

Ewige Bestenliste

Frauen W40

Oberhausen

50 m

7,3	Ehresmann, Ilse	34	TS 69 Sterkrade	24.09.75	Duisburg
7,8	Litschke, Maria	38	TV Biefang	28.08.79	Biefang
7,9	Heinzel, Hildegard	38	TV Biefang	13.09.80	Biefang
7,9	Patzke, Marion	44	TV Biefang	26.06.84	Biefang
7,9	Schuster, Heike	42	GW Holten	22.08.84	Holten
7,9	Sommer, Inge	45	GW Holten	21.08.85	Holten
7,9	Kaldewei, Marion-Luise	44	GW Holten	05.10.88	Holten
8,0	Hansen, Doris	41	GW Holten	24.09.86	Holten
8,0	Brand, Elfriede	44	GW Holten	05.10.88	Holten
8,0	Bänders, Hilde/Heidi	46	GW Holten	20.08.89	Holten
8,0	Grundmann, Siglinde	48	GW Holten	25.09.91	Holten
8,0	Kalberg, Eva	52	GW Holten	16.09.92	Holten

75 m

11,7	Bode, Rita	47	VfL Bergheide	16.09.87	Sterkrade
12,0	Heinzel, Hildegard	38	TV Biefang	25.05.82	Biefang
12,0	Horstkamp, Heidi	43	VfL Bergheide	31.08.85	Sterkrade
12,1	Vaszita, Renate	41	TV Biefang	25.05.82	Biefang
12,2	Hinz, Monika	42	TV Biefang	25.05.82	Biefang
12,3	Haselmeyer, Marlene	39	TV Biefang	25.05.82	Biefang
12,3	Schuster, Inge	42	GW Holten	03.09.83	Holten
12,4	Holbach, Gerda	34	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
12,4	Schäfer, Elfriede	40	GW Holten	03.09.83	Holten
12,4	Wegmann, Marlies	42	VfL Bergheide	01.09.84	Sterkrade
12,4	Bieroth, Eva	48	VfL Bergheide	27.08.88	Sterkrade

100 m

13,02	+0,1	Stevic, Nora	78	LAV Oberhausen	25.05.19	Rhede
13,12	+1,5	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	09.06.13	Gladbeck
13,99	+1,1	Nüsgen, Diana	81	LAV Oberhausen	04.09.21	Rhede
15,01	-2,2	Timm, Sabine	68	DJK SG Tackenberg	07.06.12	Rheydt
15,31		Schlebes, Christina	60	GW Holten	21.09.03	Wesel
Handzeitnahme:						
15,6		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	15.09.90	Bruckhausen

200 m

26,41	+1,7	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	14.07.13	Rheydt
27,28	-0,2	Stevic, Nora	78	LAV Oberhausen	25.05.19	Rhede
29,33	-1,4	Nüsgen, Diana	81	LAV Oberhausen	04.09.21	Rhede
Handzeitnahme:						
33,9		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen

400 m

59,27		Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	07.09.13	Ahlen
-------	--	------------------	----	-------------------	----------	-------

800 m

3:10,81		Fraas, Melanie	75	LAV Oberhausen	17.09.16	OB-Sterkrade
3:23,0		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
3:23,90		Blosen, Birgit	68	DJK SG Tackenberg	01.09.12	Sterkrade

1500 m

5:18,06		Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
5:30,47		Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	26.05.05	Leverkusen

Ewige Bestenliste

Frauen W40

Oberhausen

2000 m

9:06,7	Horstkamp, Heidi	43	VfL Bergheide	25.06.83	Sterkrade
9:23,0	Wegmann, Marlies	42	VfL Bergheide	31.08.85	Sterkrade
9:27,4	Kleine-Wolters, Rosi	41	VfL Bergheide	25.06.83	Sterkrade
10:12,4	Mürmann, Ursel	40	VfL Bergheide	10.07.82	Sterkrade
10:27,3	Vaszita, Renate	41	VfL Bergheide	01.09.84	Sterkrade
10:31,3	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	09.03.91	Oberhausen
11:11,4	Sattler, Rita	37	VfL Bergheide	11.07.81	Sterkrade

3000 m

11:36,4	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	30.04.05	Oberhausen
---------	-------------	----	----------------	----------	------------

5000 m

19:29,19	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	25.09.04	Menden
23:56,99	Jürgens, Cora	70	LAV Oberhausen	27.04.13	Sterkrade

10000 m

43:19,6	Götz, Christina	49	Spvgg. Sterkrade-Nord	17.08.91	Oberhausen
47:00,8	Schneidereit, Grazia	54	Spvgg. Sterkrade-Nord	02.09.95	Oberhausen
51:19,6	Bieroth, Eva	48	VfL Stadtwerke	17.08.91	Oberhausen

10 km Straße (ab 2005 Nettozeiten)

41:02	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	05.10.02	Waldniel
41:03	Speckmann, Dr. Heike	65	LAV Oberhausen	29.03.08	Duisburg
43:20	Beier, Heike	59	LAV Oberhausen	16.06.02	Mülheim
45:01	Westhofen, Monika	56	Spvgg. Sterkrade-Nord	15.01.00	Nettetal
45:34	Götz, Christina (Tina)	49	Spvgg. Sterkrade-Nord	09.02.91	Duisburg
45:35	Gambula, Bernhardine	58	TV Oberhausen	09.09.01	Duisburg
46:46	Litzki, Rita	60	LAV Oberhausen	02.02.02	Duisburg
47:04	Schneider, Monika	58	Spvgg. Sterkrade-Nord	04.09.99	Sterkrade
47:15	Staszewski, Birgit	57	TB Osterfeld	23.08.98	Hamminkeln
47:47	Bierschbach, Angelika	58	TV Oberhausen	14.09.02	Oberhausen

15 km Straße (ab 2005 Nettozeiten)

1:03:20	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	19.03.05	Nettetal
1:06:08	Götz, Christina	49	Spvgg. Sterkrade-Nord	21.04.91	Bruckhausen
1:07:17	Westhofen, Monika	56	Spvgg. Sterkrade-Nord	18.03.00	Nettetal
1:07:31	Beier, Heike	59	LAV Oberhausen	01.03.03	Duisburg
1:11:02	Litzki, Rita	60	LAV Oberhausen	02.03.02	Duisburg
1:13:18	Staszewski, Birgit	57	TB Osterfeld	04.03.00	Duisburg
1:15:16	Bergermann, Gisela	55	TV Jahn Königshardt	23.04.95	Bruckhausen
1:18:19	Brose, Jutta	51	Spvgg. Sterkrade-Nord	29.03.92	Bruckhausen
1:19:22	Bieroth, Eva	48	VfL Stadtwerke	16.03.91	Nettetal
1:24:55	Froh, Hella	49	VfL Stadtwerke	17.11.90	Essen

15 km Mannschaft

4:06:18	VfL Stadtwerke Oberhausen			17.11.90	Essen
	Bieroth, Eva	48	1:19:38		
	Vaszita, Renate	41	1:21:45		
	Froh, Hella	49	1:24:55		

Halbmarathonlauf (ab 2005 Nettozeiten)

1:29:59	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	30.10.04	Nettetal
1:34:23	Speckmann, Heike	65	LAV Oberhausen	30.04.06	Duisburg
1:36:39	Beier, Heike	59	LAV Oberhausen	15.09.02	Scherbeck
1:39:58	Goetz, Christine	49	Spvgg. Sterkrade-Nord	07.11.93	Bottrop
1:44:33	Staszewski, Birgit	57	TB Osterfeld	05.09.98	Sterkrade
1:44,58	Litzki, Rita	60	LAV Oberhausen	13.04.02	Duisburg
1:48:12	Bergermann, Gisela	51	TV Jahn Königshardt	20.05.95	Sterkrade
1:53:51	Wiertz, Jutta	■	TB Osterfeld	01.04.00	Duisburg

EWIGE BESTENLISTE

Frauen W40

Oberhausen

25 km Straße

1:59:57	Götz, Christina	49	Spvgg.Sterkrade-Nord	04.11.90	Bottrop
2:05:17	Beier, Heike	59	LAV Oberhausen	02.11.03	Bottrop
2:16:30	Bieroth, Eva	48	VfL Stadtwerke	25.05.91	Sterkrade

Marathonlauf

3:23:14	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	08.09.02	Münster
3:38:09	Goetz, Christine	49	Spvgg.Sterkrade-Nord	21.09.91	Duisburg
3:40:38	Beier, Heike	59	LAV Oberhausen	29.09.02	Berlin
3:55:13	Wolters, Helga	47	TV Oberhausen	26.08.89	Duisburg
3:58:18	Gehrke, Dr. Lara	70	VfL Bergheide	20.05.12	Duisburg
4:00:59	Jürgens, Cora	70	LAV Oberhausen	30.05.10	Duisburg

Stundenlauf auf der Bahn

14.252	Stellmacher, Johanna	38	Marathon Dinslaken	30.10.82	Dinslaken
13.020	Michalski, Regina	37	LG Bottrop	19.04.80	Münster
12.938	Vössing, Hedy	37	LG Dinslaken-Walsum	27.10.79	Dinslaken
12.350	Bubenzer, Dr. Brigitte	42	SV Sonsbeck	12.04.82	Menzelen
11.541	Gluth, Irmgard	39	VfL Bergheide	25.09.83	Spellen
11.408	Joran, Gerda	37	LG Dinslaken-Walsum	30.04.77	Münster
9.786	Kottkamp, Waltraud	40	TV Oberhausen	17.06.83	Mülheim

80 m Hürden

14,45	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
-------	------------------	----	-------------------	----------	-------

Handzeitnahme:

17,1	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	24.09.92	Oberhausen
------	--------------------	----	----------------	----------	------------

100 m Hürden

21,2	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	21.09.91	Oberhausen
------	--------------------	----	----------------	----------	------------

Hochsprung

1,43	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	01.09.13	Bottrop
1,36	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
1,00	Blosen, Birgit	68	DJK SG Tackenberg	01.09.12	Sterkrade

Stabhochsprung

2,10	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
------	------------------	----	-------------------	----------	-------

Weitsprung

4,89	+1,8	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	01.09.13	Bottrop
4,77	-1,2	Stevic, Nora	78	DJK SG Tackenberg	22.09.18	Baunatal
4,56		Ehresmann, Ilse	34	TS 69 Sterkrade	24.09.75	Duisburg
4,36		Haselmeyer, Marlene	39	TV Biefang	28.08.79	Biefang
4,24		Gast, Irmgard	37	TV Biefang	28.08.79	Biefang
4,23	+0,5	Timm, Sabine	68	DJ SG Tackenberg	07.06.12	Rheydt
4,18		Heinzel, Hildegard	38	TV Biefang	28.08.79	Biefang
4,18		Bode, Rita	47	VfL Bergheide	09.09.89	Sterkrade
4,16		Kalberg, Erika	42	GW Holten	21.08.85	Holten
4,11		Hansen, Doris	42	GW Holten	24.09.86	Holten
4,11		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.91	Oberhausen

Dreisprung

7,93		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	15.09.93	Oberhausen
------	--	--------------------	----	----------------	----------	------------

Ewige Bestenliste

Frauen W40

Oberhausen

Kugelstoß 4 kg

10,63	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	26.05.91	Wesel
9,31	Zanders, Sigrid	40	SG Osterfeld	10.05.80	Essen
8,95	Ehresmann, Ilse	34	TS 69 Sterkrade	24.09.75	Duisburg
8,66	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	07.09.13	Ahlen
8,47	Diekenbrock, Maria	28	TV Biefang	12.10.69	Sterkrade
8,09	Bode, Rita	47	VfL Bergheide	16.09.87	Sterkrade
8,04	Stolz, Doris	37	SG Osterfeld	16.02.80	Oberhausen
7,84	Holbach, Gerda	34	TV Oberhausen	21.09.75	Oberhausen
7,78	Litschke, Maria	38	TV Biefang	28.08.79	Biefang
7,78	Haselmeyer, Marlene	39	TV Biefang	28.08.79	Biefang

Diskuswurf 1 kg

30,76	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	15.09.90	Bruckhausen
30,20	Zanders, Sigrid	40	SG Osterfeld	10.05.80	Essen
27,12	Stolz, Sigrid	37	SG Osterfeld	10.05.80	Essen
20,40	Pahsen, Claudia	71	DJK SG Tackenberg	07.05.11	Tönisvorst
20,28	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen

Speerwerfen 600 Gr. bis 31.03.1991

23,34	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
-------	--------------------	----	----------------	----------	------------

Speerwerfen 600 Gr. ab 01.04.1991 bis 31.12.1998)

24,76	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	16.09.92	Oberhausen
-------	--------------------	----	----------------	----------	------------

Speerwerfen 600 Gr. ab 01.01.1999)

27,63	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
-------	------------------	----	-------------------	----------	-------

Hammerwurf 4 kg

20,62	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	11.09.93	Oberhausen
-------	--------------------	----	----------------	----------	------------

Dreikampf

50m, Weit, Kugel(4 kg) Wertung von 1994

1.534	Ehresmann, Ilse 7,3/4,56/8,95	34	TS Sterkrade 69	24.09.75	Duisburg
1.150	Litschke, Maria 7,8/3,92/7,78	38	TV Biefang	28.08.79	Biefang
1.117	Hansen, Doris 8,0/4,11/7,49	41	GW Holten	24.09.86	Holten
1.079	Gast, Irmgard 8,2/4,10/7,01	37	TV Biefang	27.06.78	Biefang
1.073	Plankert, Karin 8,1/4,00/7,60	42	GW Holten	24.09.86	Holten
1.056	Schäfer, Elfriede 8,1/4,02/7,28	40	GW Holten	22.08.84	Holten
1.046	Haselmeyer, Marlene 8,6/4,36/7,78	39	TV Biefang	28.08.79	Biefang
1.033	Sommer, Inge 7,9/3,72/7,10	45	GW Holten	21.08.85	Holten
1.021	Schuster, Heike 8,0/3,74/7,28	42	GW Holten	21.08.85	Holten
1.021	Schuster, Inge 7,9/3,68/7,0	42	GW Holten	22.08.84	Holten

Ewige Bestenliste

Frauen W40

Oberhausen

Dreikampf

75m, Weit, Kugel(4 kg)

Wertung von 1994

1.051	Bode, Rita 12,0/4,18/7,77	47	VfL Bergheide	09.09.89	Sterkrade
897	Schäfer, Elfriede 12,4/3,96/7,15	40	GW Holten	03.09.83	Holten
888	Haselmeyer, Marlene 12,3/3,69/7,72	39	TV Biefang	25.05.82	Biefang
851	Schuster, Inge 12,3/3,70/7,10	42	GW Holten	03.09.83	Holten
853	Horstkamp, Heidi 12,1/3,70/6,64	43	VfL Bergheide	01.09.84	Sterkrade
825	Heinzel, Hildegard 12,0/3,43/6,81	38	TV Biefang	25.05.82	Biefang
767	Zurek, Richmuth 12,5/3,64/6,45	42	GW Holten	03.09.83	Holten
763	Wischer, Else 12,7/3,52/7,23	42	GW Holten	26.09.82	Holten
748	Vaszita, Renate 12,1/3,42/5,90	41	TV Biefang	25.05.82	Biefang
719	Hackstein, Heidi 12,8/3,60/6,50	44	GW Holten	16.09.87	Holten

Dreikampf

100m, Weit, Kugel(4 kg)

Wertung von 1994

1.042	de Haan, Edeltraud 15,8 - 3,67 - 9,29	50	LAC Oberhausen	18.09.92	Oberhausen
-------	--	----	----------------	----------	------------

Fünfkampf

80mHü, Hoch, Kugel(4 kg), Weit, 800m

Wertung von 1985

1.604	de Haan, Edeltraud 17,1 - 1,20 - 9,60 - 3,83 - 3:45,5	50	LAC Oberhausen	24.09.92	Oberhausen
-------	--	----	----------------	----------	------------

Siebenkampf

ausgetragen von 1978 bis 1990 - Wertung von 1985/1994 (mit AK-Faktoren von 2017)

100mHü[84cm - 8,50m], Hoch, Kugel(4 kg), 200m

Weit, Speer(600 g)[bis 31.03.1991], 800m

2.271 (2.700)	de Haan, Edeltraud 21,6 - 1,36 - 10,21 - 33,9 4,08 - 23,34 - 3:23,0	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
------------------	---	----	----------------	----------	------------

Siebenkampf

100mHü[84cm - 8,50m], Hoch, Kugel(4 kg), 200m

Weit, Speer(600 g)[vom 01.04.1991 bis 31.12.1998], 800m

ausgetragen von 1991 bis 1998 - Wertung von 1985/1994 (mit AK-Faktoren von 2017)

2.012 (2.375)	de Haan, Edeltraud 21,2 - 1,28 - 9,38 - 34,4 3,73 - 24,08 - 3:33,1	50	LAC Oberhausen	21./22.09.91	Oberhausen
------------------	--	----	----------------	--------------	------------