

## Bestleistungen Frauen W55

50 m	8,6	Inge Bischof	25	GWH	21.09.1980	Holten
100 m	16,67	Birgit Schwers	62	SGT	02.09.2017	Zella-Mehlis
400 m	74,4	Birgit Schwers	62	SGT	25.08.2017	Verden
800 m	02:46,01	Birgit Schwers	62	SGT	25.05.2017	Paderborn
10000 m	47:41,0	Friede Glantschnig	40	SGO	30.08.1997	Oberhausen
10 km	45:36	Jutta Bido	61	LAV	24.03.2018	Duisburg
Halbmarathon	1:50:31	Ellen Kranz	51	LAV	29.03.2008	Duisburg
Marathon	4:00:53	Ellen Kranz	51	LAV	28.09.2008	Berlin
Hoch	1,24	Birgit Schwers	62	SGT	25.08.2017	Verden
Weit	4,01	Gerda Schwenn	23	GWH	21.09.1980	Holten
Kugel 4 kg	8,28	Birgit Schwers	62	SGT	09.09.2017	Kevelaer
Kugel 3 kg	9,86	Birgit Schwers	62	SGT	02.09.2017	Zella-Mehlis
Diskus 1 kg	27,13	Birgit Schwers	62	SGT	15.05.2017	Paderborn
Hammer 3 kg	23,48	Birgit Schwers	62	SGT	22.10.2017	Verden
Speer (500 g)	26,25	Birgit Schwers	62	SGT	22.10.2017	Verden
Dreikampf (50,W,K[4])	912	Inge Bischof 8,6-3,98-7,10	25	GWH	21.09.1980	Holten
Dreikampf (50,W,K[3])	608	Beate Preus 9,9-3,54-7,23	33	GWH	05.10.1988	Holten
Dreikampf (100,W,K[3])	1.503	Angela Felix 16,80-3,39-6,99	64	SGT	21.09.2019	OB-Sterkrade
Fünfkampf (100,W,K[3],H,800)	3.350	Birgit Schwers 16,67(+0,0)-3,60(-0,8)-9,86-1,21-2:49,98	62	SGT	02.09.2017	Zella-Mehlis
<b>Selten ausgetragene Disziplinen:</b>						
15 km	1:16:37	Ellen Kranz	51	LAV	01.03.2008	Duisburg
25 km	2:10:43	Ellen Kranz	51	LAV	04.11.2007	Bottrop