

Ewige Bestenliste

Frauen W35

Oberhausen

75 m

10,8	Ehresmann, Ilse	34	TS 69 Sterkrade	04.06.72	Duisburg
11,3	Sabilla, Ursula	36	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
11,4	Briese, Karla	38	TV Oberhausen	21.09.75	Ovberhausen
11,4	Jansen, Ursula	43	VfL Bergheide	10.07.82	Hünxe
11,4	Sommer, Inge	45	GW Holten	03.09.83	Holten
11,5	Bech, Brigitte	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
11,6	Keller, Marianne	41	VfL Bergheide	10.09.77	Sterkrade
11,6	Bode, Rita	47	VfL Bergheide	10.07.82	Sterkrade
11,6	Horstkamp, Heidi	43	VfL Bergheide	10.07.82	Sterkrade
11,6	Zirwes, Margrit	48	TV Biefang	07.07.87	Biefang

100 m

13,97 +0,0 Stevic, Nora 78 DJK SG Tackenberg 05.09.15 Kevelaer

Handzeitnahme:

15,0	Kassing, Marlene	49	TV Jahn Königshardt	12.09.87	Oberhausen
15,1	Krug, Helga	52	GW Holten	20.08.89	Holten
15,6	Schlegelmilch, Katrin	73	DJK SG Tackenberg	17.09.11	Sterkrade
15,9	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	12.08.89	Dinslaken
16,0	Schneider, Marille	51	GW Holten	20.08.89	Holten
17,0	Preuß, Elisabeth	55	GW Holten	15.08.90	Holten
17,1	Schneider, Gertrude	55	GW Holten	15.08.90	Holten

200 m

29,56 +1,6 Stevic, Nora 78 LAV Oberhausen 17.05.14 Essen

800 m

2:49,39 Stevic, Nora 78 DJK SG Tackenberg 30.05.15 OB-Sterkrade
3:37,40 Fraas, Melanie 75 LAV Oberhausen 06.09.14 Sterkrade

1500 m

6:07,66 Wochnik, Corinne 86 LAV Oberhausen 29.08. Düsseldorf

2000 m

9:15,1 Horstkamp, Heidi 43 VfL Bergheide 10.07.82 Sterkrade
9:27,2 Bieroth, Eva 48 VfL Bergheide 01.09.84 Sterkrade
10:18,2 Scholten, Maria 43 VfL Bergheide 10.07.82 Sterkrade

5000 m

19:38,2 Nowak, Angelika 55 Spvgg.Sterkrade-Nord 28.04.90 Oberhausen
19:59,4 Schneider, Monika 58 Spvgg.Sterkrade-Nord 01.07.95 Oberhausen

10000 m

45:19,4 Westhofen, Monika 56 Spvgg.Sterkrade-Nord 27.08.94 Oberhausen

10 km Straße (ab 2005 Nettozeiten)

41:36	Speckmann, Heike	65	LAV Oberhausen	06.01.02	Ratingen
44:45	Schlegelmilch, Karin	73	DJK SG Tackenberg	26.08.12	Hamminkeln
45:14	Bido, Jutta	61	Spvgg.Sterkrade-Nord	15.01.00	Nettetal
45:28	Zellmer, Martina	71	EVO/STOAG OB	04.07.08	Drevenack
47:14	Hallerbach, Annette	66	LAV Oberhausen	08.02.03	Duisburg
47:35	Niehüser, Lydia	64	LAV Oberhausen	08.05.02	Sonsbeck
47:42	Niesen, Petra		TB Osterfeld	28.03.98	Duisburg
49:24	Tiefenbach, Andrea	66	LAV Oberhausen	17.01.04	Nettetal
50:05	Schüring, Annemarie		Spvgg. Sterkrade-Nord	15.02.91	Duisburg
52:18	Glomsda, Ramona	64	TB Osterfeld	22.08.99	Hamminkeln

10 km Mannschaft

2:35:32 Spvgg.Sterkrade-Nord 05.09.98 Sterkrade
Westhoven, Monika 56 47:32
Bido, Jutta 61 49:39
Feldhoff, Heike 59 58:21

Ewige Bestenliste

Frauen W35

Oberhausen

15 km Straße ab 2005 Nettozeiten

1:04:42	Speckmann, Heike	65	LAV Oberhausen	02.03.02	Duisburg
1:05:53	Westhoven, Monika	56	Spvgg.Sterkrade-Nord	21.04.91	Bruckhausen
1:10:06	Bido, Jutta	61	Spvgg.Sterkrade-Nord	18.03.00	Nettetal
1:10:11	Schneiderei, Grazia	54	Spvgg.Sterkrade-Nord	21.04.91	Bruckhausen
1:12:08	Barmscheid, Edith	50	VfL Bergheide	20.04.86	Bruckhausen
1:13:00	Hallerbach, Anette	66	LAV Oberhausen	04.04.04	Bruckhausen
1:13:13	Götz, Christina	49	Spvgg.Sterkrade-Nord	20.04.86	Bruckhausen
1:13:33	Luft, Gerda	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	20.04.86	Bruckhausen
1:13:53	Schüring, Annemarie		Spvgg. Sterkrade-Nord	02.03.91	Duisburg
1:14:39	Hüsken, Monika	52	VfL Bergheide	17.04.88	Bruckhausen

15 km Mannschaft

3:22:12	Spvgg.Sterkrade-Nord			21.04.91	Bruckhausen
	Westhoven, Monika	56	1:05:53		
	Götz, Christina	49	1:06:08		
	Schneiderei, Grazia	54	1:10:11		
3:32:59	Spvgg.Sterkrade-Nord			29.03.92	Bruckhausen
	Götz, Tina	49	1:07:36		
	Westhoven, Monika	56	1:09:27		
	Mehlich, Uschi	41	1:15:56		

Halbmarathonlauf (21.0975 km) ab 2005 Nettozeiten

1:31:13	Speckmann, Heike	65	LAV Oberhausen	13.04.02	Duisburg
1:36:48	Westhofen, Monika	56	Spvgg.Sterkrade-Nord	07.11.93	Bottrop
1:37:36	Nowak, Angelika	55	Spvgg. Sterkrade-Nord	08.06.92	Weeze
1:41:08	Zellmer, Martina	71	SG EVO/STOAG OB	01.06.08	Duisburg
1:46:06	Hallerbach, Annette	66	LAV Oberhausen	13.04.02	Duisburg
1:50:12	Schlegelmilch, Katrin	73	DJK SG Tackenberg	28.05.12	Weeze
1:54:50	Schmidt, Gisela	55	TV Jahn Königshardt	01.05.93	Flüren
1:54:59	Tiefenbach, Andrea	66	LAV Oberhausen	19.09.04	Schermbeck
2:00:17	Klugert, Gudrun	59	Spvgg.Sterkrade-Nord	17.05.97	Sterkrade
2:06:52	Kleine-Brockhoff, Heike	59	VfL Stadtw. Oberhausen	05.09.98	Sterkrade

25 km Straße

2:01:56	Westhofen, Monika	54	Spvgg.Sterkrade-Nord	05.11.89	Bottrop
2:02:55	Barmscheid, Edith	50	VfL Bergheide	31.05.86	Sterkrade
2:04:19	Götz, Christina	49	Spvgg.Sterkrade-Nord	06.11.88	Bottrop

Marathonlauf

3:17:36	Nowak, Angelika	55	Spvgg.Sterkrade-Nord	30.09.90	Berlin
3:28:38	Bramscheid, Edith	50	VfL Bergheide	24.04.88	Hamburg
3:35:06	Speckmann, Heike	65	LAV Oberhausen	26.05.02	Duisburg
3:36:29	Zellmer, Martina	71	SG EVO/STOAG OB	29.04.07	Duisburg
3:44:04	Westhofen, Monika	56	Spvgg.Sterkrade-Nord	18.04.93	Hannover
4:02:08	Hallerbach, Annette	66	LAV Oberhausen	26.05.02	Duisburg

Marathon Mannschaft

11:52:19	LAV Oberhausen			26.05.02	Duisburg
	Speckmann, Heike	65	3:35:06		
	Hallerbach, Annette	66	4:02:08		
	Schneiderei, Grazia	54	4:15:05		

Stundenlauf auf der Bahn

12.212	Götz, Christine	49	Spvgg.Sterkrade-Nord	30.03.85	Oberhausen
12.170	Luft, Gerda	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	30.03.85	Oberhausen

Ewige Bestenliste

Frauen W35

Oberhausen

3 x 800 m

9:03,96	DJK SG Tackenberg			22.04.12	Bottrop
	Timm, Sabine	68			
	Blosen, Birgit	68			
	Schlegelmilch, Katrin	73			

Hochsprung

1,35	Zimmer, Anne	25	RW Oberhausen	20.08.61	Oberhausen
1,35	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	21.09.88	Oberhausen
1,16	Pahsen, Claudia	71	DJK Tackenberg	18.09.10	Oberhausen
1,10	Frank, Gertrud	57	GW Holten	16.09.92	Holten
1,05	Hönscheid, Angelika	57	GW Holten	16.09.92	Holten
1,00	Krebs, Erika	41	GW Holten	11.09.76	Holten

Weitsprung

4,80	Bech, Brigitte	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
4,69	Ehresmann, Ilse	34	TS Sterkrde 69	20.06.71	Duisburg
4,52	Zimmer, Anna	25	RW Oberhausen	01.07.62	Oberhausen
4,49	Sabilla, Ursula	36	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
4,48	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	21.09.85	Oberhausen
4,32	Briese, Karla	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
4,30	Haselmeyer, Marlene	40	TV Biefang	27.06.78	Biefang
4,20	Keller, Marianne	41	VfL Bergheide	10.09.77	Sterkrade
4,20	+0,1 Stevic, Nora	78	DJK SG Tackenberg	21.08.15	OB-Sterkrade
4,18	Calancriello, Brigitte	41	TV Biefang	28.08.79	Biefang

Kugelstoß 4 kg

9,94	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	21.09.85	Oberhausen
9,10	Ehresmann, Ilse	34	TS Sterkrade 69	06.06.71	Bottrop
8,83	Briese, Karla	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
8,75	Dobnik, Frauke	84	DJK SG Tackenberg	05.05.19	Emmerich
8,23	Braun, Brigitte	49	GW Holten	24.09.86	Holten
8,20	Theuerkauf, Monika	57	DJK Tackenberg	08.03.92	Dinslaken
8,19	Keller, Marianne	41	VfL Bergheide	08.09.79	Sterkrade
8,03	Bode, Rita	47	VfL Bergheide	10.07.82	Sterkrade
8,01	Keller, Marianne	41	VfL Bergheide	09.09.78	Sterkrade
7,86	Bech, Brigitte	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
7,85	Zimmer, Anna	25	RW Oberhausen	20.08.61	Oberhausen

Diskuswurf 1 kg

29,48	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.85	Oberhausen
27,88	Briese, Karla	38	TV Oberhausen	24.05.75	Dinslaken
27,30	Zanders, Sigrid	40	SG Osterfeld	24.05.75	Dinslaken
22,16	Stolz, Doris	37	SG Osterfeld	24.05.75	Dinslaken
20,63	Niesner, Melanie	85	DJK SG Tackenberg	03.10.20	Oberhausen
19,70	Dobnik, Frauke	84	DJK SG Tackenberg	05.05.19	Emmerich
17,74	Pahsen, Claudia	71	DJK Tackenberg	18.09.10	Oberhausen
17,46	Theuerkauf, Monika	57	DJK Tackenberg	27.03.93	Dinslaken
16,51	Schlegelmilch, Katrin	73	DJK SG Tackenberg	17.09.11	Sterkrade

Speerwurf 600 g (bis 31.03.1991)

27,38	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	17.09.87	Oberhausen
-------	--------------------	----	----------------	----------	------------

Speerwurf 600 g (vom 01.04.1991 bis 31.12.1998)

19,12	Theuerkauf, Monika	57	DJK SG Tackenberg	08.03.92	Dinslaken
-------	--------------------	----	-------------------	----------	-----------

Speerwurf 600 g (ab 01.01.1999)

17,62	Pahsen, Claudia	71	DJK Tackenberg	18.09.10	Oberhausen
16,96	Niesner, Melanie	85	DJK SG Tackenberg	03.10.20	Oberhausen

Ewige Bestenliste

Frauen W35

Oberhausen

Dreikampf

75m, Weit, Kugel(4 kg)

Wertung von 1994

1.299	Bech, Brigitte 11,5/4,80/7,86	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
1.259	Briese, Karla 11,4/4,32/8,83	38	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
1.139	Keller, Marianne 11,6/4,20/7,99	41	VfL Bergheide	10.09.77	Sterkrade
1.176	Sabilla, Ursula 11,3/4,49/6,59	36	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
1.117	Bode, Rita 11,6/4,10/8,03	47	VfL Bergheide	10.07.82	Sterkrade
1.051	Knipper, Wilhelmine 12,0/4,21/6,67	50	GW Holten	21.08.85	Holten
973	Sommer, Inge 11,5/3,61/7,19	45	GW Holten	22.08.84	Holten
968	Horstkamp, Heidi 11,6/3,85/6,60	43	VfL Bergheide	10.07.82	Sterkrade
965	Haselmeyer, Marlene 12,5/4,30/7,21	40	TV Biefang	27.06.78	Sterkrade
963	Klein, Inge 12,0/4,01/7,03	50	GW Holten	24.09.86	Holten

Dreikampf

100m, Weit, Kugel(4 kg)

Wertung von 1994

840	Krug, Helga 15,1/3,22/6,19	52	GW Holten	20.08.89	Holten
823	Schneider, Marille 16,0/3,64/6,35	51	GW Holten	20.08.89	Holten
631	Preuß, Elisabeth 17,0/3,17/6,42	55	GW Holten	15.08.90	Holten
613	Schneider, Gertrude 17,1/3,24/6,09	55	GW Holten	15.08.90	Holten