30

# Oberhausen

## 100 m Lauf

13,32	+1,2	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	01.05.	Kaarst
14,65	+0,4	Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
15,30	+0,4	Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

## 200 m Lauf

27,21	+1,4	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	04.06.	Essen
-------	------	------------------	------	-------------------	--------	-------

## 400 m Lauf

63,41		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	07.07.	Düsseldorf
-------	--	------------------	------	-------------------	--------	------------

## 800 m Lauf

2:29,54		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen
2:30,32		Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen
2:41,98		Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	03.09.	Essen

## 4 x 100 m Staffel

54,43		StG Ruhrgebiet-West			22.05.	Gladbeck
		Niesner, Melanie	1985			
		Dobnik, Frauke	1984			
		Wochnik, Corinne	1986			
		Stevic, Nora	1978			

## 3 x 800 m Staffel

8:09,43		StG Ruhrgebiet-West			08.05.	Hamm
		Wochnik, Corinne	1986			
		Schwiers, Birgit	1962			
		Niesner, Melanie	1985			

## Hochsprung

1,40		Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
1,36		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade

## Weitsprung

4,84	-0,3	Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	04.06.	Essen
4,59	+0,0	Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	22.05.	Gladbeck
3,97	+0,1	Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

## Kugelstoß 4 kg

9,30		Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	22.05.	Gladbeck
8,69		Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
7,51		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	02.10.	Emmerich

## Diskuswurf 1 kg

26,17		Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	22.05.	Gladbeck
15,57		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Speerwurf 600 g

14,14		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
-------	--	------------------	------	-------------------	--------	--------------

## Dreikampf

		<b>100m-Weit-Kugel (4kg)</b>				
1.379		Dobnik, Frauke	1984	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		14,65(+0,4)-4,43(+0,2)-8,96				
1.152		Wochnik, Corinne	1986	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		15,30(+0,4)-3,97(+0,1)-8,55				

## Fünfkampf

		<b>100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-800m</b>				
2.414		Niesner, Melanie	1985	DJK SG Tackenberg	02.10.	Emmerich
		14,01(-1,3)-4,50(+0,2)-7,51-1,36-2:42,41				

# Bestenliste 2016

# Frauen W30

# Oberhausen

DAMM Gruppe 1

6.540 StG Ruhrgebiet-West

03.09. Essen

## Bestenliste 2016

## Frauen W35

## Oberhausen

### 100 m Lauf

14,11 -1,3 Stevic, Nora

1978 DJK SG Tackenberg

03.09. Essen

## Bestenliste 2016

## Frauen W40

## Oberhausen

### 800 m Lauf

3:10,81 Fraas, Melanie 1975 LAV Oberhausen 17.09. OB-Sterkrade

### 5000 m Lauf

23:55,99 Fraas, Melanie 1975 LAV Oberhausen 16.04. OB-Sterkrade

### 10 km Strasse

51:33 Fraas, Melanie 1975 LAV Oberhausen 23.07. Alpen

### 4 x 100 m Staffel

64,46 StG Ruhrgebiet-West 25.06. OB-Sterkrade

Peters, Ute 1964

Schwers, Birgit 1962

Wagner, Gaby 1969

Sonnenburg, Antje 1976

### DAMM Gruppe 1

4.952 StG Ruhrgebiet-West 25.06. OB-Sterkrade

## Bestenliste 2016

## Frauen W45

## Oberhausen

### 100 m Lauf

17,02 +0,5 Wagner, Gaby 1969 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### 400 m Lauf

72,62 Timm, Sabine 1968 DJK SG Tackenberg 07.07. Essen

79,62 Wagner, Gaby 1969 DJK SG Tackenberg 07.07. Essen

### 800 m Lauf

2:58,72 Timm, Sabine 1968 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

3:04,77 Wagner, Gaby 1969 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### Halbmarathon

2:18:07 Gehre, Dr. Lara 1970 VfL Bergheide 11.09. Nütterden

### 25 km

2:47:36 Gehre, Dr. Lara 1970 VfL Bergheide 06.11. Bottrop

### Marathon

4:52:52 Gehre, Dr. Lara 1970 VfL Bergheide 10.01. Kevelaer

### 4 x 100 m Staffel

62,48 StG Ruhrgebiet-West 03.09. Essen

Timm, Sabine 1968

Schwers, Birgit 1962

Peters, Ute 1964

Wagner, Gaby 1969

### Weitsprung

4,26 +0,4 Timm, Sabine 1968 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### Kugelstoß 4 kg

8,99 Schwers, Birgit 1962 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade

### Diskuswurf 1 kg

17,30 Winschermann, Andrea 1967 DJK SG Tackenberg 25.06. OB-Sterkrade



# Bestenliste 2016

# Frauen W50

# Oberhausen

## 100 m Lauf

16,15	+0,9	Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	28.08.	Essen
16,69	+0,5	Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
16,81	+0,5	Fabry, Ida	1963	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade

## 400 m Lauf

73,03		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	07.07.	Essen
87,82		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	07.07.	Essen

## 800 m Lauf

2:47,86		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	16.05.	Recklinghausen
3:32,88		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade

## 1500 m Lauf

7:11,49		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	04.06.	Essen
---------	--	-------------	------	-------------------	--------	-------

## 10 km Strasse

47:17		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	06.11.	Bottrrop
-------	--	-----------------	------	-------------------	--------	----------

## Hochsprung

1,27		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis
1,05		Fabry, Ida	1963	DJK SG Tackenberg	01.07.	OB-Sterkrade

## Weitsprung

3,87	+0,1	Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis
3,49	+0,1	Fabry, Ida	1963	DJK SG Tackenberg	25.06.	OB-Sterkrade
2,99	+0,6	Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade

## Kugelstoß 3 kg

10,18		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	28.08.	Essen
7,32		Ruhrmann, Anke	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
7,26		Kämmerer, Dorothee	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
6,54		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
6,22		Fabry, Ida	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Diskuswurf 1 kg

27,77		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
16,27		Fabry, Ida	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
14,83		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
14,44		Kämmerer, Dorothee	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
13,20		Ruhrmann, Anke	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Hammerwurf 3 kg

22,75		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	23.10.	Verden
-------	--	-----------------	------	-------------------	--------	--------

## Speerwurf 500 g

26,18		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
17,40		Kämmerer, Dorothee	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
11,75		Ruhrmann, Anke	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
11,44		Fabry, Ida	1963	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade
10,65		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	03.10.	OB-Sterkrade

## Dreikampf

		<b>100m-Weit-Kugel (3kg)</b>				
1.067		Peters, Ute	1964	DJK SG Tackenberg	17.09.	OB-Sterkrade
		17,34(+0,5)-2,99(+0,6)-6,44				

## Fünfkampf

		<b>100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-800m</b>				
3.107		Schwers, Birgit	1962	DJK SG Tackenberg	10.09.	Zella-Mehlis
		16,17(-0,3)-3,87(+0,1)-10,18-1,27-2:57,39				

**100 m Lauf**

18,34 +0,5 Rhode-Spickenbom, Maria 1961 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**Weitsprung**

3,24 +0,5 Rhode-Spickenbom, Maria 1961 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**Kugelstoß 3 kg**

7,77 Rhode-Spickenbom, Maria 1961 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade

**Diskuswurf 1 kg**

15,43 Rhode-Spickenbom, Maria 1961 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

**Speerwurf 500 g**

16,23 Rhode-Spickenbom, Maria 1961 DJK SG Tackenberg 03.10. OB-Sterkrade

**Dreikampf****100m-Weit-Kugel (3kg)**

1.339 Rhode-Spickenbom, Maria 1961 DJK SG Tackenberg 17.09. OB-Sterkrade  
18,34(+0,5)-3,24(+0,5)-7,77

# Bestenliste 2016

# Frauen W75

# Oberhausen

## Frauen W75

**Kugelstoß 2 kg**

5,64 Weber, Ellen

1938 DJK SG Tackenberg

03.10. OB-Sterkrade