

# NLV-Kreis Emsland e.V.

## Kreisbestenliste 2023

Stand: 14.01.2024

[Männer](#)

[Frauen](#)

[Männliche Jugend U20](#)

[Männliche Jugend U18](#)

[Weibliche Jugend U20](#)

[Weibliche Jugend U18](#)

Männliche Jugend: [MJ U16](#) [M15](#) [M14](#) [MJ U14](#) [M13](#) [M12](#)

Weibliche Jugend: [WJ U16](#) [W15](#) [W14](#) [WJ U14](#) [W13](#) [W12](#)

Männliche Kinder: [MK U12](#) [M11](#) [M10](#) [MK U10](#) [M09](#) [M08](#)

Weibliche Kinder: [WK U12](#) [W11](#) [W10](#) [WK U10](#) [W09](#) [W08](#)

Senioren: [M30](#) [M35](#) [M40](#) [M45](#) [M50](#) [M55](#) [M60](#) [M65](#) [M70](#) [M75](#) [M80](#)

Seniorinnen: [W30](#) [W35](#) [W40](#) [W45](#) [W50](#) [W55](#) [W60](#) [W65](#) [W70](#) [W75](#)

## Männer

[100 m Lauf](#)

[200 m Lauf](#)

[400 m Lauf](#)

[800 m Lauf](#)

[1000 m Lauf](#)

[1500 m Lauf](#)

[1 Meilen-Lauf](#)

[5000 m Lauf](#)

[10000 m Lauf](#)

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[Hochsprung](#)

[Stabhochsprung](#)

[Weitsprung](#)

[Dreisprung](#)

[Kugelstoß](#)

[Diskuswurf](#)

[Hammerwurf](#)

[Speerwurf](#)

[Gewicht](#)

[5-Kampf](#)

[Wurf-Fünfkampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 10,86 | Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel    |            |
| Kreisrekord Emsland: | 10,68 | Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen            | 4.09.1982  |
| Kreisrekord Emsland: | 10,4  | Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup | 12.09.1965 |

|       |      |                     |      |                         |             |        |
|-------|------|---------------------|------|-------------------------|-------------|--------|
| 12,43 | -1,2 | Hagen, Lukas        | 2001 | TuS Haren               | Papenburg   | 29.09. |
| 12,78 | -0,2 | Nintemann, Daniel   | 2002 | LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen   | 27.08. |
| 13,08 | +1,4 | Horstkamp, Jannes   | 1999 | SV Groß Hesepe          | Delmenhorst | 14.07. |
| 13,27 | -1,2 | Scharmann, Johannes | 1997 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 29.09. |
| 14,31 | -1,1 | Krämer, Heiner      | 1964 | VfL Lingen              | Lingen      | 24.06. |

[zurück](#)

### 200 m Lauf

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 21,47 | Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel |           |
| Kreisrekord Emsland: | 21,43 | Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel | 2.07.2023 |

|       |      |                     |      |                   |             |        |
|-------|------|---------------------|------|-------------------|-------------|--------|
| 21,43 | +1,8 | Finke, Thorben      | 2004 | SV Sigiltra Sögel | Göttingen   | 02.07. |
| 24,70 | -0,1 | Hagen, Lukas        | 2001 | TuS Haren         | Papenburg   | 29.09. |
| 25,36 | -1,0 | Schnettberg, Dennis | 1990 | VfL Lingen        | Lingen      | 18.08. |
| 26,61 | +0,0 | Horstkamp, Jannes   | 1999 | SV Groß Hesepe    | Delmenhorst | 14.07. |
| 27,59 | -1,0 | Krannich, Ingmar    | 1977 | VfL Lingen        | Lingen      | 18.08. |

[zurück](#)

### 400 m Lauf

|                      |       |                                 |            |
|----------------------|-------|---------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 55,07 | Hagen, Lukas 2001 -- TuS Haren  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 48,10 | Klues, Heinz 1957 -- VfL Lingen | 12.06.1977 |

|       |                  |                        |             |        |
|-------|------------------|------------------------|-------------|--------|
| 48,13 | Finke, Thorben   | 2004 SV Sigiltra Sögel | Verden      | 10.06. |
| 54,55 | Hagen, Lukas     | 2001 TuS Haren         | Lingen      | 18.08. |
| 58,95 | Krannich, Ingmar | 1977 VfL Lingen        | Lingen      | 18.08. |
| 82,20 | Baumung, Jürgen  | 1955 VfL Lingen        | Delmenhorst | 04.08. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

|                      |         |   |           |
|----------------------|---------|---|-----------|
| Bestl. 2022:         | 2:15,69 | Krannich, Ingmar 1977 -- VfL Lingen     |           |
| Kreisrekord Emsland: | 1:51,09 | Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen | 5.06.2010 |

|         |                   |                      |                 |        |
|---------|-------------------|----------------------|-----------------|--------|
| 1:55,96 | Ricke, Jan-Niklas | 2000 SV Union Meppen | Braunschweig    | 18.06. |
| 2:07,87 | Hagen, Lukas      | 2001 TuS Haren       | Sonsbeck        | 17.09. |
| 2:11,28 | Krannich, Ingmar  | 1977 VfL Lingen      | Mönchengladbach | 13.08. |
| 3:12,66 | Baumung, Jürgen   | 1955 VfL Lingen      | Oldenburg       | 16.08. |

[zurück](#)

## 1000 m Lauf

|                      |         |   |            |
|----------------------|---------|---|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 2:24,51 | Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen | 30.07.2008 |
|----------------------|---------|---|------------|

|         |                 |                 |           |        |
|---------|-----------------|-----------------|-----------|--------|
| 4:02,19 | Baumung, Jürgen | 1955 VfL Lingen | Papenburg | 29.09. |
|---------|-----------------|-----------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## 1500 m Lauf

|                      |         |  |           |
|----------------------|---------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 6:06,25 | Dirschauer, Gerd 1962 -- VfL Lingen        |           |
| Kreisrekord Emsland: | 3:40,79 | Schlangen, Carsten 1980 -- SV Union Meppen | 2.07.2005 |

|         |                    |                     |             |        |
|---------|--------------------|---------------------|-------------|--------|
| 5:18,38 | Nägler, Ulrich     | 1991 VfL Lingen     | Rheine      | 16.04. |
| 5:20,33 | Horstkamp, Jannes  | 1999 SV Groß Hesepe | Delmenhorst | 17.09. |
| 5:48,39 | Benner, Oliver     | 1966 VfL Lingen     | Lingen      | 18.08. |
| 6:12,16 | Hartmann, Wladimir | 1982 VfL Lingen     | Lingen      | 18.08. |
| 6:16,50 | Dirschauer, Gerd   | 1962 VfL Lingen     | Lingen      | 18.08. |

[zurück](#)

## 1 Meilen-Lauf

|              |         |                                     |  |
|--------------|---------|-------------------------------------|--|
| Bestl. 2022: | 5:07,38 | Krannich, Ingmar 1977 -- VfL Lingen |  |
|--------------|---------|-------------------------------------|--|

|         |                  |                 |        |        |
|---------|------------------|-----------------|--------|--------|
| 5:05,5  | Krannich, Ingmar | 1977 VfL Lingen | Emden  | 27.06. |
| 6:51,77 | Baumung, Jürgen  | 1955 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |

[zurück](#)

## 5000 m Lauf

|                      |          |                                      |            |
|----------------------|----------|--------------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 16:39,70 | Schutte, Hendrik 1988 -- TuS Haren   |            |
| Kreisrekord Emsland: | 14:04,00 | Hutmacher, Ulrich 1946 -- VfL Lingen | 12.06.1976 |

|          |                         |                        |              |        |
|----------|-------------------------|------------------------|--------------|--------|
| 17:30,7  | Krannich, Ingmar        | 1977 VfL Lingen        | Emden        | 18.04. |
| 20:32,42 | Wilke, Ulrich           | 1968 SC Spelle-Venhaus | Bad Bentheim | 10.05. |
| 21:24,71 | Grabowsky, Klaus-Dieter | 1953 SC Spelle-Venhaus | Sarstedt     | 25.06. |

24:11,43 Baumung, Jürgen 1955 VfL Lingen Delmenhorst 04.08.

[zurück](#)

## 10000 m Lauf

Bestl. 2022: 36:46,92 Krannich, Ingmar 1977 -- VfL Lingen  
Kreisrekord Emsland: 30:44,60 Thünemann, Andreas 1964 -- TV Meppen 5.10.1983

48:51,6 Dirschauer, Gerd 1962 VfL Lingen Großenkneten 04.11.

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 15.500 Wöste, Claus 1983 -- SV DJK Eintracht Börger  
Kreisrekord Emsland: 19.082 Hutmacher, Ulrich 1946 -- VfL Lingen 28.03.1976

|        |                       |      |                         |              |        |
|--------|-----------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 14.500 | Gerdemann, Dirk       | 1979 | TuS Haren               | Börger       | 30.06. |
| 13.385 | Ennenga, Raimund      | 1986 | LG Papenburg/Aschendorf | Börger       | 30.06. |
| 13.360 | Schwarte, Andreas     | 1969 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 13.040 | Behnen, Werner        | 1962 | Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 12.740 | Veltrup, Hannes       | 1986 | TuS Haren               | Börger       | 30.06. |
| 12.150 | Henzen, Jens          | 1973 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 12.145 | Dirschauer, Gerd      | 1962 | VfL Lingen              | Großenkneten | 04.11. |
| 11.870 | Wilkens, Stefan       | 1992 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 11.730 | Antons, Stephan       | 1975 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 11.515 | Becker, Clemens       | 1986 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 11.350 | Olliges, Heinz        | 1968 | Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 10.550 | Kossen, Ansgar        | 1988 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 10.480 | Behnen, Stephan       | 1983 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 9.890  | Sievers, Martin       | 1961 | Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 9.810  | Müller, Jan-Bernd     | 1988 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 9.800  | Veltrup, Hermann      | 1951 | TuS Haren               | Börger       | 30.06. |
| 9.600  | Schadewaldt, Heinrich | 1965 | Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 9.280  | Geesken, Christian    | 1980 | SV DJK Eintracht Börger | Börger       | 30.06. |
| 8.685  | Weber, Andreas        | 1968 | Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 8.400  | Schmitz, Johannes     | 1965 | SV Surwold              | Börger       | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 15:36 Willenbrock, Jos 1999 -- VfL Lingen

|       |                         |      |                         |              |        |
|-------|-------------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 16:36 | Schutte, Hendrik        | 1988 | TuS Haren               | Schortens    | 19.08. |
| 17:21 | Willenbrock, Jos        | 1999 | VfL Lingen              | Meppen       | 02.09. |
| 17:46 | Krannich, Ingmar        | 1977 | VfL Lingen              | Emlichheim   | 26.05. |
| 17:51 | Hüer, Tobias            | 1993 | SV Union Meppen         | Emlichheim   | 26.05. |
| 18:11 | Heymann, Sebastian      | 1981 | SV Alemannia Salzbergen | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 18:43 | Hagen, Lukas            | 2001 | TuS Haren               | Meppen       | 02.09. |
| 20:21 | Schultz, Folkert        | 1981 | SuS Darne               | Lingen       | 04.06. |
| 20:23 | Eilermann, Stefan       | 1975 | SV Union Meppen         | Herzlake     | 16.09. |
| 21:07 | Grabowsky, Klaus-Dieter | 1953 | SC Spelle-Venhaus       | Lingen       | 04.06. |
| 21:11 | Benner, Oliver          | 1966 | VfL Lingen              | Emlichheim   | 26.05. |
| 21:22 | Schnebeck, Christian    | 1972 | SuS Darne               | Spelle       | 11.08. |
| 21:32 | Gerbrand, Kai           | 1998 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 23.04. |
| 21:44 | Jansen, Merlyn          | 1995 | VfL Lingen              | Steinfurt    | 10.06. |

|       |                   |      |                     |            |        |
|-------|-------------------|------|---------------------|------------|--------|
| 22:09 | Gravel, Christoph | 1969 | SV Grün-Weiß Dersum | Haselünne  | 05.05. |
| 22:11 | Hermesen, Helmut  | 1965 | Lauffreunde Emsland | Meppen     | 02.09. |
| 22:53 | Schulte, Niklas   | 1982 | VfL Lingen          | Lingen     | 04.06. |
| 23:14 | Kremer, Andreas   | 1970 | VfL Lingen          | Emlichheim | 26.05. |
| 23:20 | Mimjähner, Dirk   | 1977 | Haselünner SV       | Haselünne  | 05.05. |
| 23:28 | Dirschauer, Gerd  | 1962 | VfL Lingen          | Meppen     | 02.09. |
| 23:32 | Gloddek, Bertrand | 1961 | SV Union Meppen     | Meppen     | 02.09. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

|                      |       |                                       |           |
|----------------------|-------|---------------------------------------|-----------|
| Bestl. 2022:         | 34:12 | Schutte, Hendrik 1988 -- TuS Haren    |           |
| Kreisrekord Emsland: | 31:05 | Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen | 4.06.2005 |

|       |                    |      |                         |            |        |
|-------|--------------------|------|-------------------------|------------|--------|
| 34:24 | Schutte, Hendrik   | 1988 | TuS Haren               | Emlichheim | 26.05. |
| 35:01 | Heymann, Sebastian | 1981 | SV Alemannia Salzbergen | Emlichheim | 26.05. |
| 35:53 | Schröer, Julian    | 1995 | TuS Haren               | Meppen     | 02.09. |
| 35:57 | Veldhuis, Jan      | 1988 | SC Spelle-Venhaus       | Lingen     | 04.06. |
| 36:05 | Otting, Thomas     | 1987 | SV Concordia Emsbüren   | Lingen     | 04.06. |
| 37:08 | Krannich, Ingmar   | 1977 | VfL Lingen              | Lingen     | 04.06. |
| 37:17 | Egbers, Markus     | 1995 | SC Spelle-Venhaus       | Lingen     | 04.06. |
| 38:16 | Gerdemann, Frank   | 1975 | TuS Haren               | Emlichheim | 26.05. |
| 38:19 | Hermesen, Claas    | 2002 | LAV Meppen              | Meppen     | 02.09. |
| 38:48 | Hürer, Tobias      | 1993 | SV Union Meppen         | Papenburg  | 23.04. |

|       |                    |      |                       |            |        |
|-------|--------------------|------|-----------------------|------------|--------|
| 39:12 | Ginten, David      | 2001 | SC Spelle-Venhaus     | Herzlake   | 16.09. |
| 39:57 | Gerdemann, Dirk    | 1979 | TuS Haren             | Papenburg  | 23.04. |
| 40:20 | Achter, Georg      | 1966 | TuS Haren             | Meppen     | 02.09. |
| 40:49 | Kappen, Tim        | 1988 | SV Concordia Emsbüren | Emlichheim | 26.05. |
| 40:53 | Roetmann, Bernd    | 1988 | TuS Haren             | Papenburg  | 23.04. |
| 40:53 | Berghaus, Jürgen   | 1988 | SuS Darne             | Spelle     | 11.08. |
| 40:56 | Fockers, Andreas   | 1986 | SC Spelle-Venhaus     | Meppen     | 02.09. |
| 41:03 | Gries, Dr. Andreas | 1963 | SV Union Meppen       | Herzlake   | 16.09. |
| 41:22 | Knief, Norbert     | 1977 | SV Dalum              | Meppen     | 02.09. |
| 41:50 | Eilermann, Stefan  | 1975 | SV Union Meppen       | Meppen     | 02.09. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

|                      |         |   |            |
|----------------------|---------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 1:23:00 | Veldhuis, Jan 1988 -- SC Spelle-Venhaus |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1:07:36 | Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen   | 30.04.2006 |

|         |                       |      |                         |           |        |
|---------|-----------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 1:18:07 | Buss, Soeren          | 1987 | LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 15.10. |
| 1:19:18 | Heymann, Sebastian    | 1981 | SV Alemannia Salzbergen | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:19:30 | Wiggerthale, Julius   | 2000 | VfL Lingen              | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:24:54 | Berghaus, Jürgen      | 1988 | SuS Darne               | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:25:25 | Zumsande, Matthias    | 1993 | SuS Lehe                | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:26:49 | Otting, Thomas        | 1987 | SV Concordia Emsbüren   | Spelle    | 11.08. |
| 1:36:12 | Schoo, Heinz          | 1969 | Lauffreunde Emsland     | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:37:52 | van der Steege, Arjan | 1978 | Lauffreunde Emsland     | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:38:53 | Hennecke, Michael     | 1967 | VfL Lingen              | Paderborn | 08.04. |
| 1:38:53 | Benner, Oliver        | 1966 | VfL Lingen              | Köln      | 01.10. |

|         |                 |      |                     |          |        |
|---------|-----------------|------|---------------------|----------|--------|
| 1:41:01 | Behnen, Werner  | 1962 | Lauffreunde Emsland | Bawinkel | 08.04. |
| 1:43:27 | Gardewin, Jan   | 1969 | Lauffreunde Emsland | Bawinkel | 08.04. |
| 1:44:18 | Brockhaus, Knut | 1968 | VfL Lingen          | Hannover | 26.03. |
| 1:44:38 | Wöste, Rolf     | 1974 | SuS Darne           | Spelle   | 11.08. |
| 1:44:39 | Höving, Björn   | 1978 | SC Spelle-Venhaus   | Bremen   | 01.10. |

|         |                  |      |                     |           |        |
|---------|------------------|------|---------------------|-----------|--------|
| 1:44:45 | Schrader, Stefan | 1975 | Lauffreunde Emsland | Löningen  | 24.06. |
| 1:46:14 | Veltrup, Hannes  | 1986 | TuS Haren           | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:47:08 | Rüve, Christian  | 1971 | Lauffreunde Emsland | Oldenburg | 15.10. |
| 1:47:18 | Rieken, Jan      | 1975 | Lauffreunde Emsland | Löningen  | 24.06. |
| 1:48:23 | Beumer, Helmut   | 1966 | SC Spelle-Venhaus   | Bremen    | 01.10. |

[zurück](#)

## Marathon

|                      |         |  |            |
|----------------------|---------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:47:09 | Heymann, Sebastian 1981 -- SV Alemannia Salzbergen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:25:53 | Hutmacher, Ulrich 1946 -- VfL Lingen               | 24.04.1976 |

|         |                       |      |                         |            |        |
|---------|-----------------------|------|-------------------------|------------|--------|
| 2:55:56 | Heymann, Sebastian    | 1981 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 24.09. |
| 2:58:13 | Kubitscheck, Henrik   | 1993 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 24.09. |
| 3:03:34 | Kuhl, Marcus          | 1981 | Lauffreunde Emsland     | Oldenburg  | 15.10. |
| 3:21:24 | Egbers, Markus        | 1995 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:23:28 | Schoo, Heinz          | 1969 | Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |
| 3:23:28 | Fockers, Andreas      | 1986 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:24:47 | Siepkers, Stefan      | 1998 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 24.09. |
| 3:32:28 | Küpker, Eduard        | 1970 | SV Concordia Emsbüren   | Berlin     | 24.09. |
| 3:37:20 | Wilke, Ulrich         | 1968 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:39:37 | Hennecke, Michael     | 1967 | VfL Lingen              | Hamburg    | 23.04. |
| 3:40:09 | Schnorrenberg, Marcus | 1978 | SV Alemannia Salzbergen | Münster    | 03.09. |
| 3:42:14 | Rieken, Jan           | 1985 | Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |
| 3:43:23 | Achter, Heinz         | 1965 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:45:01 | Gardewin, Jan         | 1969 | Lauffreunde Emsland     | Lübeck     | 14.10. |
| 3:47:46 | Weßling, Michael      | 1963 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 24.09. |
| 3:53:55 | Breer, Hermann-Paul   | 1978 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 24.09. |
| 3:54:27 | Lohmann, Stefan       | 1978 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:57:13 | Rensmann, Bernhard    | 1964 | SV Bawinkel             | Salzkotten | 04.06. |
| 3:57:29 | Koopmann, Dirk        | 1978 | SuS Darne               | Löningen   | 24.06. |
| 3:58:26 | Henzen, Jens          | 1973 | Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |

[zurück](#)

## Hochsprung

|                      |      |   |           |
|----------------------|------|---|-----------|
| Bestl. 2022:         | 1,72 | Hagen, Lukas 2001 -- TuS Haren            |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2,20 | Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen | 6.06.1998 |

|      |                   |      |                         |           |        |
|------|-------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 1,69 | Nintemann, Daniel | 2002 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 1,66 | Niehaus, Ralf     | 1977 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 1,54 | Horstkamp, Jannes | 1999 | SV Groß Hesepe          | Lingen    | 06.05. |
| 1,26 | Velt, Heiner      | 1950 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |

[zurück](#)

## Stabhochsprung

|                      |      |   |            |
|----------------------|------|---|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 4,50 | Schwagmann, Norbert 1973 -- LG Papenburg/Aschendorf | 14.06.1992 |
|----------------------|------|---|------------|

|      |              |      |               |           |        |
|------|--------------|------|---------------|-----------|--------|
| 3,03 | Jaske, Dario | 1995 | SC Osterbrock | Papenburg | 21.06. |
|------|--------------|------|---------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Weitsprung

|              |      |   |
|--------------|------|---|
| Bestl. 2022: | 5,73 | Nintemann, Daniel 2002 -- LG Papenburg/Aschendorf |
|--------------|------|---|

Kreisrekord Emsland: 7,47 Gebert, Hans 1948 -- SV Sigiltra Sögel 31.05.1969

|      |      |                     |      |                         |             |        |
|------|------|---------------------|------|-------------------------|-------------|--------|
| 5,63 | +0,4 | Nintemann, Daniel   | 2002 | LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
| 5,60 | +0,0 | Hardt, Simon        | 1987 | VfL Lingen              | Papenburg   | 29.09. |
| 5,54 | +0,1 | Horstkamp, Jannes   | 1999 | SV Groß Hesepe          | Lingen      | 06.05. |
| 4,86 | +0,0 | Scharmann, Johannes | 1997 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 29.09. |
| 4,42 | -0,2 | Krämer, Heiner      | 1964 | VfL Lingen              | Lingen      | 24.06. |

[zurück](#)

## Dreisprung

Kreisrekord Emsland: 13,84 Suer, Friedrich 1966 -- SC Osterbrock 18.09.1993

|       |      |                   |      |                         |           |        |
|-------|------|-------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 11,41 | +1,2 | Nintemann, Daniel | 2002 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
|-------|------|-------------------|------|-------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022: 10,80 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 16,47 Spiller, Peter 1941 -- LG Papenburg/Aschendorf 7.09.1980

|       |  |                     |      |                         |        |        |
|-------|--|---------------------|------|-------------------------|--------|--------|
| 11,91 |  | Dickebohm, Johannes | 1985 | SC Osterbrock           | Dörpen | 15.04. |
| 10,71 |  | Obermüller, Andreas | 1974 | LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |
| 10,60 |  | Jaske, Dario        | 1995 | SC Osterbrock           | Lingen | 06.05. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2022: 32,37 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 45,76 Kieras, Günther 1961 -- TV Rütenbrock 8.05.1994

|       |  |                     |      |                         |             |        |
|-------|--|---------------------|------|-------------------------|-------------|--------|
| 35,99 |  | Dickebohm, Johannes | 1985 | SC Osterbrock           | Dörpen      | 15.04. |
| 35,05 |  | Jaske, Dario        | 1995 | SC Osterbrock           | Papenburg   | 21.06. |
| 32,20 |  | Pahl, Ralf          | 1968 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 21.06. |
| 31,20 |  | Obermüller, Andreas | 1974 | LG Papenburg/Aschendorf | Rheine      | 29.04. |
| 25,82 |  | Krone, Georg        | 1998 | SC Osterbrock           | Papenburg   | 21.06. |
| 23,27 |  | Krone, Silas        | 2003 | SC Osterbrock           | Aurich      | 27.07. |
| 23,07 |  | Horstkamp, Jannes   | 1999 | SV Groß Hesepe          | Delmenhorst | 17.09. |

[zurück](#)

## Hammerwurf 7.26kg

Bestl. 2022: 37,07 Krone, Georg 1998 -- SC Osterbrock  
Kreisrekord Emsland: 51,92 Kieras, Günther 1961 -- TV Rütenbrock 28.06.1995

|       |  |              |      |                  |           |        |
|-------|--|--------------|------|------------------|-----------|--------|
| 37,42 |  | Krone, Georg | 1998 | SC Osterbrock    | Aurich    | 27.07. |
| 36,99 |  | Pahl, Ralf   | 1968 | LG Emstal Dörpen | Papenburg | 21.06. |
| 30,36 |  | Krone, Silas | 2003 | SC Osterbrock    | Dissen    | 22.04. |
| 28,56 |  | Jaske, Dario | 1995 | SC Osterbrock    | Dissen    | 22.04. |

[zurück](#)

## Speerwurf 800 g

Bestl. 2022: 47,51 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 62,76 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Emstal Dörpen 26.05.1996

|       |                     |                              |                 |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------------|--------|
| 52,26 | Jansen, Max         | 1994 SC Osterbrock           | Dörpen          | 14.10. |
| 46,06 | Obermüller, Andreas | 1974 LG Papenburg/Aschendorf | Mönchengladbach | 13.08. |
| 43,48 | Jaske, Dario        | 1995 SC Osterbrock           | Dissen          | 22.04. |
| 41,49 | Zumsande, Hannes    | 1979 LG Emstal Dörpen        | Dörpen          | 15.04. |
| 38,09 | Niehaus, Ralf       | 1977 VfL Lingen              | Lingen          | 24.06. |
| 34,14 | Nintemann, Daniel   | 2002 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst     | 04.06. |
| 33,54 | Scharmman, Johannes | 1997 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg       | 29.09. |
| 24,36 | Horstkamp, Jannes   | 1999 SV Groß Hesepe          | Delmenhorst     | 17.09. |

[zurück](#)

## Gewicht

Kreisrekord Emsland: 14,44 Kieras, Günther 1961 -- TV Rütenbrock 4.10.2003

|      |              |                    |        |        |
|------|--------------|--------------------|--------|--------|
| 9,63 | Jaske, Dario | 1995 SC Osterbrock | Dissen | 22.04. |
|------|--------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 5-Kampf

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

Kreisrekord Emsland: 3.176 Buss, Heinz 1950 -- VfL Lingen 8.08.1971

|  |                   |                     |             |        |
|--|-------------------|---------------------|-------------|--------|
| 1.849                                      | Horstkamp, Jannes | 1999 SV Groß Hesepe | Delmenhorst | 17.09. |
| 5,01(+0,0)-24,36-26,76(+0,2)-23,07-5:20,33 |                   |                     |             |        |

[zurück](#)

## Wurf-Fünfkampf

### Hammer (7.26kg)-Kugel (7.26kg)-Diskus (2kg)-Speer (800g)-Gewicht (15.88kg)

|                             |              |                    |        |        |
|-----------------------------|--------------|--------------------|--------|--------|
| 2.228                       | Jaske, Dario | 1995 SC Osterbrock | Dissen | 22.04. |
| 28,56-9,28-32,21-43,48-9,63 |              |                    |        |        |

[zurück](#)

## Frauen

|                              |                              |                                   |                            |                              |                             |
|------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| <a href="#">100 m Lauf</a>   | <a href="#">200 m Lauf</a>   | <a href="#">400 m Lauf</a>        | <a href="#">800 m Lauf</a> | <a href="#">1500 m Lauf</a>  | <a href="#">3000 m Lauf</a> |
| <a href="#">5000 m Lauf</a>  | <a href="#">Stundenlauf</a>  | <a href="#">5 km Str.</a>         | <a href="#">10 km Str.</a> | <a href="#">Halbmarathon</a> | <a href="#">Marathon</a>    |
| <a href="#">100 m Hürden</a> | <a href="#">400 m Hürden</a> | <a href="#">4 x 100 m Staffel</a> | <a href="#">Hochsprung</a> | <a href="#">Weitsprung</a>   | <a href="#">Dreisprung</a>  |
| <a href="#">Kugelstoß</a>    | <a href="#">Diskuswurf</a>   | <a href="#">Hammerwurf</a>        | <a href="#">Speerwurf</a>  | <a href="#">5-Kampf</a>      | <a href="#">5-Kampf Ma.</a> |
| <a href="#">7-Kampf</a>      | <a href="#">7-Kampf Ma.</a>  | <a href="#">DMM Gruppe 3</a>      |                            |                              |                             |

[zurück zum Anfang](#)

## 100 m Lauf

Bestl. 2022: 13,28 Hardt, Wemke 1996 -- VfL Lingen  
 Kreisrekord Emsland: 11,71 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen 15.06.2019

|       |                     |                       |              |        |
|-------|---------------------|-----------------------|--------------|--------|
| 12,73 | +0,0 Jüngerink, Eva | 2003 SV Sparta Werlte | Delmenhorst  | 04.06. |
| 13,02 | -0,5 Koop, Jasmin   | 2002 TuS Haren        | Papenburg    | 29.09. |
| 13,20 | -0,8 Todt, Julia    | 2003 SV Union Meppen  | Braunschweig | 17.06. |
| 13,29 | -1,1 Hardt, Wemke   | 1996 VfL Lingen       | Delmenhorst  | 14.07. |
| 13,61 | -0,4 Sur, Charlotte | 2003 SV Union Meppen  | Lingen       | 06.05. |

|       |      |                        |                              |             |        |
|-------|------|------------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 13,90 | -0,4 | Leigers, Imke          | 2003 SV Union Meppen         | Lingen      | 06.05. |
| 13,91 | +0,0 | Griep, Nina            | 1999 SC Osterbrock           | Delmenhorst | 17.09. |
| 13,96 | -1,1 | Büter, Yvonne          | 1988 VfL Lingen              | Lingen      | 24.06. |
| 14,02 | -1,6 | Laux, Deborah          | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg   | 24.09. |
| 14,55 | -0,5 | Sinnigen, Laura        | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 29.09. |
| 14,68 | -1,1 | Schnettberg, Franziska | 1993 VfL Lingen              | Lingen      | 24.06. |
| 14,72 | -0,4 | Bröker, Ellen          | 1993 VfL Lingen              | Lingen      | 06.05. |
| 14,73 | -0,4 | Kartzinski, Viola      | 2003 SV Union Meppen         | Lingen      | 06.05. |
| 14,73 | -0,1 | Kuhr, Frieda           | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen   | 27.08. |

[zurück](#)

## 200 m Lauf

|                      |       |                                 |            |
|----------------------|-------|---------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 26,96 | Hardt, Wemke 1996 -- VfL Lingen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 24,05 | Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen | 23.06.2019 |

|       |      |                |                              |              |        |
|-------|------|----------------|------------------------------|--------------|--------|
| 26,49 | -0,3 | Jüngerink, Eva | 2003 SV Sparta Werlte        | Delmenhorst  | 04.06. |
| 26,79 | +1,6 | Böttcher, Anna | 2003 VfL Lingen              | Papenburg    | 13.05. |
| 27,02 | +0,0 | Todt, Julia    | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 27,12 | +0,7 | Hardt, Wemke   | 1996 VfL Lingen              | Sarstedt     | 20.08. |
| 27,54 | +0,7 | Sur, Charlotte | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 27,93 | +0,0 | Kettler, Mia   | 2003 VfL Lingen              | Bad Bevensen | 09.07. |
| 28,54 | +1,8 | Leigers, Imke  | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 29,59 | +0,7 | Laux, Deborah  | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 29,82 | +0,9 | Kuhr, Frieda   | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 30,81 | +0,7 | Bröker, Ellen  | 1993 VfL Lingen              | Lingen       | 06.05. |
| 30,93 | +0,7 | Albers, Sophia | 2001 TuS Haren               | Lingen       | 06.05. |

[zurück](#)

## 400 m Lauf

|                      |       |                                 |            |
|----------------------|-------|---------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 60,16 | Hardt, Wemke 1996 -- VfL Lingen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 55,57 | Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen  | 27.08.1994 |

|       |  |                |                 |           |        |
|-------|--|----------------|-----------------|-----------|--------|
| 60,40 |  | Hardt, Wemke   | 1996 VfL Lingen | Oldenburg | 16.08. |
| 62,06 |  | Böttcher, Anna | 2003 VfL Lingen | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

|                      |         |  |            |
|----------------------|---------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:29,85 | Antons, Lisa 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:02,62 | Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen               | 22.07.1995 |

|         |  |                |                              |              |        |
|---------|--|----------------|------------------------------|--------------|--------|
| 2:26,30 |  | Hardt, Wemke   | 1996 VfL Lingen              | Melle        | 25.08. |
| 2:28,60 |  | Böttcher, Anna | 2003 VfL Lingen              | Papenburg    | 14.05. |
| 2:32,47 |  | Antons, Lisa   | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg    | 24.09. |
| 2:33,04 |  | Kettler, Mia   | 2003 VfL Lingen              | Bad Bevensen | 09.07. |
| 2:41,87 |  | Todt, Julia    | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 14.05. |
| 2:45,79 |  | Sur, Charlotte | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 14.05. |
| 2:46,86 |  | Leigers, Imke  | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 14.05. |
| 3:00,18 |  | Kuhr, Frieda   | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 14.05. |
| 3:03,06 |  | Griep, Nina    | 1999 SC Osterbrock           | Delmenhorst  | 17.09. |

[zurück](#)



## 1500 m Lauf

Bestl. 2022: 4:56,57 Backsmann, Sarah 1993 -- VfL Lingen  
Kreisrekord Emsland: 4:09,12 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 30.07.1995

4:32,33 Heymann, Nele 2003 TuS Haren Göttingen 01.07.

[zurück](#)

## 3000 m Lauf

Bestl. 2022: 10:53,19 Backsmann, Sarah 1993 -- VfL Lingen  
Kreisrekord Emsland: 9:11,13 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 12.05.2011

11:35,62 Senker, Anna 1990 VfL Lingen Melle 25.08.

[zurück](#)

## 5000 m Lauf

Bestl. 2022: 20:02,44 Antons, Lisa 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 15:54,00 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 25.05.2011

19:25,33 Antons, Lisa 2000 LG Papenburg/Aschendorf Delmenhorst 04.06.

19:53,66 Senker, Anna 1990 VfL Lingen Lingen 06.05.

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 13.200 Antons, Lisa 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 14.750 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 3.10.2010

12.010 Ubbenjans, Nadine 1996 SV DJK Eintracht Börger Börger 30.06.

11.100 Over-Deymann, Sandra 1972 Lauffreunde Emsland Börger 30.06.

10.800 Bloem, Jessica 1986 LG Papenburg/Aschendorf Börger 30.06.

9.720 Anette, Behnen 1962 Lauffreunde Emsland Börger 30.06.

9.720 Behnen, Anette 1964 Lauffreunde Emsland Börger 30.06.

9.460 Albers, Brigitte 1984 SV DJK Eintracht Börger Börger 30.06.

8.150 Lammers, Ruth 1969 Lauffreunde Emsland Börger 30.06.

8.150 Feldhues, Sandra 1980 Lauffreunde Emsland Börger 30.06.

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 18:36 Backsmann, Sarah 1993 -- VfL Lingen

18:27 Backsmann, Sarah 1993 VfL Lingen Herzlake 16.09.

19:15 Antons, Lisa 2000 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 23.04.

19:57 Senker, Anna 1990 VfL Lingen Emlichheim 26.05.

21:10 Heinig, Mareike 1980 VfL Lingen Emlichheim 26.05.

22:07 Wargers, Judith 1988 SV Alemannia Salzbergen Lingen 04.06.

22:11 Ubbenjans, Nadine 1996 SV DJK Eintracht Börger Herzlake 16.09.

22:16 Triphaus, Franziska 2003 SV Bawinkel Haselünne 05.05.

23:02 Vorloeper, Frauke 1997 SV Germania Twist Emlichheim 26.05.

23:10 Pelzer, Laura 1992 TuS Haren Herzlake 16.09.

23:17 Albers, Sophia 2001 TuS Haren Papenburg 23.04.

24:00 Telgen, Pia 2008 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 23.04.

|       |                  |                              |           |        |
|-------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 24:24 | Lübbers, Claudia | 1966 LAV Meppen              | Papenburg | 23.04. |
| 24:37 | Behrendt, Sandra | 1978 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 24:56 | Behling, Ilona   | 1978 SV Alemannia Salzbergen | Papenburg | 23.04. |
| 24:58 | Dall, Anke       | 1964 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 25:10 | Danilova, Sofia  | 2007 VfL Lingen              | Lingen    | 04.06. |
| 25:13 | Krieger, Daniela | 1969 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 25:24 | Fiedler, Heike   | 1974 VfL Lingen              | Lingen    | 04.06. |
| 25:41 | Bickers, Heike   | 1966 VfL Lingen              | Lingen    | 04.06. |
| 25:55 | Heskamp, Maria   | 1992 SC Spelle-Venhaus       | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

|                      |       |                                   |            |
|----------------------|-------|-----------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 37:39 | Lechowicz, Anna 1985 -- TuS Haren |            |
| Kreisrekord Emsland: | 34:55 | Heymann, Nele 2003 -- TuS Haren   | 16.04.2023 |

|       |                        |                              |              |        |
|-------|------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 34:55 | Heymann, Nele          | 2003 TuS Haren               | Uelzen       | 16.04. |
| 37:08 | Fritz, Wiebke          | 1989 VfL Lingen              | Emlichheim   | 26.05. |
| 37:47 | Backsmann, Sarah       | 1993 VfL Lingen              | Emlichheim   | 26.05. |
| 39:47 | Lechowicz, Anna        | 1985 TuS Haren               | Papenburg    | 23.04. |
| 40:14 | Büttner, Nina          | 1995 TuS Haren               | Haselünne    | 05.05. |
| 40:47 | Antons, Lisa           | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Uelzen       | 16.04. |
| 41:38 | Senker, Anna           | 1990 VfL Lingen              | Oldenburg    | 15.10. |
| 42:43 | Knipper, Ulrike        | 1978 Lauffreunde Emsland     | Meppen       | 02.09. |
| 43:50 | Drees, Linda           | 1993 SC Spelle-Venhaus       | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 47:28 | Over-Deymann, Sandra   | 1972 Lauffreunde Emsland     | Meppen       | 02.09. |
| 47:54 | Wargers, Judith        | 1988 SV Alemannia Salzbergen | Emlichheim   | 26.05. |
| 48:55 | Wiemker, Annette       | 1966 LG Papenburg/Aschendorf | Uelzen       | 16.04. |
| 49:34 | Triphaus, Franziska    | 2003 SV Bawinkel             | Lingen       | 04.06. |
| 49:46 | Bohnen, Cornelia       | 1964 SC Spelle-Venhaus       | Meppen       | 02.09. |
| 51:38 | Albers, Sophia         | 2001 TuS Haren               | Emlichheim   | 26.05. |
| 52:12 | Bloem, Jessica         | 1986 LG Papenburg/Aschendorf | Uelzen       | 16.04. |
| 52:39 | Bruns, Frauke          | 1986 SV Union Meppen         | Haselünne    | 05.05. |
| 52:45 | Haake, Katrin          | 1980 Lauffreunde Emsland     | Herzlake     | 16.09. |
| 52:59 | Strücker, Dorothee     | 1970 SC Spelle-Venhaus       | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 54:07 | Kämmerling, Christiane | 1970 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 23.04. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

|                      |         |   |            |
|----------------------|---------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 1:39:33 | Drees, Linda 1993 -- SC Spelle-Venhaus      |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1:18:09 | Möller, Michaela 1973 -- SV Holtensia Holte | 22.03.1997 |

|         |                      |                              |           |        |
|---------|----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1:24:45 | Lechowicz, Anna      | 1985 TuS Haren               | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:24:59 | Fritz, Wiebke        | 1989 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 1:32:04 | Büttner, Nina        | 1995 TuS Haren               | Köln      | 01.10. |
| 1:39:18 | Knipper, Ulrike      | 1978 SV Sigiltra Sögel       | Gütersloh | 05.11. |
| 1:39:56 | Ubbenjans, Nadine    | 1996 SV DJK Eintracht Börger | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:40:55 | Heinig, Mareike      | 1980 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 1:43:00 | Werner, Daniela      | 1976 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 1:47:00 | Lübbers, Jennifer    | 1985 SV Bawinkel             | Köln      | 01.10. |
| 1:48:47 | Krieger, Daniela     | 1969 VfL Lingen              | Löningen  | 24.06. |
| 1:50:18 | Mersmann, Maria      | 1966 SV Lengerich-Handrup    | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:52:22 | Heskamp, Kathy       | 1974 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 1:54:03 | Over-Deymann, Sandra | 1972 Lauffreunde Emsland     | Hannover  | 26.03. |
| 1:55:05 | Tenkleve, Mareike    | 1993 SC Spelle-Venhaus       | Spelle    | 11.08. |

|         |                   |                              |           |        |
|---------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1:56:09 | Bruns, Frauke     | 1986 SV Union Meppen         | Berlin    | 02.04. |
| 1:56:45 | Gentle, Michaela  | 1970 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 02.04. |
| 1:58:28 | Haake, Katrin     | 1981 Lauffreunde Emsland     | Hannover  | 26.03. |
| 2:00:25 | Behrendt, Sandra  | 1978 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 2:00:37 | Künnemann, Renate | 1968 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 02.04. |
| 2:01:29 | Lübbbers, Claudia | 1966 LAV Meppen              | Hannover  | 26.03. |
| 2:01:38 | Euskirchen, Conny | 1966 VfL Lingen              | Paderborn | 08.04. |

[zurück](#)

## Marathon

|                      |         |  |            |
|----------------------|---------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 3:53:55 | Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:55:55 | Fritz, Wiebke 1989 -- VfL Lingen             | 24.09.2023 |

|         |                       |                              |           |        |
|---------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:55:55 | Fritz, Wiebke         | 1989 VfL Lingen              | Berlin    | 24.09. |
| 3:46:47 | Kock-Neehoff, Daniela | 1981 VfL Lingen              | Oldenburg | 15.10. |
| 3:46:59 | Drees, Linda          | 1993 SC Spelle-Venhaus       | Bremen    | 01.10. |
| 3:50:25 | Stolte, Barbara       | 1997 VfL Lingen              | Münster   | 03.09. |
| 3:51:23 | Bohnen, Cornelia      | 1964 SC Spelle-Venhaus       | Bremen    | 01.10. |
| 3:55:02 | Wargers, Judith       | 1988 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |
| 4:00:22 | Schleenvogt, Claudia  | 1987 SV Bawinkel             | Frankfurt | 29.10. |
| 4:21:01 | Mersmann, Maria       | 1966 SV Lengerich-Handrup    | Berlin    | 24.09. |
| 4:21:20 | Schepers, Birgit      | 1980 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |
| 4:27:48 | Künnemann, Renate     | 1968 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |

|         |                          |                              |           |        |
|---------|--------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 4:28:14 | Haake, Katrin            | 1980 Lauffreunde Emsland     | Lübeck    | 14.10. |
| 4:29:59 | Over-Deymann, Sandra     | 1972 Lauffreunde Emsland     | Lübeck    | 14.10. |
| 4:30:44 | Amegashie, Carolin       | 1978 TV Meppen               | Berlin    | 24.09. |
| 4:30:45 | Nüße, Marion             | 1968 Lauffreunde Emsland     | Hannover  | 26.03. |
| 4:30:58 | Gentle, Michaela         | 1970 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |
| 4:40:20 | Robben, Franziska        | 1997 Lauffreunde Emsland     | Köln      | 01.10. |
| 4:42:56 | Euskirchen, Conny        | 1966 VfL Lingen              | Hamburg   | 23.04. |
| 4:48:04 | Friedrich-Meier, Susanne | 1962 Lauffreunde Emsland     | Frankfurt | 29.10. |
| 4:50:26 | Abrams-Böwer, Petra      | 1966 Lauffreunde Emsland     | Hamburg   | 23.04. |
| 5:32:51 | Seybering, Elisabeth     | 1953 VfL Lingen              | Frankfurt | 29.10. |

[zurück](#)

## 100 m Hürden 0.838m

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 17,97 | Grönniger, Laura 1997 -- SV Germania Twist         |            |
| Kreisrekord Emsland: | 14,59 | Spiller, Christina 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf | 26.06.1999 |
| Kreisrekord Emsland: | 14,3  | Ganseforth, Annette 1970 -- LG Emtal Dörpen        | 15.05.1988 |

|       |                     |                              |              |        |
|-------|---------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 15,71 | +0,0 Kettler, Mia   | 2003 VfL Lingen              | Bad Bevensen | 08.07. |
| 16,43 | +0,7 Böttcher, Anna | 2003 VfL Lingen              | Papenburg    | 13.05. |
| 16,72 | +0,0 Sur, Charlotte | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 16,75 | +0,7 Todt, Julia    | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 16,95 | +1,0 Leigers, Imke  | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 19,50 | +0,3 Kuhr, Frieda   | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |

[zurück](#)

## 400 m Hürden 0.762m

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 69,87 | Hardt, Wemke 1996 -- VfL Lingen           |            |
| Kreisrekord Emsland: | 62,05 | Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werlte | 18.06.2011 |
| Kreisrekord Emsland: | 61,9  | Wiegmann, Annette 1958 -- VfL Lingen      | 4.05.1978  |

|       |                |                 |             |        |
|-------|----------------|-----------------|-------------|--------|
| 67,83 | Böttcher, Anna | 2003 VfL Lingen | Delmenhorst | 29.04. |
| 68,36 | Hardt, Wemke   | 1996 VfL Lingen | Sarstedt    | 20.08. |

[zurück](#)

#### 4 x 100 m Staffel

|                      |       |                         |  |            |
|----------------------|-------|-------------------------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 51,91 | LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 48,96 | TV Papenburg            |  | 14.06.1997 |

|       |   |  |           |        |
|-------|---|--|-----------|--------|
| 51,35 | LG Papenburg/Aschendorf I   |  | Oldenburg | 24.09. |
|       | Laux, Deborah (2000); Lücht, Merle (2003); Kuhr, Grete (2004); Kuhr, Ann-Kathrin (2005)           |  |           |        |
| 53,69 | LG Papenburg/Aschendorf II  |  | Oldenburg | 24.09. |
|       | Krüger, Laura (2006); Goldenstein, Lotte (2006); Dillmann, Milena (2007); Kisser, Angelina (2007) |  |           |        |

[zurück](#)

#### Hochsprung

|                      |      |   |  |            |
|----------------------|------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1,49 | Grönniger, Laura 1997 -- SV Germania Twist        |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1,77 | Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf |  | 16.06.1986 |

|      |                   |                              |             |        |
|------|-------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 1,52 | Kettler, Mia      | 2003 VfL Lingen              | Papenburg   | 13.05. |
| 1,52 | Kuhr, Frieda      | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg   | 24.09. |
| 1,50 | Rhode, Alina      | 2001 SC Osterbrock           | Zeven       | 28.05. |
| 1,48 | Sur, Charlotte    | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 13.05. |
| 1,47 | Todt, Julia       | 2003 SV Union Meppen         | Delmenhorst | 17.09. |
| 1,44 | Leigers, Imke     | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 13.05. |
| 1,32 | Böttcher, Anna    | 2003 VfL Lingen              | Papenburg   | 13.05. |
| 1,27 | Griep, Nina       | 1999 SC Osterbrock           | Delmenhorst | 17.09. |
| 1,27 | Kartzinski, Viola | 2003 SV Union Meppen         | Delmenhorst | 17.09. |

[zurück](#)

#### Weitsprung

|                      |      |   |  |            |
|----------------------|------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 4,97 | Sprengel, Melissa 2002 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 6,48 | Ganseforth, Annette 1970 -- LG Emstal Dörpen      |  | 12.08.1989 |

|      |                        |                              |              |        |
|------|------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 5,32 | +0,6 Jüngerink, Eva    | 2003 SV Sparta Werlte        | Lingen       | 06.05. |
| 5,11 | +0,0 Griep, Nina       | 1999 SC Osterbrock           | Delmenhorst  | 04.06. |
| 5,05 | +0,2 Kettler, Mia      | 2003 VfL Lingen              | Bad Bevensen | 09.07. |
| 5,03 | -0,1 Todt, Julia       | 2003 SV Union Meppen         | Lingen       | 06.05. |
| 4,99 | -0,3 Sur, Charlotte    | 2003 SV Union Meppen         | Lingen       | 06.05. |
| 4,95 | -1,3 Lücht, Merle      | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen    | 27.08. |
| 4,75 | +0,6 Leigers, Imke     | 2003 SV Union Meppen         | Delmenhorst  | 04.06. |
| 4,60 | -0,2 Büter, Yvonne     | 1988 VfL Lingen              | Lingen       | 18.08. |
| 4,58 | +0,0 Böttcher, Anna    | 2003 VfL Lingen              | Papenburg    | 14.05. |
| 4,40 | +1,3 Laux, Deborah     | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 22.04. |
| 4,33 | -0,4 Kuhr, Frieda      | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 14.05. |
| 4,11 | +0,6 Kartzinski, Viola | 2003 SV Union Meppen         | Delmenhorst  | 17.09. |

[zurück](#)

#### Dreisprung

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 8,38  | Laux, Deborah 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 12,80 | Herbers, Maria 1974 -- SC Osterbrock          |  | 29.06.1997 |

|      |                    |                              |           |        |
|------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 9,93 | -2,0 Lücht, Merle  | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen | 27.08. |
| 9,92 | -0,9 Laux, Deborah | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen | 27.08. |

[zurück](#)

### Kugelstoß 4 kg

|                      |       |   |  |           |
|----------------------|-------|---|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 14,06 | Leigers, Nadine 2002 -- SC Osterbrock   |  |           |
| Kreisrekord Emsland: | 14,59 | Hermes, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen |  | 3.10.1999 |

|       |                    |                              |               |        |
|-------|--------------------|------------------------------|---------------|--------|
| 14,30 | Leigers, Nadine    | 2002 SC Osterbrock           | Halle (Saale) | 21.05. |
| 12,28 | Lücht, Merle       | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Braunschweig  | 18.06. |
| 10,80 | Sinnigen, Laura    | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg     | 24.09. |
| 10,45 | Vesper, Anneke     | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Zeven         | 28.05. |
| 10,45 | Todt, Julia        | 2003 SV Union Meppen         | Molbergen     | 27.08. |
| 10,27 | Kettler, Mia       | 2003 VfL Lingen              | Papenburg     | 13.05. |
| 10,14 | Penning, Christina | 1987 SC Osterbrock           | Lingen        | 24.06. |
| 9,25  | Leigers, Imke      | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg     | 13.05. |
| 9,07  | Rhode, Alina       | 2001 SC Osterbrock           | Zeven         | 28.05. |
| 8,78  | Kuhr, Frieda       | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg     | 13.05. |
| 8,64  | Kartzinski, Viola  | 2003 SV Union Meppen         | Lingen        | 06.05. |
| 8,35  | Griep, Nina        | 1999 SC Osterbrock           | Delmenhorst   | 17.09. |
| 8,16  | Lenger, Nele       | 2002 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg     | 29.09. |
| 7,39  | Sur, Charlotte     | 2003 SV Union Meppen         | Dörpen        | 15.04. |
| 6,51  | Albers, Sophia     | 2001 TuS Haren               | Lingen        | 06.05. |
| 5,84  | Böttcher, Anna     | 2003 VfL Lingen              | Papenburg     | 13.05. |

[zurück](#)

### Diskuswurf 1 kg

|                      |       |                                       |  |           |
|----------------------|-------|---------------------------------------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 33,77 | Leigers, Nadine 2002 -- SC Osterbrock |  |           |
| Kreisrekord Emsland: | 44,40 | Braun, Renate 1965 -- SV Groß Hesepe  |  | 2.06.1990 |

|       |                    |                              |             |        |
|-------|--------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 44,20 | Lücht, Merle       | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Lübeck      | 24.06. |
| 37,01 | Dekic, Magdalena   | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Zeven       | 28.05. |
| 34,19 | Sinnigen, Laura    | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 25.03. |
| 33,46 | Leigers, Nadine    | 2002 SC Osterbrock           | Bremen      | 03.10. |
| 32,15 | Penning, Christina | 1987 SC Osterbrock           | Lingen      | 24.06. |
| 30,37 | Griep, Nina        | 1999 SC Osterbrock           | Dörpen      | 14.10. |
| 29,74 | Frericks, Meta     | 2001 VfL Lingen              | Dörpen      | 15.04. |
| 28,35 | Jansen, Rebecca    | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
| 27,23 | Vesper, Anneke     | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 21.06. |
| 25,40 | Borth, Nicole      | 1999 VfL Lingen              | Dörpen      | 15.04. |
| 24,64 | Leigers, Imke      | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 29.09. |
| 23,41 | Todt, Julia        | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 29.09. |
| 22,75 | Kuhr, Frieda       | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 29.09. |
| 19,95 | Kartzinski, Viola  | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 29.09. |

[zurück](#)

### Hammerwurf 4 kg

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 50,08 | Dekic, Magdalena /CRO 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf |  | 11.06.2021 |
|----------------------|-------|---|--|------------|

|       |                  |                              |           |        |
|-------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 47,79 | Dekic, Magdalena | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |
| 42,05 | Lücht, Merle     | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |
| 35,62 | Vesper, Anneke   | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 27.07. |

|       |                    |                              |              |        |
|-------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 32,58 | Penning, Christina | 1987 SC Osterbrock           | Bremen       | 03.10. |
| 27,02 | Leigers, Nadine    | 2002 SC Osterbrock           | Dissen       | 22.04. |
| 25,56 | Jansen, Rebecca    | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Braunschweig | 18.06. |

[zurück](#)

## Speerwurf 600 g

|                      |       |                                     |  |            |
|----------------------|-------|-------------------------------------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 35,80 | Borth, Nicole 1999 -- VfL Lingen    |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 42,18 | Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen |  | 21.08.2021 |

|       |                 |                              |             |        |
|-------|-----------------|------------------------------|-------------|--------|
| 36,51 | Todt, Julia     | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 14.05. |
| 36,08 | Kettler, Mia    | 2003 VfL Lingen              | Papenburg   | 14.05. |
| 33,09 | Lücht, Merle    | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen      | 15.04. |
| 32,35 | Borth, Nicole   | 1999 VfL Lingen              | Dörpen      | 15.04. |
| 29,00 | Kuhr, Frieda    | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
| 28,04 | Vesper, Anneke  | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen      | 06.05. |
| 23,79 | Sinnigen, Laura | 2000 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 29.09. |
| 22,35 | Leigers, Imke   | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg   | 14.05. |
| 21,27 | Jansen, Rebecca | 2003 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
| 21,25 | Böttcher, Anna  | 2003 VfL Lingen              | Papenburg   | 14.05. |

|       |                   |                      |        |        |
|-------|-------------------|----------------------|--------|--------|
| 19,80 | Kartzinski, Viola | 2003 SV Union Meppen | Dörpen | 15.04. |
| 18,35 | Sur, Charlotte    | 2003 SV Union Meppen | Dörpen | 15.04. |

[zurück](#)

## 5-Kampf

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

|                      |       |                                      |  |           |
|----------------------|-------|--------------------------------------|--|-----------|
| Kreisrekord Emsland: | 3.318 | Herbers, Maria 1974 -- SC Osterbrock |  | 1.10.2000 |
|----------------------|-------|--------------------------------------|--|-----------|

|       |  |                      |             |        |
|-------|--|----------------------|-------------|--------|
| 2.899 | Todt, Julia                              | 2003 SV Union Meppen | Delmenhorst | 17.09. |
|       | 13,23(+0,0)-4,93(+0,3)-9,89-1,47-2:44,83 |                      |             |        |
| 2.525 | Sur, Charlotte                           | 2003 SV Union Meppen | Delmenhorst | 17.09. |
|       | 13,79(+0,1)-4,94(+0,1)-7,27-1,43-2:51,39 |                      |             |        |
| 2.500 | Leigers, Imke                            | 2003 SV Union Meppen | Delmenhorst | 17.09. |
|       | 13,90(+0,0)-4,61(+0,0)-9,15-1,39-2:51,53 |                      |             |        |
| 2.270 | Griep, Nina                              | 1999 SC Osterbrock   | Delmenhorst | 17.09. |
|       | 13,91(+0,0)-4,83(+0,1)-8,35-1,27-3:03,06 |                      |             |        |
| 1.619 | Kartzinski, Viola                        | 2003 SV Union Meppen | Delmenhorst | 17.09. |
|       | 14,78(+0,0)-4,11(+0,6)-8,31-1,27-a       |                      |             |        |

[zurück](#)

## 5-Kampf Ma.

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

|                      |       |                 |  |            |
|----------------------|-------|-----------------|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 7.924 | SV Union Meppen |  | 17.09.2023 |
|----------------------|-------|-----------------|--|------------|

|       |   |  |             |        |
|-------|---|--|-------------|--------|
| 7.924 | SV Union Meppen   |  | Delmenhorst | 17.09. |
|       | Todt, Julia (2003) - 2.899; Sur, Charlotte (2003) - 2.525; Leigers, Imke (2003) - 2.500 |  |             |        |

[zurück](#)

## 7-Kampf

### 100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m

|              |       |  |  |  |
|--------------|-------|--|--|--|
| Bestl. 2022: | 3.700 | Grönniger, Laura 1997 -- SV Germania Twist |  |  |
|--------------|-------|--|--|--|

|       |   |                              |              |                   |
|-------|---|------------------------------|--------------|-------------------|
| 4.286 | Kettler, Mia  | 2003 VfL Lingen              | Bad Bevensen | 08.07./<br>09.07. |
|       | 15,71(+0,0)-1,48-10,13-27,93(+0,0)/5,05(+0,2)-33,05-2:33,04 |                              |              |                   |
| 4.058 | Todt, Julia   | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05./<br>14.05. |
|       | 16,75(+0,7)-1,44-10,00-27,02(+0,0)/4,73(-0,1)-36,51-2:41,87 |                              |              |                   |
| 3.552 | Böttcher, Anna  | 2003 VfL Lingen              | Papenburg    | 13.05./<br>14.05. |
|       | 16,43(+0,7)-1,32-5,84-26,79(+1,6)/4,58(+0,0)-21,25-2:28,60  |                              |              |                   |
| 3.505 | Sur, Charlotte  | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05./<br>14.05. |
|       | 16,72(+0,0)-1,48-7,11-27,54(+0,7)/4,85(+0,0)-17,42-2:45,79  |                              |              |                   |
| 3.427 | Leigers, Imke   | 2003 SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05./<br>14.05. |
|       | 16,95(+1,0)-1,44-9,25-28,54(+1,8)/4,27(+0,0)-22,35-2:46,86  |                              |              |                   |
| 3.059 | Kuhr, Frieda  | 2001 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05./<br>14.05. |
|       | 19,50(+0,3)-1,48-8,78-29,82(+0,9)/4,33(-0,4)-27,02-3:00,18  |                              |              |                   |

[zurück](#)

## 7-Kampf Ma.

### 100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m

Kreisrekord Emsland: 13.490 LG Papenburg/Aschendorf

7.08./08.08.1997

|        |   |           |                   |
|--------|---|-----------|-------------------|
| 10.990 | SV Union Meppen   | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
|        | Todt, Julia (2003) - 4.058; Sur, Charlotte (2003) - 3.505; Leigers, Imke (2003) - 3.427   |           |                   |
| 10.952 | VfL Lingen  | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
|        | Kettler, Mia (2003) - 4.081; Böttcher, Anna (2003) - 3.552; Ivanov, Ksenia (2006) - 3.319 |           |                   |

[zurück](#)

## DMM Gruppe 3

Bestl. 2022: 7.537 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 7.568 LG Papenburg/Aschendorf

24.09.2023

|       |                         |           |        |
|-------|-------------------------|-----------|--------|
| 7.568 | LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 24.09. |
|-------|-------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Männliche Jugend U20

[100 m Lauf](#)  
[4 x 100 m Staffel](#)[200 m Lauf](#)  
[Hochsprung](#)[400 m Lauf](#)  
[Weitsprung](#)[5000 m Lauf](#)  
[Kugelstoß](#)[5 km Str.](#)  
[Speerwurf](#)[10 km Str.](#)  
[5-Kampf](#)[zurück zum Anfang](#)

## 100 m Lauf

Bestl. 2022: 10,86 Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel  
Kreisrekord Emsland: 10,71 Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen  
Kreisrekord Emsland: 10,4 Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup

9.08.1980

12.09.1965

|       |      |                      |                        |           |        |
|-------|------|----------------------|------------------------|-----------|--------|
| 11,00 | -0,1 | Finke, Thorben       | 2004 SV Sigiltra Sögel | Zeven     | 27.05. |
| 11,13 | +0,3 | Lillie, Torben       | 2005 VfL Lingen        | Zeven     | 28.05. |
| 12,41 | +0,7 | Connemann, Christian | 2005 LG Emstal Dörpen  | Papenburg | 13.05. |
| 12,44 | -0,7 | Tieben, Patrick      | 2005 TuS Haren         | Lingen    | 06.05. |
| 14,04 | -0,2 | Bormes, Fabian       | 2005 Haselünner SV     | Molbergen | 06.05. |

[zurück](#)

## 200 m Lauf

Bestl. 2022: 21,47 Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel  
Kreisrekord Emsland: 21,43 Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel 2.07.2023

|       |      |                |      |                   |           |        |
|-------|------|----------------|------|-------------------|-----------|--------|
| 21,43 | +1,8 | Finke, Thorben | 2004 | SV Sigiltra Sögel | Göttingen | 02.07. |
| 22,51 | -0,7 | Lillie, Torben | 2005 | VfL Lingen        | Hannover  | 13.05. |

[zurück](#)

## 400 m Lauf

Kreisrekord Emsland: 48,13 Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel 10.06.2023

|       |  |                      |      |                   |           |        |
|-------|--|----------------------|------|-------------------|-----------|--------|
| 48,13 |  | Finke, Thorben       | 2004 | SV Sigiltra Sögel | Verden    | 10.06. |
| 60,20 |  | Connemann, Christian | 2005 | LG Emstal Dörpen  | Papenburg | 13.05. |
| 60,63 |  | Tieben, Patrick      | 2005 | TuS Haren         | Rheine    | 16.04. |

[zurück](#)

## 5000 m Lauf

Kreisrekord Emsland: 14:15,0 Gebhardt, Peter 1955 -- VfL Lingen 25.05.1974

|          |  |                |      |                   |           |        |
|----------|--|----------------|------|-------------------|-----------|--------|
| 21:41,98 |  | Stappers, Nico | 2005 | SC Spelle-Venhaus | Rheine    | 16.04. |
| 23:49,32 |  | Albers, Nils   | 2005 | TuS Haren         | Papenburg | 29.09. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

|       |  |                   |      |                     |           |        |
|-------|--|-------------------|------|---------------------|-----------|--------|
| 18:41 |  | Tenkleve, Max     | 2005 | SC Spelle-Venhaus   | Spelle    | 11.08. |
| 21:53 |  | Stappers, Nico    | 2005 | SC Spelle-Venhaus   | Lingen    | 04.06. |
| 22:42 |  | Albers, Nils      | 2005 | TuS Haren           | Haselünne | 05.05. |
| 22:54 |  | Gravel, Christoph | 1969 | SV Grün-Weiß Dersum | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Kreisrekord Emsland: 32:05 Otting, Thomas 1987 -- SV Concordia Emsbüren 15.10.2006

|       |  |                  |      |                   |        |        |
|-------|--|------------------|------|-------------------|--------|--------|
| 50:11 |  | Stappers, Nico   | 2005 | SC Spelle-Venhaus | Spelle | 11.08. |
| 53:32 |  | Rodekirchen, Jos | 2004 | TV Meppen         | Meppen | 02.09. |

[zurück](#)

## 4 x 100 m Staffel

Kreisrekord Emsland: 42,86 LG Emstal Dörpen 6.06.2003

|   |  |                  |  |  |             |        |
|---|--|------------------|--|--|-------------|--------|
| 46,87   |  | LG Emstal Dörpen |  |  | Delmenhorst | 04.06. |
| Zumsande, Lasse (2007); Lissner, Robin (2007); Blüschke, Marcel (2006); Connemann, Christian (2005) |  |                  |  |  |             |        |

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,68 Jansen, Heinrich 2003 -- SV Sigiltra Sögel  
Kreisrekord Emsland: 2,20 Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen 6.06.1998



|      |                      |                       |             |        |
|------|----------------------|-----------------------|-------------|--------|
| 1,60 | Connemann, Christian | 2005 LG Emstal Dörpen | Delmenhorst | 04.06. |
|------|----------------------|-----------------------|-------------|--------|

[zurück](#)

## Weitsprung

|                      |      |   |  |            |
|----------------------|------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 5,43 | Pfleging, Finn 2004 -- VfL Lingen           |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 7,21 | Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup |  | 29.08.1965 |

|      |      |                      |                       |           |        |
|------|------|----------------------|-----------------------|-----------|--------|
| 6,03 | -0,3 | Lillie, Torben       | 2005 VfL Lingen       | Lingen    | 18.08. |
| 5,78 | -0,2 | Connemann, Christian | 2005 LG Emstal Dörpen | Lingen    | 06.05. |
| 4,74 | +0,0 | Bormes, Fabian       | 2005 Haselünner SV    | Molbergen | 06.05. |
| 4,68 | -0,4 | Albers, Nils         | 2005 TuS Haren        | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 6 kg

|                      |       |  |  |           |
|----------------------|-------|--|--|-----------|
| Kreisrekord Emsland: | 14,84 | Robin, Oliver (mit 6,25 kg) 1979 -- LG Emstal Dörpen |  | 6.06.1998 |
|----------------------|-------|--|--|-----------|

|      |  |                      |                       |           |        |
|------|--|----------------------|-----------------------|-----------|--------|
| 8,81 |  | Albers, Nils         | 2005 TuS Haren        | Papenburg | 29.09. |
| 8,48 |  | Tieben, Patrick      | 2005 TuS Haren        | Lingen    | 06.05. |
| 8,34 |  | Bormes, Fabian       | 2005 Haselünner SV    | Molbergen | 06.05. |
| 7,74 |  | Connemann, Christian | 2005 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 13.05. |

[zurück](#)

## Speerwurf 800 g

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 58,23 | Robin, Oliver 1979 -- LG Emstal Dörpen |  | 24.05.1998 |
|----------------------|-------|--|--|------------|

|       |  |                      |                       |        |        |
|-------|--|----------------------|-----------------------|--------|--------|
| 35,04 |  | Connemann, Christian | 2005 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 15.04. |
| 24,90 |  | Albers, Nils         | 2005 TuS Haren        | Lingen | 06.05. |

[zurück](#)

## 5-Kampf

### 100m-Weit-Kugel (6kg)-Hoch-400m

|                      |       |                                     |  |            |
|----------------------|-------|-------------------------------------|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 3.557 | Röttger, Stephan 1987 -- VfL Lingen |  | 17.06.2006 |
|----------------------|-------|-------------------------------------|--|------------|

|       |  |  |                       |           |        |
|-------|--|--|-----------------------|-----------|--------|
| 2.211 |  | Connemann, Christian                   | 2005 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 13.05. |
|       |  | 12,41(+0,7)-5,48(+0,0)-7,74-1,52-60,20 |                       |           |        |

[zurück](#)

---

## Männliche Jugend U18

[100 m Lauf](#)

[200 m Lauf](#)

[400 m Lauf](#)

[800 m Lauf](#)

[1500 m Lauf](#)

[3000 m Lauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[110 m Hürden](#)

[4 x 100 m Staffel](#)

[Hochsprung](#)

[Stabhochsprung](#)

[Weitsprung](#)

[Dreisprung](#)

[Kugelstoß](#)

[Diskuswurf](#)

[Speerwurf](#)

[5-Kampf](#)

[10-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 100 m Lauf

|              |       |                                   |  |  |
|--------------|-------|-----------------------------------|--|--|
| Bestl. 2022: | 11,20 | Lillie, Torben 2005 -- VfL Lingen |  |  |
|--------------|-------|-----------------------------------|--|--|

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 11,11 | Finke, Thorben 2004 -- SV Sigiltra Sögel | 12.06.2021 |
| Kreisrekord Emsland: | 10,8  | Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen         | 1.07.1978  |

|       |      |                     |      |                         |           |        |
|-------|------|---------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 11,39 | -0,5 | Blüschke, Marcel    | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 18.08. |
| 11,75 | -0,7 | Blank, Maxim        | 2006 | SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 12,08 | -0,7 | Kannookadan, Adone  | 2006 | SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 12,18 | +1,0 | Casjens, Julius     | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 12,35 | -0,3 | Lissner, Robin      | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 18.08. |
| 12,38 | +1,5 | Kusber, Maksymilian | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 12,50 | -0,8 | Borchers, Noah      | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 12,69 | -0,3 | Plock, Jakob        | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 18.08. |
| 12,89 | +2,0 | Zumsande, Lasse     | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 13,55 | -0,6 | Bivour, Jeremy      | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 07.10. |
| 14,26 | -0,7 | Michel, Asdecker    | 2007 | LAV Meppen              | Papenburg | 29.09. |

[zurück](#)

## 200 m Lauf

|                      |       |                                   |            |
|----------------------|-------|-----------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 22,71 | Lillie, Torben 2005 -- VfL Lingen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 21,8  | Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen  | 15.05.1988 |
| Kreisrekord Emsland: | 22,08 | Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen  | 30.07.1978 |

|       |      |                     |      |                         |             |        |
|-------|------|---------------------|------|-------------------------|-------------|--------|
| 23,14 | -0,5 | Blüschke, Marcel    | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 29.09. |
| 24,47 | -1,0 | Kannookadan, Adone  | 2006 | SV Union Meppen         | Lingen      | 18.08. |
| 24,54 | -0,2 | Blank, Maxim        | 2006 | SV Union Meppen         | Delmenhorst | 04.06. |
| 25,19 | -1,5 | Casjens, Julius     | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Verden      | 22.04. |
| 25,77 | -1,9 | Kusber, Maksymilian | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Verden      | 22.04. |
| 27,76 | -1,9 | Bivour, Jeremy      | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Verden      | 22.04. |

[zurück](#)

## 400 m Lauf

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 52,36 | Blank, Maxim 2006 -- SV Union Meppen       |           |
| Kreisrekord Emsland: | 50,52 | Hinrichs, Günther 1965 -- SV Sparta Werlte | 6.09.1981 |

|       |  |                     |      |                         |              |        |
|-------|--|---------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 53,42 |  | Blank, Maxim        | 2006 | SV Union Meppen         | Lingen       | 06.05. |
| 54,62 |  | Kusber, Maksymilian | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Braunschweig | 17.06. |
| 60,82 |  | Casjens, Julius     | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 62,29 |  | Zumsande, Lasse     | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 62,39 |  | Bivour, Jeremy      | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Aurich       | 07.10. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

|                      |         |                                 |            |
|----------------------|---------|---------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:04,55 | Heymann, Luis 2006 -- TuS Haren |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1:55,2  | Lenfert, Kai 1966 -- TV Meppen  | 31.08.1983 |

|         |  |                  |      |                  |           |        |
|---------|--|------------------|------|------------------|-----------|--------|
| 2:35,31 |  | Plock, Jakob     | 2007 | LG Emstal Dörpen | Oldenburg | 24.09. |
| 2:39,22 |  | Schneider, Levin | 2007 | VfL Lingen       | Rheine    | 16.04. |

[zurück](#)

## 1500 m Lauf

|                      |        |                                |            |
|----------------------|--------|--------------------------------|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 3:58,2 | Lenfert, Kai 1966 -- TV Meppen | 14.09.1983 |
|----------------------|--------|--------------------------------|------------|

|         |                     |                              |        |        |
|---------|---------------------|------------------------------|--------|--------|
| 5:24,20 | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich | 08.10. |
|---------|---------------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 3000 m Lauf

Kreisrekord Emsland: 8:42,4 Funke, Wilhelm 1959 -- TuS Haren 25.07.1975

|          |                  |                 |        |        |
|----------|------------------|-----------------|--------|--------|
| 11:32,81 | Schneider, Levin | 2007 VfL Lingen | Lingen | 06.05. |
|----------|------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 5 km Str.

Bestl. 2022: 21:50 Bivour, Jeremy 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 21:49 | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

### 10 km Str.

Bestl. 2022: 42:29 Wemhoff, Gerrit 2006 -- SV Germania Twist  
Kreisrekord Emsland: 32:13 Schneiders, Ingo 1988 -- SV Concordia Emsbüren 13.03.2005

|       |                 |                        |        |        |
|-------|-----------------|------------------------|--------|--------|
| 43:04 | Wemhoff, Gerrit | 2006 SV Germania Twist | Lingen | 04.06. |
|-------|-----------------|------------------------|--------|--------|

|       |                  |                 |        |        |
|-------|------------------|-----------------|--------|--------|
| 44:22 | Schneider, Levin | 2007 VfL Lingen | Lingen | 04.06. |
|-------|------------------|-----------------|--------|--------|

|       |               |                          |        |        |
|-------|---------------|--------------------------|--------|--------|
| 50:01 | Wessels, Luca | 2007 SV Grün-Weiß Dersum | Spelle | 11.08. |
|-------|---------------|--------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 110 m Hürden 0.914m

Kreisrekord Emsland: 14,22 Kösters, Jens 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf 3.08.2007

|       |                          |                              |        |        |
|-------|--------------------------|------------------------------|--------|--------|
| 17,09 | -0,2 Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich | 08.10. |
|-------|--------------------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022: 50,27 LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 43,86 LG Emstal Dörpen 6.07.2001

|  |                  |  |       |        |
|--|------------------|--|-------|--------|
| 47,07  | LG Emstal Dörpen |  | Haren | 24.05. |
| Zumsande, Lasse (2007); Lissner, Robin (2007); Blüschke, Marcel (2006); Schade, Micah (2009) |                  |  |       |        |

[zurück](#)

### Hochsprung

Bestl. 2022: 1,72 Connemann, Christian 2005 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 2,12 Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen 8.09.1996

|      |                 |                       |        |        |
|------|-----------------|-----------------------|--------|--------|
| 1,86 | Zumsande, Lasse | 2007 LG Emstal Dörpen | Berlin | 19.09. |
|------|-----------------|-----------------------|--------|--------|

|      |                  |                              |        |        |
|------|------------------|------------------------------|--------|--------|
| 1,80 | Blüschke, Marcel | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Berlin | 19.09. |
|------|------------------|------------------------------|--------|--------|

|      |                 |                              |             |        |
|------|-----------------|------------------------------|-------------|--------|
| 1,70 | Casjens, Julius | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
|------|-----------------|------------------------------|-------------|--------|

|      |              |                       |           |        |
|------|--------------|-----------------------|-----------|--------|
| 1,63 | Plock, Jakob | 2007 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 29.09. |
|------|--------------|-----------------------|-----------|--------|

|      |                     |                              |           |        |
|------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,60 | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
|------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|

|      |                |                              |        |        |
|------|----------------|------------------------------|--------|--------|
| 1,56 | Bivour, Jeremy | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Verden | 22.04. |
|------|----------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Stabhochsprung

Kreisrekord Emsland: 4,22 Schwagmann, Norbert 1973 -- LG Emstal Dörpen 3.06.1990

|      |                     |                              |           |        |
|------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2,93 | Zumsande, Lasse     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 21.06. |
| 2,60 | Casjens, Julius     | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 2,40 | Bivour, Jeremy      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 2,40 | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 5,63 Blüschke, Marcel 2006 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 6,69 Blüschke, Marcel 2006 -- LG Emstal Dörpen 19.09.2023

|      |                          |                              |             |        |
|------|--------------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 6,69 | +1,7 Blüschke, Marcel    | 2006 LG Emstal Dörpen        | Berlin      | 19.09. |
| 5,85 | +0,8 Casjens, Julius     | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
| 5,80 | +0,0 Zumsande, Lasse     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Lingen      | 18.08. |
| 5,56 | +0,1 Plock, Jakob        | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 29.09. |
| 5,40 | +0,0 Lissner, Robin      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 29.09. |
| 5,22 | -0,8 Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich      | 07.10. |
| 5,11 | +0,3 Borchers, Noah      | 2006 LG Emstal Dörpen        | Lingen      | 06.05. |
| 4,51 | -0,3 Michel, Asdecker    | 2007 LAV Meppen              | Papenburg   | 29.09. |
| 4,36 | +0,6 Bivour, Jeremy      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich      | 07.10. |

[zurück](#)

## Dreisprung

Kreisrekord Emsland: 12,91 Hinrichs, Wilfried 1963 -- LG Emstal Dörpen 13.08.1980

|       |                      |                              |              |        |
|-------|----------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 12,54 | +0,3 Zumsande, Lasse | 2007 LG Emstal Dörpen        | Braunschweig | 17.06. |
| 11,92 | -1,3 Casjens, Julius | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen    | 27.08. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 5 kg

Bestl. 2022: 10,05 Lissner, Robin 2007 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 15,31 Stahl, Tobias 1974 -- TV Meppen 12.09.1990

|       |                     |                              |              |        |
|-------|---------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 11,55 | Blüschke, Marcel    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 14.10. |
| 10,98 | Lissner, Robin      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Braunschweig | 18.06. |
| 9,47  | Casjens, Julius     | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 9,36  | Bivour, Jeremy      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen    | 27.08. |
| 9,02  | Zumsande, Lasse     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 14.10. |
| 8,81  | Plock, Jakob        | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 15.04. |
| 8,74  | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2022: 18,80 Wilhelm, Maik 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 44,76 Robin, Oliver 1979 -- LG Emstal Dörpen 28.06.1994

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 30,74 | Lissner, Robin      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 14.10. |
| 25,16 | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 24,40 | Zumsande, Lasse     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 15.04. |
| 23,39 | Bivour, Jeremy      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 21,28 | Plock, Jakob        | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 15.04. |
| 18,43 | Casjens, Julius     | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 15.04. |

[zurück](#)

## Speerwurf 700 g

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 40,86 | Lissner, Robin 2007 -- LG Emstal Dörpen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 45,87 | Hater, Jannes 1997 -- VfL Lingen        | 12.06.2014 |

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 36,52 | Lissner, Robin      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Oldenburg | 24.09. |
| 35,29 | Casjens, Julius     | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 15.04. |
| 34,30 | Plock, Jakob        | 2007 LG Emstal Dörpen        | Oldenburg | 24.09. |
| 32,73 | Zumsande, Lasse     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Berlin    | 19.09. |
| 26,60 | Kusber, Maksymilian | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 08.10. |
| 25,21 | Coßmann, Hugo       | 2008 LG Emstal Dörpen        | Meppen    | 03.05. |
| 22,98 | Bivour, Jeremy      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 15.04. |
| 22,53 | Borchers, Noah      | 2006 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## 5-Kampf

### 100m-Weit-Kugel (5kg)-Hoch-400m

|                      |       |   |           |
|----------------------|-------|---|-----------|
| Kreisrekord Emsland: | 3.242 | Kösters, Jens 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf | 5.05.2007 |
|----------------------|-------|---|-----------|

|       |  |                              |           |        |
|-------|--|------------------------------|-----------|--------|
| 2.433 | Casjens, Julius                        | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
|       | 12,18(+1,0)-5,68(+0,7)-9,37-1,60-60,82 |                              |           |        |
| 2.410 | Kusber, Maksymilian                    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
|       | 12,38(+1,5)-5,12(+0,0)-8,74-1,60-56,16 |                              |           |        |
| 2.223 | Zumsande, Lasse                        | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
|       | 12,89(+2,0)-5,25(+0,0)-8,12-1,76-62,29 |                              |           |        |
| 1.752 | Bivour, Jeremy                         | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 07.10. |
|       | 13,55(-0,6)-4,36(+0,6)-8,28-1,50-62,39 |                              |           |        |

[zurück](#)

## 10-Kampf

### 100m-Weit-Kugel (5kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (1.5kg)-Stab-Speer (700g)-1500m

|                      |       |   |                  |
|----------------------|-------|---|------------------|
| Kreisrekord Emsland: | 5.334 | Kösters, Sven 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf | 5.05./06.05.2007 |
|----------------------|-------|---|------------------|

|       |   |                              |        |                   |
|-------|---|------------------------------|--------|-------------------|
| 3.778 | Kusber, Maksymilian   | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich | 07.10./<br>08.10. |
|       | 12,47(-0,6)-5,22(-0,8)-8,00-1,58-56,98/17,09(-0,2)-o-2,10-26,60-5:24,20 |                              |        |                   |

[zurück](#)

## Männliche Jugend U16

[4 x 100 m Staffel](#)

[3 x 1000 m Staffel](#)

[zurück zum Anfang](#)

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022: 49,79 LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 46,07 VfL Lingen

26.06.2005

55,01 LG Papenburg/Aschendorf Lingen 06.05.  
Lohmann, Micha (2009); Kubenz, Keno (2008); Spekker, Silas (2008); Osteresch, Joder (2009)

[zurück](#)

### 3 x 1000 m Staffel

Bestl. 2022: 10:09,49 TuS Haren  
Kreisrekord Emsland: 8:25,30 VfL Lingen

8.05.1986

9:09,97 StG Haren-Groß Hesepe Papenburg 13.05.  
Klewing, Tobias (2008); Kuhl, Fabian (2008); Brinkers, Philipp (2008)

[zurück](#)

## Jugend M15

[100 m Lauf](#)  
[Weitsprung](#)  
[4-Kampf](#)

[300 m Lauf](#)  
[Kugelstoß](#)

[800 m Lauf](#)  
[Diskuswurf](#)

[1000 m Lauf](#)  
[Speerwurf](#)

[5 km Str.](#)  
[Ballwurf 200g](#)

[Hochsprung](#)  
[3-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

Bestl. 2022: 12,14 Casjens, Julius 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 11,60 Stevens, Hannes 1988 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 11,0 Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen

22.06.2003

13.08.1977

|       |      |                           |      |                   |             |        |
|-------|------|---------------------------|------|-------------------|-------------|--------|
| 11,76 | +0,2 | Kohn, Jan                 | 2008 | SV Germania Twist | Hamburg     | 09.09. |
| 12,02 | +0,7 | Brinkers, Philipp         | 2008 | SV Groß Hesepe    | Delmenhorst | 14.07. |
| 12,33 | +0,8 | Hall, Maximilian          | 2008 | SV Sigiltra Sögel | Verden      | 10.06. |
| 12,35 | -1,1 | Poll, Elias               | 2008 | LG Emstal Dörpen  | Osnabrück   | 02.09. |
| 13,30 | +1,2 | Schüttert, Karl Christian | 2008 | SV Sigiltra Sögel | Papenburg   | 13.05. |
| 14,81 | +0,4 | Coßmann, Hugo             | 2008 | LG Emstal Dörpen  | Dörpen      | 26.08. |

[zurück](#)

### 300 m Lauf

Bestl. 2022: 39,87 Lissner, Robin 2007 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 37,01 Stevens, Hannes 1988 -- LG Emstal Dörpen

21.06.2003

|       |  |                           |      |                   |         |        |
|-------|--|---------------------------|------|-------------------|---------|--------|
| 38,02 |  | Brinkers, Philipp         | 2008 | SV Groß Hesepe    | Hamburg | 09.09. |
| 39,87 |  | Poll, Elias               | 2008 | LG Emstal Dörpen  | Verden  | 11.06. |
| 41,92 |  | Schüttert, Karl Christian | 2008 | SV Sigiltra Sögel | Haren   | 02.07. |
| 43,99 |  | Grönniger, Luis           | 2008 | SV Germania Twist | Haren   | 02.07. |
| 45,72 |  | Klewing, Tobias           | 2008 | SV Groß Hesepe    | Lingen  | 06.05. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

Kreisrekord Emsland: 1:58,96 Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen

6.06.2004

|         |  |                           |      |                   |          |        |
|---------|--|---------------------------|------|-------------------|----------|--------|
| 2:07,86 |  | Kuhl, Fabian              | 2008 | TuS Haren         | Sonsbeck | 17.09. |
| 2:16,25 |  | Schüttert, Karl Christian | 2008 | SV Sigiltra Sögel | Verden   | 11.06. |

|         |                   |                     |        |        |
|---------|-------------------|---------------------|--------|--------|
| 2:17,60 | Brinkers, Philipp | 2008 SV Groß Hesepe | Lingen | 06.05. |
| 2:20,90 | Klewing, Tobias   | 2008 SV Groß Hesepe | Meppen | 03.05. |
| 2:29,79 | Kamphuis, Mattis  | 2008 TuS Haren      | Verden | 11.06. |
| 2:47,45 | Mellerke, Jamie   | 2008 SV Groß Hesepe | Meppen | 17.05. |

[zurück](#)

## 1000 m Lauf

Kreisrekord Emsland: 2:35,7 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 5.10.1983

|         |              |                |           |        |
|---------|--------------|----------------|-----------|--------|
| 2:58,18 | Kuhl, Fabian | 2008 TuS Haren | Papenburg | 29.09. |
|---------|--------------|----------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 23:24 Grönniger, Robin 2007 -- SV Germania Twist  
 Kreisrekord Emsland: 15:48 Klingenberg, Sadik 1989 -- LG Emstal Dörpen 4.05.2004

|       |                 |                              |           |        |
|-------|-----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 21:20 | Hunfeld, Bennet | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
| 23:07 | Mater, Jan-Luca | 2008 SC Osterbrock           | Meppen    | 02.09. |

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,68 Casjens, Julius 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Bestl. 2022: 1,68 Zumsande, Lasse 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 1,92 Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen 25.06.1994

|      |                           |                              |           |        |
|------|---------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,80 | Poll, Elias               | 2008 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 1,65 | Schüttert, Karl Christian | 2008 SV Sigiltra Sögel       | Haren     | 02.07. |
| 1,63 | Hall, Maximilian          | 2008 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 29.09. |
| 1,61 | Kohn, Jan                 | 2008 SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 1,57 | Kubenz, Keno              | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 1,28 | Coßmann, Hugo             | 2008 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 5,76 Casjens, Julius 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 6,23 Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen 3.09.2005

|      |                                |                              |           |        |
|------|--------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 5,67 | -0,2 Kohn, Jan                 | 2008 SV Germania Twist       | Sarstedt  | 24.06. |
| 5,39 | +1,0 Hall, Maximilian          | 2008 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 29.09. |
| 5,35 | +1,2 Poll, Elias               | 2008 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 5,22 | +0,1 Schüttert, Karl Christian | 2008 SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 4,37 | -0,1 Spekker, Silas            | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 4,35 | +0,2 Kubenz, Keno              | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 3,90 | -1,4 Coßmann, Hugo             | 2008 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022: 11,47 Lissner, Robin 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 15,45 Stahl, Tobias 1974 -- TV Meppen 8.09.1989

|       |                           |                        |           |        |
|-------|---------------------------|------------------------|-----------|--------|
| 10,41 | Kohn, Jan                 | 2008 SV Germania Twist | Sarstedt  | 24.06. |
| 8,49  | Coßmann, Hugo             | 2008 LG Emstal Dörpen  | Dörpen    | 26.08. |
| 8,32  | Poll, Elias               | 2008 LG Emstal Dörpen  | Dörpen    | 15.04. |
| 7,92  | Hall, Maximilian          | 2008 SV Sigiltra Sögel | Osnabrück | 02.09. |
| 7,19  | Schüttert, Karl Christian | 2008 SV Sigiltra Sögel | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord Emsland: 51,82 Dröge, Carsten 1977 -- LG Rapid 88 29.05.1992

|       |                   |                       |        |        |
|-------|-------------------|-----------------------|--------|--------|
| 25,93 | Brinkers, Philipp | 2008 SV Groß Hesepe   | Lingen | 06.05. |
| 23,85 | Poll, Elias       | 2008 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 15.04. |

[zurück](#)

## Speerwurf 600 g

Bestl. 2022: 35,21 Lissner, Robin 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 43,78 Schütt, Christian 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf 23.04.2005

|       |                 |                              |        |        |
|-------|-----------------|------------------------------|--------|--------|
| 35,03 | Poll, Elias     | 2008 LG Emstal Dörpen        | Lingen | 06.05. |
| 25,85 | Coßmann, Hugo   | 2008 LG Emstal Dörpen        | Lingen | 06.05. |
| 23,87 | Kubenz, Keno    | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |
| 23,22 | Klewing, Tobias | 2008 SV Groß Hesepe          | Lingen | 06.05. |
| 21,14 | Spekker, Silas  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |

[zurück](#)

## Ballwurf 200g

Kreisrekord Emsland: 80,00 Heemann, Bernd 1994 -- SV Sparta Werlte 27.06.2009

|       |                 |                     |        |        |
|-------|-----------------|---------------------|--------|--------|
| 42,50 | Klewing, Tobias | 2008 SV Groß Hesepe | Meppen | 03.05. |
|-------|-----------------|---------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 3-Kampf

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

Bestl. 2022: 1.575 Lissner, Robin 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 1.582 Strehl, Leon 2001 -- SC Osterbrock 10.06.2016

|       |  |                        |           |        |
|-------|--|------------------------|-----------|--------|
| 1.454 | Poll, Elias<br>12,35(-1,1)-5,27-7,96                     | 2008 LG Emstal Dörpen  | Osnabrück | 02.09. |
| 1.431 | Hall, Maximilian<br>12,38(+0,4)-5,24-7,59                | 2008 SV Sigiltra Sögel | Dörpen    | 26.08. |
| 1.272 | Schüttert, Karl Christian<br>13,88(-0,1)-5,22(+0,1)-7,03 | 2008 SV Sigiltra Sögel | Werlte    | 02.06. |
| 1.164 | Coßmann, Hugo<br>14,81(+0,4)-4,16-8,49                   | 2008 LG Emstal Dörpen  | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## 4-Kampf

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

Bestl. 2022: 2.115 Casjens, Julius 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf



|       |  |                        |           |        |
|-------|--|------------------------|-----------|--------|
| 2.166 | Kohn, Jan<br>11,82(-0,1)-5,67(-0,2)-10,41-1,56               | 2008 SV Germania Twist | Sarstedt  | 24.06. |
| 2.061 | Poll, Elias<br>12,35(-1,1)-5,27-7,96-1,76                    | 2008 LG Emstal Dörpen  | Osnabrück | 02.09. |
| 1.940 | Hall, Maximilian<br>12,38(+0,4)-5,24-7,59-1,56               | 2008 SV Sigiltra Sögel | Dörpen    | 26.08. |
| 1.801 | Schütter, Karl Christian<br>13,30(+1,2)-5,07(+0,9)-6,81-1,56 | 2008 SV Sigiltra Sögel | Papenburg | 13.05. |
| 1.526 | Coßmann, Hugo<br>14,81(+0,4)-4,16-8,49-1,28                  | 2008 LG Emstal Dörpen  | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## Jugend M14

[100 m Lauf](#)  
[Speerwurf](#)[800 m Lauf](#)  
[3-Kampf](#)[Hochsprung](#)  
[4-Kampf](#)[Weitsprung](#)[Kugelstoß](#)[Diskuswurf](#)[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 12,31 | Brinkers, Philipp 2008 -- SV Groß Hesepe |            |
| Kreisrekord Emsland: | 11,86 | Tegeder, Tobias 1999 -- VfL Lingen       | 16.06.2013 |
| Kreisrekord Emsland: | 11,4  | Plagge, Andreas 1961 -- VfL Lingen       | 30.09.1975 |

|       |      |                  |                              |           |        |
|-------|------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 12,60 | +0,9 | Schade, Micah    | 2009 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 13,61 | +0,0 | Mielke, Fritz    | 2009 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 13,86 | -0,3 | Osteresch, Joder | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 14,64 | +0,4 | Lohmann, Micha   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 14,84 | -0,3 | Pohlenga, Meyel  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 15,59 | +0,0 | Körbe, Hennes    | 2009 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

|                      |         |                                 |            |
|----------------------|---------|---------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:18,26 | Kuhl, Fabian 2008 -- TuS Haren  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:13,23 | Heymann, Luis 2006 -- TuS Haren | 17.07.2020 |

|         |               |                     |        |        |
|---------|---------------|---------------------|--------|--------|
| 2:25,97 | Nürnberg, Max | 2009 SV Groß Hesepe | Meppen | 03.05. |
| 2:33,91 | Mielke, Fritz | 2009 VfL Lingen     | Rheine | 16.04. |

[zurück](#)

### Hochsprung

|                      |      |   |           |
|----------------------|------|---|-----------|
| Bestl. 2022:         | 1,60 | Brinkers, Philipp 2008 -- SV Groß Hesepe  |           |
| Bestl. 2022:         | 1,60 | Poll, Elias 2008 -- LG Emstal Dörpen      |           |
| Kreisrekord Emsland: | 1,84 | Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen | 4.07.1993 |

|      |                  |                              |           |        |
|------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,72 | Schade, Micah    | 2009 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 1,44 | Nürnberg, Max    | 2009 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 03.05. |
| 1,44 | Fangmeyer, Paul  | 2009 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 03.05. |
| 1,44 | Lohmann, Micha   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1,44 | Osteresch, Joder | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 5,43 Poll, Elias 2008 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 6,09 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 10.10.1983

|      |      |                  |                              |           |        |
|------|------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 5,65 | +0,3 | Schade, Micah    | 2009 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 29.09. |
| 4,47 | +0,4 | Lohmann, Micha   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 4,40 | +1,1 | Osteresch, Joder | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 4,07 | +0,3 | Pohlenga, Meyel  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022: 7,57 Kubenz, Keno 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 13,49 Stahl, Tobias 1974 -- TV Meppen 10.09.1988

|       |  |                  |                              |           |        |
|-------|--|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 11,52 |  | Schade, Micah    | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 14.10. |
| 7,45  |  | Lohmann, Micha   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 7,11  |  | Osteresch, Joder | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord Emsland: 43,54 Schauf, Thorsten 1978 -- VfL Lingen 10.10.1992

|       |  |                 |                       |           |        |
|-------|--|-----------------|-----------------------|-----------|--------|
| 27,62 |  | Schade, Micah   | 2009 LG Emstal Dörpen | Dörpen    | 14.10. |
| 16,05 |  | Hammerla, Jonah | 2010 SV Groß Hesepe   | Papenburg | 21.06. |
| 11,17 |  | Burgtorf, Luis  | 2010 SV Groß Hesepe   | Papenburg | 21.06. |

[zurück](#)

## Speerwurf 600 g

Bestl. 2022: 28,85 Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 44,80 Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen 29.09.2023

|       |  |                |                              |           |        |
|-------|--|----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 44,80 |  | Schade, Micah  | 2009 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 29.09. |
| 28,42 |  | Lohmann, Micha | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |

[zurück](#)

## 3-Kampf

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

Bestl. 2022: 1.289 Poll, Elias 2008 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 1.573 Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen 26.08.2023

|       |  |                             |                              |           |        |
|-------|--|-----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1.573 |  | Schade, Micah               | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
|       |  | 12,65(+0,4)-5,79-10,10      |                              |           |        |
| 1.156 |  | Lohmann, Micha              | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
|       |  | 14,64(+0,4)-4,44-7,45       |                              |           |        |
| 1.120 |  | Osteresch, Joder            | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
|       |  | 14,39(+0,0)-4,11(+0,0)-7,11 |                              |           |        |

[zurück](#)

## 4-Kampf

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

Bestl. 2022: 1.547 Schütter, Karl Christian 2008 -- SV Sigiltra Sögel  
Kreisrekord Emsland: 2.175 Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen 29.08.2004

|       |  |                              |        |        |
|-------|--|------------------------------|--------|--------|
| 2.141 | Schade, Micah<br>12,65(+0,4)-5,79-10,10-1,68   | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 1.604 | Lohmann, Micha<br>14,64(+0,4)-4,44-7,45-1,44   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 1.563 | Osteresch, Joder<br>14,28(+0,4)-4,15-6,78-1,44 | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Weibliche Jugend U20

[100 m Lauf](#)      [200 m Lauf](#)      [5 km Str.](#)      [10 km Str.](#)      [100 m Hürden](#)      [4 x 100 m Staffel](#)  
[Hochsprung](#)      [Weitsprung](#)      [Kugelstoß](#)      [Diskuswurf](#)      [Speerwurf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

Bestl. 2022: 12,84 Jüngerink, Eva 2003 -- SV Sparta Werlte  
Kreisrekord Emsland: 11,88 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen 28.05.2016

|       |                       |                       |             |        |
|-------|-----------------------|-----------------------|-------------|--------|
| 13,11 | +0,6 Friedemann, Nike | 2005 SV Sparta Werlte | Zeven       | 28.05. |
| 13,44 | -0,3 Bernsen, Rieke   | 2005 TuS Haren        | Papenburg   | 29.09. |
| 13,45 | -0,7 Haring, Leona    | 2004 SV Sparta Werlte | Lingen      | 06.05. |
| 13,83 | +0,6 Rüter, Lara      | 2005 TuS Haren        | Delmenhorst | 29.04. |
| 13,98 | -0,7 Altevers, Dana   | 2005 SC Osterbrock    | Lingen      | 06.05. |
| 14,52 | -0,1 Otten, Sarah     | 2005 SV Union Meppen  | Lingen      | 18.08. |
| 14,95 | -0,7 Franzen, Lisa    | 2004 LG Emstal Dörpen | Lingen      | 06.05. |

[zurück](#)

### 200 m Lauf

Bestl. 2022: 26,77 Jüngerink, Eva 2003 -- SV Sparta Werlte  
Kreisrekord Emsland: 24,63 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen 19.07.2015

|       |                       |                       |           |        |
|-------|-----------------------|-----------------------|-----------|--------|
| 28,07 | +0,0 Bernsen, Rieke   | 2005 TuS Haren        | Papenburg | 29.09. |
| 29,01 | +0,0 Keuter, Josefine | 2005 LAV Meppen       | Papenburg | 29.09. |
| 29,45 | +0,7 Wahler, Jana     | 2005 VfL Lingen       | Papenburg | 13.05. |
| 29,67 | +0,0 Rüter, Lara      | 2005 TuS Haren        | Papenburg | 29.09. |
| 30,81 | +0,7 Reicksmann, Lena | 2005 VfL Lingen       | Papenburg | 13.05. |
| 30,88 | +0,0 Franzen, Lisa    | 2004 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 29.09. |

[zurück](#)

### 5 km Str.

Bestl. 2022: 24:37 Triphaus, Franziska 2003 -- SV Bawinkel

|       |              |                |          |        |
|-------|--------------|----------------|----------|--------|
| 21:42 | Speller, Mia | 2005 TuS Haren | Herzlake | 16.09. |
|-------|--------------|----------------|----------|--------|

[zurück](#)

### 10 km Str.

Bestl. 2022: 50:03 Triphaus, Franziska 2003 -- SV Bawinkel

|       |              |                |           |        |
|-------|--------------|----------------|-----------|--------|
| 59:16 | Lübken, Lena | 2005 TV Meppen | Haselünne | 05.05. |
|-------|--------------|----------------|-----------|--------|

[zurück](#)**100 m Hürden 0.838m**

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 15,53 | Kettler, Mia 2003 -- VfL Lingen                    |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 14,63 | Spiller, Christina 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf |  | 26.06.1998 |
| Kreisrekord Emsland: | 14,3  | Ganseforth, Annette 1970 -- LG Emstal Dörpen       |  | 15.05.1998 |

|       |                       |                 |           |        |
|-------|-----------------------|-----------------|-----------|--------|
| 19,30 | +1,0 Reicksmann, Lena | 2005 VfL Lingen | Papenburg | 13.05. |
| 19,37 | +1,1 Wahler, Jana     | 2005 VfL Lingen | Papenburg | 13.05. |

[zurück](#)**4 x 100 m Staffel**

|                      |       |                         |  |            |
|----------------------|-------|-------------------------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 50,73 | LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 48,96 | TV Papenburg            |  | 16.06.1997 |

|       |   |  |        |        |
|-------|---|--|--------|--------|
| 52,24 | TuS Haren   |  | Verden | 11.06. |
|       | Rüther, Lara (2005); Jänen, Emma (2006); Wulfekuhl, Carla (2006); Bernsen, Rieke (2005) |  |        |        |

[zurück](#)**Hochsprung**

|                      |      |   |  |            |
|----------------------|------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1,50 | Kettler, Mia 2003 -- VfL Lingen                   |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1,77 | Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf |  | 19.06.1996 |

|      |                   |                              |           |        |
|------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,68 | Kuhr, Ann-Kathrin | 2005 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 24.09. |
| 1,52 | Kuhr, Grete       | 2004 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 24.09. |
| 1,36 | Reicksmann, Lena  | 2005 VfL Lingen              | Papenburg | 13.05. |
| 1,32 | Wahler, Jana      | 2005 VfL Lingen              | Papenburg | 13.05. |

[zurück](#)**Weitsprung**

|                      |      |  |  |            |
|----------------------|------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 5,53 | Kuhr, Grete 2004 -- LG Papenburg/Aschendorf  |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 6,48 | Ganseforth, Annette 1979 -- LG Emstal Dörpen |  | 12.08.1989 |

|      |                        |                              |             |        |
|------|------------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 5,23 | +0,9 Kuhr, Ann-Kathrin | 2005 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg   | 24.09. |
| 5,07 | +0,0 Kuhr, Grete       | 2004 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg   | 24.09. |
| 4,97 | -0,6 Wahler, Jana      | 2005 VfL Lingen              | Lingen      | 06.05. |
| 4,89 | +0,7 Friedemann, Nike  | 2005 SV Sparta Werlte        | Zeven       | 28.05. |
| 4,66 | +0,0 Haring, Leona     | 2004 SV Sparta Werlte        | Delmenhorst | 04.06. |
| 4,60 | +0,0 Clausen, Marie    | 2005 VfL Lingen              | Lingen      | 06.05. |
| 4,30 | -0,5 Otten, Sarah      | 2005 SV Union Meppen         | Delmenhorst | 04.06. |
| 4,08 | +0,0 Yaygan, Felek     | 2005 LAV Meppen              | Papenburg   | 29.09. |
| 3,80 | -0,4 Keuter, Josefine  | 2005 LAV Meppen              | Meppen      | 15.04. |

[zurück](#)**Kugelstoß 4 kg**

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 11,23 | Lücht, Merle 2003 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 13,75 | Hermes, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen      |  | 30.09.1994 |

|      |                  |                       |           |        |
|------|------------------|-----------------------|-----------|--------|
| 9,72 | Reicksmann, Lena | 2005 VfL Lingen       | Lingen    | 06.05. |
| 9,44 | Friedemann, Nike | 2005 SV Sparta Werlte | Molbergen | 27.08. |
| 8,50 | Wahler, Jana     | 2005 VfL Lingen       | Lingen    | 06.05. |
| 7,37 | Franzen, Lisa    | 2004 LG Emstal Dörpen | Lingen    | 06.05. |
| 7,20 | Keuter, Josefine | 2005 LAV Meppen       | Meppen    | 15.04. |
| 6,84 | Otten, Sarah     | 2005 SV Union Meppen  | Dörpen    | 15.04. |

[zurück](#)

### Diskuswurf 1 kg

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 40,20 | Lücht, Merle 2003 -- LG Papenburg/Aschendorf |           |
| Kreisrekord Emsland: | 41,31 | Niers, Claudia 1983 -- SV Groß Hesepe        | 8.06.2002 |

|       |                  |                    |           |        |
|-------|------------------|--------------------|-----------|--------|
| 22,41 | Reicksmann, Lena | 2005 VfL Lingen    | Papenburg | 29.09. |
| 14,11 | Altevers, Dana   | 2005 SC Osterbrock | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

### Speerwurf 600 g

|                      |       |                                     |            |
|----------------------|-------|-------------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 37,83 | Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 42,18 | Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen | 21.08.2021 |

|       |                  |                       |           |        |
|-------|------------------|-----------------------|-----------|--------|
| 28,92 | Reicksmann, Lena | 2005 VfL Lingen       | Lingen    | 06.05. |
| 26,10 | Friedemann, Nike | 2005 SV Sparta Werlte | Papenburg | 29.09. |
| 22,68 | Wahler, Jana     | 2005 VfL Lingen       | Papenburg | 14.05. |
| 18,01 | Franzen, Lisa    | 2004 LG Emstal Dörpen | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## Weibliche Jugend U18

|                                   |                                   |                            |                                |                              |                                  |
|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| <a href="#">100 m Lauf</a>        | <a href="#">200 m Lauf</a>        | <a href="#">400 m Lauf</a> | <a href="#">800 m Lauf</a>     | <a href="#">1500 m Lauf</a>  | <a href="#">3000 m Lauf</a>      |
| <a href="#">5000 m Lauf</a>       | <a href="#">5 km Str.</a>         | <a href="#">10 km Str.</a> | <a href="#">100 m Hürden</a>   | <a href="#">400 m Hürden</a> | <a href="#">2000 m Hindernis</a> |
| <a href="#">4 x 100 m Staffel</a> | <a href="#">3 x 800 m Staffel</a> | <a href="#">Hochsprung</a> | <a href="#">Stabhochsprung</a> | <a href="#">Weitsprung</a>   | <a href="#">Dreisprung</a>       |
| <a href="#">Kugelstoß</a>         | <a href="#">Diskuswurf</a>        | <a href="#">Hammerwurf</a> | <a href="#">Speerwurf</a>      | <a href="#">4-Kampf</a>      | <a href="#">4-Kampf Ma.</a>      |
| <a href="#">7-Kampf</a>           | <a href="#">7-Kampf Ma.</a>       |                            |                                |                              |                                  |

[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

|                      |       |                                     |            |
|----------------------|-------|-------------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 12,80 | Jänen, Emma 2006 -- TuS Haren       |            |
| Kreisrekord Emsland: | 12,07 | Linke, Janine 1983 -- SC Osterbrock | 15.07.2000 |

|       |      |                    |                              |              |        |
|-------|------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 12,60 | +0,7 | Jänen, Emma        | 2006 TuS Haren               | Verden       | 10.06. |
| 13,10 | +1,7 | Hermes, Mara       | 2007 LG Emstal Dörpen        | Meppen       | 03.05. |
| 13,14 | -2,0 | Schomaker, Malena  | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 22.04. |
| 13,19 | -0,2 | Wübben, Mieke      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 29.09. |
| 13,35 | -1,1 | Viehweger, Leni    | 2006 VfL Lingen              | Lingen       | 06.05. |
| 13,41 | +0,8 | Ivanov, Ksenia     | 2006 VfL Lingen              | Braunschweig | 17.06. |
| 13,86 | -1,1 | Kisser, Angelina   | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg    | 24.09. |
| 13,94 | -0,5 | Hempfen, Hilke     | 2006 LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst  | 04.06. |
| 13,95 | +1,0 | Dillmann, Milena   | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Löningen     | 28.06. |
| 14,00 | -0,3 | Frericks, Anna     | 2006 LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst  | 04.06. |
| 14,02 | +0,3 | Goldenstein, Lotte | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Zeven        | 28.05. |
| 14,28 | -1,6 | Krüger, Laura      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg    | 24.09. |

|       |      |                       |                              |           |        |
|-------|------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 14,30 | -0,8 | Krieger, Antonia      | 2007 VfL Lingen              | Papenburg | 29.09. |
| 14,39 | -1,1 | Nannen, Hannah-Sophie | 2007 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 14,51 | -0,9 | Boekelo, Marie        | 2007 Haselünner SV           | Molbergen | 06.05. |
| 14,68 | -0,8 | Wulfekuhl, Carla      | 2006 TuS Haren               | Papenburg | 29.09. |
| 14,92 | -1,7 | Thele, Lena           | 2007 SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 15,02 | -1,7 | Menke, Carolin        | 2007 SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 15,83 | -1,7 | Magnus, Helene        | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## 200 m Lauf

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 26,95 | Viehweger, Leni 2006 -- VfL Lingen       |           |
| Kreisrekord Emsland: | 24,78 | Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen | 9.07.2005 |

|       |      |                       |                              |           |        |
|-------|------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 26,73 | -1,5 | Schomaker, Malena     | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Verden    | 22.04. |
| 26,86 | +1,3 | Jänen, Emma           | 2006 TuS Haren               | Lingen    | 06.05. |
| 26,94 | -1,3 | Wübben, Mieke         | 2007 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10. |
| 27,26 | +0,2 | Hermes, Mara          | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 28,13 | +1,2 | Ivanov, Ksenia        | 2006 VfL Lingen              | Garbsen   | 01.05. |
| 28,30 | +0,8 | Hempfen, Hilke        | 2006 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 28,40 | -0,3 | Frericks, Anna        | 2006 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 29.09. |
| 28,65 | -0,3 | Kisser, Angelina      | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 28,96 | -1,4 | Dillmann, Milena      | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Verden    | 22.04. |
| 29,29 | -0,2 | Krieger, Antonia      | 2007 VfL Lingen              | Papenburg | 29.09. |
| 29,41 | +0,8 | Goldenstein, Lotte    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 29,50 | -0,2 | Krüger, Laura         | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 30,41 | -0,2 | Schneider, Malin Jule | 2006 VfL Lingen              | Papenburg | 29.09. |
| 31,45 | -0,3 | Reckers, Anna         | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05. |
| 31,65 | +1,3 | Eilers, Annika        | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 33,01 | -0,1 | Ströer, Nila          | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05. |

[zurück](#)

## 400 m Lauf

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 58,13 | Schomaker, Malena 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 55,59 | Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen          | 22.07.2006 |

|       |  |                   |                              |             |        |
|-------|--|-------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 57,73 |  | Schomaker, Malena | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Lübeck      | 24.06. |
| 58,37 |  | Wübben, Mieke     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Lübeck      | 24.06. |
| 61,07 |  | Viehweger, Leni   | 2006 VfL Lingen              | Lingen      | 18.08. |
| 63,06 |  | Dillmann, Milena  | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |
| 66,43 |  | Danilova, Sofia   | 2007 VfL Lingen              | Lingen      | 18.08. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

|                      |         |   |           |
|----------------------|---------|---|-----------|
| Bestl. 2022:         | 2:16,04 | Schomaker, Malena 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2:06,98 | Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen                    | 7.07.1990 |

|         |  |                   |                              |             |        |
|---------|--|-------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 2:15,91 |  | Schomaker, Malena | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Zeven       | 28.05. |
| 2:16,47 |  | Wübben, Mieke     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Oldenburg   | 24.09. |
| 2:27,01 |  | Dillmann, Milena  | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Lönningen   | 28.06. |
| 2:32,40 |  | Hempfen, Hilke    | 2006 LG Emstal Dörpen        | Aurich      | 08.10. |
| 2:32,46 |  | Frericks, Anna    | 2006 LG Emstal Dörpen        | Aurich      | 08.10. |
| 2:33,23 |  | Schüttert, Sophia | 2006 SV Sparta Werlte        | Delmenhorst | 04.06. |
| 2:37,43 |  | Magnus, Helene    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Meppen      | 03.05. |

|         |                    |                              |           |        |
|---------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:40,69 | Ivanov, Ksenia     | 2006 VfL Lingen              | Papenburg | 14.05. |
| 2:43,76 | Greve, Emma        | 2006 TuS Haren               | Rheine    | 16.04. |
| 2:43,81 | Goldenstein, Lotte | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 08.10. |
| 2:44,23 | Hermes, Mara       | 2007 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 08.10. |
| 2:59,82 | Kisser, Angelina   | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 14.05. |
| 3:03,06 | Reckers, Anna      | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 14.05. |
| 3:03,35 | Krüger, Laura      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 14.05. |
| 3:16,86 | Ströer, Nila       | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 14.05. |

[zurück](#)

### 1500 m Lauf

|                      |         |  |  |            |
|----------------------|---------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 5:02,46 | Dillmann, Milena 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 4:21,05 | Thieke, Stephanie 1986 -- LG Emstal Dörpen       |  | 22.06.2003 |

|         |                   |                              |              |        |
|---------|-------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 4:58,34 | Dillmann, Milena  | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Braunschweig | 17.06. |
| 5:06,71 | Schomaker, Malena | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 5:24,50 | Magnus, Helene    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |

[zurück](#)

### 3000 m Lauf

|                      |          |  |  |            |
|----------------------|----------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 11:32,31 | Magnus, Helene 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 9:33,29  | Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen           |  | 14.07.2005 |

|          |                  |                              |             |        |
|----------|------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 11:35,23 | Dillmann, Milena | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Lübeck      | 25.06. |
| 11:52,92 | Magnus, Helene   | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Delmenhorst | 04.06. |

[zurück](#)

### 5000 m Lauf

|                      |          |  |  |            |
|----------------------|----------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 21:24,15 | Magnus, Helene 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 17:21,58 | Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen           |  | 30.09.2005 |

|          |                |                              |          |        |
|----------|----------------|------------------------------|----------|--------|
| 21:13,62 | Magnus, Helene | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt | 25.06. |
|----------|----------------|------------------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### 5 km Str.

|              |       |  |  |  |
|--------------|-------|--|--|--|
| Bestl. 2022: | 20:45 | Magnus, Helene 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |  |
|--------------|-------|--|--|--|

|       |                 |                 |           |        |
|-------|-----------------|-----------------|-----------|--------|
| 22:38 | Greve, Emma     | 2006 TuS Haren  | Haselünne | 05.05. |
| 25:10 | Danilova, Sofia | 2007 VfL Lingen | Lingen    | 04.06. |
| 25:56 | Speller, Greta  | 2007 TuS Haren  | Meppen    | 02.09. |

[zurück](#)

### 10 km Str.

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 50:05 | Brinker, Liv 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf      |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 37:19 | Schwennen, Cornelia 1987 -- SV Concordia Emsbüren |  | 29.11.2003 |

|       |                      |                |        |        |
|-------|----------------------|----------------|--------|--------|
| 48:06 | Germing, Jette-Marit | 2006 TV Meppen | Meppen | 02.09. |
|-------|----------------------|----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 100 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022: 17,25 Friedemann, Nike 2005 -- SV Sparta Werlte  
Kreisrekord Emsland: 14,24 Hansmann, Patricia 2000 -- VfL Lingen 5.06.2016

|       |      |                       |      |                         |              |        |
|-------|------|-----------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 15,10 | +0,0 | Hermes, Mara          | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst  | 04.06. |
| 16,23 | -0,9 | Goldenstein, Lotte    | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Aurich       | 07.10. |
| 16,51 | -0,6 | Wübben, Mieke         | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Aurich       | 07.10. |
| 16,53 | -0,4 | Krüger, Laura         | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Braunschweig | 18.06. |
| 16,83 | +0,0 | Kisser, Angelina      | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 17,39 | +0,1 | Frericks, Anna        | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 17,51 | +1,0 | Ivanov, Ksenia        | 2006 | VfL Lingen              | Papenburg    | 13.05. |
| 18,10 | +0,1 | Hempen, Hilke         | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 18,31 | -0,2 | Schneider, Malin Jule | 2006 | VfL Lingen              | Papenburg    | 29.09. |
| 19,13 | +1,2 | Nannen, Hannah-Sophie | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 20,30 | +0,0 | Wemhoff, Leni         | 2008 | SV Germania Twist       | Papenburg    | 13.05. |
| 20,60 | +1,2 | Ströer, Nila          | 2007 | SV Germania Twist       | Papenburg    | 13.05. |
| 21,23 | +0,0 | Reckers, Anna         | 2007 | SV Germania Twist       | Papenburg    | 13.05. |

[zurück](#)

## 400 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022: 64,78 Viehweger, Leni 2006 -- VfL Lingen  
Kreisrekord Emsland: 62,05 Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werlte 18.06.2011

|       |  |                 |      |                  |         |        |
|-------|--|-----------------|------|------------------|---------|--------|
| 63,73 |  | Viehweger, Leni | 2006 | VfL Lingen       | Rostock | 22.07. |
| 66,45 |  | Wübben, Mieke   | 2007 | LG Emstal Dörpen | Lingen  | 18.08. |
| 72,57 |  | Frericks, Anna  | 2006 | LG Emstal Dörpen | Lingen  | 18.08. |

[zurück](#)

## 2000 m Hindernis 0.762m

Kreisrekord Emsland: 7:22,81 Dillmann, Milena 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf 28.05.2023

|         |  |                  |      |                         |       |        |
|---------|--|------------------|------|-------------------------|-------|--------|
| 7:22,81 |  | Dillmann, Milena | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Zeven | 28.05. |
|---------|--|------------------|------|-------------------------|-------|--------|

[zurück](#)

## 4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022: 51,87 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 50,14 LG Emstal Dörpen 14.09.1986

|       |  |  |  |  |              |        |
|-------|--|--|--|--|--------------|--------|
| 51,30 |  | LG Emstal Dörpen   |  |  | Braunschweig | 17.06. |
|       |  | Wübben, Mieke (2007); Hempen, Hilke (2006); Frericks, Anna (2006); Hermes, Mara (2007)           |  |  |              |        |
| 52,08 |  | LG Papenburg/Aschendorf I  |  |  | Löningen     | 28.06. |
|       |  | Krüger, Laura (2006); Kaltwasser, Emma (2009); Dillmann, Milena (2007); Schomaker, Malena (2006) |  |  |              |        |
| 56,91 |  | LG Papenburg/Aschendorf II   |  |  | Löningen     | 28.06. |
|       |  | Eiting, Alena (2009); Eilers, Annika (2007); Suermann, Leonie (2008); Suermann, Sophie (2009)    |  |  |              |        |

[zurück](#)

## 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 7:28,86 LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 6:52,95 LG Emstal Dörpen 9.06.2001



|         |   |           |        |
|---------|---|-----------|--------|
| 7:29,26 | LG Emstal Dörpen<br>Hempen, Hilke (2006); Frericks, Anna (2006); Wübben, Mieke (2007) | Papenburg | 14.05. |
|---------|---|-----------|--------|

[zurück](#)

## Hochsprung

|                      |      |   |            |
|----------------------|------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 1,65 | Kuhr, Ann-Kathrin 2005 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1,76 | Schmitz, Verena 1996 -- LG Papenburg/Aschendorf   | 7.07.2012  |
| Kreisrekord Emsland: | 1,76 | Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf | 13.06.1995 |

|      |                       |                              |             |        |
|------|-----------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 1,53 | Nannen, Hannah-Sophie | 2007 LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst | 04.06. |
| 1,52 | Ivanov, Ksenia        | 2006 VfL Lingen              | Papenburg   | 13.05. |
| 1,52 | Krüger, Laura         | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 13.05. |
| 1,48 | Hermes, Mara          | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 13.05. |
| 1,46 | Kisser, Angelina      | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 21.06. |
| 1,44 | Frericks, Anna        | 2006 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 13.05. |
| 1,44 | Goldenstein, Lotte    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 13.05. |
| 1,40 | Zumbeel, Malin        | 2007 SV Bawinkel             | Lingen      | 06.05. |
| 1,40 | Wübben, Mieke         | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 13.05. |
| 1,30 | Hempen, Hilke         | 2006 LG Emstal Dörpen        | Aurich      | 07.10. |
| 1,24 | Reckers, Anna         | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg   | 13.05. |

[zurück](#)

## Stabhochsprung

|                      |      |  |            |
|----------------------|------|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 2,40 | Spiller, Christiane 1979 -- TV Papenburg | 14.09.1996 |
|----------------------|------|--|------------|

|      |                    |                              |           |        |
|------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2,13 | Goldenstein, Lotte | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |
|------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Weitsprung

|                      |      |   |            |
|----------------------|------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 5,37 | Kuhr, Ann-Kathrin 2005 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 6,34 | Ganseforth, Annette 1970 -- LG Emstal Dörpen      | 12.09.1987 |

|      |                            |                              |             |        |
|------|----------------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 5,24 | -0,1 Jänen, Emma           | 2006 TuS Haren               | Hannover    | 13.05. |
| 5,12 | +0,1 Wübben, Mieke         | 2007 LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst | 04.06. |
| 4,70 | -1,1 Kisser, Angelina      | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen      | 06.05. |
| 4,59 | +0,0 Ivanov, Ksenia        | 2006 VfL Lingen              | Papenburg   | 14.05. |
| 4,56 | -0,4 Goldenstein, Lotte    | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen      | 06.05. |
| 4,54 | +0,2 Hermes, Mara          | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 29.09. |
| 4,53 | -1,2 Eilers, Annika        | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen      | 06.05. |
| 4,52 | +0,8 Frericks, Anna        | 2006 LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst | 04.06. |
| 4,51 | +0,2 Hempen, Hilke         | 2006 LG Emstal Dörpen        | Delmenhorst | 04.06. |
| 4,45 | -0,4 Krüger, Laura         | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich      | 08.10. |
| 4,38 | -0,8 Nannen, Hannah-Sophie | 2007 LG Emstal Dörpen        | Lingen      | 06.05. |
| 4,25 | -0,3 Einspanier, Fenja     | 2007 LAV Meppen              | Meppen      | 15.04. |
| 4,15 | +1,4 Thele, Lena           | 2007 SV Sparta Werlte        | Lingen      | 06.05. |
| 4,08 | +0,1 Boekelo, Marie        | 2007 Haselünner SV           | Molbergen   | 06.05. |
| 3,61 | +0,0 Ströer, Nila          | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg   | 14.05. |
| 3,60 | +0,0 Reckers, Anna         | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg   | 14.05. |
| 3,45 | +0,2 Buß, Susan            | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 29.09. |

[zurück](#)

## Dreisprung

Bestl. 2022: 10,41 Friedemann, Nike 2005 -- SV Sparta Werlte  
Kreisrekord Emsland: 11,66 Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf 17.06.1995

|       |      |                    |      |                         |              |        |
|-------|------|--------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 11,05 | +0,0 | Kisser, Angelina   | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Lübeck       | 24.06. |
| 10,87 | +0,6 | Wübben, Mieke      | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 29.09. |
| 10,15 | +0,2 | Goldenstein, Lotte | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Braunschweig | 18.06. |
| 9,35  | +0,2 | Frericks, Anna     | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 29.09. |
| 9,29  | -0,7 | Krüger, Laura      | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Molbergen    | 27.08. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022: 10,72 Reicksmann, Lena 2005 -- VfL Lingen  
Kreisrekord Emsland: 14,58 Leigers, Nadine 2002 -- SC Osterbrock 12.05.2019

|       |  |                       |      |                         |           |        |
|-------|--|-----------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 11,56 |  | Schute, Teresa        | 2007 | LAV Meppen              | Lingen    | 06.05. |
| 9,90  |  | Stammermann, Verena   | 2006 | SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 9,69  |  | Hempen, Hilke         | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 15.04. |
| 9,65  |  | Hermes, Mara          | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Oldenburg | 24.09. |
| 9,56  |  | Ströer, Nila          | 2007 | SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 8,90  |  | Wübben, Mieke         | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 8,82  |  | Goldenstein, Lotte    | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 07.10. |
| 8,43  |  | Reckers, Anna         | 2007 | SV Germania Twist       | Dörpen    | 14.10. |
| 8,34  |  | Frericks, Anna        | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 8,13  |  | Krieger, Antonia      | 2007 | VfL Lingen              | Papenburg | 29.09. |
| 7,59  |  | Kisser, Angelina      | 2007 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 7,58  |  | Gurda, Malgorzata     | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Meppen    | 03.05. |
| 7,29  |  | Thele, Lena           | 2007 | SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 7,24  |  | Ginten, Mona          | 2007 | VfL Lingen              | Papenburg | 29.09. |
| 7,19  |  | Nannen, Hannah-Sophie | 2007 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 15.04. |
| 7,00  |  | Krüger, Laura         | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 15.04. |
| 6,91  |  | Boekelo, Marie        | 2007 | Haselünner SV           | Molbergen | 06.05. |
| 6,80  |  | Ivanov, Ksenia        | 2006 | VfL Lingen              | Papenburg | 13.05. |
| 6,69  |  | Gurda, Katarzyna      | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Löningen  | 28.06. |
| 6,47  |  | Menke, Carolin        | 2007 | SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022: 19,87 Gurda, Katarzyna 2006 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 39,05 Niers, Claudia 1983 -- SV Groß Hesepe 10.07.2000

|       |  |                     |      |                         |           |        |
|-------|--|---------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 32,07 |  | Schute, Teresa      | 2007 | LAV Meppen              | Papenburg | 21.06. |
| 24,37 |  | Stammermann, Verena | 2006 | SV Sparta Werlte        | Papenburg | 29.09. |
| 21,98 |  | Reckers, Anna       | 2007 | SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 20,54 |  | Gurda, Katarzyna    | 2006 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |
| 20,17 |  | Hempen, Hilke       | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 17,91 |  | Ströer, Nila        | 2007 | SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 13,27 |  | Frericks, Anna      | 2006 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 15.04. |

[zurück](#)

## Hammerwurf 3 kg

|       |                  |                              |           |        |
|-------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 45,39 | Schute, Teresa   | 2007 LAV Meppen              | Dissen    | 22.04. |
| 17,93 | Gurda, Katarzyna | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |

[zurück](#)**Speerwurf 500 g**

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 28,78 | Hempen, Hilke 2006 -- LG Emstal Dörpen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 43,57 | Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen    | 18.07.2020 |

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 31,87 | Hempen, Hilke       | 2006 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 29,71 | Goldenstein, Lotte  | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 08.10. |
| 28,33 | Wübben, Mieke       | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 14.10. |
| 27,45 | Frericks, Anna      | 2006 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 27,19 | Stammermann, Verena | 2006 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 29.09. |
| 24,37 | Hermes, Mara        | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 14.10. |
| 23,96 | Reckers, Anna       | 2007 SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 23,52 | Krüger, Laura       | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 14.05. |
| 22,20 | Kisser, Angelina    | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 08.10. |
| 21,46 | Gurda, Malgorzata   | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Meppen    | 03.05. |

|       |                       |                              |           |        |
|-------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 21,30 | Ströer, Nila          | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 29.09. |
| 20,60 | Gurda, Katarzyna      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Löningen  | 28.06. |
| 19,74 | Krieger, Antonia      | 2007 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 19,55 | Schüttert, Sophia     | 2006 SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 15,69 | Nannen, Hannah-Sophie | 2007 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 15.04. |
| 15,52 | Ivanov, Ksenia        | 2006 VfL Lingen              | Papenburg | 14.05. |

[zurück](#)**4-Kampf****100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m**

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 1.799 | Ivanov, Ksenia 2006 -- VfL Lingen      |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2.519 | Wübben, Mieke 2007 -- LG Emstal Dörpen | 7.10.2023 |

|       |                                   |                              |           |        |
|-------|-----------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2.519 | Hermes, Mara                      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
|       | 15,63(+0,1)-1,48-9,09-27,26(+0,2) |                              |           |        |
| 2.308 | Wübben, Mieke                     | 2007 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10. |
|       | 16,51(-0,6)-1,38-8,74-26,94(-1,3) |                              |           |        |
| 2.173 | Goldenstein, Lotte                | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 07.10. |
|       | 16,23(-0,9)-1,42-8,82-29,73(+1,4) |                              |           |        |
| 2.126 | Frericks, Anna                    | 2006 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
|       | 17,39(+0,1)-1,44-8,34-28,44(+0,8) |                              |           |        |
| 2.125 | Kisser, Angelina                  | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
|       | 16,83(+0,0)-1,44-7,59-28,65(-0,3) |                              |           |        |
| 2.075 | Krüger, Laura                     | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
|       | 16,85(-1,0)-1,52-6,30-29,37(+2,4) |                              |           |        |
| 1.941 | Hempen, Hilke                     | 2006 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
|       | 18,10(+0,1)-1,28-9,05-28,30(+0,8) |                              |           |        |
| 1.834 | Nannen, Hannah-Sophie             | 2007 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
|       | 19,13(+1,2)-1,52-6,89-29,97(+2,4) |                              |           |        |
| 1.400 | Wemhoff, Leni                     | 2008 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05. |
|       | 20,30(+0,0)-1,24-8,99-32,73(-0,3) |                              |           |        |
| 1.350 | Reckers, Anna                     | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05. |
|       | 21,23(+0,0)-1,24-8,11-31,45(-0,3) |                              |           |        |
| 1.006 | Ströer, Nila                      | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05. |
|       | 20,60(+1,2)-0-8,92-33,01(-0,1)    |                              |           |        |

## 4-Kampf Ma.

### 100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m

Kreisrekord Emsland: 11.373 LG Papenburg/Aschendorf 27.08.1995

|   |                  |           |        |
|---|------------------|-----------|--------|
| 10.671  | LG Emstal Dörpen | Papenburg | 13.05. |
| Hermes, Mara (2007) - 2.519; Wübben, Mieke (2007) - 2.251; Frericks, Anna (2006) - 2.126<br>Hempfen, Hilke (2006) - 1.941; Nannen, Hannah-Sophie (2007) - 1.834 |                  |           |        |

## 7-Kampf

### 100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m-Weit-Speer (500g)-800m

Kreisrekord Emsland: 4.086 Wübben, Mieke 2007 -- LG Emstal Dörpen 7.10./08.10.2023

|  |                    |                              |           |                   |
|--|--------------------|------------------------------|-----------|-------------------|
| 4.086  | Wübben, Mieke      | 2007 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| 16,51(-0,6)-1,38-8,74-26,94(-1,3)/5,07(+0,4)-26,63-2:22,68 |                    |                              |           |                   |
| 3.600  | Hermes, Mara       | 2007 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| 15,58(+0,4)-1,38-9,00-28,12(+0,2)/4,47(+0,5)-21,21-2:44,23 |                    |                              |           |                   |
| 3.496  | Goldenstein, Lotte | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| 16,23(-0,9)-1,42-8,82-29,73(+1,4)/4,06(+0,3)-29,71-2:43,81 |                    |                              |           |                   |
| 3.365  | Frericks, Anna     | 2006 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| 17,49(-0,9)-1,34-7,38-28,62(-0,5)/4,37(+0,7)-24,55-2:32,46 |                    |                              |           |                   |
| 3.319  | Ivanov, Ksenia     | 2006 VfL Lingen              | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 17,51(+1,0)-1,52-6,80-28,51(+0,7)/4,59(+0,0)-15,52-2:40,69 |                    |                              |           |                   |
| 3.316  | Hempfen, Hilke     | 2006 LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| 18,23(-0,3)-1,30-9,43-29,41(+0,2)/4,06(+0,2)-28,10-2:32,40 |                    |                              |           |                   |
| 3.158  | Krüger, Laura      | 2006 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 16,85(-1,0)-1,52-6,30-29,37(+2,4)/4,36(+0,0)-23,52-3:03,35 |                    |                              |           |                   |
| 3.121  | Kisser, Angelina   | 2007 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 16,83(+0,0)-1,44-7,59-28,65(-0,3)/4,15(-0,2)-19,83-2:59,82 |                    |                              |           |                   |
| 2.217  | Reckers, Anna      | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 21,23(+0,0)-1,24-8,11-31,45(-0,3)/3,60(+0,0)-21,11-3:03,06 |                    |                              |           |                   |
| 1.662  | Ströer, Nila       | 2007 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 20,60(+1,2)-0-8,92-33,01(-0,1)/3,61(+0,0)-15,65-3:16,86    |                    |                              |           |                   |

## 7-Kampf Ma.

### 100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m-Weit-Speer (500g)-800m

Kreisrekord Emsland: 11.051 LG Emstal Dörpen 7.10./08.10.2023

|  |                         |           |                   |
|--|-------------------------|-----------|-------------------|
| 11.051   | LG Emstal Dörpen        | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| Wübben, Mieke (2007) - 4.086; Hermes, Mara (2007) - 3.600; Frericks, Anna (2006) - 3.365         |                         |           |                   |
| 9.681  | LG Papenburg/Aschendorf | Aurich    | 07.10./<br>08.10. |
| Goldenstein, Lotte (2006) - 3.496; Kisser, Angelina (2007) - 3.119; Krüger, Laura (2006) - 3.066 |                         |           |                   |
| 6.074  | SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| Reckers, Anna (2007) - 2.217; Wemhoff, Leni (2008) - 2.195; Ströer, Nila (2007) - 1.662          |                         |           |                   |

## Weibliche Jugend U16

### 4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022: 52,39 LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 51,04 SC Osterbrock 26.06.2004

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 53,60 | StG Lingen-Meppen-Werlte<br>Dinklage, Emilie (2009); Kaczmarek, Lisa (2008); Bölle, Mathilda (2008); Terhorst, Ida (2009)    | Oldenburg | 24.09. |
| 53,69 | LG Papenburg/Aschendorf II<br>Jansen, Sina (2010); Suermann, Sophie (2009); Renner, Anna-Lena (2009); Schmees, Svenja (2008) | Oldenburg | 24.09. |
| 55,13 | LG Emstal Dörpen<br>Jansen, Katharina (2008); Borchers, Amelia (2009); Kruth, Wiebke (2009); Wessels, Mayra (2008)           | Haren     | 24.05. |
| 56,09 | LG Papenburg/Aschendorf I<br>Dillmann, Giulia (2009); Drost, Lena (2009); Kube, Maja (2008); Telgen, Pia (2008)              | Oldenburg | 24.09. |
| 57,81 | SV Bawinkel II<br>Lügering, Johanna (2009); Pleus, Anna-Lena (2008); Jürgens, Hannah (2009); Strieker, Leni (2008)           | Lingen    | 09.09. |
| 63,44 | SV Bawinkel I<br>Hosemann, Charlotte (2009); Gödiker, Leni (2009); Pleus, Sophia (2011); Schomaker, Ida (2010)               | Lingen    | 09.09. |

[zurück](#)

### 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 7:36,85 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 7:04,43 LG Emstal Dörpen 6.05.2000

|         |   |           |        |
|---------|---|-----------|--------|
| 7:42,34 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Suermann, Sophie (2009); Eiting, Alena (2009); Suermann, Leonie (2008) | Papenburg | 14.05. |
| 8:34,91 | TuS Haren<br>Ahrens, Svenja (2009); Ahrens, Marika (2010); Speller, Leni (2009)                   | Haren     | 24.05. |

[zurück](#)

### 3-Kampf Ma.

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

Bestl. 2022: 6.546 LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 7.091 LG Emstal Dörpen 5.10.2013

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 6.631 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Kaltwasser, Emma (2009) - 1.442; Schmees, Svenja (2008) - 1.373; Renner, Anna-Lena (2009) - 1.295<br>Suermann, Sophie (2009) - 1.275; Suermann, Leonie (2008) - 1.246 | Osnabrück | 02.09. |
|-------|--|-----------|--------|

[zurück](#)

### 4-Kampf Ma.

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

Bestl. 2022: 8.543 LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 9.285 LG Papenburg/Aschendorf 29.08.2009

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 8.872 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Kaltwasser, Emma (2009) - 1.959; Renner, Anna-Lena (2009) - 1.764; Suermann, Sophie (2009) - 1.719<br>Schmees, Svenja (2008) - 1.715; Suermann, Leonie (2008) - 1.715 | Osnabrück | 02.09. |
| 8.083 | SV Sparta Werlte<br>Wotte, Anni Maike (2009) - 1.670; Kaczmarek, Lisa (2008) - 1.648; Dinklage, Emilie (2009) - 1.622<br>Grummel, Zoe (2008) - 1.596; Kieselhorst, Malin (2009) - 1.547          | Dörpen    | 26.08. |

|       |  |        |        |
|-------|--|--------|--------|
| 7.993 | LG Emstal Dörpen<br>Jansen, Katharina (2008) - 1.783; Borchers, Amelia (2009) - 1.675; Wessels, Mayra (2008) - 1.549<br>Kruth, Wiebke (2009) - 1.533; Xhafa, Elisa (2009) - 1.453        | Dörpen | 26.08. |
| 7.308 | LG Papenburg/Aschendorf II<br>Südkamp, Lara (2009) - 1.540; Nitsche, Malina (2008) - 1.524; Eiting, Alena (2009) - 1.469<br>Dillmann, Giulia (2009) - 1.453; Magnus, Anna (2008) - 1.322 | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## 7-Kampf Ma.

### 100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-80m H.-Speer (500g)-800m

Kreisrekord Emsland: 9.834 SV Sparta Werlte 2.05./03.05.2010

|       |   |          |                   |
|-------|---|----------|-------------------|
| 9.412 | LG Papenburg/Aschendorf II<br>Kaltwasser, Emma (2009) - 3.253; Renner, Anna-Lena (2009) - 3.088; Schmees, Svenja (2008) - 3.071 | Sarstedt | 24.06./<br>25.06. |
| 7.629 | LG Papenburg/Aschendorf I<br>Jansen, Sina (2010) - 2.800; Telgen, Pia (2008) - 2.598; Kube, Maja (2008) - 2.231                 | Sarstedt | 24.06./<br>25.06. |

[zurück](#)

## Block Mannschaft

Bestl. 2022: 10.752 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 11.927 SV Sparta Werlte 2.06.2013

|        |  |              |        |
|--------|--|--------------|--------|
| 11.101 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Kaltwasser, Emma (2009) - 2.411; Suermann, Leonie (2008) - 2.253; Suermann, Sophie (2009) - 2.182<br>Renner, Anna-Lena (2009) - 2.178; Eiting, Alena (2009) - 2.077 | Fallersleben | 16.09. |
| 10.535 | SV Sparta Werlte<br>Thien, Lina (2010) - 2.265; Dinklage, Emilie (2009) - 2.199; Kaczmarek, Lisa (2008) - 2.115<br>Wotte, Anni Maike (2009) - 1.998; Kieselhorst, Malin (2009) - 1.958         | Fallersleben | 16.09. |

[zurück](#)

## DJMM DSMM Gruppe 2

Bestl. 2022: 7.530 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 8.161 StG Haren-Lingen-Twist 18.09.2016

|       |                          |           |        |
|-------|--------------------------|-----------|--------|
| 7.655 | LG Papenburg/Aschendorf  | Oldenburg | 24.09. |
| 7.519 | StG Lingen-Meppen-Werlte | Oldenburg | 24.09. |

[zurück](#)

## Jugend W15

|                             |                              |                                  |                             |                             |                           |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| <a href="#">100 m Lauf</a>  | <a href="#">300 m Lauf</a>   | <a href="#">800 m Lauf</a>       | <a href="#">2000 m Lauf</a> | <a href="#">3000 m Lauf</a> | <a href="#">5 km Str.</a> |
| <a href="#">80 m Hürden</a> | <a href="#">300 m Hürden</a> | <a href="#">1500 m Hindernis</a> | <a href="#">Hochsprung</a>  | <a href="#">Weitsprung</a>  | <a href="#">Kugelstoß</a> |
| <a href="#">Diskuswurf</a>  | <a href="#">Speerwurf</a>    | <a href="#">Ballwurf 200g</a>    | <a href="#">3-Kampf</a>     | <a href="#">4-Kampf</a>     | <a href="#">7-Kampf</a>   |
| <a href="#">Block Lauf</a>  |                              |                                  |                             |                             |                           |

[zurück zum Anfang](#)

## 100 m Lauf

Bestl. 2022: 12,99 Hermes, Mara 2007 -- LG Emstal Dörpen  
Kreisrekord Emsland: 12,40 Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen 26.06.2004  
Kreisrekord Emsland: 12,1 Ripperda, Hanni 1963 -- VfL Lingen 8.07.1978

|       |      |                   |                              |              |        |
|-------|------|-------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 13,44 | +1,9 | Jansen, Katharina | 2008 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 13,50 | +0,1 | Schmees, Svenja   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 11.06. |
| 14,19 | +1,9 | Bölle, Mathilda   | 2008 LAV Meppen              | Papenburg    | 13.05. |
| 14,28 | +1,9 | Wessels, Mayra    | 2008 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 14,31 | -1,2 | Kaczmarek, Lisa   | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 14,33 | +1,3 | Telgen, Pia       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 14,46 | +0,6 | Kube, Maja        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt     | 24.06. |
| 14,58 | +0,0 | Lüttel, Jana      | 2008 SV Sparta Werlte        | Lingen       | 06.05. |
| 14,58 | +0,4 | Strieker, Leni    | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg    | 13.05. |
| 14,74 | +0,0 | Suermann, Leonie  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 14,76 | +0,4 | Arndt, Nele       | 2008 LAV Meppen              | Papenburg    | 13.05. |
| 14,86 | -1,6 | Grummel, Zoe      | 2008 SV Sparta Werlte        | Werlte       | 02.06. |
| 14,96 | +0,4 | Nitsche, Malina   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 15,06 | +1,3 | Pleus, Anna-Lena  | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg    | 13.05. |
| 15,87 | +0,0 | Magnus, Anna      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |

[zurück](#)

### 300 m Lauf

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 41,56 | Terhorst, Paula 2007 -- LAV Meppen       |           |
| Kreisrekord Emsland: | 40,16 | Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen | 8.05.2004 |

|       |  |                   |                              |        |        |
|-------|--|-------------------|------------------------------|--------|--------|
| 46,85 |  | Suermann, Leonie  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |
| 47,70 |  | Albers, Anna-Lena | 2008 SV Germania Twist       | Lingen | 06.05. |
| 47,91 |  | Telgen, Pia       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |
| 48,97 |  | Kaczmarek, Lisa   | 2008 SV Sparta Werlte        | Lingen | 06.05. |
| 49,32 |  | Arndt, Nele       | 2008 LAV Meppen              | Lingen | 18.08. |
| 50,71 |  | Buss, Eva         | 2008 SV Germania Twist       | Haren  | 02.07. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

|                      |         |                                    |           |
|----------------------|---------|------------------------------------|-----------|
| Bestl. 2022:         | 2:12,27 | Terhorst, Paula 2007 -- LAV Meppen |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2:10,13 | Bruns, Anne 1974 -- TV Meppen      | 5.07.1989 |

|         |  |                  |                              |           |        |
|---------|--|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:28,13 |  | Suermann, Leonie | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 24.09. |
| 2:34,93 |  | Magnus, Anna     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 24.09. |
| 2:46,79 |  | Arndt, Nele      | 2008 LAV Meppen              | Sarstedt  | 25.06. |
| 2:47,44 |  | Pleus, Anna-Lena | 2008 SV Bawinkel             | Lingen    | 09.09. |
| 2:53,84 |  | Telgen, Pia      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 25.06. |
| 2:54,82 |  | Bölle, Mathilda  | 2008 LAV Meppen              | Papenburg | 14.05. |
| 2:58,45 |  | Schmees, Svenja  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 25.06. |
| 2:59,22 |  | Strieker, Leni   | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg | 14.05. |
| 3:14,37 |  | Wemhoff, Leni    | 2008 SV Germania Twist       | Papenburg | 14.05. |
| 3:17,21 |  | Kube, Maja       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 25.06. |

[zurück](#)

### 2000 m Lauf

|                      |         |  |           |
|----------------------|---------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 7:10,47 | Dillmann, Milena 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf |           |
| Kreisrekord Emsland: | 6:16,07 | Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen             | 3.09.2005 |

|         |  |                  |                              |              |        |
|---------|--|------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 7:09,86 |  | Suermann, Leonie | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 10.06. |
| 7:21,14 |  | Magnus, Anna     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 10.06. |
| 8:40,09 |  | Kaczmarek, Lisa  | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |

[zurück](#)**3000 m Lauf**

Bestl. 2022: 11:19,04 Dillmann, Milena 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 9:33,29 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen

14.07.2005

|          |                  |                              |          |        |
|----------|------------------|------------------------------|----------|--------|
| 11:35,44 | Suermann, Leonie | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt | 25.06. |
| 11:39,99 | Magnus, Anna     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt | 25.06. |

[zurück](#)**5 km Str.**

Bestl. 2022: 26:01 Speller, Greta 2007 -- TuS Haren  
 Kreisrekord Emsland: 17:14 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen

13.05.2005

|       |                  |                |        |        |
|-------|------------------|----------------|--------|--------|
| 26:55 | Sievert, Johanna | 2008 TV Meppen | Meppen | 02.09. |
|-------|------------------|----------------|--------|--------|

[zurück](#)**80 m Hürden 0.762m**

Bestl. 2022: 12,13 Hermes, Mara 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 12,13 Hermes, Mara 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 11,8 Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen

26.06.2022  
5.06.2004

|       |                       |                              |              |        |
|-------|-----------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 13,27 | +0,0 Schmees, Svenja  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 10.06. |
| 14,04 | -1,2 Arndt, Nele      | 2008 LAV Meppen              | Lingen       | 06.05. |
| 14,18 | -1,2 Wessels, Mayra   | 2008 LG Emstal Dörpen        | Lingen       | 06.05. |
| 14,30 | -1,2 Strieker, Leni   | 2008 SV Bawinkel             | Lingen       | 06.05. |
| 14,33 | -0,3 Suermann, Leonie | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 14,49 | -0,4 Telgen, Pia      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 14.05. |
| 14,80 | -0,4 Bölle, Mathilda  | 2008 LAV Meppen              | Papenburg    | 14.05. |
| 15,73 | -0,4 Grummel, Zoe     | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 15,84 | +0,4 Kaczmarek, Lisa  | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 16,82 | -0,4 Kube, Maja       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt     | 25.06. |
| 16,84 | -1,2 Pleus, Anna-Lena | 2008 SV Bawinkel             | Lingen       | 06.05. |
| 16,95 | -0,5 Wemhoff, Leni    | 2008 SV Germania Twist       | Papenburg    | 29.09. |
| 18,60 | +0,4 Magnus, Anna     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |

[zurück](#)**300 m Hürden 0.762m**

Kreisrekord Emsland: 45,64 Wessling, Judith 1997 -- VfL Lingen

30.06.2012

|       |             |                              |        |        |
|-------|-------------|------------------------------|--------|--------|
| 52,92 | Telgen, Pia | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Verden | 10.06. |
|-------|-------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)**1500 m Hindernis 0.762m**

Bestl. 2022: 5:25,52 Dillmann, Milena 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 5:25,52 Dillmann, Milena 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf

9.07.2022

|         |                  |                              |           |        |
|---------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 5:31,04 | Suermann, Leonie | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 5:33,14 | Suermann, Sophie | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |



## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,52 Kisser, Angelina 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 1,74 Schulte, Alexandra 1993 -- LAV Meppen 15.06.2008

|      |                   |                              |              |        |
|------|-------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 1,48 | Arndt, Nele       | 2008 LAV Meppen              | Sarstedt     | 24.06. |
| 1,44 | Jansen, Katharina | 2008 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 1,44 | Suermann, Leonie  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück    | 02.09. |
| 1,40 | Bölle, Mathilda   | 2008 LAV Meppen              | Papenburg    | 13.05. |
| 1,40 | Schmees, Svenja   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 1,40 | Grummel, Zoe      | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 1,36 | Pleus, Anna-Lena  | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg    | 13.05. |
| 1,36 | Strieker, Leni    | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg    | 13.05. |
| 1,32 | Telgen, Pia       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 1,24 | Wemhoff, Leni     | 2008 SV Germania Twist       | Papenburg    | 13.05. |
| 1,24 | Wessels, Mayra    | 2008 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 1,24 | Kube, Maja        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt     | 24.06. |
| 1,24 | Nitsche, Malina   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 1,24 | Kaczmarek, Lisa   | 2008 SV Sparta Werlte        | Dörpen       | 26.08. |
| 1,12 | Magnus, Anna      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,88 Kisser, Angelina 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 5,55 Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf 8.08.1993

|      |                        |                              |              |        |
|------|------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 4,74 | +0,1 Suermann, Leonie  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 09.09. |
| 4,70 | +0,0 Schmees, Svenja   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 10.06. |
| 4,47 | -1,4 Kaczmarek, Lisa   | 2008 SV Sparta Werlte        | Lingen       | 06.05. |
| 4,37 | -0,6 Wessels, Mayra    | 2008 LG Emstal Dörpen        | Lingen       | 06.05. |
| 4,36 | +0,7 Arndt, Nele       | 2008 LAV Meppen              | Papenburg    | 13.05. |
| 4,35 | +0,0 Jansen, Katharina | 2008 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 4,32 | -0,3 Lüttel, Jana      | 2008 SV Sparta Werlte        | Werlte       | 02.06. |
| 4,29 | +0,0 Grummel, Zoe      | 2008 SV Sparta Werlte        | Oldenburg    | 24.09. |
| 4,22 | +0,6 Pleus, Anna-Lena  | 2008 SV Bawinkel             | Lingen       | 09.09. |
| 4,20 | +0,4 Bölle, Mathilda   | 2008 LAV Meppen              | Papenburg    | 13.05. |
| 4,17 | -1,0 Strieker, Leni    | 2008 SV Bawinkel             | Lingen       | 06.05. |
| 4,13 | +0,3 Kube, Maja        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte       | 02.06. |
| 4,03 | -0,8 Markus, Marie     | 2008 SV Sparta Werlte        | Lingen       | 06.05. |
| 3,89 | -0,7 Magnus, Anna      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 3,77 | +0,5 Telgen, Pia       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 09.09. |
| 3,75 | +0,0 Wemhoff, Leni     | 2008 SV Germania Twist       | Papenburg    | 14.05. |
| 3,59 | +0,2 Flatken, Klara    | 2008 SV Sparta Werlte        | Lingen       | 06.05. |

## Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022: 10,62 Schute, Teresa 2007 -- LAV Meppen  
 Kreisrekord Emsland: 13,59 de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf 3.10.1996

|      |                |                        |           |        |
|------|----------------|------------------------|-----------|--------|
| 9,95 | Arndt, Nele    | 2008 LAV Meppen        | Papenburg | 29.09. |
| 9,82 | Strieker, Leni | 2008 SV Bawinkel       | Lingen    | 09.09. |
| 9,00 | Wemhoff, Leni  | 2008 SV Germania Twist | Lingen    | 06.05. |

|      |                   |                              |           |        |
|------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 8,46 | Kube, Maja        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 09.09. |
| 8,36 | Schmees, Svenja   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06. |
| 7,42 | Kaczmarek, Lisa   | 2008 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 7,26 | Grummel, Zoe      | 2008 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 7,25 | Suermann, Leonie  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 7,16 | Jansen, Katharina | 2008 LG Emstal Dörpen        | Osnabrück | 02.09. |
| 7,03 | Pleus, Anna-Lena  | 2008 SV Bawinkel             | Dörpen    | 26.08. |
| 6,79 | Nitsche, Malina   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 6,72 | Wessels, Mayra    | 2008 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 6,45 | Telgen, Pia       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06. |
| 6,27 | Markus, Marie     | 2008 SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 6,25 | Magnus, Anna      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 5,81 | Lüttel, Jana      | 2008 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 5,57 | Bölle, Mathilda   | 2008 LAV Meppen              | Papenburg | 13.05. |

[zurück](#)

### Diskuswurf 1 kg

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 28,26 | Schute, Teresa 2007 -- LAV Meppen      |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 35,60 | Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen |  | 13.06.2009 |

|       |               |                        |        |        |
|-------|---------------|------------------------|--------|--------|
| 28,71 | Arndt, Nele   | 2008 LAV Meppen        | Lingen | 06.05. |
| 18,95 | Wemhoff, Leni | 2008 SV Germania Twist | Dörpen | 14.10. |

[zurück](#)

### Speerwurf 500 g

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 25,41 | Wübben, Mieke 2007 -- LG Emstal Dörpen |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 36,84 | Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen    |  | 25.08.2018 |

|       |                   |                               |              |        |
|-------|-------------------|-------------------------------|--------------|--------|
| 30,24 | Arndt, Nele       | 2008 LAV Meppen               | Delmenhorst  | 25.03. |
| 26,03 | Kube, Maja        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf  | Lingen       | 06.05. |
| 24,36 | Strieker, Leni    | 2008 SV Bawinkel              | Dörpen       | 14.10. |
| 21,91 | Wemhoff, Leni     | 2008 SV Germania Twist        | Dörpen       | 15.04. |
| 21,79 | Kaczmarek, Lisa   | 2008 StG Lingen-Meppen-Werlte | Oldenburg    | 24.09. |
| 17,37 | Schmees, Svenja   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf  | Sarstedt     | 25.06. |
| 16,84 | Jansen, Katharina | 2008 LG Emstal Dörpen         | Dörpen       | 15.04. |
| 16,49 | Telgen, Pia       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf  | Sarstedt     | 25.06. |
| 16,47 | Wessels, Mayra    | 2008 LG Emstal Dörpen         | Dörpen       | 14.10. |
| 14,79 | Bölle, Mathilda   | 2008 LAV Meppen               | Papenburg    | 14.05. |
| 14,18 | Pleus, Anna-Lena  | 2008 SV Bawinkel              | Dörpen       | 14.10. |
| 13,99 | Grummel, Zoe      | 2008 SV Sparta Werlte         | Fallersleben | 16.09. |
| 13,40 | Lüttel, Jana      | 2008 SV Sparta Werlte         | Lingen       | 06.05. |
| 12,56 | Flatken, Klara    | 2008 SV Sparta Werlte         | Lingen       | 06.05. |

[zurück](#)

### Ballwurf 200g

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 34,00 | Eilers, Annika 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf   |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 53,50 | de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf |  | 18.06.1996 |

|       |                  |                              |              |        |
|-------|------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 32,50 | Kaczmarek, Lisa  | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 30,00 | Magnus, Anna     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 27,50 | Suermann, Leonie | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |

### 3-Kampf

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

Bestl. 2022: 1.502 Hermes, Mara 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 1.560 Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen 5.10.2013

|       |   |                              |           |        |
|-------|---|------------------------------|-----------|--------|
| 1.373 | Schmees, Svenja<br>13,95(+0,0)-4,55-8,08    | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.314 | Jansen, Katharina<br>14,01(+0,4)-4,49-7,02  | 2008 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.307 | Strieker, Leni<br>14,82(+0,4)-4,08-9,32     | 2008 SV Bawinkel             | Dörpen    | 26.08. |
| 1.306 | Kaczmarek, Lisa<br>14,37(+0,4)-4,49-7,42    | 2008 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.252 | Suermann, Leonie<br>15,02(+0,4)-4,49-7,25   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.231 | Grummel, Zoe<br>14,86(-1,6)-4,22(+0,2)-7,26 | 2008 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 1.222 | Kube, Maja<br>14,64(-1,6)-4,13(+0,3)-6,96   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 1.207 | Wessels, Mayra<br>14,62(+0,4)-4,10-6,72     | 2008 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.191 | Lüttel, Jana<br>14,59(-1,4)-4,32(-0,3)-5,81 | 2008 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 1.182 | Nitsche, Malina<br>14,96(+0,4)-4,05-6,79    | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.159 | Pleus, Anna-Lena<br>15,43(+0,4)-4,02-7,03   | 2008 SV Bawinkel             | Dörpen    | 26.08. |
| 1.061 | Magnus, Anna<br>16,04(+0,4)-3,84-6,25       | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.049 | Telgen, Pia<br>15,50(-1,2)-3,57-6,03        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |

### 4-Kampf

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

Bestl. 2022: 1.939 Hermes, Mara 2007 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 2.153 Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen 5.10.2013

|       |   |                              |           |        |
|-------|---|------------------------------|-----------|--------|
| 1.845 | Arndt, Nele<br>14,79(+0,6)-4,30(-1,1)-1,48-9,74       | 2008 LAV Meppen              | Sarstedt  | 24.06. |
| 1.832 | Schmees, Svenja<br>13,57(+1,4)-4,67(-0,1)-1,40-7,43   | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 1.786 | Jansen, Katharina<br>13,44(+1,9)-4,35(+0,0)-1,40-6,99 | 2008 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 1.715 | Suermann, Leonie<br>14,93(+0,0)-4,49-1,44-7,01        | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.708 | Strieker, Leni<br>14,58(+0,4)-4,13(+0,0)-1,36-8,34    | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg | 13.05. |
| 1.648 | Kaczmarek, Lisa<br>14,37(+0,4)-4,49-1,24-7,42         | 2008 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.637 | Bölle, Mathilda<br>14,19(+1,9)-4,20(+0,4)-1,40-5,57   | 2008 LAV Meppen              | Papenburg | 13.05. |
| 1.596 | Grummel, Zoe<br>15,22(+0,4)-4,10-1,36-6,93            | 2008 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.578 | Pleus, Anna-Lena<br>15,43(+0,4)-4,02-1,36-7,03        | 2008 SV Bawinkel             | Dörpen    | 26.08. |

|       |  |                              |           |        |
|-------|--|------------------------------|-----------|--------|
| 1.565 | Kube, Maja<br>14,46(+0,6)-3,80(-1,8)-1,24-7,55     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06. |
| 1.560 | Wessels, Mayra<br>14,28(+1,9)-4,11(+0,0)-1,24-6,40 | 2008 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 13.05. |
| 1.548 | Telgen, Pia<br>14,33(+1,3)-3,73(-0,6)-1,32-6,11    | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 1.524 | Nitsche, Malina<br>14,96(+0,4)-4,05-1,24-6,79      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.322 | Magnus, Anna<br>16,04(+0,4)-3,84-1,12-6,25         | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## 7-Kampf

### 100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-80m H.-Speer (500g)-800m

Kreisrekord Emsland: 3.661 Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen 6.06./07.06.2004

|       |  |                              |           |                   |
|-------|--|------------------------------|-----------|-------------------|
| 3.201 | Arndt, Nele<br>14,79(+0,6)-4,30(-1,1)-9,74-1,48/14,51(-0,4)-27,87-2:46,79      | 2008 LAV Meppen              | Sarstedt  | 24.06./<br>25.06. |
| 3.071 | Schmees, Svenja<br>13,52(+0,6)-4,54(-0,4)-8,36-1,32/13,39(-0,6)-17,37-2:58,45  | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06./<br>25.06. |
| 2.941 | Strieker, Leni<br>14,58(+0,4)-4,13(+0,0)-8,34-1,36/14,44(-0,4)-20,40-2:59,22   | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 2.804 | Bölle, Mathilda<br>14,19(+1,9)-4,20(+0,4)-5,57-1,40/14,80(-0,4)-14,79-2:54,82  | 2008 LAV Meppen              | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 2.749 | Telgen, Pia<br>14,33(+1,3)-3,73(-0,6)-6,11-1,32/14,49(-0,4)-16,18-2:54,33      | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 2.538 | Pleus, Anna-Lena<br>15,06(+1,3)-3,47(+0,2)-6,17-1,36/17,29(-0,4)-13,60-2:55,89 | 2008 SV Bawinkel             | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
| 2.231 | Kube, Maja<br>14,46(+0,6)-3,80(-1,8)-7,55-1,24/16,82(-0,4)-o-3:17,21           | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06./<br>25.06. |
| 2.195 | Wemhoff, Leni<br>32,73(-0,3)-3,75(+0,0)-8,99-1,24/3,75(+0,0)-20,60-3:14,37     | 2008 SV Germania Twist       | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |

[zurück](#)

## Block Lauf

### 100m-80m H.-Weit-Ball-2000m

Bestl. 2022: 2.058 Eilers, Annika 2007 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 2.530 Viehweger, Leni 2006 -- VfL Lingen 13.06.2021

|       |  |                              |              |        |
|-------|--|------------------------------|--------------|--------|
| 2.253 | Suermann, Leonie<br>14,97(-1,2)-14,33(-0,3)-4,54(-0,6)-27,50-7:12,97 | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 2.115 | Kaczmarek, Lisa<br>14,31(-1,2)-15,84(+0,4)-4,40(-1,1)-32,50-8:40,09  | 2008 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 1.929 | Magnus, Anna<br>15,95(-1,2)-18,60(+0,4)-3,89(-0,7)-30,00-7:35,80     | 2008 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |

[zurück](#)

## Jugend W14

|                             |                               |                            |                             |                             |                            |
|-----------------------------|-------------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| <a href="#">100 m Lauf</a>  | <a href="#">300 m Lauf</a>    | <a href="#">800 m Lauf</a> | <a href="#">2000 m Lauf</a> | <a href="#">3000 m Lauf</a> | <a href="#">5 km Str.</a>  |
| <a href="#">80 m Hürden</a> | <a href="#">Hochsprung</a>    | <a href="#">Weitsprung</a> | <a href="#">Dreisprung</a>  | <a href="#">Kugelstoß</a>   | <a href="#">Diskuswurf</a> |
| <a href="#">Speerwurf</a>   | <a href="#">Ballwurf 200g</a> | <a href="#">3-Kampf</a>    | <a href="#">4-Kampf</a>     | <a href="#">7-Kampf</a>     | <a href="#">Block S/S</a>  |
| <a href="#">Block Lauf</a>  | <a href="#">Block Wurf</a>    |                            |                             |                             |                            |

**100 m Lauf**

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 13,49 | Schmees, Svenja 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 12,52 | Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen                 | 2.07.2011  |
| Kreisrekord Emsland: | 12,2  | Ripperda, Hanni 1963 -- VfL Lingen              | 25.09.1997 |

|       |      |                    |      |                         |              |        |
|-------|------|--------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 13,40 | +1,4 | Kaltwasser, Emma   | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 13,91 | +0,0 | Terhorst, Ida      | 2009 | LAV Meppen              | Lingen       | 18.08. |
| 13,96 | +1,9 | Schmidt, Paula     | 2009 | SV Union Meppen         | Papenburg    | 13.05. |
| 14,05 | -0,3 | Jansen, Sina       | 2010 | LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 14,20 | +0,4 | Borchers, Amelia   | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 14,29 | +0,4 | Renner, Anna-Lena  | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 14,32 | +1,4 | Malachinski, Clara | 2009 | SV Sigiltra Sögel       | Papenburg    | 13.05. |
| 14,37 | +0,4 | Dinklage, Emilie   | 2009 | SV Sparta Werlte        | Dörpen       | 26.08. |
| 14,50 | +0,4 | Suermann, Sophie   | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 14,54 | +0,4 | Südkamp, Lara      | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 14,57 | +0,4 | Drost, Lena        | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 14,60 | -1,8 | Thien, Lina        | 2010 | SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 14,75 | +1,4 | Dillmann, Giulia   | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 14,85 | -1,8 | Wotte, Anni Maike  | 2009 | SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 14,94 | +1,3 | Kruth, Wiebke      | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 13.05. |
| 15,29 | +0,4 | Xhafa, Elisa       | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 15,29 | -1,3 | Eiting, Alena      | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 15,37 | +0,4 | Kieselhorst, Malin | 2009 | SV Sparta Werlte        | Dörpen       | 26.08. |
| 15,60 | -1,3 | Ahlers, Charlotte  | 2009 | SV Germania Twist       | Lingen       | 06.05. |
| 16,09 | -0,2 | Stroot, Pia        | 2009 | SV Germania Twist       | Papenburg    | 29.09. |

[zurück](#)**300 m Lauf**

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 46,82 | Bölle, Mathilda 2008 -- LAV Meppen       |           |
| Kreisrekord Emsland: | 41,30 | Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen | 6.09.2003 |

|       |  |                    |      |                   |        |        |
|-------|--|--------------------|------|-------------------|--------|--------|
| 45,46 |  | Terhorst, Ida      | 2009 | LAV Meppen        | Lingen | 06.05. |
| 47,93 |  | Malachinski, Clara | 2009 | SV Sigiltra Sögel | Haren  | 02.07. |
| 49,35 |  | Wotte, Anni Maike  | 2009 | SV Sparta Werlte  | Lingen | 06.05. |
| 49,36 |  | Vehmeyer, Antonia  | 2009 | VfL Lingen        | Rheine | 16.04. |
| 49,84 |  | Dinklage, Emilie   | 2009 | SV Sparta Werlte  | Lingen | 06.05. |
| 56,46 |  | Stroot, Pia        | 2009 | SV Germania Twist | Haren  | 02.07. |

[zurück](#)**800 m Lauf**

|                      |         |  |            |
|----------------------|---------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:34,52 | Suermann, Leonie 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:16,40 | Thieke, Stefanie 1986 -- LG Emstal Dörpen        | 22.07.2000 |

|         |  |                   |      |                          |           |        |
|---------|--|-------------------|------|--------------------------|-----------|--------|
| 2:24,93 |  | Suermann, Sophie  | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf  | Oldenburg | 24.09. |
| 2:26,86 |  | Terhorst, Ida     | 2009 | LAV Meppen               | Papenburg | 29.09. |
| 2:34,87 |  | Speller, Leni     | 2009 | TuS Haren                | Lingen    | 06.05. |
| 2:38,13 |  | Eiting, Alena     | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf  | Oldenburg | 24.09. |
| 2:39,95 |  | Vehmeyer, Antonia | 2009 | VfL Lingen               | Papenburg | 29.09. |
| 2:40,26 |  | Schmidt, Paula    | 2009 | SV Union Meppen          | Papenburg | 14.05. |
| 2:42,57 |  | Kruth, Wiebke     | 2009 | LG Emstal Dörpen         | Papenburg | 29.09. |
| 2:48,62 |  | Wotte, Anni Maike | 2009 | StG Lingen-Meppen-Werlte | Oldenburg | 24.09. |

|         |                   |                              |           |        |
|---------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:48,84 | Kaltwasser, Emma  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 25.06. |
| 2:57,10 | Renner, Anna-Lena | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 25.06. |
| 2:59,78 | Lügering, Johanna | 2009 SV Bawinkel             | Papenburg | 29.09. |
| 3:02,81 | Drost, Lena       | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 14.05. |
| 3:18,96 | Jürgens, Emma     | 2009 SC Spelle-Venhaus       | Lingen    | 06.05. |
| 3:19,03 | Reeker, Luisa     | 2009 SC Spelle-Venhaus       | Lingen    | 06.05. |

[zurück](#)

## 2000 m Lauf

|                      |         |  |  |            |
|----------------------|---------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 7:41,56 | Suermann, Leonie 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 6:23,59 | Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen             |  | 21.08.2004 |

|         |                  |                              |        |        |
|---------|------------------|------------------------------|--------|--------|
| 7:14,17 | Suermann, Sophie | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Verden | 10.06. |
| 7:45,39 | Eiting, Alena    | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Verden | 22.04. |

[zurück](#)

## 3000 m Lauf

|                      |          |  |  |           |
|----------------------|----------|--|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 12:09,37 | Suermann, Leonie 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |           |
| Kreisrekord Emsland: | 9:53,2   | Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen             |  | 2.06.2004 |

|          |                  |                              |          |        |
|----------|------------------|------------------------------|----------|--------|
| 11:21,12 | Suermann, Sophie | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt | 25.06. |
| 12:20,06 | Eiting, Alena    | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt | 25.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 22:48 | Suermann, Leonie 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 17:50 | Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen             |  | 11.09.2004 |

|       |                     |                        |           |        |
|-------|---------------------|------------------------|-----------|--------|
| 25:49 | Malachinski, Clara  | 2009 SV Sigiltra Sögel | Meppen    | 02.09. |
| 26:42 | Ahlers, Franziska   | 2009 TV Meppen         | Haselünne | 05.05. |
| 27:18 | Rotermann, Evalotta | 2009 Haselünner SV     | Haselünne | 05.05. |
| 27:19 | Rotermann, Hilke    | 2009 Haselünner SV     | Haselünne | 05.05. |

[zurück](#)

## 80 m Hürden 0.762m

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 13,09 | Schmees, Svenja 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 12,34 | Hermes, Mara 2007 -- LG Emstal Dörpen           |  | 11.09.2021 |

|       |                         |                              |              |        |
|-------|-------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 13,05 | -0,1 Kaltwasser, Emma   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 10.06. |
| 13,79 | +0,6 Renner, Anna-Lena  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt     | 25.06. |
| 13,79 | -0,6 Suermann, Sophie   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg    | 24.09. |
| 13,87 | +0,6 Schmidt, Paula     | 2009 SV Union Meppen         | Sarstedt     | 25.06. |
| 13,90 | +0,1 Thien, Lina        | 2010 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 13,92 | -0,6 Dinklage, Emilie   | 2009 SV Sparta Werlte        | Oldenburg    | 24.09. |
| 14,61 | -1,3 Jansen, Sina       | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt     | 25.06. |
| 14,84 | -1,5 Malachinski, Clara | 2009 SV Sigiltra Sögel       | Lingen       | 06.05. |
| 14,89 | +1,0 Wotte, Anni Maike  | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 15,85 | +0,1 Kieselhorst, Malin | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 16,21 | -0,1 Drost, Lena        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 14.05. |
| 16,51 | +0,3 Eiting, Alena      | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,52 Arndt, Nele 2008 -- LAV Meppen  
 Kreisrekord Emsland: 1,69 Schulte, Alexandra 1993 -- LAV Meppen

25.08.2007

|      |                    |                              |              |        |
|------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 1,54 | Kaltwasser, Emma   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 11.06. |
| 1,50 | Malachinski, Clara | 2009 SV Sigiltra Sögel       | Lingen       | 06.05. |
| 1,44 | Renner, Anna-Lena  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 1,44 | Wotte, Anni Maike  | 2009 SV Sparta Werlte        | Osnabrück    | 02.09. |
| 1,40 | Otten, Marie       | 2009 SV Sparta Werlte        | Vechta       | 25.06. |
| 1,40 | Borchers, Amelia   | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 1,40 | Suermann, Sophie   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 1,40 | Dinklage, Emilie   | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 1,40 | Südkamp, Lara      | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg    | 24.09. |
| 1,32 | Kruth, Wiebke      | 2009 LG Emstal Dörpen        | Meppen       | 03.05. |
| 1,32 | Kieselhorst, Malin | 2009 SV Sparta Werlte        | Dörpen       | 26.08. |
| 1,32 | Schmidt, Paula     | 2009 SV Union Meppen         | Fallersleben | 16.09. |
| 1,28 | Eiting, Alena      | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen       | 26.08. |
| 1,24 | Dillmann, Giulia   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 1,24 | Drost, Lena        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 13.05. |
| 1,24 | Xhafa, Elisa       | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 1,24 | Roschock, Lounell  | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 1,04 | Ahlers, Charlotte  | 2009 SV Germania Twist       | Haren        | 02.07. |

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,66 Schmees, Svenja 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 5,43 Schülting, Mareike 1977 -- SC Osterbrock

7.10.1990

|      |                          |                              |              |        |
|------|--------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 5,00 | +0,7 Dinklage, Emilie    | 2009 SV Sparta Werlte        | Oldenburg    | 24.09. |
| 4,95 | -0,1 Kaltwasser, Emma    | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 4,92 | +2,0 Schmidt, Paula      | 2009 SV Union Meppen         | Sarstedt     | 24.06. |
| 4,45 | -0,1 Renner, Anna-Lena   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 4,39 | -0,7 Suermann, Sophie    | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 4,35 | -0,2 Drost, Lena         | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 4,33 | -0,2 Kruth, Wiebke       | 2009 LG Emstal Dörpen        | Lingen       | 06.05. |
| 4,30 | -0,8 Wotte, Anni Maike   | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 4,26 | +0,3 Eiting, Alena       | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 09.09. |
| 4,18 | -0,2 Malachinski, Clara  | 2009 SV Sigiltra Sögel       | Lingen       | 06.05. |
| 4,16 | -0,2 Jürgens, Hannah     | 2009 SV Bawinkel             | Lingen       | 09.09. |
| 4,08 | +0,0 Vehmeyer, Antonia   | 2009 VfL Lingen              | Papenburg    | 29.09. |
| 4,05 | -0,1 Kieselhorst, Malin  | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 4,04 | -0,9 Südkamp, Lara       | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte       | 02.06. |
| 4,03 | +0,7 Dillmann, Giulia    | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 06.05. |
| 3,91 | +0,3 Lügering, Johanna   | 2009 SV Bawinkel             | Lingen       | 06.05. |
| 3,86 | -0,2 Burghardt, Greta    | 2009 LAV Meppen              | Meppen       | 15.04. |
| 3,73 | +0,1 Hosemann, Charlotte | 2009 SV Bawinkel             | Lingen       | 06.05. |
| 3,71 | -0,3 Otten, Marie        | 2009 SV Sparta Werlte        | Lingen       | 06.05. |
| 3,66 | +0,1 Stevens, Jule       | 2009 SV Sparta Werlte        | Werlte       | 02.06. |

## Dreisprung

Kreisrekord Emsland: 10,33 Nögel, Judith 1991 -- TuS Haren 26.06.2005

|       |      |                   |      |                         |           |        |
|-------|------|-------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 10,10 | +0,1 | Kaltwasser, Emma  | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 10,10 | +0,5 | Dinklage, Emilie  | 2009 | SV Sparta Werlte        | Papenburg | 29.09. |
| 9,24  | +0,2 | Wotte, Anni Maike | 2009 | SV Sparta Werlte        | Papenburg | 29.09. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022: 9,71 Strieker, Leni 2008 -- SV Bawinkel  
Kreisrekord Emsland: 12,50 de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf 17.09.1995

|      |  |                    |      |                         |           |        |
|------|--|--------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 9,61 |  | Renner, Anna-Lena  | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Verden    | 10.06. |
| 8,79 |  | Kaltwasser, Emma   | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 7,92 |  | Wotte, Anni Maike  | 2009 | SV Sparta Werlte        | Osnabrück | 02.09. |
| 7,69 |  | Drost, Lena        | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 24.09. |
| 7,39 |  | Schmidt, Paula     | 2009 | LAV Meppen              | Sarstedt  | 24.06. |
| 7,37 |  | Roschock, Lounell  | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 7,32 |  | Suermann, Sophie   | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 6,88 |  | Bölter, Rosa       | 2009 | VfL Lingen              | Papenburg | 29.09. |
| 6,73 |  | Stroot, Pia        | 2009 | SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 6,63 |  | Kieselhorst, Malin | 2009 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |

|      |  |                     |      |                         |           |        |
|------|--|---------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 6,63 |  | Xhafa, Elisa        | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 6,49 |  | Ahlers, Charlotte   | 2009 | SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 6,36 |  | Kruth, Wiebke       | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 6,35 |  | Borchers, Amelia    | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 6,29 |  | Dillmann, Giulia    | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 6,24 |  | Eiting, Alena       | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 6,16 |  | Stevens, Jule       | 2009 | SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 6,02 |  | Hosemann, Charlotte | 2009 | SV Bawinkel             | Lingen    | 09.09. |
| 5,95 |  | Malachinski, Clara  | 2009 | SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 5,87 |  | Südkamp, Lara       | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022: 27,07 Arndt, Nele 2008 -- LAV Meppen  
Kreisrekord Emsland: 32,95 Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen 30.08.2008

|       |  |                   |      |                         |           |        |
|-------|--|-------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 21,52 |  | Schmidt, Paula    | 2009 | SV Union Meppen         | Papenburg | 29.09. |
| 18,93 |  | Renner, Anna-Lena | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 29.09. |
| 15,75 |  | Roschock, Lounell | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 29.09. |

[zurück](#)

## Speerwurf 500 g

Bestl. 2022: 28,75 Arndt, Nele 2008 -- LAV Meppen  
Kreisrekord Emsland: 35,75 Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen 10.09.2017

|       |  |                   |      |                         |              |        |
|-------|--|-------------------|------|-------------------------|--------------|--------|
| 28,54 |  | Schmidt, Paula    | 2009 | LAV Meppen              | Sarstedt     | 25.06. |
| 26,82 |  | Renner, Anna-Lena | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg    | 24.09. |
| 21,83 |  | Roschock, Lounell | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 15.04. |
| 20,17 |  | Thien, Lina       | 2010 | SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 20,02 |  | Kaltwasser, Emma  | 2009 | LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 19,65 |  | Xhafa, Elisa      | 2009 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 14.10. |



|       |                    |                              |              |        |
|-------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 19,02 | Eiting, Alena      | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 09.09. |
| 18,59 | Kieselhorst, Malin | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 18,36 | Jansen, Sina       | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 16,50 | Dillmann, Giulia   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen       | 09.09. |
| 16,22 | Kruth, Wiebke      | 2009 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 29.09. |
| 15,80 | Drost, Lena        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 14.05. |
| 14,88 | Dinklage, Emilie   | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 11,12 | Wotte, Anni Maike  | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |

[zurück](#)

## Ballwurf 200g

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 20,00 | Suermann, Leonie 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 53,00 | Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen             | 29.05.2017 |

|       |                    |                              |              |        |
|-------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 35,50 | Eiting, Alena      | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 33,00 | Kieselhorst, Malin | 2009 SV Sparta Werlte        | Meppen       | 03.05. |
| 20,00 | Suermann, Sophie   | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
| 18,00 | Markus, Sarah      | 2009 SV Sparta Werlte        | Meppen       | 03.05. |

[zurück](#)

## 3-Kampf

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

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 1.379 | Schmees, Svenja 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf         |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1.482 | Dobelman, Sarah (Kugel) 2000 -- LG Papenburg-Aschendorf | 25.05.2014 |

|       |   |                              |           |        |
|-------|---|------------------------------|-----------|--------|
| 1.442 | Kaltwasser, Emma<br>13,91(-0,4)-4,86-8,79         | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.354 | Renner, Anna-Lena<br>14,48(+0,4)-4,39-8,98        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.275 | Suermann, Sophie<br>14,52(-0,4)-4,36-7,32         | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.272 | Drost, Lena<br>14,57(+0,4)-4,28-7,55              | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.268 | Wotte, Anni Maike<br>14,95(-0,5)-4,34-7,92        | 2009 SV Sparta Werlte        | Osnabrück | 02.09. |
| 1.231 | Borchers, Amelia<br>14,20(+0,4)-4,19-6,35         | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.218 | Dinklage, Emilie<br>14,66(-2,5)-4,82(+0,0)-5,36   | 2009 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 1.165 | Kruth, Wiebke<br>15,04(+0,4)-4,13-6,36            | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.161 | Südkamp, Lara<br>14,58(-2,5)-4,04(-0,9)-5,87      | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 1.158 | Malachinski, Clara<br>14,67(-0,9)-4,03(-0,7)-5,95 | 2009 SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 1.153 | Kieselhorst, Malin<br>15,37(+0,4)-4,10-6,63       | 2009 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.149 | Dillmann, Giulia<br>15,18(-0,5)-4,11-6,29         | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.111 | Xhafa, Elisa<br>15,29(+0,4)-3,71-6,63             | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.101 | Eiting, Alena<br>15,32(+0,4)-3,80-6,24            | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.023 | Stevens, Jule<br>16,25(-2,5)-3,66(+0,1)-6,16      | 2009 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |

|     |  |                       |        |        |
|-----|--|-----------------------|--------|--------|
| 992 | Roschock, Lounell<br>16,13(+0,4)-2,94-7,37   | 2009 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 968 | Otten, Marie<br>16,37(-0,9)-3,44(-0,7)-5,80  | 2009 SV Sparta Werlte | Werlte | 02.06. |
| 880 | Markus, Sarah<br>16,34(-2,5)-3,28(-0,9)-4,54 | 2009 SV Sparta Werlte | Werlte | 02.06. |

[zurück](#)

## 4-Kampf

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

Bestl. 2022: 1.874 Arndt, Nele 2008 -- LAV Meppen  
 Kreisrekord Emsland: 2.005 Kamlage, Judith 1998 -- SV Sparta Werlte 23.06.2012

|       |   |                              |           |        |
|-------|---|------------------------------|-----------|--------|
| 1.959 | Kaltwasser, Emma<br>13,91(-0,4)-4,86-1,52-8,79        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.810 | Renner, Anna-Lena<br>14,29(+0,4)-4,20(+0,0)-1,44-8,86 | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05. |
| 1.737 | Wotte, Anni Maike<br>14,95(-0,5)-4,34-1,44-7,92       | 2009 SV Sparta Werlte        | Osnabrück | 02.09. |
| 1.722 | Schmidt, Paula<br>14,32(-0,2)-4,92(+2,0)-1,28-7,39    | 2009 SV Union Meppen         | Sarstedt  | 24.06. |
| 1.719 | Suermann, Sophie<br>14,52(-0,4)-4,36-1,40-7,32        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.675 | Borchers, Amelia<br>14,20(+0,4)-4,19-1,40-6,35        | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.671 | Jansen, Sina<br>14,19(-0,2)-4,40(+0,5)-1,36-6,27      | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06. |
| 1.622 | Dinklage, Emilie<br>14,37(+0,4)-4,63-1,36-5,09        | 2009 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.620 | Malachinski, Clara<br>14,61(+0,4)-4,30-1,44-5,15      | 2009 SV Sigiltra Sögel       | Dörpen    | 26.08. |
| 1.614 | Drost, Lena<br>14,57(+0,4)-4,28-1,24-7,55             | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.547 | Kieselhorst, Malin<br>15,37(+0,4)-4,10-1,32-6,63      | 2009 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.540 | Südkamp, Lara<br>14,54(+0,4)-3,89-1,32-5,87           | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.533 | Kruth, Wiebke<br>15,04(+0,4)-4,13-1,28-6,36           | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.469 | Eiting, Alena<br>15,32(+0,4)-3,80-1,28-6,24           | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.464 | Dillmann, Giulia<br>15,18(-0,5)-4,11-1,20-6,29        | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.453 | Xhafa, Elisa<br>15,29(+0,4)-3,71-1,24-6,63            | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.383 | Otten, Marie<br>16,73(+0,4)-3,56-1,36-5,79            | 2009 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.334 | Roschock, Lounell<br>16,13(+0,4)-2,94-1,24-7,37       | 2009 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## 7-Kampf

### 100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-80m H.-Speer (500g)-800m

Bestl. 2022: 3.274 Arndt, Nele 2008 -- LAV Meppen  
 Kreisrekord Emsland: 3.461 Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte 26.07./27.07.2014

|       |                  |                              |          |         |
|-------|------------------|------------------------------|----------|---------|
| 3.253 | Kaltwasser, Emma | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt | 24.06./ |
|-------|------------------|------------------------------|----------|---------|

|       |  |                              |           |                   |
|-------|--|------------------------------|-----------|-------------------|
|       | 13,55(+1,4)-4,84(-0,6)-8,44-1,48/13,45(-0,5)-18,64-2:48,84 |                              |           | 25.06.            |
| 3.145 | Schmidt, Paula   | 2009 SV Union Meppen         | Sarstedt  | 24.06./<br>25.06. |
|       | 14,32(-0,2)-4,92(+2,0)-7,39-1,28/13,87(+0,6)-28,54-2:40,66 |                              |           |                   |
| 3.088 | Renner, Anna-Lena  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06./<br>25.06. |
|       | 14,38(-0,9)-4,55(+2,1)-7,68-1,40/13,79(+0,6)-24,91-2:57,10 |                              |           |                   |
| 2.800 | Jansen, Sina   | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06./<br>25.06. |
|       | 14,19(-0,2)-4,40(+0,5)-6,27-1,36/14,61(-1,3)-15,15-3:08,34 |                              |           |                   |
| 2.613 | Drost, Lena  | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 13.05./<br>14.05. |
|       | 14,59(+1,3)-4,27(+0,0)-5,75-1,24/16,21(-0,1)-15,80-3:02,81 |                              |           |                   |

[zurück](#)

## Block S/S

### 100m-80m H.-Weit-Hoch-Speer (500g)

|                      |       |   |            |
|----------------------|-------|---|------------|
| Bestl. 2022:         | 2.295 | Schmees, Svenja 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2.637 | Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen             | 25.05.2017 |

|       |   |                              |              |        |
|-------|---|------------------------------|--------------|--------|
| 2.411 | Kaltwasser, Emma                              | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
|       | 13,86(-0,7)-13,62(-1,5)-4,86(-1,3)-1,48-20,02 |                              |              |        |
| 2.280 | Schmidt, Paula                                | 2009 SV Union Meppen         | Fallersleben | 16.09. |
|       | 14,47(+0,2)-13,95(+0,6)-4,61(-0,1)-1,32-25,93 |                              |              |        |
| 2.265 | Thien, Lina                                   | 2010 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
|       | 14,60(-1,8)-13,90(+0,1)-4,39(-1,6)-1,44-20,17 |                              |              |        |
| 2.199 | Dinklage, Emilie                              | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
|       | 14,45(-1,1)-14,58(+0,1)-4,80(-0,4)-1,40-14,88 |                              |              |        |
| 1.998 | Wotte, Anni Maike                             | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
|       | 14,85(-1,8)-14,89(+1,0)-4,30(-0,8)-1,32-11,12 |                              |              |        |
| 1.958 | Kieselhorst, Malin                            | 2009 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
|       | 15,86(-1,8)-15,85(+0,1)-4,05(-0,1)-1,32-18,59 |                              |              |        |

[zurück](#)

## Block Lauf

### 100m-80m H.-Weit-Ball-2000m

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 2.071 | Suermann, Leonie 2008 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2.493 | Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte        | 14.06.2014 |

|       |  |                              |              |        |
|-------|--|------------------------------|--------------|--------|
| 2.182 | Suermann, Sophie                                 | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
|       | 14,68(-1,3)-13,93(+0,3)-4,39(-0,7)-20,00-7:23,04 |                              |              |        |
| 2.077 | Eiting, Alena                                    | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
|       | 15,29(-1,3)-16,51(+0,3)-4,06(-0,9)-35,50-7:53,46 |                              |              |        |

[zurück](#)

## Block Wurf

### 100m-80m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)

|                      |       |   |           |
|----------------------|-------|---|-----------|
| Bestl. 2022:         | 2.066 | Renner, Anna-Lena 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2.449 | Poll, Lena 1988 -- SC Osterbrock                  | 9.06.2002 |

|       |   |                              |              |        |
|-------|---|------------------------------|--------------|--------|
| 2.178 | Renner, Anna-Lena                             | 2009 LG Papenburg/Aschendorf | Fallersleben | 16.09. |
|       | 14,36(-0,3)-14,58(+0,1)-4,41(-0,1)-9,31-17,75 |                              |              |        |

[zurück](#)

## Männliche Jugend U14

[4 x 75 m Staffel](#)[3 x 800 m Staffel](#)[4-Kampf Ma.](#)[zurück zum Anfang](#)

### 4 x 75 m Staffel

Bestl. 2022: 43,13 LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 40,09 VfL Lingen 26.06.2011

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 42,33 | LG Emstal Dörpen<br>Coßmann, Konrad (2010); Sandker, Henning (2011); Spellbring, Jan (2011); Kampen, Max (2011)  | Papenburg | 01.07. |
| 45,63 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Kube, Roman (2010); Hegeler, Jakob (2011); Ganita, Paul (2010); Seitz, Philipp (2010) | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

### 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 8:23,54 LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 7:30,5 TV Meppen 30.06.1981

|         |  |       |        |
|---------|--|-------|--------|
| 8:20,75 | LG Emstal Dörpen<br>Spellbring, Jan (2011); Kampen, Max (2011); Coßmann, Konrad (2010) | Haren | 24.05. |
| 9:26,19 | StG Haren-Groß Hesepe<br>Sielies, Leo (2011); Sur, Ben (2010); Kuhl, Jannis (2011)     | Haren | 24.05. |

[zurück](#)

### 4-Kampf Ma.

#### 75m-Weit-Hoch-Ball

Kreisrekord Emsland: 8.265 VfL Lingen 30.08.2003

|       |  |        |        |
|-------|--|--------|--------|
| 6.430 | LG Emstal Dörpen<br>Kampen, Max (2011) - 1.636; Coßmann, Konrad (2010) - 1.438; Spellbring, Jan (2011) - 1.321<br>Sandker, Henning (2011) - 1.252; Plock, Jesse (2010) - 783 | Dörpen | 26.08. |
|-------|--|--------|--------|

[zurück](#)

## Jugend M13

[75 m Lauf](#)[800 m Lauf](#)[5 km Str.](#)[60 m Hürden](#)[Hochsprung](#)[Weitsprung](#)[Kugelstoß](#)[Diskuswurf](#)[Speerwurf](#)[Ballwurf 200g](#)[3-Kampf](#)[4-Kampf](#)[zurück zum Anfang](#)

### 75 m Lauf

Bestl. 2022: 10,37 Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 9,65 Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen 5.07.2003

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 10,70 | +0,4 Wagner, Malte  | 2010 VfL Lingen              | Papenburg | 17.09. |
| 10,75 | Blank, Andreas      | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 10,79 | Vedder, Jan         | 2010 SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |
| 10,93 | Hammerla, Jonah     | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 10,97 | +0,4 Seitz, Philipp | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 11,34 | Coßmann, Konrad     | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 11,42 | Hauptmann, Max      | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 11,63 | Kromer, Philip      | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 11,74 | Breer, Peter        | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |

|       |      |                |                              |           |        |
|-------|------|----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 11,74 | +1,4 | Burgtorf, Luis | 2010 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 11,86 | +0,2 | Kube, Roman    | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 11,97 |      | Sur, Ben       | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 12,76 |      | Ganita, Paul   | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 13,57 |      | Plock, Jesse   | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 15,10 |      | Rensen, Lars   | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

|                      |         |                                 |            |
|----------------------|---------|---------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:51,18 | Greve, Felix 2009 -- TuS Haren  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:13,23 | Heymann, Luis 2006 -- TuS Haren | 17.07.2020 |

|         |  |                 |                              |           |        |
|---------|--|-----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:34,89 |  | Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen        | Oldenburg | 24.09. |
| 2:36,77 |  | Seitz, Philipp  | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel     | 21.04. |
| 2:41,22 |  | Breer, Peter    | 2010 SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 2:42,56 |  | Blank, Andreas  | 2010 SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 2:42,68 |  | Dörner, Henri   | 2010 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 2:48,57 |  | Höving, Linus   | 2010 SC Spelle-Venhaus       | Rheine    | 16.04. |
| 2:48,94 |  | Vedder, Jan     | 2010 SV Germania Twist       | Meppen    | 17.05. |
| 2:56,21 |  | Hilmes, Louis   | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Sögel     | 21.04. |
| 3:00,20 |  | Wagner, Malte   | 2010 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 3:02,72 |  | Sur, Ben        | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:03,76 |  | Hammerla, Jonah | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:05,57 |  | Burgtorf, Luis  | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:12,26 |  | Ganita, Paul    | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 25:32 | Wessels, Mika 2009 -- LG Emstal Dörpen                   |            |
| Kreisrekord Emsland: | 18:25 | Wagemaker, Andreas 1981 -- Sportverein Listrup e.V. 1949 | 18.04.1993 |

|       |  |               |                              |           |        |
|-------|--|---------------|------------------------------|-----------|--------|
| 25:59 |  | Milzarek, Ole | 2010 Haselünner SV           | Haselünne | 05.05. |
| 27:14 |  | Ganita, Paul  | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)

## 60 m Hürden 0.762m

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 11,18 | Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 9,80  | Schauf, Thorsten 1978 -- VfL Lingen    | 30.06.1991 |

|       |  |                 |                       |        |        |
|-------|--|-----------------|-----------------------|--------|--------|
| 16,23 |  | Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen | Lingen | 06.05. |
|-------|--|-----------------|-----------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Hochsprung

|                      |      |  |            |
|----------------------|------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1,64 | Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen   |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1,70 | Brinkers, Philipp 2008 -- SV Groß Hesepe | 10.07.2021 |

|      |  |                |                              |           |        |
|------|--|----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,36 |  | Seitz, Philipp | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 1,35 |  | Vedder, Jan    | 2010 SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |
| 1,32 |  | Breer, Peter   | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,32 |  | Blank, Andreas | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |

|      |                 |                              |           |        |
|------|-----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,27 | Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 1,26 | Kube, Roman     | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 1,24 | Wagner, Malte   | 2010 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 1,23 | Hammerla, Jonah | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 1,20 | Plock, Jesse    | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,18 | Dörner, Henri   | 2010 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 1,12 | Sur, Ben        | 2010 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 5,04 Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 5,41 Korte, Günter 1960 -- TV Meppen 22.09.1973

|      |                      |                              |           |        |
|------|----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 4,48 | +0,0 Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 4,47 | Blank, Andreas       | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 4,28 | +0,0 Seitz, Philipp  | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 4,27 | Breer, Peter         | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 4,22 | Hauptmann, Max       | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 4,15 | Vedder, Jan          | 2010 SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |
| 4,08 | Kube, Roman          | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 3,92 | Dörner, Henri        | 2010 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 3,89 | +0,2 Wagner, Malte   | 2010 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 3,81 | Hammerla, Jonah      | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 3,60 | Kromer, Philip       | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 3,52 | Sur, Ben             | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 3,50 | Burgtorf, Luis       | 2010 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 3,37 | +0,0 Ganita, Paul    | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 2,87 | Rensen, Lars         | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord Emsland: 12,48 Schauf, Thorsten 1978 -- VfL Lingen 12.10.1991

|      |                 |                       |        |        |
|------|-----------------|-----------------------|--------|--------|
| 7,50 | Rensen, Lars    | 2010 LG Emstal Dörpen | Lingen | 06.05. |
| 6,14 | Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 15.04. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 750 g

Kreisrekord Emsland: 38,04 Heitland, Sven (mit 1 kg Diskus) 1980 -- SV Groß Hesepe 8.07.1993

|       |              |                       |           |        |
|-------|--------------|-----------------------|-----------|--------|
| 17,69 | Rensen, Lars | 2010 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 17.09. |
|-------|--------------|-----------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Speerwurf 400 g

Kreisrekord Emsland: 41,14 Gerdes, Holger 1979 -- VfL Lingen 21.06.1992

|       |                 |                       |           |        |
|-------|-----------------|-----------------------|-----------|--------|
| 22,29 | Wagner, Malte   | 2010 VfL Lingen       | Papenburg | 17.09. |
| 21,86 | Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen | Dörpen    | 15.04. |
| 12,01 | Plock, Jesse    | 2010 LG Emstal Dörpen | Dörpen    | 15.04. |

**Ballwurf 200g**

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 48,00 | Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen   |            |
| Kreisrekord Emsland: | 62,00 | Robin, Oliver 1979 -- LG Rapid 88 Lathen | 26.09.1992 |

|       |                 |                              |          |        |
|-------|-----------------|------------------------------|----------|--------|
| 43,00 | Kromer, Philip  | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte   | 02.06. |
| 42,00 | Hauptmann, Max  | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte   | 02.06. |
| 42,00 | Vedder, Jan     | 2010 SV Germania Twist       | Meppen   | 23.09. |
| 41,00 | Blank, Andreas  | 2010 SV Union Meppen         | Haren    | 02.07. |
| 40,00 | Kube, Roman     | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte   | 02.06. |
| 37,00 | Rensen, Lars    | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte   | 02.06. |
| 36,00 | Coßmann, Konrad | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte   | 02.06. |
| 36,00 | Breer, Peter    | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen   | 26.08. |
| 32,00 | Dörner, Henri   | 2010 VfL Lingen              | Lingen   | 06.05. |
| 27,00 | Sur, Ben        | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen   | 08.07. |
| 26,60 | Wagner, Malte   | 2010 VfL Lingen              | Nordhorn | 22.04. |
| 26,00 | Hammerla, Jonah | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen   | 08.07. |
| 25,50 | Plock, Jesse    | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen   | 26.08. |
| 25,00 | Burgtorf, Luis  | 2010 SV Groß Hesepe          | Haren    | 02.07. |

**3-Kampf****75m-Weit-Ball**

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1.322 | Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1.551 | Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen        | 26.09.1981 |

|       |                                     |                              |        |        |
|-------|-------------------------------------|------------------------------|--------|--------|
| 1.199 | Vedder, Jan<br>10,79-4,15-42,00     | 2010 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |
| 1.180 | Blank, Andreas<br>10,75-4,47-33,00  | 2010 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 1.149 | Hauptmann, Max<br>11,42-4,22-42,00  | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 1.134 | Coßmann, Konrad<br>11,34-4,37-36,00 | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 1.083 | Breer, Peter<br>11,82-4,27-36,00    | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 1.066 | Kromer, Philip<br>11,63-3,60-43,00  | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 1.053 | Kube, Roman<br>12,06-4,08-37,50     | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 988   | Hammerla, Jonah<br>11,47-3,81-26,00 | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen | 08.07. |
| 909   | Sur, Ben<br>12,09-3,52-27,00        | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen | 08.07. |
| 712   | Rensen, Lars<br>15,10-2,87-37,00    | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 465   | Plock, Jesse<br>13,57-o-25,50       | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |

**4-Kampf****75m-Weit-Hoch-Ball**

|                      |       |  |           |
|----------------------|-------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 1.871 | Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2.025 | Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen      | 5.07.2003 |

|       |  |                              |        |        |
|-------|--|------------------------------|--------|--------|
| 1.600 | Vedder, Jan<br>10,79-4,15-1,35-42,00         | 2010 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |
| 1.564 | Blank, Andreas<br>10,75-4,47-1,32-33,00      | 2010 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 1.467 | Breer, Peter<br>11,82-4,27-1,32-36,00        | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 1.438 | Coßmann, Konrad<br>11,36-4,18-1,24-34,00     | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 1.393 | Kube, Roman<br>12,06-4,08-1,24-37,50         | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 1.294 | Hammerla, Jonah<br>10,93-3,64-1,23-19,50     | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen | 23.09. |
| 1.238 | Wagner, Malte<br>11,76(-1,4)-3,78-1,16-24,00 | 2010 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 1.151 | Sur, Ben<br>11,97-3,51-1,11-23,00            | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen | 23.09. |
| 783   | Plock, Jesse<br>13,57-o-1,20-25,50           | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Jugend M12

|                           |                               |                            |                            |                           |                            |
|---------------------------|-------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
| <a href="#">75 m Lauf</a> | <a href="#">800 m Lauf</a>    | <a href="#">Hochsprung</a> | <a href="#">Weitsprung</a> | <a href="#">Kugelstoß</a> | <a href="#">Diskuswurf</a> |
| <a href="#">Speerwurf</a> | <a href="#">Ballwurf 200g</a> | <a href="#">3-Kampf</a>    | <a href="#">4-Kampf</a>    |                           |                            |

[zurück zum Anfang](#)

### 75 m Lauf

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 10,95 | Hammerla, Jonah 2010 -- SV Groß Hesepe |            |
| Kreisrekord Emsland: | 9,99  | Tegeuder, Tobias 1999 -- VfL Lingen    | 15.05.2011 |

|       |                      |                              |           |        |
|-------|----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 10,52 | Kampen, Max          | 2011 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 11,17 | +1,0 Spellbring, Jan | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 11,44 | Heyers, Jan          | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Lingen    | 06.05. |
| 11,75 | Silies, Leo          | 2011 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 11,93 | Sandker, Henning     | 2011 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 11,98 | +1,0 Hegeler, Jakob  | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 12,25 | Kuhl, Jannis         | 2011 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 12,85 | Wessling, Clemens    | 2011 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

|                      |         |  |            |
|----------------------|---------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 2:36,47 | Coßmann, Konrad 2010 -- LG Emstal Dörpen |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2:24,2  | Mogge, Stefan 1970 -- TV Meppen          | 24.07.1981 |

|         |                   |                              |              |        |
|---------|-------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 2:42,11 | Börger, Hannes    | 2011 SC Spelle-Venhaus       | Bad Bentheim | 10.05. |
| 2:48,14 | Spellbring, Jan   | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 17.09. |
| 2:53,93 | Kampen, Max       | 2011 LG Emstal Dörpen        | Sögel        | 21.04. |
| 2:56,82 | Kuhl, Jannis      | 2011 TuS Haren               | Melle        | 25.08. |
| 2:57,48 | Heyers, Jan       | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:02,71 | Hegeler, Jakob    | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 17.09. |
| 3:05,44 | Sandker, Henning  | 2011 LG Emstal Dörpen        | Sögel        | 21.04. |
| 3:09,44 | Thoben, Henrik    | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:14,05 | Rosemann, Wilhelm | 2011 SV Sparta Werlte        | Sögel        | 21.04. |



|         |              |                      |        |        |
|---------|--------------|----------------------|--------|--------|
| 3:15,78 | Silies, Leo  | 2011 SV Groß Hesepe  | Meppen | 17.05. |
| 3:31,49 | Heuer, Oskar | 2011 SV Union Meppen | Meppen | 17.05. |

[zurück](#)

## Hochsprung

|                      |      |  |  |           |
|----------------------|------|--|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 1,25 | Seitz, Philipp 2010 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |           |
| Kreisrekord Emsland: | 1,53 | Schade, Micah 2009 -- LG Emstal Dörpen         |  | 2.10.2021 |

|      |                  |                       |        |        |
|------|------------------|-----------------------|--------|--------|
| 1,32 | Kampen, Max      | 2011 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 1,32 | Silies, Leo      | 2011 SV Groß Hesepe   | Meppen | 23.09. |
| 1,20 | Spellbring, Jan  | 2011 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 1,16 | Sandker, Henning | 2011 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Weitsprung

|                      |      |  |  |            |
|----------------------|------|--|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 4,04 | Coßmann, Konrad 2010 -- LG Emstal Dörpen |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 5,29 | Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen          |  | 14.09.1981 |

|      |                        |                              |           |        |
|------|------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 4,63 | +0,0 Kampen, Max       | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 4,25 | Silies, Leo            | 2011 SV Groß Hesepe          | Lingen    | 06.05. |
| 4,08 | +0,0 Spellbring, Jan   | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3,98 | +0,0 Sandker, Henning  | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3,97 | Heyers, Jan            | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Lingen    | 06.05. |
| 3,68 | +0,0 Hegeler, Jakob    | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3,56 | +0,0 Rosemann, Wilhelm | 2011 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 3,47 | Kuhl, Jannis           | 2011 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 3,26 | Wessling, Clemens      | 2011 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 4,97  | Rensen, Lars 2010 -- LG Emstal Dörpen   |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 11,22 | Hammerla, Thomas 1974 -- SV Groß Hesepe |  | 12.10.1986 |

|      |             |                        |        |        |
|------|-------------|------------------------|--------|--------|
| 6,94 | Kampen, Max | 2011 LG Emstal Dörpen  | Dörpen | 15.04. |
| 6,13 | Heyers, Jan | 2011 SV Sigiltra Sögel | Lingen | 06.05. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 750 g

|                      |       |  |  |            |
|----------------------|-------|--|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 28,78 | Dröge, Carsten (mit 1 kg Diskus) 1977 -- LG Rapid 88 |  | 23.09.1989 |
|----------------------|-------|--|--|------------|

|       |             |                       |           |        |
|-------|-------------|-----------------------|-----------|--------|
| 16,29 | Silies, Leo | 2011 SV Groß Hesepe   | Papenburg | 21.06. |
| 14,71 | Kampen, Max | 2011 LG Emstal Dörpen | Dörpen    | 15.04. |

[zurück](#)

## Speerwurf 400 g

|                      |       |                                   |  |            |
|----------------------|-------|-----------------------------------|--|------------|
| Kreisrekord Emsland: | 32,39 | Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen |  | 15.09.2002 |
|----------------------|-------|-----------------------------------|--|------------|

|       |             |                       |           |        |
|-------|-------------|-----------------------|-----------|--------|
| 31,95 | Kampen, Max | 2011 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 17.09. |
|-------|-------------|-----------------------|-----------|--------|

## Ballwurf 200g

Bestl. 2022: 41,50 Arlinghaus, Milan 2010 -- SV Sigiltra Sögel  
 Kreisrekord Emsland: 60,20 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 26.09.1981

|       |                   |      |                         |           |        |
|-------|-------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 41,00 | Kampen, Max       | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 34,50 | Silies, Leo       | 2011 | SV Groß Hesepe          | Lingen    | 06.05. |
| 34,50 | Heyers, Jan       | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 34,00 | Rosemann, Wilhelm | 2011 | SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 32,50 | Spellbring, Jan   | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 31,50 | Hegeler, Jakob    | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 31,50 | Sandker, Henning  | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 28,50 | Wessling, Clemens | 2011 | SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 18,00 | Kuhl, Jannis      | 2011 | TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |

## 3-Kampf

### 75m-Weit-Ball

Bestl. 2022: 1.096 Arlinghaus, Milan 2010 -- SV Sigiltra Sögel  
 Kreisrekord Emsland: 1.551 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 26.09.1981

|       |                                       |      |                         |        |        |
|-------|---------------------------------------|------|-------------------------|--------|--------|
| 1.252 | Kampen, Max<br>10,65-4,56-41,00       | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 1.043 | Heyers, Jan<br>11,55-3,81-34,50       | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Werlte | 02.06. |
| 1.030 | Silies, Leo<br>11,75-3,97-32,50       | 2011 | SV Groß Hesepe          | Meppen | 23.09. |
| 1.012 | Spellbring, Jan<br>11,51-4,02-26,50   | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 957   | Sandker, Henning<br>12,08-3,63-31,50  | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 922   | Hegeler, Jakob<br>12,22-3,43-31,50    | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 834   | Wessling, Clemens<br>12,85-3,26-28,50 | 2011 | SC Osterbrock           | Meppen | 08.07. |
| 815   | Kuhl, Jannis<br>12,25-3,47-18,00      | 2011 | TuS Haren               | Meppen | 23.09. |

## 4-Kampf

### 75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022: 1.277 Coßmann, Konrad 2010 -- LG Emstal Dörpen  
 Kreisrekord Emsland: 1.951 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 26.09.1981

|       |   |      |                  |        |        |
|-------|---|------|------------------|--------|--------|
| 1.636 | Kampen, Max<br>10,65-4,56-1,32-41,00      | 2011 | LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 1.414 | Silies, Leo<br>11,75-3,97-1,32-32,50      | 2011 | SV Groß Hesepe   | Meppen | 23.09. |
| 1.321 | Spellbring, Jan<br>11,50-3,56-1,20-32,50  | 2011 | LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 1.252 | Sandker, Henning<br>12,08-3,63-1,16-31,50 | 2011 | LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |

# Weibliche Jugend U14

[4 x 75 m Staffel](#)

[3 x 800 m Staffel](#)

[3-Kampf Ma.](#)

[4-Kampf Ma.](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 4 x 75 m Staffel

Bestl. 2022: 41,99 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 40,11 LG Papenburg/Aschendorf 2.10.2005

|       |   |           |        |
|-------|---|-----------|--------|
| 41,79 | LG Emstal Dörpen<br>Nee, Fiona (2010); Dwersteg, Lea (2010); Wahoff, Christin (2010); Stein, Leonie (2010)                  | Lingen    | 09.09. |
| 42,96 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Jansen, Jette (2011); Büter, Toni (2010); Heyers, Janne (2011); Jansen, Sina (2010)              | Papenburg | 01.07. |
| 43,19 | SV Union Meppen II<br>Janning, Antonia (2011); Dreyer, Laura (2010); Buchholz, Theresa (2010); Höfter, Eva (2011)           | Lingen    | 09.09. |
| 43,96 | SV Sigiltra Sögel<br>Heermann-Többenotke, Lotta (2010); Dierkes, Milla (2010); Funke, Sophia (2010); Sandmann, Ina (2010)   | Papenburg | 01.07. |
| 44,43 | LG Emstal Dörpen I<br>Frericks, Elisabeth (2012); Grote, Martina (2011); Nannen, Greta-Marie (2010); Zumsande, Femke (2011) | Papenburg | 01.07. |
| 45,88 | SV Union Meppen I<br>Meyer, Charlotte (2012); Schulte, Carla (2012); Fehnker, Frieda (2012); Brüske, Lotta (2010)           | Lingen    | 09.09. |
| 46,40 | StG Lingen-Meppen-Werlte<br>Röben, Fina (2011); Arndt, Hannah (2011); Lau, Franziska (2010); Terhorst, Lotta (2012)         | Lingen    | 09.09. |
| 47,46 | SV Germania Twist II<br>Grünefeld, Ella (2012); Wemhoff, Thea (2011); Sroka, Lina (2011); Sulmann, Ella (2011)              | Haren     | 02.07. |
| 48,40 | TuS Haren<br>Zobel, Jasmin (2011); Esders, Nora (2011); Esders, Paula (2011); Goicoechea Kevenhörste, Maja (2012)           | Haren     | 02.07. |
| 49,37 | SV Germania Twist I<br>Lünnemann, Enya (2012); Reuvers, Lena (2011); Wilken, Lotta (2011); Reuvers, Eva (2011)              | Haren     | 02.07. |
| 50,25 | SuS Rhede<br>Mohs, Sarah Marie (2011); Voorwold, Fenna (2011); Dunker, Neele (2011); Hunfeld, Emmy (2011)                   | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 7:58,92 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 7:34,9 VfL Lingen 14.07.1999

|         |   |       |        |
|---------|---|-------|--------|
| 8:44,69 | LG Emstal Dörpen I<br>Nannen, Greta-Marie (2010); Zumsande, Femke (2011); Dwersteg, Lea (2010)  | Haren | 24.05. |
| 8:55,28 | TuS Haren<br>Zobel, Jasmin (2011); Esders, Paula (2011); Wielenberg, Lia (2011)                 | Haren | 24.05. |
| 9:01,52 | SV Union Meppen<br>Buchholz, Theresa (2010); Höfter, Eva (2011); Dreyer, Laura (2010)           | Haren | 24.05. |
| 9:02,22 | SV Sigiltra Sögel<br>Sprenkel, Frieda (2011); Jansen, Mathilde (2010); Santel, Lotta (2011)     | Haren | 24.05. |
| 9:04,16 | StG Lingen-Meppen-Werlte<br>Pülsken, Svenja (2010); Franziska, Lau (2010); Porten, Greta (2011) | Haren | 24.05. |
| 9:06,26 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Büter, Toni (2010); Eilers, Isabell (2010); Heyers, Janne (2011)     | Haren | 24.05. |
| 9:21,19 | LG Emstal Dörpen II<br>Nee, Fiona (2010); Stein, Leonie (2010); Wahoff, Christin (2010)         | Haren | 24.05. |
| 9:36,83 | SV Germania Twist<br>Lünnemann, Enya (2012); Reuvers, Eva (2011); Wemhoff, Thea (2011)          | Haren | 24.05. |

[zurück](#)

### 3-Kampf Ma.

#### 75m-Weit-Ball

Bestl. 2022: 6.171 LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 6.556 SV Union Meppen 11.06.2016

|  |                  |           |        |
|--|------------------|-----------|--------|
| 5.690  | LG Emstal Dörpen | Osnabrück | 02.09. |
| Stein, Leonie (2010) - 1.238; Dwersteg, Lea (2010) - 1.162; Zumsande, Femke (2011) - 1.136<br>Wahoff, Christin (2010) - 1.087; Nee, Fiona (2010) - 1.067 |                  |           |        |

[zurück](#)

### 4-Kampf Ma.

#### 75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022: 7.366 SV Sparta Werlte  
Kreisrekord Emsland: 8.359 SV Sparta Werlte (Ball 200g) 12.07.2014

|  |                  |        |        |
|--|------------------|--------|--------|
| 7.709  | LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| Stein, Leonie (2010) - 1.672; Dwersteg, Lea (2010) - 1.628; Zumsande, Femke (2011) - 1.496<br>Nee, Fiona (2010) - 1.475; Wahoff, Christin (2010) - 1.438   |                  |        |        |
| 7.323  | SV Sparta Werlte | Dörpen | 26.08. |
| Thien, Lina (2010) - 1.662; Schmalfeldt, Antje (2011) - 1.613; Flatken, Nora (2011) - 1.569<br>Porten, Greta (2011) - 1.331; Franziska, Lau (2010) - 1.148 |                  |        |        |

[zurück](#)

## Jugend W13

[75 m Lauf Kugelstoß](#)      [800 m Lauf Speerwurf](#)      [5 km Str. Ballwurf 200g](#)      [60 m Hürden 3-Kampf](#)      [Hochsprung 4-Kampf](#)      [Weitsprung](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 75 m Lauf

Bestl. 2022: 10,63 Kaltwasser, Emma 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 10,01 Hansmann, Patricia 2000 -- VfL Lingen 16.06.2013  
Kreisrekord Emsland: 9,6 Roling, Birgit 1976 -- SC Osterbrock 28.05.1989

|       |      |                            |      |                         |           |        |
|-------|------|----------------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 10,56 | +0,3 | Sandmann, Ina              | 2010 | SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 10,63 | +0,3 | Silies, Helena             | 2010 | SV Groß Hesepe          | Papenburg | 17.09. |
| 10,64 | -0,6 | Stein, Leonie              | 2010 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 10,65 | +0,3 | Jansen, Sina               | 2010 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 11,02 |      | Thien, Lina                | 2010 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 11,17 | -0,6 | Nee, Fiona                 | 2010 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 11,21 | +0,3 | Dwersteg, Lea              | 2010 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 11,25 |      | Buchholz, Theresa          | 2010 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 11,35 |      | Wahoff, Christin           | 2010 | LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 11,44 | -0,6 | Funke, Sophia              | 2010 | SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 11,58 | +0,3 | Büter, Toni                | 2010 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 11,62 |      | Brüske, Lotta              | 2010 | SV Union Meppen         | Lingen    | 09.09. |
| 11,63 | -0,8 | Nannen, Greta-Marie        | 2010 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 11,68 |      | Pülsken, Svenja            | 2010 | SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 11,82 | -0,8 | Backsmann, Anna            | 2010 | LAV Meppen              | Papenburg | 17.09. |
| 11,86 | -0,6 | Heermann-Többenotke, Lotta | 2010 | SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 11,88 |      | Hugenberg, Sophia          | 2010 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 11,94 |      | Kruth, Julia               | 2010 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 12,00 | -0,6 | Eilers, Isabell            | 2010 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

12,00 -0,6 Dierkes, Milla

2010 SV Sigiltra Sögel

Papenburg

01.07.

[zurück](#)**800 m Lauf**

Bestl. 2022:

2:28,59

Speller, Leni 2009 -- TuS Haren

Kreisrekord Emsland:

2:21,9

Brinker, Annette 1966 -- SV Sparta Werlte

27.06.1981

|         |                     |                              |           |        |
|---------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:42,33 | Dwersteg, Lea       | 2010 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 2:47,39 | Dreyer, Laura       | 2010 SV Union Meppen         | Lingen    | 09.09. |
| 2:48,99 | Nannen, Greta-Marie | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 2:55,13 | Eilers, Isabell     | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 2:56,16 | Pülsken, Svenja     | 2010 SV Sparta Werlte        | Sögel     | 21.04. |
| 3:00,02 | Nee, Fiona          | 2010 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 06.05. |
| 3:00,77 | Silies, Helena      | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:00,80 | Sandmann, Ina       | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Sögel     | 21.04. |
| 3:04,76 | Wahoff, Christin    | 2010 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:07,36 | Stein, Leonie       | 2010 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:08,02 | Heyers, Luisa       | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel     | 21.04. |
| 3:08,34 | Jansen, Sina        | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 25.06. |
| 3:08,35 | Büter, Toni         | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel     | 21.04. |
| 3:09,02 | Franziska, Lau      | 2010 SV Sparta Werlte        | Sögel     | 21.04. |
| 3:14,84 | Jansen, Mathilde    | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Sögel     | 21.04. |
| 3:15,08 | Schomaker, Ida      | 2010 SV Bawinkel             | Lingen    | 09.09. |

[zurück](#)**5 km Str.**

Bestl. 2022:

20:42

Suermann, Sophie 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf

Kreisrekord Emsland:

19:10

Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen

6.05.2003

|       |             |                        |        |        |
|-------|-------------|------------------------|--------|--------|
| 29:31 | Leskow, Mia | 2010 SC Spelle-Venhaus | Spelle | 11.08. |
|-------|-------------|------------------------|--------|--------|

[zurück](#)**60 m Hürden 0.762m**

Bestl. 2022:

10,53

Kaltwasser, Emma 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf

Kreisrekord Emsland:

10,09

Todt, Julia 2003 -- SV Union Meppen

18.06.2016

|       |                            |                               |           |        |
|-------|----------------------------|-------------------------------|-----------|--------|
| 11,17 | +0,9 Silies, Helena        | 2010 SV Groß Hesepe           | Papenburg | 17.09. |
| 11,19 | Thien, Lina                | 2010 SV Sparta Werlte         | Lingen    | 06.05. |
| 11,48 | Heermann-Többenotke, Lotta | 2010 SV Sigiltra Sögel        | Lingen    | 06.05. |
| 11,73 | Wahoff, Christin           | 2010 LG Emstal Dörpen         | Lingen    | 09.09. |
| 12,39 | Nee, Fiona                 | 2010 LG Emstal Dörpen         | Lingen    | 09.09. |
| 13,33 | Sandmann, Ina              | 2010 SV Sigiltra Sögel        | Lingen    | 06.05. |
| 13,44 | Hugenberg, Sophia          | 2010 SV Union Meppen          | Lingen    | 09.09. |
| 14,15 | Lau, Franziska             | 2010 StG Lingen-Meppen-Werlte | Lingen    | 09.09. |

[zurück](#)**Hochsprung**

Bestl. 2022:

1,48

Kaltwasser, Emma 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf

Kreisrekord Emsland:

1,62

Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf

23.06.1991

|      |             |                       |              |        |
|------|-------------|-----------------------|--------------|--------|
| 1,44 | Thien, Lina | 2010 SV Sparta Werlte | Fallersleben | 16.09. |
|------|-------------|-----------------------|--------------|--------|

|      |                            |                              |           |        |
|------|----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,42 | Heermann-Többenotke, Lotta | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Lingen    | 06.05. |
| 1,40 | Jansen, Sina               | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Meppen    | 03.05. |
| 1,40 | Buchholz, Theresa          | 2010 SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 1,36 | Silies, Helena             | 2010 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 1,36 | Hugenberg, Sophia          | 2010 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 1,36 | Dwersteg, Lea              | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,32 | Funke, Sophia              | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 1,32 | Dreyer, Laura              | 2010 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 1,32 | Stein, Leonie              | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,32 | Nee, Fiona                 | 2010 LG Emstal Dörpen        | Osnabrück | 02.09. |
| 1,32 | Wahoff, Christin           | 2010 LG Emstal Dörpen        | Osnabrück | 02.09. |
| 1,28 | Heyers, Luisa              | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 1,25 | Sandmann, Ina              | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Lingen    | 06.05. |
| 1,25 | Volmer, Johanna            | 2010 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 1,24 | Kruth, Julia               | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,16 | Franziska, Lau             | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,08 | Nannen, Greta-Marie        | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,04 | Priem, Mia                 | 2010 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,77 Schmidt, Paula 2009 -- LAV Meppen  
 Kreisrekord Emsland: 5,43 Schülting, Mareike 1977 -- SC Osterbrock 7.10.1990

|      |      |                            |                              |              |        |
|------|------|----------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 4,93 | +0,1 | Jansen, Sina               | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Verden       | 10.06. |
| 4,39 | -1,6 | Thien, Lina                | 2010 SV Sparta Werlte        | Fallersleben | 16.09. |
| 4,37 |      | Silies, Helena             | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen       | 08.07. |
| 4,29 |      | Dreyer, Laura              | 2010 SV Union Meppen         | Lingen       | 09.09. |
| 4,24 |      | Wahoff, Christin           | 2010 LG Emstal Dörpen        | Lingen       | 06.05. |
| 4,24 |      | Hugenberg, Sophia          | 2010 SV Union Meppen         | Haren        | 02.07. |
| 4,22 |      | Sandmann, Ina              | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Lingen       | 06.05. |
| 4,18 |      | Dwersteg, Lea              | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen       | 26.08. |
| 4,16 | -0,6 | Heermann-Többenotke, Lotta | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg    | 01.07. |
| 4,15 | -0,4 | Schomaker, Ida             | 2010 SV Bawinkel             | Lingen       | 09.09. |
| 4,13 | +0,0 | Stein, Leonie              | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 01.07. |
| 4,09 |      | Pülsken, Svenja            | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte       | 02.06. |
| 4,04 |      | Buchholz, Theresa          | 2010 SV Union Meppen         | Meppen       | 23.09. |
| 3,98 | +0,0 | Nannen, Greta-Marie        | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 17.09. |
| 3,96 | +0,0 | Nee, Fiona                 | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 01.07. |
| 3,82 |      | Klee, Charlotte            | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte       | 02.06. |
| 3,82 |      | Funke, Sophia              | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Werlte       | 02.06. |
| 3,80 | +0,0 | Büter, Toni                | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 17.09. |
| 3,77 | +0,0 | Dierkes, Milla             | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg    | 01.07. |
| 3,71 |      | Eilers, Isabell            | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte       | 02.06. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022: 8,94 Renner, Anna-Lena 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf  
 Kreisrekord Emsland: 10,71 de Vries, Nicole 1971 -- LG Papenburg/Aschendorf 11.06.1994

|      |  |                            |                              |           |        |
|------|--|----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 6,72 |  | Kruth, Julia               | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 6,27 |  | Jansen, Sina               | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Sarstedt  | 24.06. |
| 6,21 |  | Heermann-Többenotke, Lotta | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Lingen    | 06.05. |
| 5,86 |  | Stein, Leonie              | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |

|      |                 |                       |           |        |
|------|-----------------|-----------------------|-----------|--------|
| 5,39 | Dwersteg, Lea   | 2010 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 17.09. |
| 5,35 | Dulle, Carlotta | 2010 SV Bawinkel      | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

### Speerwurf 400 g

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 20,80 | Renner, Anna-Lena 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 32,38 | Lätzel, Simone 1979 -- SV Union Meppen            |  | 10.10.1992 |

|       |                |                               |           |        |
|-------|----------------|-------------------------------|-----------|--------|
| 21,44 | Silies, Helena | 2010 SV Groß Hesepe           | Papenburg | 17.09. |
| 18,39 | Thien, Lina    | 2010 StG Lingen-Meppen-Werlte | Oldenburg | 24.09. |

[zurück](#)

### Ballwurf 200g

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 40,00 | Renner, Anna-Lena 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 50,00 | Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen              |  | 29.05.2016 |
| Kreisrekord Emsland: | 50,00 | Erken, Sina 2001 -- SV Sparta Werlte              |  | 25.05.2014 |

|       |                   |                              |           |        |
|-------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 40,00 | Silies, Helena    | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 40,00 | Hugenberg, Sophia | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 08.07. |
| 37,50 | Sandmann, Ina     | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 32,00 | Jansen, Sina      | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 31,50 | Stein, Leonie     | 2010 LG Emstal Dörpen        | Osnabrück | 02.09. |
| 29,50 | Volmer, Johanna   | 2010 VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 29,50 | Dreyer, Laura     | 2010 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 29,00 | Wahoff, Christin  | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 28,50 | Thien, Lina       | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 26,00 | Backsmann, Anna   | 2010 LAV Meppen              | Meppen    | 23.09. |

|       |                            |                              |           |        |
|-------|----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 25,00 | Dwersteg, Lea              | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 24,50 | Eilers, Isabell            | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 24,50 | Jansen, Mathilde           | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 23,50 | Heermann-Többenotke, Lotta | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Haren     | 02.07. |
| 23,00 | Matzke, Pia                | 2010 SC Osterbrock           | Lingen    | 06.05. |
| 23,00 | Buchholz, Theresa          | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 22,50 | Nee, Fiona                 | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 21,50 | Nannen, Greta-Marie        | 2010 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 21,00 | Geers, Christine           | 2010 SV DJK Eintracht Börger | Werlte    | 02.06. |
| 20,00 | Franziska, Lau             | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |

|       |                |                        |        |        |
|-------|----------------|------------------------|--------|--------|
| 20,00 | Dierkes, Milla | 2010 SV Sigiltra Sögel | Dörpen | 26.08. |
|-------|----------------|------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 75m-Weit-Ball

|                      |       |   |  |            |
|----------------------|-------|---|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1.328 | Renner, Anna-Lena 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf |  |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1.531 | Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen              |  | 21.05.2016 |

|       |                                    |                              |           |        |
|-------|------------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1.383 | Jansen, Sina<br>10,69-4,72-32,00   | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Osnabrück | 02.09. |
| 1.378 | Silies, Helena<br>11,00-4,37-40,00 | 2010 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 1.339 | Sandmann, Ina<br>10,83-4,06-37,50  | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Dörpen    | 26.08. |
| 1.278 | Stein, Leonie                      | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

|       |   |                              |        |        |  |
|-------|---|------------------------------|--------|--------|--|
|       | 10,81-4,10-29,50                        |                              |        |        |  |
| 1.257 | Thien, Lina<br>11,13-4,25-28,50         | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |  |
| 1.256 | Hugenberg, Sophia<br>12,02-4,08-40,00   | 2010 SV Union Meppen         | Meppen | 08.07. |  |
| 1.209 | Dwersteg, Lea<br>11,22-4,18-25,00       | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |  |
| 1.203 | Wahoff, Christin<br>11,35-3,92-29,00    | 2010 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |  |
| 1.169 | Buchholz, Theresa<br>11,25-4,04-23,00   | 2010 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |  |
| 1.107 | Nee, Fiona<br>11,46-3,90-20,50          | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |  |
| 1.092 | Backsmann, Anna<br>11,93-3,65-26,00     | 2010 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |  |
| 1.074 | Funke, Sophia<br>11,48-3,82-18,50       | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Werlte | 02.06. |  |
| 1.043 | Pülsken, Svenja<br>11,68-4,09-14,50     | 2010 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |  |
| 1.034 | Nannen, Greta-Marie<br>11,64-3,89-15,50 | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |  |
| 1.032 | Eilers, Isabell<br>12,38-3,71-22,50     | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |  |
| 1.027 | Jansen, Mathilde<br>12,45-3,56-24,50    | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Werlte | 02.06. |  |
| 1.010 | Kruth, Julia<br>11,94-3,70-17,50        | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |  |
| 984   | Büter, Toni<br>12,00-3,77-15,00         | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |  |
| 983   | Klee, Charlotte<br>12,57-3,82-18,00     | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |  |
| 935   | Geers, Christine<br>12,50-3,16-21,00    | 2010 SV DJK Eintracht Börger | Werlte | 02.06. |  |

[zurück](#)

## 4-Kampf

### 75m-Weit-Hoch-Ball

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1.785 | Kaltwasser, Emma 2009 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 2.000 | Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen             | 21.05.2016 |

|       |  |                              |           |        |
|-------|--|------------------------------|-----------|--------|
| 1.784 | Jansen, Sina<br>10,81-4,86-1,36-29,50      | 2010 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1.672 | Stein, Leonie<br>10,81-4,10-1,32-29,50     | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.662 | Thien, Lina<br>11,02-4,20-1,36-26,50       | 2010 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.654 | Sandmann, Ina<br>10,83-4,06-1,20-37,50     | 2010 SV Sigiltra Sögel       | Dörpen    | 26.08. |
| 1.633 | Hugenberg, Sophia<br>11,88-4,09-1,31-37,00 | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 1.628 | Dwersteg, Lea<br>11,22-4,18-1,36-25,00     | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.595 | Buchholz, Theresa<br>11,25-4,04-1,37-23,00 | 2010 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 1.481 | Wahoff, Christin<br>11,50-3,67-1,32-21,50  | 2010 LG Emstal Dörpen        | Osnabrück | 02.09. |
| 1.475 | Nee, Fiona<br>11,46-3,90-1,28-20,50        | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1.352 | Kruth, Julia<br>11,94-3,70-1,24-17,50      | 2010 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |



|       |  |                       |        |        |
|-------|--|-----------------------|--------|--------|
| 1.267 | Nannen, Greta-Marie<br>11,64-3,89-1,08-15,50 | 2010 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 1.148 | Franziska, Lau<br>12,83-3,33-1,16-14,50      | 2010 SV Sparta Werlte | Dörpen | 26.08. |
| 1.073 | Priem, Mia<br>12,89(-1,7)-3,16-1,04-17,50    | 2010 VfL Lingen       | Lingen | 24.06. |

[zurück](#)

## Jugend W12

|                           |                            |                             |                               |                                |                            |
|---------------------------|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| <a href="#">75 m Lauf</a> | <a href="#">800 m Lauf</a> | <a href="#">60 m Hürden</a> | <a href="#">Hochsprung</a>    | <a href="#">Stabhochsprung</a> | <a href="#">Weitsprung</a> |
| <a href="#">Kugelstoß</a> | <a href="#">Diskuswurf</a> | <a href="#">Speerwurf</a>   | <a href="#">Ballwurf 200g</a> | <a href="#">3-Kampf</a>        | <a href="#">4-Kampf</a>    |

[zurück zum Anfang](#)

### 75 m Lauf

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 10,69 | Jansen, Sina 2010 -- LG Papenburg/Aschendorf |            |
| Kreisrekord Emsland: | 10,31 | Nyhof, Lotta 2011 -- VfL Lingen              | 17.09.2023 |
| Kreisrekord Emsland: | 9,8   | Töller, Sandra 1975 -- Haselünner SV         | 26.09.1987 |

|       |                        |                              |             |        |
|-------|------------------------|------------------------------|-------------|--------|
| 10,31 | -0,5 Nyhof, Lotta      | 2011 VfL Lingen              | Papenburg   | 17.09. |
| 10,77 | Wielenberg, Lia        | 2011 TuS Haren               | Delmenhorst | 29.04. |
| 10,82 | -0,5 Sulmann, Ella     | 2011 SV Germania Twist       | Papenburg   | 17.09. |
| 10,99 | +0,3 Heyers, Janne     | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 01.07. |
| 11,23 | +0,3 Santel, Lotta     | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg   | 01.07. |
| 11,39 | +0,3 Zumsande, Femke   | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 01.07. |
| 11,42 | +0,3 Flatken, Nora     | 2011 SV Sparta Werlte        | Papenburg   | 01.07. |
| 11,43 | -0,5 Jansen, Jette     | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg   | 17.09. |
| 11,48 | -0,2 Höfter, Eva       | 2011 SV Union Meppen         | Haren       | 02.07. |
| 11,55 | +1,9 Grote, Martina    | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 17.09. |
| 11,63 | Janning, Antonia       | 2011 SV Union Meppen         | Meppen      | 23.09. |
| 11,65 | -0,5 Porten, Greta     | 2011 SV Sparta Werlte        | Papenburg   | 01.07. |
| 11,70 | Niehus, Ella           | 2011 VfL Lingen              | Lingen      | 09.09. |
| 11,70 | +1,2 Haverkorn, Miriam | 2011 LG Emstal Dörpen        | Papenburg   | 17.09. |
| 11,73 | Schmalfeldt, Antje     | 2011 SV Sparta Werlte        | Dörpen      | 26.08. |
| 11,76 | Röben, Fina            | 2011 SV Sparta Werlte        | Osnabrück   | 02.09. |
| 11,93 | -0,4 Wessling, Theresa | 2011 SC Osterbrock           | Haren       | 02.07. |
| 12,09 | Feldhaus, Ria          | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte      | 02.06. |
| 12,12 | Sroka, Lina            | 2011 SV Germania Twist       | Meppen      | 23.09. |
| 12,15 | Reuvers, Eva           | 2011 SV Germania Twist       | Meppen      | 08.07. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

|                      |         |  |           |
|----------------------|---------|--|-----------|
| Bestl. 2022:         | 2:49,78 | Dwersteg, Lea 2010 -- LG Emstal Dörpen |           |
| Kreisrekord Emsland: | 2:27,56 | Kropp, Marleen 2006 -- VfL Lingen      | 1.09.2018 |

|         |                  |                        |        |        |
|---------|------------------|------------------------|--------|--------|
| 2:43,82 | Nyhof, Lotta     | 2011 VfL Lingen        | Rheine | 16.04. |
| 2:46,59 | Wielenberg, Lia  | 2011 TuS Haren         | Rheine | 16.04. |
| 2:49,42 | Santel, Lotta    | 2011 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 2:51,93 | Porten, Greta    | 2011 SV Sparta Werlte  | Lingen | 06.05. |
| 2:53,27 | Niehus, Ella     | 2011 VfL Lingen        | Rheine | 16.04. |
| 2:54,87 | Sprenkel, Frieda | 2011 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 2:55,38 | Janning, Antonia | 2011 SV Union Meppen   | Lingen | 09.09. |
| 2:58,34 | Zumsande, Femke  | 2011 LG Emstal Dörpen  | Sögel  | 21.04. |

|         |                    |                              |        |        |
|---------|--------------------|------------------------------|--------|--------|
| 2:59,73 | Heyers, Janne      | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |
| 3:01,16 | Sulmann, Ella      | 2011 SV Germania Twist       | Meppen | 17.05. |
| 3:04,79 | Wemhoff, Thea      | 2011 SV Germania Twist       | Meppen | 17.05. |
| 3:09,27 | Arndt, Hannah      | 2011 LAV Meppen              | Rheine | 16.04. |
| 3:09,77 | Pleus, Sophia      | 2011 SV Bawinkel             | Lingen | 09.09. |
| 3:11,40 | Van der Ahe, Lotta | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Sögel  | 21.04. |

[zurück](#)

## 60 m Hürden 0.762m

|                      |       |  |            |
|----------------------|-------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 11,66 | Thien, Lina 2010 -- StG Lingen-Meppen-Werlte |            |
| Kreisrekord Emsland: | 10,71 | Hogeback, Tanja 1979 -- Haselünner SV        | 15.09.1991 |

|       |                      |                               |           |        |
|-------|----------------------|-------------------------------|-----------|--------|
| 11,02 | +0,9 Zumsande, Femke | 2011 LG Emstal Dörpen         | Papenburg | 17.09. |
| 11,11 | Höfter, Eva          | 2011 SV Union Meppen          | Lingen    | 09.09. |
| 11,23 | +0,9 Nyhof, Lotta    | 2011 StG Lingen-Meppen-Werlte | Papenburg | 17.09. |
| 12,21 | Flatken, Nora        | 2011 StG Lingen-Meppen-Werlte | Lingen    | 09.09. |
| 12,29 | Schmalfeldt, Antje   | 2011 StG Lingen-Meppen-Werlte | Lingen    | 09.09. |
| 13,66 | +1,2 Reuvers, Eva    | 2011 SV Germania Twist        | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## Hochsprung

|                      |      |  |            |
|----------------------|------|--|------------|
| Bestl. 2022:         | 1,43 | Többenottke, Lotta 2010 -- SV Sigiltra Sögel     |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1,55 | de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf | 12.09.1993 |

|      |                    |                              |           |        |
|------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,40 | Nyhof, Lotta       | 2011 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 1,40 | Schmalfeldt, Antje | 2011 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,40 | Niehus, Ella       | 2011 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 1,38 | Santel, Lotta      | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Lingen    | 06.05. |
| 1,37 | Röben, Fina        | 2011 SV Sparta Werlte        | Vechta    | 25.06. |
| 1,36 | Höfter, Eva        | 2011 SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 1,36 | Zumsande, Femke    | 2011 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 1,30 | Jansen, Jette      | 2011 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 06.05. |
| 1,28 | Flatken, Nora      | 2011 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,28 | Sroka, Lina        | 2011 SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |
| 1,24 | Wessling, Theresa  | 2011 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 1,24 | Raming, Franziska  | 2011 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 1,24 | Sprenkel, Frieda   | 2011 SV Sigiltra Sögel       | Dörpen    | 26.08. |
| 1,23 | Pleus, Sophia      | 2011 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 1,22 | Reuvers, Eva       | 2011 SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |
| 1,16 | Arndt, Hannah      | 2011 LAV Meppen              | Lingen    | 06.05. |
| 1,16 | Janning, Antonia   | 2011 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 1,12 | Krieger, Pia       | 2011 SV Bawinkel             | Lingen    | 24.06. |
| 1,08 | Porten, Greta      | 2011 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,04 | Jacobs, Charlotte  | 2011 SV Bawinkel             | Lingen    | 24.06. |

[zurück](#)

## Stabhochsprung

|      |                 |                       |           |        |
|------|-----------------|-----------------------|-----------|--------|
| 1,63 | Zumsande, Femke | 2011 LG Emstal Dörpen | Papenburg | 21.06. |
|------|-----------------|-----------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,45 Jansen, Sina 2010 -- LG Papenburg/Aschendorf  
Kreisrekord Emsland: 5,17 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen

19.08.2009

|      |                     |      |                         |           |        |
|------|---------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 4,95 | Nyhof, Lotta        | 2011 | VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 4,46 | Höfter, Eva         | 2011 | SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 4,40 | Flatken, Nora       | 2011 | SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 4,39 | Sulmann, Ella       | 2011 | SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 4,36 | +0,0 Santel, Lotta  | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 4,30 | Zumsande, Femke     | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 4,19 | Niehus, Ella        | 2011 | VfL Lingen              | Lingen    | 06.05. |
| 4,13 | Schmalfeldt, Antje  | 2011 | SV Sparta Werlte        | Lingen    | 06.05. |
| 4,13 | Jansen, Jette       | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 09.09. |
| 4,05 | Sprenkel, Frieda    | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Dörpen    | 26.08. |
| 3,90 | Daalmeyer, Leevke   | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 3,88 | Haverkorn, Miriam   | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 3,83 | +0,0 Porten, Greta  | 2011 | SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 3,81 | Röben, Fina         | 2011 | SV Sparta Werlte        | Vechta    | 25.06. |
| 3,81 | Wessling, Theresa   | 2011 | SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 3,81 | Janning, Antonia    | 2011 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,71 | Jacobs, Charlotte   | 2011 | SV Bawinkel             | Lingen    | 24.06. |
| 3,70 | +1,6 Grote, Martina | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 3,65 | -0,3 Heyers, Janne  | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,62 | Reuvers, Eva        | 2011 | SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord Emsland: 9,59 Sentker, Kathrin 1989 -- LG Papenburg/Aschendorf

9.09.2001

|      |                    |      |                   |           |        |
|------|--------------------|------|-------------------|-----------|--------|
| 6,52 | Wemhoff, Thea      | 2011 | SV Germania Twist | Papenburg | 17.09. |
| 5,87 | Schmalfeldt, Antje | 2011 | SV Sparta Werlte  | Lingen    | 06.05. |
| 5,69 | Reuvers, Eva       | 2011 | SV Germania Twist | Papenburg | 17.09. |
| 5,20 | Arndt, Hannah      | 2011 | LAV Meppen        | Lingen    | 06.05. |
| 5,19 | Sulmann, Ella      | 2011 | SV Germania Twist | Papenburg | 17.09. |
| 4,30 | Reuvers, Lena      | 2011 | SV Germania Twist | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 750 g

Kreisrekord Emsland: 24,08 Fuhr, Julia 1980 -- SV Groß Hesepe

10.10.1992

|       |               |      |                   |           |        |
|-------|---------------|------|-------------------|-----------|--------|
| 15,48 | Reuvers, Eva  | 2011 | SV Germania Twist | Papenburg | 17.09. |
| 12,77 | Arndt, Hannah | 2011 | LAV Meppen        | Dörpen    | 15.04. |
| 11,78 | Reuvers, Lena | 2011 | SV Germania Twist | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## Speerwurf 400 g

Kreisrekord Emsland: 26,70 Exner, Denise 1982 -- SV Union Meppen

1.10.1994

|       |                  |      |                  |           |        |
|-------|------------------|------|------------------|-----------|--------|
| 12,16 | Arndt, Hannah    | 2011 | LAV Meppen       | Dörpen    | 15.04. |
| 10,95 | Zumsande, Femke  | 2011 | LG Emstal Dörpen | Dörpen    | 15.04. |
| 10,18 | Grote, Elisabeth | 2011 | LG Emstal Dörpen | Papenburg | 17.09. |

**Ballwurf 200g**

Bestl. 2022: 38,50 Silies, Helena 2010 -- SV Groß Hesepe  
 Kreisrekord Emsland: 46,00 Erken, Sina 2001 -- SV Sparta Werlte

28.09.2013

|       |                    |      |                         |           |        |
|-------|--------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 34,50 | Santel, Lotta      | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 33,50 | Sprenkel, Frieda   | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Dörpen    | 26.08. |
| 31,00 | Schute, Franziska  | 2011 | SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 30,00 | Höfter, Eva        | 2011 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 29,00 | Janning, Antonia   | 2011 | SV Union Meppen         | Lingen    | 06.05. |
| 28,50 | Wessling, Theresa  | 2011 | SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 28,00 | Reuvers, Eva       | 2011 | SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 28,00 | Schmalfeldt, Antje | 2011 | SV Sparta Werlte        | Osnabrück | 02.09. |
| 27,50 | Flatken, Nora      | 2011 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 24,50 | Hunfeld, Emmy      | 2011 | SuS Rhede               | Papenburg | 01.07. |
| 24,50 | Arndt, Hannah      | 2011 | LAV Meppen              | Lingen    | 09.09. |
| 24,00 | Zumsande, Femke    | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 24,00 | Porten, Greta      | 2011 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 23,00 | Nyhof, Lotta       | 2011 | VfL Lingen              | Osnabrück | 02.09. |
| 22,50 | Röben, Fina        | 2011 | SV Sparta Werlte        | Osnabrück | 02.09. |
| 22,00 | Feldhaus, Ria      | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 22,00 | Grote, Elisabeth   | 2011 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 22,00 | Wemhoff, Thea      | 2011 | SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 21,50 | Pleus, Sophia      | 2011 | SV Bawinkel             | Lingen    | 06.05. |
| 21,50 | Reuvers, Lena      | 2011 | SV Germania Twist       | Meppen    | 08.07. |
| 21,50 | Niehus, Ella       | 2011 | VfL Lingen              | Osnabrück | 02.09. |

**3-Kampf****75m-Weit-Ball**

Bestl. 2022: 1.256 Silies, Helena 2010 -- SV Groß Hesepe  
 Kreisrekord Emsland: 1.417 Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen

17.07.2015

|       |  |      |                   |           |        |
|-------|--|------|-------------------|-----------|--------|
| 1.272 | Santel, Lotta<br>11,39-4,14-34,50      | 2011 | SV Sigiltra Sögel | Werlte    | 02.06. |
| 1.243 | Nyhof, Lotta<br>10,60-4,14-23,00       | 2011 | VfL Lingen        | Osnabrück | 02.09. |
| 1.221 | Höfter, Eva<br>11,59-4,18-30,00        | 2011 | SV Union Meppen   | Meppen    | 23.09. |
| 1.201 | Flatken, Nora<br>11,49-4,12-27,50      | 2011 | SV Sparta Werlte  | Dörpen    | 26.08. |
| 1.188 | Sulmann, Ella<br>10,89-4,18-20,00      | 2011 | SV Germania Twist | Meppen    | 08.07. |
| 1.181 | Zumsande, Femke<br>11,58-4,30-24,00    | 2011 | LG Emstal Dörpen  | Werlte    | 02.06. |
| 1.169 | Schmalfeldt, Antje<br>11,73-4,10-26,50 | 2011 | SV Sparta Werlte  | Dörpen    | 26.08. |
| 1.167 | Sprenkel, Frieda<br>12,46-4,05-33,50   | 2011 | SV Sigiltra Sögel | Dörpen    | 26.08. |
| 1.132 | Janning, Antonia<br>11,63-3,81-25,50   | 2011 | SV Union Meppen   | Meppen    | 23.09. |
| 1.131 | Wessling, Theresa<br>11,94-3,78-28,50  | 2011 | SC Osterbrock     | Meppen    | 08.07. |
| 1.098 | Porten, Greta                          | 2011 | SV Sparta Werlte  | Dörpen    | 26.08. |

|       |                                       |      |                         |                  |
|-------|---------------------------------------|------|-------------------------|------------------|
|       | 11,86-3,80-24,00                      |      |                         |                  |
| 1.074 | Reuvers, Eva<br>12,37-3,62-28,00      | 2011 | SV Germania Twist       | Meppen 23.09.    |
| 1.031 | Röben, Fina<br>11,76-3,33-22,50       | 2011 | SV Sparta Werlte        | Osnabrück 02.09. |
| 993   | Sroka, Lina<br>12,12-3,59-18,50       | 2011 | SV Germania Twist       | Meppen 23.09.    |
| 981   | Raming, Franziska<br>12,39-3,57-19,50 | 2011 | SC Osterbrock           | Meppen 08.07.    |
| 946   | Feldhaus, Ria<br>12,61-3,22-22,00     | 2011 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen 26.08.    |
| 942   | Arndt, Hannah<br>12,61-3,04-24,00     | 2011 | LAV Meppen              | Meppen 23.09.    |
| 923   | Niehus, Ella<br>13,16-3,37-21,50      | 2011 | VfL Lingen              | Osnabrück 02.09. |
| 915   | Reuvers, Lena<br>13,40-3,42-21,50     | 2011 | SV Germania Twist       | Meppen 08.07.    |
| 877   | Mohs, Sarah Marie<br>12,69-2,99-19,00 | 2011 | SuS Rhede               | Werlte 02.06.    |

[zurück](#)

## 4-Kampf

### 75m-Weit-Hoch-Ball

|                      |       |                                       |            |
|----------------------|-------|---------------------------------------|------------|
| Bestl. 2022:         | 1.656 | Silies, Helena 2010 -- SV Groß Hesepe |            |
| Kreisrekord Emsland: | 1.862 | Reicksmann, Lena 2005 -- SV Bawinkel  | 24.09.2017 |

|       |  |      |                   |                  |
|-------|--|------|-------------------|------------------|
| 1.685 | Nyhof, Lotta<br>10,71(-3,8)-4,44-1,40-20,50      | 2011 | VfL Lingen        | Lingen 24.06.    |
| 1.613 | Schmalfeldt, Antje<br>11,73-4,10-1,40-26,50      | 2011 | SV Sparta Werlte  | Dörpen 26.08.    |
| 1.612 | Santel, Lotta<br>11,41-4,31-1,24-32,00           | 2011 | SV Sigiltra Sögel | Dörpen 26.08.    |
| 1.569 | Flatken, Nora<br>11,49-4,12-1,28-27,50           | 2011 | SV Sparta Werlte  | Dörpen 26.08.    |
| 1.530 | Zumsande, Femke<br>11,97-4,23-1,32-23,50         | 2011 | LG Emstal Dörpen  | Osnabrück 02.09. |
| 1.509 | Sprenkel, Frieda<br>12,46-4,05-1,24-33,50        | 2011 | SV Sigiltra Sögel | Dörpen 26.08.    |
| 1.425 | Röben, Fina<br>11,76-3,33-1,32-22,50             | 2011 | SV Sparta Werlte  | Osnabrück 02.09. |
| 1.420 | Janning, Antonia<br>11,63-3,81-1,16-25,50        | 2011 | SV Union Meppen   | Meppen 23.09.    |
| 1.403 | Reuvers, Eva<br>12,37-3,62-1,22-28,00            | 2011 | SV Germania Twist | Meppen 23.09.    |
| 1.361 | Sroka, Lina<br>12,12-3,59-1,28-18,50             | 2011 | SV Germania Twist | Meppen 23.09.    |
| 1.342 | Niehus, Ella<br>13,16-3,37-1,36-21,50            | 2011 | VfL Lingen        | Osnabrück 02.09. |
| 1.331 | Porten, Greta<br>11,86-3,80-1,08-24,00           | 2011 | SV Sparta Werlte  | Dörpen 26.08.    |
| 1.221 | Höfter, Eva<br>11,59-4,18-o-30,00                | 2011 | SV Union Meppen   | Meppen 23.09.    |
| 1.083 | Jacobs, Charlotte<br>13,87(-1,7)-3,71-1,04-17,50 | 2011 | SV Bawinkel       | Lingen 24.06.    |
| 1.067 | Krieger, Pia<br>13,50(-3,8)-3,21-1,12-15,00      | 2011 | SV Bawinkel       | Lingen 24.06.    |

[zurück](#)

# Männliche Kinder U12

[4 x 50 m Staffel](#)

[3 x 800 m Staffel](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022: 32,68 VfL Lingen

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 31,54 | LG Emstal Dörpen<br>Telgen, Hannes (2012); Hoesen, Luca (2012); Xhafa, Almir (2012); Greife, Niklas (2013)             | Lingen    | 09.09. |
| 31,93 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Schenkel, Emil (2013); Casjens, Linus (2012); Dirksen, Klaas (2012); Draghita, Mihai (2012) | Papenburg | 17.09. |
| 33,32 | VfL Lingen<br>Schaper, Piet (2012); Wagner, Arne (2013); Hofmann, Georg (2014); Schaper, Fiete (2013)                  | Lingen    | 09.09. |

[zurück](#)

## 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 8:31,31 TuS Haren

|          |   |       |        |
|----------|---|-------|--------|
| 8:55,60  | TuS Haren II<br>Rolfes, Richard (2012); Kiepe, Luis (2012); Gerdelmann, Luis (2012)     | Haren | 24.05. |
| 9:11,44  | LG Emstal Dörpen I<br>Greife, Niklas (2013); Hoesen, Luca (2012); Kossen, Nico (2012)   | Haren | 24.05. |
| 9:34,58  | LG Emstal Dörpen II<br>Xhafa, Almir (2012); Even, Julian (2014); Thormann, Jaron (2012) | Haren | 24.05. |
| 9:34,66  | Haselünner SV<br>Fileas, Leopold (2012); Holt, Jakob (2012); Sandhaus, Wilhelm (2012)   | Haren | 24.05. |
| 10:13,59 | TuS Haren I<br>Zobel, Luis (2013); Esders, Tom (2013); Bokholt, Henning (2013)          | Haren | 24.05. |

[zurück](#)

# Kinder M11

[50 m Lauf](#)

[800 m Lauf](#)

[Hochsprung](#)

[Weitsprung](#)

[Schlagball 80g](#)

[3-Kampf](#)

[4-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 50 m Lauf

Bestl. 2022: 7,67 Kampen, Max 2011 -- LG Emstal Dörpen

|      |                      |                              |           |        |
|------|----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 7,97 | -2,2 Seidel, Heino   | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 8,04 | Schaper, Piet        | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 8,21 | Gerdelmann, Luis     | 2012 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 8,28 | +0,4 Casjens, Linus  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 8,34 | -0,3 Wiepking, Jelte | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 8,34 | +0,4 Dirksen, Klaas  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 8,38 | Boger, Ben           | 2012 Haselünner SV           | Meppen    | 23.09. |
| 8,43 | Telgen, Hannes       | 2012 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 8,54 | -1,3 Draghita, Mihai | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 8,66 | -1,3 Xhafa, Almir    | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 8,81 | -1,3 Hoesen, Luca    | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 9,00 | -0,3 Odajui, Roman   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

|      |      |                   |                              |           |        |
|------|------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 9,07 | -0,3 | Caliof, Robert    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 9,30 |      | Sandhaus, Wilhelm | 2012 Haselünner SV           | Werlte    | 02.06. |
| 9,57 |      | Kleine, Julian    | 2012 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 9,68 | -0,3 | Rehbock, Jannik   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 2:36,55 Tiehen, Johan 2011 -- TuS Haren

|         |  |                   |                              |           |        |
|---------|--|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:41,97 |  | Kiepe, Luis       | 2012 TuS Haren               | Rheine    | 16.04. |
| 2:43,94 |  | Schaper, Piet     | 2012 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 2:45,59 |  | Gerdemann, Luis   | 2012 TuS Haren               | Rheine    | 16.04. |
| 2:49,67 |  | Nieters, Jonte    | 2012 SV Sigiltra Sögel       | Sögel     | 21.04. |
| 2:58,86 |  | Fangmeyer, Noah   | 2012 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:01,56 |  | Kossen, Nico      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:02,09 |  | Krasniqi, Ardian  | 2012 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 3:05,60 |  | Sandhaus, Wilhelm | 2012 Haselünner SV           | Meppen    | 17.05. |
| 3:13,63 |  | Holt, Jakob       | 2012 Haselünner SV           | Meppen    | 17.05. |
| 3:14,58 |  | Kröger, Felix     | 2012 SV Germania Twist       | Meppen    | 17.05. |
| 3:14,99 |  | Backers, Henri    | 2012 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:16,63 |  | Xhafa, Almir      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:25,56 |  | Dirksen, Klaas    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,31 Borgmann, Jonas 2011 -- LG Emstal Dörpen

|      |  |                 |                              |           |        |
|------|--|-----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,23 |  | Casjens, Linus  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 1,22 |  | Telgen, Hannes  | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,20 |  | Gerdemann, Luis | 2012 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 1,14 |  | Draghita, Mihai | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1,09 |  | Wiepking, Jelte | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 1,06 |  | Caliof, Robert  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,21 Kampen, Max 2011 -- LG Emstal Dörpen

|      |      |                   |                              |           |        |
|------|------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 4,35 |      | Seidel, Heino     | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 4,20 |      | Gerdemann, Luis   | 2012 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,92 |      | Casjens, Linus    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 3,88 | +0,1 | Schaper, Piet     | 2012 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 3,78 |      | Draghita, Mihai   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 3,71 |      | Hoesen, Luca      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 3,65 |      | Boger, Ben        | 2012 Haselünner SV           | Meppen    | 23.09. |
| 3,62 |      | Wiepking, Jelte   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,61 |      | Telgen, Hannes    | 2012 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 3,56 | +0,0 | Dirksen, Klaas    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3,46 |      | Xhafa, Almir      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 3,40 |      | Caliof, Robert    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 09.09. |
| 3,33 |      | Kleine, Julian    | 2012 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 3,32 |      | Sandhaus, Wilhelm | 2012 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |

|      |                 |                              |           |        |
|------|-----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3,21 | Odajiu, Roman   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,03 | Rehbock, Jannik | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## Schlagball 80g

Bestl. 2022: 37,50 Kampen, Max 2011 -- LG Emstal Dörpen

|       |                   |                              |           |        |
|-------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 40,50 | Casjens, Linus    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 35,00 | Gerdemann, Luis   | 2012 TuS Haren               | Werlte    | 02.06. |
| 35,00 | Seidel, Heino     | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 34,00 | Schaper, Piet     | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 29,50 | Draghita, Mihai   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 28,00 | Hoesen, Luca      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 26,50 | Wiepking, Jelte   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 26,50 | Caliof, Robert    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 25,00 | Kleine, Julian    | 2012 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 25,00 | Telgen, Hannes    | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 24,00 | Boger, Ben        | 2012 Haselünner SV           | Molbergen | 27.08. |
| 23,50 | Rehbock, Jannik   | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 22,50 | Xhafa, Almir      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 20,50 | Odajiu, Roman     | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 19,00 | Sandhaus, Wilhelm | 2012 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 17,50 | Dirksen, Klaas    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## 3-Kampf

### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.098 Kampen, Max 2011 -- LG Emstal Dörpen

|       |  |                              |        |        |
|-------|--|------------------------------|--------|--------|
| 1.069 | Seidel, Heino<br>7,97(-2,2)-4,35-35,00 | 2012 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 1.006 | Casjens, Linus<br>8,48-3,92-40,50      | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 977   | Schaper, Piet<br>8,22(-2,2)-3,85-34,00 | 2012 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 956   | Gerdemann, Luis<br>8,21-3,73-33,00     | 2012 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 846   | Draghita, Mihai<br>8,79-3,78-26,00     | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 819   | Boger, Ben<br>8,38-3,65-20,50          | 2012 Haselünner SV           | Meppen | 23.09. |
| 773   | Caliof, Robert<br>9,12-3,39-26,50      | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 762   | Hoesen, Luca<br>8,94-3,39-23,50        | 2012 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 756   | Dirksen, Klaas<br>8,44-3,49-17,00      | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 749   | Telgen, Hannes<br>9,58-3,61-25,00      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 719   | Xhafa, Almir<br>8,92-3,39-19,00        | 2012 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 715   | Kleine, Julian<br>9,57-3,33-25,00      | 2012 SC Osterbrock           | Meppen | 08.07. |
| 648   | Sandhaus, Wilhelm<br>9,30-3,14-18,50   | 2012 Haselünner SV           | Werlte | 02.06. |



|     |                                     |                              |        |        |
|-----|-------------------------------------|------------------------------|--------|--------|
| 625 | Odajui, Roman<br>9,36-3,04-18,00    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 575 | Rehbock, Jannik<br>10,10-2,82-21,50 | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |

[zurück](#)

## 4-Kampf

### 50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.396 Kampen, Max 2011 -- LG Emstal Dörpen

|       |   |                              |        |        |
|-------|---|------------------------------|--------|--------|
| 1.335 | Casjens, Linus<br>8,48-3,92-1,22-40,50  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 1.129 | Draghita, Mihai<br>8,79-3,78-1,14-26,00 | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 1.078 | Telgen, Hannes<br>9,58-3,61-1,22-25,00  | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 1.008 | Caliof, Robert<br>9,12-3,39-1,06-26,50  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 752   | Xhafa, Almir<br>9,80-3,09-0,94-17,50    | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Kinder M10

[50 m Lauf](#)

[800 m Lauf](#)

[Hochsprung](#)

[Weitsprung](#)

[Schlagball 80g](#)

[3-Kampf](#)

[4-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 50 m Lauf

Bestl. 2022: 8,02 Kossen, Nico 2012 -- LG Emstal Dörpen

|       |                            |                              |           |        |
|-------|----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 7,81  | +0,1 Greife, Niklas        | 2013 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 8,43  | +0,4 Schenkel, Emil        | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 8,60  | Berning, Konrad            | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 8,62  | +0,4 Jansen, Josef         | 2013 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 8,77  | Schaper, Fiete             | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 8,79  | Esders, Ole                | 2013 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 8,98  | +0,4 Zobel, Luis           | 2013 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 9,04  | +0,1 von Mondrowski, Jonah | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 9,07  | +0,4 Linke, Lenn           | 2013 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 9,32  | Raming, Lennard            | 2013 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 9,54  | Klapdor, Bruno             | 2013 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 9,57  | -0,9 Wagner, Arne          | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 9,82  | Heyers, Lutz               | 2013 LG Emstal Dörpen        | Lingen    | 09.09. |
| 10,03 | -0,7 Wieckmann, Jannes     | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

Bestl. 2022: 2:51,23 Helmecke, Max 2012 -- SV Bawinkel

|         |                |                       |        |        |
|---------|----------------|-----------------------|--------|--------|
| 3:04,49 | Greife, Niklas | 2013 LG Emstal Dörpen | Sögel  | 21.04. |
| 3:05,28 | Schaper, Fiete | 2013 VfL Lingen       | Rheine | 16.04. |

|         |                  |                        |        |        |
|---------|------------------|------------------------|--------|--------|
| 3:11,90 | Berning, Konrad  | 2013 VfL Lingen        | Rheine | 16.04. |
| 3:14,79 | Wagner, Arne     | 2013 VfL Lingen        | Rheine | 16.04. |
| 3:22,58 | Röckers, Adrian  | 2013 LAV Meppen        | Meppen | 17.05. |
| 3:27,03 | Bokholt, Henning | 2013 TuS Haren         | Meppen | 17.05. |
| 3:31,18 | Hinson, Benedikt | 2013 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 3:31,55 | Bölle, Joris     | 2013 SV Germania Twist | Meppen | 17.05. |
| 3:40,73 | Esders, Tom      | 2013 TuS Haren         | Rheine | 16.04. |
| 4:05,40 | Witschen, Ben    | 2013 SV Groß Hesepe    | Meppen | 17.05. |
| 4:07,27 | Heyers, Lutz     | 2013 LG Emstal Dörpen  | Sögel  | 21.04. |

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,17 Kossen, Nico 2012 -- LG Emstal Dörpen

|      |                |                       |        |        |
|------|----------------|-----------------------|--------|--------|
| 1,22 | Greife, Niklas | 2013 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
| 1,16 | Jansen, Josef  | 2013 SC Osterbrock    | Haren  | 02.07. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,99 Seidel, Heino 2012 -- VfL Lingen

|      |                       |                              |           |        |
|------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 4,14 | Greife, Niklas        | 2013 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,70 | Berning, Konrad       | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 3,54 | Zobel, Luis           | 2013 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,48 | +0,0 Schenkel, Emil   | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3,37 | Jansen, Josef         | 2013 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 3,35 | Schaper, Fiete        | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 3,29 | Esders, Ole           | 2013 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 3,25 | Linke, Lenn           | 2013 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 3,12 | Raming, Lennard       | 2013 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 3,06 | Klapdor, Bruno        | 2013 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 3,04 | +0,1 Wagner, Arne     | 2013 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 3,00 | Heyers, Lutz          | 2013 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 2,76 | von Mondrowski, Jonah | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 2,46 | Wieckmann, Jannes     | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## Schlagball 80g

Bestl. 2022: 39,00 Bulmaga, Dragos 2012 -- VfL Lingen

|       |                       |                              |           |        |
|-------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 34,50 | Heyers, Lutz          | 2013 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 30,50 | Greife, Niklas        | 2013 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 30,00 | Klapdor, Bruno        | 2013 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 30,00 | von Mondrowski, Jonah | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 29,00 | Jansen, Josef         | 2013 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 28,30 | Schaper, Fiete        | 2013 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 27,00 | Linke, Lenn           | 2013 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 25,00 | Berning, Konrad       | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 21,50 | Wagner, Arne          | 2013 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 18,50 | Esders, Ole           | 2013 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |

|       |                   |                              |           |        |
|-------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 17,00 | Wieckmann, Jannes | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 17,00 | Raming, Lennard   | 2013 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 946 Casjens, Linus 2012 -- LG Papenburg/Aschendorf

|     |  |                              |        |        |
|-----|--|------------------------------|--------|--------|
| 987 | Greife, Niklas<br>8,17-4,14-30,50        | 2013 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 844 | Berning, Konrad<br>8,62(-1,8)-3,70-25,00 | 2013 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 726 | Klapdor, Bruno<br>9,54-3,06-30,00        | 2013 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 713 | Esders, Ole<br>8,79-3,29-18,50           | 2013 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 695 | Heyers, Lutz<br>10,34-3,00-34,50         | 2013 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 660 | von Mondrowski, Jonah<br>9,29-2,74-25,00 | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 624 | Wagner, Arne<br>9,57(-0,9)-3,00-20,00    | 2013 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 606 | Raming, Lennard<br>9,32-3,12-15,00       | 2013 SC Osterbrock           | Meppen | 08.07. |

[zurück](#)

### 4-Kampf

#### 50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.175 Casjens, Linus 2012 -- LG Papenburg/Aschendorf

|       |  |                       |        |        |
|-------|--|-----------------------|--------|--------|
| 1.316 | Greife, Niklas<br>8,17-4,14-1,22-30,50 | 2013 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 26.08. |
|-------|--|-----------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Weibliche Kinder U12

[4 x 50 m Staffel](#)

[3 x 800 m Staffel](#)

[3-Kampf Ma.](#)

[4-Kampf Ma.](#)

[zurück zum Anfang](#)

#### 4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022: 32,50 LG Emstal Dörpen

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 31,44 | Haselünner SV<br>Mimjähner, Luzia (2013); Coroneo, Victoria (2013); Barlage, Marie (2012); Schrant, Luisa (2013)               | Papenburg | 17.09. |
| 32,34 | LG Emstal Dörpen II<br>Frericks, Elisabeth (2012); Stein, Emilia (2013); Rekers, Sarah (2012); Meyerrose, Enna (2012)          | Papenburg | 17.09. |
| 32,71 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Freymuth, Paula (2013); Lohmann, Fenja (2013); Frank, Sina (2012); Kaltwasser, Luisa (2013)         | Lingen    | 09.09. |
| 32,97 | LG Papenburg/Aschendorf II<br>Sandker, Sophia (2012); Osteresch, Marit (2012); Schomaker, Felicia (2012); Kofeet, Marie (2013) | Papenburg | 17.09. |
| 33,74 | LG Emstal Dörpen I<br>Riedemann, Marit (2013); Schmees, Leni (2013); Krallmann, Enna (2012); Langen, Anna (2013)               | Papenburg | 17.09. |
| 33,88 | SV Groß Hesepe   | Haren     | 02.07. |

|       |  |       |        |
|-------|--|-------|--------|
| 36,12 | Gostmann, Finja (2013); Raming, Emma (2013); Niers, Lea (2013); Steinkamp, Charlotte (2013)<br>SV Union Meppen<br>Weist, Amelie (2013); Frye, Jenna (2013); Geering, Nila (2013); Blank, Anna (2013) | Haren | 02.07. |
|-------|--|-------|--------|

[zurück](#)

### 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 9:27,38 LAV Meppen

|          |   |       |        |
|----------|---|-------|--------|
| 9:15,44  | SV Union Meppen II<br>Schulte, Estelle (2013); Engling, Leona (2012); Schulte, Elisa (2013)   | Haren | 24.05. |
| 9:24,95  | Haselünner SV<br>Barlage, Marie (2012); Hegger, Lena (2013); Mimjähner, Luzia (2013)          | Haren | 24.05. |
| 9:41,17  | LG Emstal Dörpen II<br>Rekers, Sarah (2012); Stein, Emilia (2013); Frericks, Elisabeth (2012) | Haren | 24.05. |
| 9:43,05  | SV Groß Hesepe<br>Steinkamp, Marlena (2013); Sur, Grete (2013); Gostmann, Finja (2013)        | Haren | 24.05. |
| 9:51,04  | TuS Haren<br>Goicoechea Kevenhörste, Maja (2012); Stilber, Annie (2013); Greve, Amelie (2013) | Haren | 24.05. |
| 10:22,98 | SV Union Meppen I<br>Frye, Jenna (2013); Blank, Anna (2013); Geering, Nila (2013)             | Haren | 24.05. |
| 11:59,25 | LG Emstal Dörpen I<br>Dopp, Pia (2013); Schmees, Leni (2013); Sandker, Clara (2012)           | Haren | 24.05. |

[zurück](#)

### 3-Kampf Ma.

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 5.202 SV Union Meppen

|       |   |        |        |
|-------|---|--------|--------|
| 5.306 | VfL Lingen<br>Geerdsen, Maila (2013) - 1.119; Stellbrink, Carlotta (2012) - 1.115; Piehl, Mia (2012) - 1.080<br>Kock, Johanna (2012) - 1.069; Niehus, Hanne (2013) - 923    | Lingen | 24.06. |
| 4.972 | SV Union Meppen<br>Schulte, Elisa (2013) - 1.042; Schulte, Estelle (2013) - 1.030; Meyer, Charlotte (2012) - 1.003<br>Blank, Anna (2013) - 976; Engling, Leona (2012) - 921 | Meppen | 23.09. |
| 4.454 | SV Groß Hesepe<br>Gostmann, Finja (2013) - 1.015; Hammerla, Alina (2013) - 920; Raming, Emma (2013) - 903<br>Niers, Lea (2013) - 813; Sur, Grete (2013) - 803               | Meppen | 08.07. |

[zurück](#)

### 4-Kampf Ma.

#### 50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022: 6.259 SV Sparta Werlte

|       |  |        |        |
|-------|--|--------|--------|
| 5.372 | LG Emstal Dörpen<br>Frericks, Elisabeth (2012) - 1.310; Hertel, Leonie (2012) - 1.153; Rekers, Sarah (2012) - 1.059<br>Stein, Emilia (2013) - 965; Even, Leonie (2012) - 885 | Dörpen | 26.08. |
|-------|--|--------|--------|

[zurück](#)

## Kinder W11

[50 m Lauf](#)  
[4-Kampf](#)

[800 m Lauf](#)

[Hochsprung](#)

[Weitsprung](#)

[Schlagball 80g](#)

[3-Kampf](#)

## 50 m Lauf

Bestl. 2022: 7,85 Wielenberg, Lia 2011 -- TuS Haren

|      |      |                              |                              |           |        |
|------|------|------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 7,39 | +1,3 | Terhorst, Lotta              | 2012 LAV Meppen              | Papenburg | 17.09. |
| 8,03 | +0,1 | Hertel, Leonie               | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 8,05 | -2,1 | Piehl, Mia                   | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 8,06 | -1,0 | Goicoechea Kevenhörste, Maja | 2012 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 8,17 |      | Kuper, Hanna                 | 2012 SC Osterbrock           | Meppen    | 23.09. |
| 8,20 | +0,1 | Frericks, Elisabeth          | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 8,0  | +0,1 | Thiering, Jola               | 2012 SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 8,37 | +1,2 | Barlage, Marie               | 2012 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 8,37 | +1,2 | Grünefeld, Ella              | 2012 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 8,37 | +1,2 | Krüßel, Maria                | 2012 LAV Meppen              | Haren     | 02.07. |
| 8,45 |      | Meyer, Charlotte             | 2012 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 8,50 |      | Fligg, Matea                 | 2012 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 8,50 | -2,3 | Stellbrink, Carlotta         | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 8,50 | -1,0 | Schulte, Carla               | 2012 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 8,50 |      | Benten, Jana                 | 2012 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 8,59 | +1,3 | Determann, Emma              | 2012 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 8,60 | -2,1 | Kock, Johanna                | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 8,61 |      | Sandker, Sophia              | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 8,71 | +1,3 | Krallmann, Enna              | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 8,77 |      | Engling, Leona               | 2012 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 2:56,45 Santel, Lotta 2011 -- SV Sigiltra Sögel

|         |  |                              |                              |           |        |
|---------|--|------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 2:56,95 |  | Terhorst, Lotta              | 2012 LAV Meppen              | Meppen    | 17.05. |
| 3:00,20 |  | Goicoechea Kevenhörste, Maja | 2012 TuS Haren               | Meppen    | 17.05. |
| 3:01,32 |  | Frericks, Elisabeth          | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3:03,30 |  | Engling, Leona               | 2012 SV Union Meppen         | Meppen    | 17.05. |
| 3:08,76 |  | Barlage, Marie               | 2012 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 3:09,51 |  | Rekers, Sarah                | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3:13,02 |  | Kock, Johanna                | 2012 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 3:13,07 |  | Grünefeld, Ella              | 2012 SV Germania Twist       | Meppen    | 17.05. |
| 3:14,73 |  | Meyer, Charlotte             | 2012 SV Union Meppen         | Lingen    | 09.09. |
| 3:16,08 |  | Schomaker, Felicia           | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3:17,53 |  | Nüssmann, Maresa             | 2012 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:19,79 |  | Knipper, Ida                 | 2012 SV Sigiltra Sögel       | Sögel     | 21.04. |
| 3:27,88 |  | Remmers, Thea                | 2012 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:29,42 |  | Meyerrose, Enna              | 2012 LG Emstal Dörpen        | Sögel     | 21.04. |
| 3:30,03 |  | Benten, Jana                 | 2012 SV Sparta Werlte        | Sögel     | 21.04. |
| 3:46,89 |  | Silies, Matilda              | 2012 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 4:04,09 |  | Adam, Delia                  | 2012 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 4:05,17 |  | Keppler, Inga                | 2012 SC Spelle-Venhaus       | Rheine    | 16.04. |
| 4:13,22 |  | Richert, Olivia              | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel     | 21.04. |

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,29 Santel, Lotta 2011 -- SV Sigiltra Sögel

Bestl. 2022: 1,29 Höfter, Eva 2011 -- SV Union Meppen  
 Bestl. 2022: 1,29 Zumsande, Femke 2011 -- LG Emstal Dörpen

|      |                     |      |                         |           |        |
|------|---------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 1,31 | Barlage, Marie      | 2012 | Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 1,25 | Thiering, Jola      | 2012 | SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 1,22 | Schulte, Carla      | 2012 | SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 1,22 | Kuper, Hanna        | 2012 | SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 1,22 | Benten, Jana        | 2012 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,19 | Grünefeld, Ella     | 2012 | SV Germania Twist       | Lingen    | 06.05. |
| 1,19 | Determann, Emma     | 2012 | SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 1,18 | Fligg, Matea        | 2012 | SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 1,15 | Frericks, Elisabeth | 2012 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 1,13 | Sandker, Sophia     | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 1,10 | Schomaker, Felicia  | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1,06 | Osteresch, Marit    | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 1,02 | Rekers, Sarah       | 2012 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,55 Höfter, Eva 2011 -- SV Union Meppen

|      |                              |      |                         |           |        |
|------|------------------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 4,51 | Terhorst, Lotta              | 2012 | LAV Meppen              | Papenburg | 17.09. |
| 4,21 | Goicoechea Kevenhörste, Maja | 2012 | TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,98 | Fehner, Frieda               | 2012 | SV Union Meppen         | Lingen    | 09.09. |
| 3,96 | Frericks, Elisabeth          | 2012 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3,89 | Kuper, Hanna                 | 2012 | SC Osterbrock           | Meppen    | 23.09. |
| 3,82 | Schulte, Carla               | 2012 | SV Union Meppen         | Lingen    | 09.09. |
| 3,81 | Piehl, Mia                   | 2012 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,81 | Barlage, Marie               | 2012 | Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 3,79 | Thiering, Jola               | 2012 | SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 3,75 | Benten, Jana                 | 2012 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,74 | Stellbrink, Carlotta         | 2012 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,71 | Meyer, Charlotte             | 2012 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,68 | Hertel, Leonie               | 2012 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,68 | Engling, Leona               | 2012 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,61 | Rekers, Sarah                | 2012 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3,55 | Fligg, Matea                 | 2012 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,51 | Krüßel, Maria                | 2012 | LAV Meppen              | Haren     | 02.07. |
| 3,49 | Sandker, Sophia              | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3,46 | Schomaker, Felicia           | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3,45 | Meyerrose, Enna              | 2012 | LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |

[zurück](#)

## Schlagball 80g

Bestl. 2022: 32,00 Santel, Lotta 2011 -- SV Sigiltra Sögel

|       |                              |      |                         |           |        |
|-------|------------------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 36,00 | Terhorst, Lotta              | 2012 | LAV Meppen              | Meppen    | 23.09. |
| 34,50 | Barlage, Marie               | 2012 | Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 30,50 | Goicoechea Kevenhörste, Maja | 2012 | TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 29,00 | Benten, Jana                 | 2012 | SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 28,50 | Kock, Johanna                | 2012 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 28,00 | Stellbrink, Carlotta         | 2012 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 27,50 | Sandker, Sophia              | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 23,50 | Frank, Sina                  | 2012 | LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 09.09. |

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 22,50 | Fligg, Matea        | 2012 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 22,50 | Thiering, Jola      | 2012 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 22,00 | Lünnemann, Enya     | 2012 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 22,00 | Schulte, Carla      | 2012 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 22,00 | Kuper, Hanna        | 2012 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 21,00 | Osteresch, Marit    | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 20,00 | Sandker, Clara      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 20,00 | Frericks, Elisabeth | 2012 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 20,00 | Schomaker, Felicia  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 20,00 | Piehl, Mia          | 2012 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 19,50 | Meyerrose, Enna     | 2012 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 18,50 | Silies, Matilda     | 2012 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 18,50 | Remmers, Thea       | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 18,50 | Meyer, Charlotte    | 2012 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.282 Santel, Lotta 2011 -- SV Sigiltra Sögel

|       |   |                              |        |        |
|-------|---|------------------------------|--------|--------|
| 1.381 | Terhorst, Lotta<br>7,56-4,35-36,00            | 2012 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
| 1.146 | Barlage, Marie<br>8,52-3,67-32,00             | 2012 Haselünner SV           | Meppen | 23.09. |
| 1.127 | Benten, Jana<br>8,50-3,75-29,00               | 2012 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 1.115 | Stellbrink, Carlotta<br>8,50(-2,3)-3,74-28,00 | 2012 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 1.082 | Kuper, Hanna<br>8,20-3,76-22,00               | 2012 SC Osterbrock           | Meppen | 08.07. |
| 1.080 | Piehl, Mia<br>8,05(-2,1)-3,81-20,00           | 2012 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 1.069 | Kock, Johanna<br>8,60(-2,1)-3,41-28,50        | 2012 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 1.069 | Frericks, Elisabeth<br>8,28-3,93-20,00        | 2012 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 1.021 | Fligg, Matea<br>8,58-3,55-22,50               | 2012 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 1.013 | Sandker, Sophia<br>8,61-3,47-23,00            | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 1.003 | Meyer, Charlotte<br>8,45-3,71-18,50           | 2012 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 993   | Hertel, Leonie<br>8,20-3,68-16,00             | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 927   | Schomaker, Felicia<br>8,97-3,37-20,00         | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 925   | Krüßel, Maria<br>8,43-3,41-15,50              | 2012 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
| 921   | Engling, Leona<br>8,77-3,65-15,50             | 2012 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 892   | Meyerrose, Enna<br>8,96-3,45-16,50            | 2012 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 869   | Rekers, Sarah<br>9,04-3,33-16,50              | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 861   | Osteresch, Marit<br>9,43-3,09-21,00           | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 846   | Grünefeld, Ella                               | 2012 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |

|     |   |                     |        |        |
|-----|---|---------------------|--------|--------|
| 788 | 8,62-3,30-12,50<br>Silies, Matilda<br>9,35-2,75-18,50 | 2012 SV Groß Hesepe | Meppen | 08.07. |
|-----|---|---------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 4-Kampf

### 50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.570 Santel, Lotta 2011 -- SV Sigiltra Sögel

|       |   |                              |        |        |
|-------|---|------------------------------|--------|--------|
| 1.456 | Benten, Jana<br>8,50-3,75-1,22-29,00        | 2012 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 1.310 | Frericks, Elisabeth<br>8,23-3,94-1,14-17,00 | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 1.268 | Fligg, Matea<br>8,58-3,55-1,10-22,50        | 2012 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 1.168 | Schomaker, Felicia<br>8,94-3,40-1,10-19,00  | 2012 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 1.153 | Hertel, Leonie<br>8,20-3,68-0,98-16,00      | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 1.059 | Rekers, Sarah<br>9,04-3,33-1,02-16,50       | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 885   | Even, Leonie<br>9,41-3,24-0,94-12,00        | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 882   | Remmers, Thea<br>9,63-2,67-0,94-18,50       | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 854   | Nüssmann, Maresa<br>9,60-2,85-0,98-12,50    | 2012 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Kinder W10

[50 m Lauf](#)  
[4-Kampf](#)

[800 m Lauf](#)

[Hochsprung](#)

[Weitsprung](#)

[Schlagball 80g](#)

[3-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 50 m Lauf

Bestl. 2022: 7,76 Terhorst, Lotta 2012 -- LAV Meppen

|      |                        |                              |           |        |
|------|------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 7,87 | +1,9 Schrant, Luisa    | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 8,09 | -0,5 Geering, Nila     | 2013 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 8,12 | -1,5 Geerdsen, Maila   | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 8,15 | Schulte, Estelle       | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 8,26 | Schulte, Elisa         | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 8,34 | Blank, Anna            | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 8,39 | +1,9 Sandmann, Lotta   | 2013 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 8,46 | -0,8 Mimjähner, Luzia  | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 8,48 | -0,8 Coroneo, Victoria | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 8,50 | Gostmann, Finja        | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 8,51 | -0,5 Stilber, Annie    | 2013 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 8,64 | Kaltwasser, Luisa      | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 8,66 | -1,3 Langen, Anna      | 2013 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 8,70 | Freytmuth, Paula       | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 8,76 | Sürken, Janne          | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 8,81 | +1,9 Zeppenfeld, Mayla | 2013 LAV Meppen              | Papenburg | 17.09. |



|      |      |                  |                              |           |        |
|------|------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 8,82 | +0,0 | Raming, Emma     | 2013 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 8,82 | +0,6 | Hegger, Lena     | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 8,84 | +0,9 | Kofoet, Marie    | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 8,84 | -0,8 | Robbe, Magdalena | 2013 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 8,84 |      | Niers, Lea       | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 3:05,28 Frericks, Elisabeth 2012 -- LG Emstal Dörpen

|         |  |                    |                              |           |        |
|---------|--|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3:03,29 |  | Sürken, Janne      | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel     | 21.04. |
| 3:03,36 |  | Schulte, Elisa     | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 17.05. |
| 3:03,48 |  | Stilber, Annie     | 2013 TuS Haren               | Rheine    | 16.04. |
| 3:06,85 |  | Hegger, Lena       | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 3:07,82 |  | Schulte, Estelle   | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 17.05. |
| 3:09,13 |  | Danilova, Marina   | 2013 VfL Lingen              | Rheine    | 16.04. |
| 3:09,40 |  | Ochel, Kim         | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel     | 21.04. |
| 3:09,57 |  | Zeppenfeld, Mayla  | 2013 LAV Meppen              | Papenburg | 17.09. |
| 3:09,66 |  | Gostmann, Finja    | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:11,36 |  | Langen, Anna       | 2013 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 3:12,60 |  | Mimjähner, Luzia   | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 3:13,34 |  | Coroneo, Victoria  | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 3:15,69 |  | Sur, Grete         | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:18,29 |  | Geering, Nila      | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 17.05. |
| 3:20,02 |  | Zaudtke, Naemi     | 2013 SV Germania Twist       | Papenburg | 17.09. |
| 3:20,16 |  | Steinkamp, Marlana | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:21,35 |  | Horstmann, Neele   | 2013 TuS Haren               | Papenburg | 17.09. |
| 3:22,84 |  | Niers, Lea         | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 17.05. |
| 3:23,33 |  | Greve, Amelie      | 2013 TuS Haren               | Rheine    | 16.04. |
| 3:23,80 |  | Horstmann, Hannah  | 2013 TuS Haren               | Papenburg | 17.09. |

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,20 Schulte, Carla 2012 -- SV Union Meppen

|      |  |                   |                              |           |        |
|------|--|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,20 |  | Gostmann, Finja   | 2013 SV Groß Hesepe          | Papenburg | 17.09. |
| 1,11 |  | Schrant, Luisa    | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 1,11 |  | Milbrandt, Femke  | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 1,10 |  | Kofoet, Marie     | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1,06 |  | Freytmuth, Paula  | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 1,05 |  | Lohmann, Fenja    | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 1,04 |  | Sur, Grete        | 2013 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 1,03 |  | Kaltwasser, Luisa | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 1,02 |  | Stein, Emilia     | 2013 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 1,02 |  | Voges, Anneke     | 2013 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,97 Piehl, Mia 2012 -- VfL Lingen

|      |  |                |                    |       |        |
|------|--|----------------|--------------------|-------|--------|
| 4,05 |  | Schrant, Luisa | 2013 Haselünner SV | Haren | 02.07. |
| 4,01 |  | Stilber, Annie | 2013 TuS Haren     | Haren | 02.07. |

|      |                   |                              |           |        |
|------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3,96 | Gostmann, Finja   | 2013 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 3,90 | Milbrandt, Femke  | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 3,89 | Geerdsen, Maila   | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,77 | Kofoet, Marie     | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 3,75 | Schulte, Elisa    | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,72 | Schulte, Estelle  | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,70 | Mimjähner, Luzia  | 2013 Haselünner SV           | Molbergen | 27.08. |
| 3,69 | Zaudtke, Naemi    | 2013 SV Germania Twist       | Papenburg | 17.09. |
| 3,65 | Ochel, Kim        | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,65 | Sandmann, Lotta   | 2013 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 3,56 | Coroneo, Victoria | 2013 Haselünner SV           | Papenburg | 17.09. |
| 3,56 | Blank, Anna       | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,55 | Geering, Nila     | 2013 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 3,50 | Voges, Anneke     | 2013 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,50 | Freytmuth, Paula  | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen    | 09.09. |
| 3,50 | Raming, Emma      | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 3,45 | Fanta, Charlotte  | 2013 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 3,44 | Niers, Lea        | 2013 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |

[zurück](#)

### Schlagball 80g

Bestl. 2022: 32,00 Terhorst, Lotta 2012 -- LAV Meppen

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 28,00 | Schrant, Luisa      | 2013 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 26,50 | Zaudtke, Naemi      | 2013 SV Germania Twist       | Meppen    | 23.09. |
| 26,00 | Stilber, Annie      | 2013 TuS Haren               | Werlte    | 02.06. |
| 23,00 | Kofoet, Marie       | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 23,00 | Geerdsen, Maila     | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 23,00 | Niehus, Hanne       | 2013 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 23,00 | Coroneo, Victoria   | 2013 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 22,00 | Gostmann, Finja     | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 22,00 | Hammerla, Alina     | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 22,00 | Mimjähner, Luzia    | 2013 Haselünner SV           | Molbergen | 27.08. |
| 21,50 | Raming, Emma        | 2013 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 21,50 | Freytmuth, Paula    | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 17.09. |
| 21,00 | Voges, Anneke       | 2013 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 21,00 | Sürken, Janne       | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 21,00 | Struckmann, Marlene | 2013 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 20,00 | Robbe, Magdalena    | 2013 SV Bawinkel             | Papenburg | 17.09. |
| 20,00 | Riedemann, Marit    | 2013 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 17.09. |
| 20,00 | Zeppenfeld, Mayla   | 2013 LAV Meppen              | Meppen    | 23.09. |
| 19,50 | Kaltwasser, Luisa   | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 19,50 | Schulte, Elisa      | 2013 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.304 Terhorst, Lotta 2012 -- LAV Meppen

|       |  |                    |        |        |
|-------|--|--------------------|--------|--------|
| 1.119 | Geerdsen, Maila<br>8,12(-1,5)-3,89-23,00 | 2013 VfL Lingen    | Lingen | 24.06. |
| 1.106 | Schrant, Luisa<br>8,24-3,90-23,00        | 2013 Haselünner SV | Werlte | 02.06. |
| 1.083 | Stilber, Annie                           | 2013 TuS Haren     | Werlte | 02.06. |

|       |                       |                              |        |        |
|-------|-----------------------|------------------------------|--------|--------|
|       | 8,57-3,72-26,00       |                              |        |        |
| 1.042 | Schulte, Elisa        | 2013 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
|       | 8,26-3,75-19,50       |                              |        |        |
| 1.030 | Schulte, Estelle      | 2013 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
|       | 8,15-3,72-18,00       |                              |        |        |
| 1.015 | Gostmann, Finja       | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen | 08.07. |
|       | 8,50-3,49-22,00       |                              |        |        |
| 1.008 | Coroneo, Victoria     | 2013 Haselünner SV           | Meppen | 23.09. |
|       | 8,53-3,37-23,00       |                              |        |        |
| 1.007 | Zaudtke, Naemi        | 2013 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |
|       | 9,12-3,50-26,50       |                              |        |        |
| 987   | Kofoet, Marie         | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
|       | 9,06-3,61-23,00       |                              |        |        |
| 981   | Mimjähner, Luzia      | 2013 Haselünner SV           | Werlte | 02.06. |
|       | 8,73-3,60-20,00       |                              |        |        |
| 976   | Blank, Anna           | 2013 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
|       | 8,34-3,56-17,00       |                              |        |        |
| 966   | Freytmuth, Paula      | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
|       | 8,70-3,41-20,50       |                              |        |        |
| 942   | Raming, Emma          | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen | 23.09. |
|       | 9,12-3,50-21,00       |                              |        |        |
| 940   | Voges, Anneke         | 2013 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
|       | 8,95-3,36-21,00       |                              |        |        |
| 923   | Niehus, Hanne         | 2013 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
|       | 9,06(-1,6)-3,12-23,00 |                              |        |        |
| 922   | Zeppenfeld, Mayla     | 2013 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
|       | 9,01-3,35-20,00       |                              |        |        |
| 920   | Hammerla, Alina       | 2013 SV Groß Hesepe          | Meppen | 08.07. |
|       | 8,85-3,04-22,00       |                              |        |        |
| 913   | Kaltwasser, Luisa     | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
|       | 8,64-3,07-19,50       |                              |        |        |
| 907   | Sürken, Janne         | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
|       | 8,76-3,26-18,00       |                              |        |        |
| 897   | Ochel, Kim            | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
|       | 9,03-3,48-17,00       |                              |        |        |

[zurück](#)

## 4-Kampf

### 50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022: 1.316 Barlage, Marie 2012 -- Haselünner SV

|       |                      |                              |        |        |
|-------|----------------------|------------------------------|--------|--------|
| 1.213 | Kofoet, Marie        | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
|       | 9,10-3,57-1,10-22,00 |                              |        |        |
| 1.184 | Freytmuth, Paula     | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
|       | 8,70-3,41-1,06-20,50 |                              |        |        |
| 1.099 | Voges, Anneke        | 2013 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
|       | 8,99-3,50-1,02-17,50 |                              |        |        |
| 1.073 | Kaltwasser, Luisa    | 2013 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
|       | 8,64-3,07-0,98-19,50 |                              |        |        |
| 965   | Stein, Emilia        | 2013 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
|       | 9,13-2,86-1,02-15,00 |                              |        |        |
| 822   | Hackmann, Marie      | 2013 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
|       | 9,66-2,88-0,86-16,50 |                              |        |        |

[zurück](#)

## Männliche Kinder U10

[4 x 50 m Staffel](#)

[3 x 800 m Staffel](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022: 44,55 LG Papenburg/Aschendorf

|       |   |           |        |
|-------|---|-----------|--------|
| 38,21 | LG Papenburg/Aschendorf<br>Bröker, Julius (2015); Vrednicu, Gabriel (2015); Eckhardt, Maik (2014); Schulte, Milo (2014) | Papenburg | 01.07. |
| 41,75 | LG Emstal Dörpen<br>Meyerrose, Lasse (2015); Rondot, Till (2014); Margraf, Arian (2015); Even, Julian (2014)            | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 9:37,26 TuS Haren

|          |   |       |        |
|----------|---|-------|--------|
| 9:48,69  | TuS Haren VII<br>Ahrens, Peer (2014); Held, Julius (2014); Gerdelmann, Jakob (2014)         | Haren | 24.05. |
| 10:08,38 | TuS Haren I<br>Kiepe, Milo (2015); Goicoechea Kevenhörste, Jon (2015); Niehaus, Samu (2015) | Haren | 24.05. |
| 10:53,54 | TuS Haren II<br>Mäsker, Jan (2014); Specken, Jonas (2014); Holt, Fabian (2014)              | Haren | 24.05. |
| 11:00,88 | TuS Haren III<br>Meyerrose, Simon (2016); Held, Joscha (2016); Meyerrose, Oskar (2016)      | Haren | 24.05. |
| 11:11,94 | TuS Haren V<br>Greive, Oskar (2015); Müter, Noah (2014); Dopp, Henri (2014)                 | Haren | 24.05. |
| 11:14,44 | TuS Haren VI<br>Wilken, Eric (2016); Yigit, Miran (2016); Lind, Maximilian (2016)           | Haren | 24.05. |
| 11:24,74 | LG Emstal Dörpen<br>Meyerrose, Lasse (2015); Hüsing, Raphael (2014); Dopp, Philipp (2016)   | Haren | 24.05. |
| 12:57,63 | TuS Haren IV<br>Schulte, Jannis (2017); Müller, Nico (2016); Greive, Gregor (2017)          | Haren | 24.05. |

[zurück](#)

## Kinder M09

[50 m Lauf](#)      [800 m Lauf](#)      [Weitsprung](#)      [Schlagball 80g](#)      [3-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 50 m Lauf

Bestl. 2022: 8,39 Derda, Maximilian 2013 -- Haselünner SV

|      |                             |                              |              |        |
|------|-----------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 8,24 | -0,8 Heidkamp, Henri        | 2014 SV Sparta Werlte        | Papenburg    | 01.07. |
| 8,32 | -0,8 Schulte, Milo          | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 01.07. |
| 8,64 | -0,3 Schüttert, Karl August | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Lüdinghausen | 19.08. |
| 8,82 | Adam, Alexandru             | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Werlte       | 02.06. |
| 8,91 | Gerdelmann, Jakob           | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 23.09. |
| 8,94 | Almandoz, Elias             | 2014 VfL Lingen              | Lingen       | 09.09. |
| 9,02 | -1,3 Fehring, Theo          | 2014 VfL Lingen              | Lingen       | 24.06. |
| 9,30 | Specken, Jonas              | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 23.09. |
| 9,33 | -0,8 Eckhardt, Maik         | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 01.07. |
| 9,35 | +0,6 Held, Julius           | 2014 TuS Haren               | Haren        | 02.07. |
| 9,36 | -0,8 Rondot, Till           | 2014 LG Emstal Dörpen        | Papenburg    | 01.07. |
| 9,2  | +0,1 Hofmann, Georg         | 2014 VfL Lingen              | Nordhorn     | 22.04. |
| 9,46 | -1,3 Deak, Alex             | 2014 VfL Lingen              | Lingen       | 24.06. |

|      |                     |                              |        |        |
|------|---------------------|------------------------------|--------|--------|
| 9,54 | Mäsker, Jan         | 2014 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 9,60 | Schütten, Hannes    | 2014 SV DJK Eintracht Börger | Werlte | 02.06. |
| 9,63 | +0,6 Ahrens, Peer   | 2014 TuS Haren               | Haren  | 02.07. |
| 9,66 | Freericks, Ben      | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 9,69 | Siemer, Paul        | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 9,83 | -1,3 Wilming, Oskar | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 9,89 | -1,3 Rumpker, Fiete | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 3:20,42 Hinson, Benedikt 2013 -- SV Sigiltra Sögel

|         |                        |                              |              |        |
|---------|------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 2:52,63 | Schüttert, Karl August | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Lüdinghausen | 19.08. |
| 2:58,25 | Gerdemann, Jakob       | 2014 TuS Haren               | Papenburg    | 17.09. |
| 3:07,33 | Buhs, Hendrik          | 2014 SV Germania Twist       | Meppen       | 17.05. |
| 3:08,60 | Arlinghaus, Paul       | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:11,01 | Almandoz, Elias        | 2014 VfL Lingen              | Rheine       | 16.04. |
| 3:12,71 | Heyers, Tom            | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:15,42 | Schulte, Milo          | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel        | 21.04. |
| 3:18,58 | Freericks, Ben         | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel        | 21.04. |
| 3:20,25 | Held, Julius           | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 17.05. |
| 3:22,11 | Egbers, Matti          | 2014 SV Germania Twist       | Meppen       | 17.05. |
| 3:23,39 | Adam, Alexandru        | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:24,29 | Jansen, Hennes         | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:26,85 | Grossmann, Finn        | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:29,20 | Keppler, Tobias        | 2014 SC Spelle-Venhaus       | Rheine       | 16.04. |
| 3:32,49 | Mäsker, Jan            | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 17.05. |
| 3:37,36 | Wells, Sam             | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel        | 21.04. |
| 3:41,32 | Dopp, Henri            | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 17.05. |
| 3:42,84 | Specken, Jonas         | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 17.05. |
| 4:12,56 | Müter, Noah            | 2014 TuS Haren               | Meppen       | 17.05. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,90 Meyerrose, Erik 2013 -- TuS Haren

|      |                  |                              |           |        |
|------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3,73 | Gerdemann, Jakob | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,71 | Schulte, Milo    | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,60 | Heidkamp, Henri  | 2014 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 3,29 | Almandoz, Elias  | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 3,27 | Fehring, Theo    | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,17 | Deak, Alex       | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,09 | Held, Julius     | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,08 | Buhs, Hendrik    | 2014 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 3,01 | Eckhardt, Maik   | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,00 | Specken, Jonas   | 2014 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 2,95 | Adam, Alexandru  | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Werlte    | 02.06. |
| 2,95 | Freericks, Ben   | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 2,92 | Sulmann, Arne    | 2014 SV Germania Twist       | Meppen    | 08.07. |
| 2,85 | Ahrens, Peer     | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 2,82 | Wilming, Oskar   | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 2,79 | Rumpker, Fiete   | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 2,78 | Dopp, Henri      | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 2,76 | Rondot, Till     | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

|      |              |                       |        |        |
|------|--------------|-----------------------|--------|--------|
| 2,71 | Mäsker, Jan  | 2014 TuS Haren        | Meppen | 23.09. |
| 2,66 | Siemer, Paul | 2014 SV Sparta Werlte | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Schlagball 80g

Bestl. 2022: 25,50 Berning, Konrad 2013 -- VfL Lingen

|       |                  |                              |           |        |
|-------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 33,50 | Hofmann, Georg   | 2014 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 30,00 | Schulte, Milo    | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 24,50 | Buhs, Hendrik    | 2014 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 24,50 | Almandoz, Elias  | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 09.09. |
| 23,00 | Fehring, Theo    | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 23,00 | Gerdemann, Jakob | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 22,50 | Ahrens, Peer     | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 19,50 | Deak, Alex       | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 19,50 | Sulmann, Arne    | 2014 SV Germania Twist       | Meppen    | 08.07. |
| 18,50 | Eckhardt, Maik   | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 18,00 | Wilming, Oskar   | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 18,00 | Gerbrand, Mats   | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 16,00 | Rondot, Till     | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 15,00 | Held, Julius     | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 14,50 | Rumpker, Fiete   | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 12,50 | Even, Julian     | 2014 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 12,00 | Müter, Noah      | 2014 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 8,50  | Siemer, Paul     | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

## 3-Kampf

### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 880 Derda, Maximilian 2013 -- Haselünner SV

|     |   |                              |        |        |
|-----|---|------------------------------|--------|--------|
| 927 | Schulte, Milo<br>8,65-3,50-33,50        | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 805 | Adam, Alexandru<br>8,82-2,95-28,50      | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Werlte | 02.06. |
| 792 | Gerdemann, Jakob<br>8,91-3,09-25,50     | 2014 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 735 | Fehring, Theo<br>9,02(-1,3)-3,27-23,00  | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 707 | Specken, Jonas<br>9,30-3,00-21,00       | 2014 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 649 | Deak, Alex<br>9,46(-1,3)-3,17-19,50     | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 640 | Mäsker, Jan<br>9,54-2,71-20,00          | 2014 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 640 | Freericks, Ben<br>9,66-2,95-17,50       | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 615 | Sulmann, Arne<br>9,91-2,70-20,50        | 2014 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |
| 559 | Wilming, Oskar<br>9,83(-1,3)-2,82-18,00 | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 551 | Wunderlich, Daniel<br>10,25-2,65-17,00  | 2014 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 550 | Rondot, Till<br>9,56-2,76-16,00         | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |

|     |   |                              |        |        |
|-----|---|------------------------------|--------|--------|
| 550 | Schütten, Hannes<br>9,60-2,45-15,00     | 2014 SV DJK Eintracht Börger | Werlte | 02.06. |
| 523 | Gerbrand, Mats<br>10,77-2,35-22,50      | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 511 | Rumpker, Fiete<br>9,89(-1,3)-2,79-14,50 | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 501 | Even, Julian<br>9,91-2,55-11,50         | 2014 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 495 | Dopp, Henri<br>10,02-2,52-12,00         | 2014 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 468 | Hüsing, Raphael<br>10,50-2,20-17,00     | 2014 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 436 | Müter, Noah<br>10,78-2,35-13,50         | 2014 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 427 | Siemer, Paul<br>9,69-2,66-8,50          | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |

[zurück](#)

## Kinder M08 u.j.

[50 m Lauf](#)      [800 m Lauf](#)      [Weitsprung](#)      [Schlagball 80g](#)      [3-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 50 m Lauf

Bestl. 2022:                      8,51      Heidkamp, Henri 2014 -- SV Sparta Werlte

|      |                                  |                              |           |        |
|------|----------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 8,73 | -0,8 Hackstedt, Jannes           | 2015 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 8,78 | +0,5 Goicoechea Kevenhörste, Jon | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 8,95 | Niehaus, Samu                    | 2015 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 9,12 | -0,8 Schmidt, David              | 2015 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 9,13 | Anneken, Fritz                   | 2015 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 9,17 | +0,5 Greive, Oskar               | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 9,23 | -0,8 Klinger, Milan              | 2015 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 9,25 | -0,6 Lind, Maximilian            | 2016 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 9,34 | Kisser, Adrian                   | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 9,41 | +0,2 Fritze, Ben                 | 2015 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 9,42 | Draghita, Sebastian              | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 9,50 | +0,2 Kinast, Lukas               | 2015 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 9,52 | -0,6 Held, Joscha                | 2016 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 9,60 | +0,2 Kuper, Michel               | 2015 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 9,61 | Kirste, Tom                      | 2016 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 9,4  | +0,1 Feldker, August             | 2015 SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 9,4  | +0,1 Heskamp, Jonas              | 2015 SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 9,64 | de Vries, Timo                   | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 9,66 | -0,8 Margraf, Arian              | 2015 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 9,69 | -0,8 Bröker, Julius              | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

### 800 m Lauf

Bestl. 2022:                      3:02,84      Schütter, Karl August 2014 -- SV Sigiltra Sögel

|         |                |                        |        |        |
|---------|----------------|------------------------|--------|--------|
| 3:11,59 | Flügge, Daniel | 2015 LAV Meppen        | Meppen | 17.05. |
| 3:15,22 | Schmidt, David | 2015 SV Sparta Werlte  | Sögel  | 21.04. |
| 3:15,25 | Kinast, Lukas  | 2015 SV Germania Twist | Meppen | 17.05. |

|         |                             |                        |        |        |
|---------|-----------------------------|------------------------|--------|--------|
| 3:15,82 | Greive, Oskar               | 2015 TuS Haren         | Meppen | 17.05. |
| 3:16,04 | Kiepe, Milo                 | 2015 TuS Haren         | Meppen | 17.05. |
| 3:25,65 | Goicoechea Kevenhörste, Jon | 2015 TuS Haren         | Meppen | 17.05. |
| 3:26,44 | Kleine, Alex                | 2016 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 3:28,69 | Held, Joscha                | 2016 TuS Haren         | Meppen | 17.05. |
| 3:30,01 | Wells, Jake                 | 2016 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 3:32,00 | Meyerrose, Lasse            | 2015 LG Emstal Dörpen  | Sögel  | 21.04. |
| 3:32,84 | Kirste, Tom                 | 2016 LG Emstal Dörpen  | Sögel  | 21.04. |
| 3:37,14 | Fritze, Ben                 | 2015 SV Union Meppen   | Meppen | 17.05. |
| 3:42,00 | Rolfes, Mats                | 2016 SV Germania Twist | Meppen | 17.05. |
| 3:44,95 | Hempfen, Leo                | 2015 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 3:50,19 | Jürgens, Oskar              | 2015 LAV Meppen        | Meppen | 17.05. |
| 3:59,22 | Abeln, Lias                 | 2015 SV Sparta Werlte  | Sögel  | 21.04. |
| 4:03,25 | Klinger, Milan              | 2015 SV Sigiltra Sögel | Sögel  | 21.04. |
| 4:27,12 | Greive, Gregor              | 2017 TuS Haren         | Meppen | 17.05. |
| 4:32,55 | Gebken, Kilian              | 2016 LG Emstal Dörpen  | Sögel  | 21.04. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,65 Thien, Luca 2014 -- SV Sparta Werlte

|      |                             |                              |           |        |
|------|-----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3,38 | Niehaus, Samu               | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,34 | Greive, Oskar               | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,28 | Hackstedt, Jannes           | 2015 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 3,24 | Feldker, August             | 2015 SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 3,23 | Goicoechea Kevenhörste, Jon | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,10 | Bröker, Julius              | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 2,99 | Kisser, Adrian              | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 2,94 | Heskamp, Jonas              | 2015 SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 2,92 | Schmidt, David              | 2015 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 2,91 | Lind, Maximilian            | 2016 TuS Haren               | Meppen    | 23.09. |
| 2,90 | de Vries, Timo              | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 2,90 | Anneken, Fritz              | 2015 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 2,88 | Margraf, Arian              | 2015 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 2,88 | Kuper, Michel               | 2015 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 2,87 | Klinger, Milan              | 2015 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 2,86 | Draghita, Sebastian         | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 2,82 | Held, Joscha                | 2016 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 2,77 | Kinast, Lukas               | 2015 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 2,74 | Radmacher, Arne             | 2017 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 2,69 | Meyerrose, Lasse            | 2015 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

## Schlagball 80g

Bestl. 2022: 24,00 Buhs, Hendrik 2014 -- SV Germania Twist

|       |                             |                              |           |        |
|-------|-----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 29,00 | Hackstedt, Jannes           | 2015 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 27,50 | Kuper, Michel               | 2015 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 24,00 | Goicoechea Kevenhörste, Jon | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 23,50 | Vrednicu, Gabriel           | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 21,50 | Greive, Oskar               | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 21,00 | Mouftah, Mohammad           | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 20,50 | Kinast, Lukas               | 2015 SV Germania Twist       | Haren     | 02.07. |
| 20,00 | Lind, Maximilian            | 2016 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |



|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 18,50 | Kronabel, Julian    | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 17,50 | de Vries, Timo      | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 17,00 | Feldker, August     | 2015 SV Bawinkel             | Nordhorn  | 22.04. |
| 17,00 | Klinger, Milan      | 2015 SV Sigiltra Sögel       | Papenburg | 01.07. |
| 17,00 | Bota, Maicol        | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 16,50 | Schmidt, David      | 2015 SV Sparta Werlte        | Papenburg | 01.07. |
| 16,00 | Niehaus, Samu       | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 15,50 | Bröker, Julius      | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 15,50 | Wilken, Eric        | 2016 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 15,50 | Held, Joscha        | 2016 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 15,00 | Draghita, Sebastian | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 15,00 | Meyerrose, Lasse    | 2015 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 807 Thien, Luca 2014 -- SV Sparta Werlte

|     |   |                              |        |        |
|-----|---|------------------------------|--------|--------|
| 826 | Hackstedt, Jannes<br>8,78-3,05-29,00    | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 698 | Niehaus, Samu<br>8,95-3,13-15,00        | 2015 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 691 | Anneken, Fritz<br>9,13-2,90-19,00       | 2015 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 687 | Lind, Maximilian<br>9,40-2,91-21,00     | 2016 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 681 | Greive, Oskar<br>9,35-2,90-20,00        | 2015 TuS Haren               | Meppen | 23.09. |
| 652 | Schmidt, David<br>9,40-2,59-22,00       | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 649 | Kuper, Michel<br>9,96-2,79-23,50        | 2015 SC Osterbrock           | Meppen | 23.09. |
| 638 | Klinger, Milan<br>9,24-2,59-19,00       | 2015 SV Sigiltra Sögel       | Werlte | 02.06. |
| 620 | Flügge, Daniel<br>9,92-2,56-23,50       | 2015 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
| 605 | de Vries, Timo<br>9,64-2,62-18,50       | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 592 | Anneken, Otto<br>9,73-2,54-19,00        | 2016 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 575 | Kisser, Adrian<br>9,34-2,99-14,00       | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 572 | Kinast, Lukas<br>9,69-2,32-20,00        | 2015 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |
| 525 | Kirste, Tom<br>9,73-2,39-14,50          | 2016 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 516 | Vrednicu, Gabriel<br>10,20-2,14-21,00   | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 505 | Draghita, Sebastian<br>9,42-2,86-10,50  | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 481 | Draghita, Sebastian<br>10,05-2,40-12,50 | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 477 | Meyerrose, Lasse<br>10,29-2,45-13,00    | 2015 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 477 | Dopp, Philipp<br>10,77-2,31-18,00       | 2016 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 475 | Westerheide, Jarne<br>10,33-2,20-16,50  | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |

## Weibliche Kinder U10

[4 x 50 m Staffel](#)[3 x 800 m Staffel](#)[3-Kampf Ma.](#)[zurück zum Anfang](#)

### 4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022: 34,55 LG Papenburg/Aschendorf

|       |  |           |        |
|-------|--|-----------|--------|
| 35,86 | LG Papenburg/Aschendorf I<br>Seitz, Tabea (2014); Pohlenga, Theda-Marie (2014); Wiels, Zoey-Lou (2015); Hegeler, Marit (2014)    | Papenburg | 01.07. |
| 36,36 | SV Union Meppen II<br>Geering, Jonna (2015); Meyer, Janna (2014); Beyer, Jule (2015); Schütte, Johanna (2015)                    | Haren     | 02.07. |
| 37,63 | LG Papenburg/Aschendorf II<br>Niemann, Liah (2015); Wieckmann, Janna (2015); Kofoet, Ida (2015); Lüttgen, Leonie (2015)          | Papenburg | 01.07. |
| 38,16 | LG Emstal Dörpen II<br>Hoesen, Greta (2015); Spellbring, Katharina (2014); Telgen, Elisa (2014); Greife, Lara (2014)             | Papenburg | 01.07. |
| 38,18 | LG Emstal Dörpen I<br>von Lintel, Lotta (2015); Kersten, Vivienne (2014); Stricker, Lea (2014); Hackmann-Terhorst, Hailey (2014) | Papenburg | 01.07. |
| 39,03 | SV Groß Hesepe<br>Fangmeyer, Anni (2014); Fangmeyer, Marta (2014); Hübler, Mia (2015); Niers, Anna (2015)                        | Haren     | 02.07. |
| 39,57 | SV Union Meppen I<br>Jansen, Leni (2014); Brümmer, Mia (2014); Düsenborg, Frieda (2014); Buchholz, Lene (2015)                   | Haren     | 02.07. |
| 41,92 | SC Osterbrock<br>Hinken, Jana (2016); Hinken, Lara (2014); Herrmann, Lucie (2015); Maheen, But (2015)                            | Haren     | 02.07. |

[zurück](#)

### 3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 10:05,28 SV Union Meppen

|          |  |       |        |
|----------|--|-------|--------|
| 9:45,86  | SV Union Meppen I<br>Beyer, Jule (2015); Meyer, Janna (2014); Schütte, Johanna (2015)                  | Haren | 24.05. |
| 9:54,51  | LG Emstal Dörpen VI<br>Spellbring, Katharina (2014); Greife, Lara (2014); Seitz, Edda (2014)           | Haren | 24.05. |
| 10:18,31 | LG Papenburg/Aschendorf I<br>Seitz, Tabea (2014); Pohlenga, Theda-Marie (2014); Landel, Ria (2014)     | Haren | 24.05. |
| 10:42,17 | LG Papenburg/Aschendorf II<br>Niemann, Liah (2015); Kofoet, Ida (2015); Lüttgen, Leonie (2015)         | Haren | 24.05. |
| 10:43,77 | SV Union Meppen II<br>Buchholz, Lene (2015); Düsenborg, Frieda (2014); Geering, Jonna (2015)           | Haren | 24.05. |
| 10:49,47 | LG Emstal Dörpen I<br>Hackmann-Terhorst, Hailey (2014); Themann, Julia (2014); Haverkorn, Marta (2014) | Haren | 24.05. |
| 11:15,31 | TuS Haren III<br>Nie, Paula (2014); Schulte, Mira (2014); Ewers, Pia (2014)                            | Haren | 24.05. |
| 11:15,72 | LAV Meppen<br>Kampel, Nora (2014); Höhnel, Clara (2014); Haschenhermes, Antonia (2014)                 | Haren | 24.05. |
| 11:20,03 | TuS Haren I<br>Hebbelmann, Johanna (2015); Gartner, Vera (2015); Meyerrose, Gesa (2015)                | Haren | 24.05. |
| 11:26,15 | LG Emstal Dörpen II<br>Haskamp, Mia (2014); Bloem, Lynn (2014); Ganseforth, Eske (2014)                | Haren | 24.05. |
| 11:27,15 | TuS Haren II<br>Goicoechea Kevenhörste, Lore (2015); Klose, Lena (2016); Kutscher, Alisa (2015)        | Haren | 24.05. |
| 11:27,70 | LG Emstal Dörpen III<br>Gerdes, Sara (2015); Hoesen, Greta (2015); Priet, Anni (2015)                  | Haren | 24.05. |
| 12:01,06 | LG Emstal Dörpen IV  | Haren | 24.05. |

|          |  |       |        |
|----------|--|-------|--------|
|          | Hüsing, Larissa (2016); Sandker, Leevke (2016); Keil, Alia (2015)                                    |       |        |
| 12:45,38 | LG Emstal Dörpen V<br>Woortmann, Amelie (2015); Hackmann, Theresa (2015); Spellbring, Theresa (2016) | Haren | 24.05. |
| 13:19,16 | TuS Haren IV<br>Müter, Nele (2016); Neehoff, Levke (2016); Kljustrach, Emilia (2016)                 | Haren | 24.05. |
| 13:57,90 | TuS Haren V<br>Lind, Luisa (2017); Kljustrach, Mia (2018); Nie, Johanna (2019)                       | Haren | 24.05. |

[zurück](#)

### 3-Kampf Ma.

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 4.123 LG Papenburg/Aschendorf

|       |  |        |        |
|-------|--|--------|--------|
| 4.153 | LG Emstal Dörpen III<br>Greife, Lara (2014) - 912; Spellbring, Katharina (2014) - 901; Haskamp, Mia (2014) - 786<br>Seitz, Edda (2014) - 785; Haverkorn, Marta (2014) - 769      | Dörpen | 26.08. |
| 3.717 | LG Emstal Dörpen II<br>Themann, Julia (2014) - 755; Schwindel, Emma (2014) - 753; Priet, Anni (2015) - 742<br>Telgen, Elisa (2014) - 739; Hackmann-Terhorst, Hailey (2014) - 728 | Dörpen | 26.08. |
| 3.270 | LG Emstal Dörpen I<br>Stricker, Lea (2014) - 703; Keil, Alia (2015) - 694; Ganseforth, Eske (2014) - 694<br>Gerdes, Sara (2015) - 603; Woortmann, Amelie (2015) - 576            | Dörpen | 26.08. |
| 2.985 | SC Osterbrock<br>Kleine, Annelie (2014) - 785; Herrmann, Lucie (2015) - 714; Rosen, Rieke (2015) - 565<br>Maheen, But (2015) - 501; Hilbers, Mona (2014) - 420                   | Meppen | 08.07. |

[zurück](#)

## Kinder W09

[50 m Lauf](#)      [800 m Lauf](#)      [Weitsprung](#)      [Schlagball 80g](#)      [3-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 50 m Lauf

Bestl. 2022: 8,25 Schrant, Luisa 2013 -- Haselünner SV

|      |                            |                              |           |        |
|------|----------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 8,34 | +0,6 Höhnel, Clara         | 2014 LAV Meppen              | Papenburg | 17.09. |
| 8,68 | -0,2 Hegeler, Marit        | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 8,72 | -0,2 Greife, Lara          | 2014 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 8,72 | -0,2 Spellbring, Katharina | 2014 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 8,74 | Meyer, Janna               | 2014 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 8,76 | Seitz, Edda                | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 8,81 | -2,1 Marker, Elina         | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 8,89 | -0,2 Kösters, Nela         | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 8,92 | -0,2 Pohlenga, Theda-Marie | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 8,93 | -0,3 Holtwessels, Marie    | 2014 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 8,99 | Eberbach, Kathlina         | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 9,02 | -2,1 Heskamp, Liebe        | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 9,10 | Penning, Hanna             | 2014 SC Osterbrock           | Meppen    | 23.09. |
| 9,14 | Prüter, Emma               | 2014 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 9,16 | -0,3 Cosmann, Emilia       | 2014 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 9,16 | +0,5 Fangmeyer, Anni       | 2014 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 9,18 | Dunker, Maresa             | 2014 SuS Rhede               | Werlte    | 02.06. |
| 9,21 | +0,5 Höötman, Frieda       | 2014 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 9,22 | Möhlenkamp, Emma           | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |

9,24 Haverkorn, Marta 2014 LG Emstal Dörpen Dörpen 26.08.

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 3:12,37 Sürken, Janne 2013 -- LG Papenburg/Aschendorf

|         |                           |                              |        |        |
|---------|---------------------------|------------------------------|--------|--------|
| 3:10,07 | Seitz, Edda               | 2014 LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 3:13,65 | Haschenhermes, Antonia    | 2014 LAV Meppen              | Meppen | 17.05. |
| 3:16,10 | Seitz, Tabea              | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel  | 21.04. |
| 3:21,57 | Höhnel, Clara             | 2014 LAV Meppen              | Meppen | 17.05. |
| 3:23,74 | Holtwessels, Marie        | 2014 Haselünner SV           | Meppen | 17.05. |
| 3:24,43 | Spellbring, Katharina     | 2014 LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 3:26,79 | Greife, Lara              | 2014 LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 3:32,99 | Jansen, Leni              | 2014 SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:33,96 | Heuer, Rosa               | 2014 SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:35,21 | Steenken, Ida             | 2014 SV Sparta Werlte        | Sögel  | 21.04. |
| 3:36,21 | Schepers, Mia             | 2014 SV Sparta Werlte        | Sögel  | 21.04. |
| 3:37,41 | Stobralla, Elisabeth      | 2014 SV Groß Hesepe          | Meppen | 17.05. |
| 3:39,73 | Geiger, Merete            | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Sögel  | 21.04. |
| 3:39,89 | Fangmeyer, Anni           | 2014 SV Groß Hesepe          | Meppen | 17.05. |
| 3:40,39 | Ganseforth, Eske          | 2014 LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 3:40,59 | Düsenborg, Frieda         | 2014 SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:40,71 | Knipper, Lilli            | 2014 SV Sigiltra Sögel       | Sögel  | 21.04. |
| 3:41,42 | Hackmann-Terhorst, Hailey | 2014 LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 3:42,38 | Stricker, Lea             | 2014 LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 3:42,64 | Cosmann, Emilia           | 2014 Haselünner SV           | Meppen | 17.05. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,68 Geerdsen, Maila 2013 -- VfL Lingen  
Kreisrekord Emsland: 3,68 Geerdsen, Maila 2013 -- VfL Lingen

1.07.2022

|      |                           |                              |           |        |
|------|---------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3,69 | Meyer, Janna              | 2014 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 3,59 | Höhnel, Clara             | 2014 LAV Meppen              | Haren     | 02.07. |
| 3,53 | Marker, Elina             | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,50 | Spellbring, Katharina     | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,41 | Greife, Lara              | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,27 | Cosmann, Emilia           | 2014 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 3,27 | Haschenhermes, Antonia    | 2014 LAV Meppen              | Meppen    | 23.09. |
| 3,25 | Heskamp, Lieke            | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 3,22 | Haskamp, Mia              | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,15 | Hegeler, Marit            | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,14 | Holtwessels, Marie        | 2014 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 3,11 | Pohlenga, Theda-Marie     | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,09 | Kösters, Nela             | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,06 | Seitz, Edda               | 2014 LG Emstal Dörpen        | Werlte    | 02.06. |
| 3,05 | Landel, Ria               | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,04 | Hackmann-Terhorst, Hailey | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 3,01 | Fangmeyer, Anni           | 2014 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 3,00 | Gerot, Nadia              | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 2,99 | Seitz, Tabea              | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 2,97 | Kleine, Annelie           | 2014 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 2,97 | Themann, Julia            | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

### Schlagball 80g

Bestl. 2022: 22,00 Geerdsen, Maila 2013 -- VfL Lingen  
 Kreisrekord Emsland: 22,00 Geerdsen, Maila 2013 -- VfL Lingen 1.07.2022

|       |                        |                              |           |        |
|-------|------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 18,50 | Steenken, Ida          | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 18,00 | Ahuis, Nela            | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 18,00 | Pohlenga, Theda-Marie  | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 17,50 | Kösters, Nela          | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 17,50 | Greife, Lara           | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 17,20 | Gerot, Nadia           | 2014 VfL Lingen              | Nordhorn  | 22.04. |
| 17,00 | Kleine, Annelie        | 2014 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 16,50 | Hegeler, Marit         | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 16,50 | Scheffer, Jane         | 2014 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 16,00 | Höhnel, Clara          | 2014 LAV Meppen              | Haren     | 02.07. |
| 16,00 | Spellbring, Katharina  | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 15,50 | Heskamp, Lieke         | 2014 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 15,50 | Meyer, Janna           | 2014 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 15,50 | Möhlenkamp, Emma       | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 15,00 | Cazan, Rebeca          | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 15,00 | Schwindeler, Emma      | 2014 SV DJK Geeste           | Dörpen    | 26.08. |
| 14,50 | Hinken, Lara           | 2014 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 14,50 | Holtwessels, Marie     | 2014 Haselünner SV           | Haren     | 02.07. |
| 14,50 | Haverkorn, Marta       | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 14,00 | Haschenhermes, Antonia | 2014 LAV Meppen              | Meppen    | 15.04. |
| 14,00 | Telgen, Elisa          | 2014 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 14,00 | Lorenz, Marie          | 2014 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 14,00 | Fangmeyer, Marta       | 2014 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 14,00 | Themann, Julia         | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 992 Schrant, Luisa 2013 -- Haselünner SV

|       |   |                              |        |        |
|-------|---|------------------------------|--------|--------|
| 1.000 | Höhnel, Clara<br>8,43-3,45-19,50          | 2014 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
| 954   | Meyer, Janna<br>8,74-3,60-16,50           | 2014 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 941   | Seitz, Edda<br>8,77-3,06-22,00            | 2014 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 912   | Greife, Lara<br>8,85-3,41-17,50           | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 901   | Spellbring, Katharina<br>8,86-3,50-16,00  | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 883   | Hegeler, Marit<br>8,99-3,00-19,50         | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 865   | Marker, Elina<br>8,81(-2,1)-3,53-13,00    | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 863   | Haschenhermes, Antonia<br>9,46-3,27-18,00 | 2014 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
| 859   | Bivour, Laura<br>9,39-2,85-22,50          | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |

|     |  |                              |        |        |
|-----|--|------------------------------|--------|--------|
| 845 | Heskamp, Lieke<br>9,02(-2,1)-3,25-15,50  | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 833 | Holtwessels, Marie<br>9,07-3,06-15,00    | 2014 Haselünner SV           | Meppen | 23.09. |
| 818 | Penning, Hanna<br>9,10-2,85-16,50        | 2014 SC Osterbrock           | Meppen | 23.09. |
| 810 | Pohlenga, Theda-Marie<br>9,50-2,95-17,50 | 2014 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 803 | Steenken, Ida<br>9,45-2,92-18,50         | 2014 SV Sparta Werlte        | Dörpen | 26.08. |
| 801 | Schwindel, Emma<br>9,35-2,84-17,00       | 2014 LG Emstal Dörpen        | Werlte | 02.06. |
| 793 | Gerot, Nadia<br>9,30(-0,2)-3,00-16,00    | 2014 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 790 | Dunker, Maresa<br>9,18-2,87-14,50        | 2014 SuS Rhede               | Werlte | 02.06. |
| 786 | Haskamp, Mia<br>9,29-3,22-13,50          | 2014 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 785 | Kleine, Annelie<br>9,52-2,97-17,00       | 2014 SC Osterbrock           | Meppen | 08.07. |
| 778 | Fangmeyer, Anni<br>9,32-3,01-13,00       | 2014 SV Groß Hesepe          | Meppen | 23.09. |

[zurück](#)

## Kinder W08 u.j.

[50 m Lauf](#)

[800 m Lauf](#)

[Weitsprung](#)

[Schlagball 80g](#)

[3-Kampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 50 m Lauf

Bestl. 2022: 8,81 Schütte, Johanna 2015 -- SV Union Meppen

|      |      |                              |                              |           |        |
|------|------|------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 8,42 | +1,4 | Schütte, Johanna             | 2015 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 8,96 | +1,8 | Goicoechea Kevenhörste, Lore | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 8,98 |      | Rosemann, Marlen             | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 9,08 |      | Niers, Anna                  | 2015 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 9,12 | +1,8 | Kutscher, Alisa              | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 9,14 | +0,5 | Wiels, Zoey-Lou              | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 9,15 | +0,5 | Hoesen, Greta                | 2015 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 01.07. |
| 9,28 |      | Jansen, Luisa                | 2015 SV Sparta Werlte        | Dörpen    | 26.08. |
| 9,30 |      | Beyer, Jule                  | 2015 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 9,37 | -1,4 | Dall, Ronja                  | 2015 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 9,39 | +1,4 | Hübler, Mia                  | 2015 SV Groß Hesepe          | Haren     | 02.07. |
| 9,41 | -1,4 | Kofoet, Ida                  | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 9,42 |      | Brümmer, Anni                | 2016 SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 9,43 | -1,8 | Seidel, Irma                 | 2015 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 9,45 |      | Priet, Anni                  | 2015 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 9,46 |      | Krühsel, Wenke               | 2015 SV DJK Geeste           | Meppen    | 23.09. |
| 9,47 |      | Stürmeyer, Clara             | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 9,59 | -1,4 | Lühn, Thomma                 | 2016 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 9,60 |      | Barloh, Jolien               | 2015 LAV Meppen              | Meppen    | 23.09. |
| 9,65 |      | Herrmann, Lucie              | 2015 SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 3:26,45 Pohlenga, Theda-Marie 2014 -- LG Papenburg/Aschendorf

|         |                              |      |                         |        |        |
|---------|------------------------------|------|-------------------------|--------|--------|
| 3:12,00 | Schütte, Johanna             | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:17,00 | Beyer, Jule                  | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:19,00 | Niers, Anna                  | 2015 | SV Groß Hesepe          | Meppen | 17.05. |
| 3:30,00 | Krühssel, Wenke              | 2015 | SV DJK Geeste           | Meppen | 17.05. |
| 3:32,00 | Buchholz, Lene               | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:32,00 | Geering, Jonna               | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:40,00 | Arens, Nova                  | 2016 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:42,79 | Rosemann, Marlen             | 2015 | SV Sparta Werlte        | Sögel  | 21.04. |
| 3:43,00 | Grünefeld, Gesa              | 2016 | SV Germania Twist       | Meppen | 17.05. |
| 3:43,13 | Gartner, Vera                | 2015 | TuS Haren               | Rheine | 16.04. |
| 3:46,56 | Jansen, Luisa                | 2015 | SV Sparta Werlte        | Sögel  | 21.04. |
| 3:48,00 | Goicoechea Kevenhörste, Lore | 2015 | TuS Haren               | Meppen | 17.05. |
| 3:50,00 | Klose, Lena                  | 2016 | TuS Haren               | Meppen | 17.05. |
| 3:56,00 | Bruns, Frieda                | 2016 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 3:56,29 | Nieters, Imke                | 2016 | SV Sigiltra Sögel       | Sögel  | 21.04. |
| 3:58,02 | Gebken, Rosalie              | 2015 | LG Emstal Dörpen        | Sögel  | 21.04. |
| 4:00,81 | Thoben, Laura                | 2015 | SV Sigiltra Sögel       | Sögel  | 21.04. |
| 4:01,87 | Missel, Isabelle             | 2017 | LG Papenburg/Aschendorf | Sögel  | 21.04. |
| 4:02,00 | Koers, Maja                  | 2016 | SV Union Meppen         | Meppen | 17.05. |
| 4:02,00 | Röttger, Nala                | 2015 | LAV Meppen              | Meppen | 17.05. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,46 Schütte, Johanna 2015 -- SV Union Meppen  
Bestl. 2022: 3,46 Heskamp, Lieke 2014 -- VfL Lingen

|      |                              |      |                         |           |        |
|------|------------------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 3,73 | Schütte, Johanna             | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 3,23 | Wiels, Zoey-Lou              | 2015 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 3,17 | Beyer, Jule                  | 2015 | SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 3,06 | Niers, Anna                  | 2015 | SV Groß Hesepe          | Meppen    | 23.09. |
| 3,01 | Goicoechea Kevenhörste, Lore | 2015 | TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 3,00 | Stürmeyer, Clara             | 2015 | SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 3,00 | Rosemann, Marlen             | 2015 | SV Sparta Werlte        | Werlte    | 02.06. |
| 2,95 | Seidel, Irma                 | 2015 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 2,95 | Kutscher, Alisa              | 2015 | TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 2,94 | Gierets, Lene                | 2015 | LAV Meppen              | Meppen    | 23.09. |
| 2,93 | Buchholz, Lene               | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 2,92 | Kofoet, Ida                  | 2015 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 2,88 | Priet, Anni                  | 2015 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 2,85 | Lühn, Thomma                 | 2016 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 2,82 | Geering, Jonna               | 2015 | SV Union Meppen         | Meppen    | 23.09. |
| 2,80 | Missel, Isabelle             | 2017 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte    | 02.06. |
| 2,75 | Herrmann, Lucie              | 2015 | SC Osterbrock           | Meppen    | 08.07. |
| 2,73 | Niemann, Liah                | 2015 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 2,72 | Dall, Ronja                  | 2015 | VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 2,71 | Krühssel, Wenke              | 2015 | SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |

[zurück](#)

## Schlagball 80g

Bestl. 2022: 23,00 Bivour, Laura 2014 -- LG Papenburg/Aschendorf

|       |                              |                              |           |        |
|-------|------------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 25,00 | Schütte, Johanna             | 2015 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 21,00 | Niemann, Liah                | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 21,00 | Wiels, Zoey-Lou              | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 17,00 | Ehrlich, Paula               | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 16,50 | Goicoechea Kevenhörste, Lore | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 16,00 | Keil, Alia                   | 2015 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 15,00 | Seidel, Irma                 | 2015 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 15,00 | Herrmann, Lucie              | 2015 SC Osterbrock           | Haren     | 02.07. |
| 14,50 | Buchholz, Lene               | 2015 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 14,50 | Priet, Anni                  | 2015 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 14,00 | Kofoet, Ida                  | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 14,00 | Hackmann, Theresa            | 2015 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |
| 13,50 | Schulz, Emma                 | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen    | 26.08. |
| 13,00 | Kutscher, Alisa              | 2015 TuS Haren               | Haren     | 02.07. |
| 13,00 | Beyer, Jule                  | 2015 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 13,00 | Krühnel, Wenke               | 2015 SV DJK Geeste           | Haren     | 02.07. |
| 13,00 | Niers, Anna                  | 2015 SV Groß Hesepe          | Meppen    | 08.07. |
| 12,50 | Behrendt, Franziska          | 2015 VfL Lingen              | Lingen    | 24.06. |
| 12,50 | Caliof, Raluca               | 2016 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 01.07. |
| 12,50 | Ahlers, Leni                 | 2016 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 12,50 | Koers, Maja                  | 2016 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 12,50 | Geering, Jonna               | 2015 SV Union Meppen         | Haren     | 02.07. |
| 12,50 | Woortmann, Amelie            | 2015 LG Emstal Dörpen        | Dörpen    | 26.08. |

[zurück](#)

### 3-Kampf

#### 50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 935 Schütte, Johanna 2015 -- SV Union Meppen

|     |                                       |                              |        |        |
|-----|---------------------------------------|------------------------------|--------|--------|
| 990 | Schütte, Johanna<br>8,60-3,73-17,00   | 2015 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 895 | Wiels, Zoey-Lou<br>9,24-3,22-21,00    | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Dörpen | 26.08. |
| 884 | Rosemann, Marlen<br>8,98-3,00-19,50   | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 773 | Beyer, Jule<br>9,30-2,97-13,00        | 2015 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 761 | Seidel, Irma<br>9,43(-1,8)-2,95-15,00 | 2015 VfL Lingen              | Lingen | 24.06. |
| 756 | Niers, Anna<br>9,08-3,06-9,50         | 2015 SV Groß Hesepe          | Meppen | 23.09. |
| 750 | Gierets, Lene<br>9,85-2,94-15,00      | 2015 LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |
| 742 | Priet, Anni<br>9,45-2,88-14,50        | 2015 LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 726 | Geering, Jonna<br>9,86-2,82-14,50     | 2015 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 721 | Stürmeyer, Clara<br>9,47-3,00-10,00   | 2015 SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 714 | Sroka, Ella<br>9,80-2,62-15,50        | 2015 SV Germania Twist       | Meppen | 23.09. |
| 714 | Herrmann, Lucie<br>9,65-2,75-15,00    | 2015 SC Osterbrock           | Meppen | 08.07. |
| 706 | Buchholz, Lene<br>9,81-2,93-11,50     | 2015 SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 706 | Niemann, Liah                         | 2015 LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |



|     |                                    |      |                         |        |        |
|-----|------------------------------------|------|-------------------------|--------|--------|
|     | 10,26-2,60-18,00                   |      |                         |        |        |
| 694 | Keil, Alia<br>9,94-2,67-16,00      | 2015 | LG Emstal Dörpen        | Dörpen | 26.08. |
| 692 | Brümmer, Anni<br>9,42-2,52-12,50   | 2016 | SV Union Meppen         | Meppen | 23.09. |
| 686 | Krühssel, Wenke<br>9,46-2,64-11,00 | 2015 | SV DJK Geeste           | Meppen | 23.09. |
| 685 | Kofoet, Ida<br>9,65-2,65-12,00     | 2015 | LG Papenburg/Aschendorf | Werlte | 02.06. |
| 676 | Jansen, Luisa<br>9,33-2,60-10,00   | 2015 | SV Sparta Werlte        | Werlte | 02.06. |
| 670 | Barloh, Jolien<br>9,60-2,67-10,50  | 2015 | LAV Meppen              | Meppen | 23.09. |

[zurück](#)

## Senioren M30

[200 m Lauf](#)      [1500 m Lauf](#)      [Stundenlauf](#)      [5 km Str.](#)      [10 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)  
[Marathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 200 m Lauf

|       |      |                     |      |            |        |        |
|-------|------|---------------------|------|------------|--------|--------|
| 25,36 | -1,0 | Schnettberg, Dennis | 1990 | VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|-------|------|---------------------|------|------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 1500 m Lauf

|         |  |                |      |            |        |        |
|---------|--|----------------|------|------------|--------|--------|
| 5:18,38 |  | Nägler, Ulrich | 1991 | VfL Lingen | Rheine | 16.04. |
|---------|--|----------------|------|------------|--------|--------|

[zurück](#)

### Stundenlauf

Bestl. 2022:                      11.040      Müller, Jan-Bernd 1988 -- SV DJK Eintracht Börger

|        |  |                 |      |                         |        |        |
|--------|--|-----------------|------|-------------------------|--------|--------|
| 11.870 |  | Wilkens, Stefan | 1992 | SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |
|--------|--|-----------------|------|-------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 5 km Str.

Bestl. 2022:                      17:52      Dehoust, Andre 1991 -- SV Union Meppen

|       |  |              |      |                 |            |        |
|-------|--|--------------|------|-----------------|------------|--------|
| 17:51 |  | Hüer, Tobias | 1993 | SV Union Meppen | Emlichheim | 26.05. |
|-------|--|--------------|------|-----------------|------------|--------|

[zurück](#)

### 10 km Str.

Bestl. 2022:                      34:12      Schutte, Hendrik 1988 -- TuS Haren

|       |  |                   |      |                 |           |        |
|-------|--|-------------------|------|-----------------|-----------|--------|
| 38:48 |  | Hüer, Tobias      | 1993 | SV Union Meppen | Papenburg | 23.04. |
| 46:33 |  | Rezler, Dennis    | 1991 | SV Union Meppen | Meppen    | 02.09. |
| 63:35 |  | Hegger, Alexander | 1990 | SV Union Meppen | Haselünne | 05.05. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:23:00 Veldhuis, Jan 1988 -- SC Spelle-Venhaus

|         |                    |                        |          |        |
|---------|--------------------|------------------------|----------|--------|
| 1:25:25 | Zumsande, Matthias | 1993 SuS Lehe          | Bawinkel | 08.04. |
| 1:58:59 | Sander, Philipp    | 1993 SC Spelle-Venhaus | Spelle   | 11.08. |

[zurück](#)

## Marathon

|         |                     |                              |        |        |
|---------|---------------------|------------------------------|--------|--------|
| 2:58:13 | Kubitscheck, Henrik | 1993 SV Alemannia Salzbergen | Berlin | 24.09. |
|---------|---------------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M35

[Stundenlauf](#)      [5 km Str.](#)      [10 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)      [Marathon](#)      [Weitsprung](#)  
[Kugelstoß](#)      [Diskuswurf](#)

[zurück zum Anfang](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 15.500 Wöste, Claus 1983 -- SV DJK Eintracht Börger

|        |                   |                              |        |        |
|--------|-------------------|------------------------------|--------|--------|
| 13.385 | Ennenga, Raimund  | 1986 LG Papenburg/Aschendorf | Börger | 30.06. |
| 12.740 | Veltrup, Hannes   | 1986 TuS Haren               | Börger | 30.06. |
| 11.515 | Becker, Clemens   | 1986 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |
| 10.550 | Kossen, Ansgar    | 1988 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |
| 9.810  | Müller, Jan-Bernd | 1988 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 19:31 Dall, Tobias 1986 -- TuS Haren

|       |                  |                              |           |        |
|-------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 16:36 | Schutte, Hendrik | 1988 TuS Haren               | Schortens | 19.08. |
| 25:24 | Müller, Thomas   | 1984 TV Meppen               | Meppen    | 02.09. |
| 31:49 | Nee, Thomas      | 1985 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 35:04 Otting, Thomas 1987 -- SV Concordia Emsbüren

|       |                  |                              |            |        |
|-------|------------------|------------------------------|------------|--------|
| 34:24 | Schutte, Hendrik | 1988 TuS Haren               | Emlichheim | 26.05. |
| 35:05 | Otting, Thomas   | 1987 SV Concordia Emsbüren   | Lingen     | 04.06. |
| 35:57 | Veldhuis, Jan    | 1988 SC Spelle-Venhaus       | Lingen     | 04.06. |
| 40:49 | Kappen, Tim      | 1988 SV Concordia Emsbüren   | Emlichheim | 26.05. |
| 40:53 | Roetmann, Bernd  | 1988 TuS Haren               | Papenburg  | 23.04. |
| 40:53 | Berghaus, Jürgen | 1988 SuS Darne               | Spelle     | 11.08. |
| 40:56 | Fockers, Andreas | 1986 SC Spelle-Venhaus       | Meppen     | 02.09. |
| 42:09 | Ennenga, Raimund | 1986 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg  | 23.04. |
| 44:53 | Veltrup, Hannes  | 1986 TuS Haren               | Emlichheim | 26.05. |
| 48:47 | Jansen, Markus   | 1985 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg  | 23.04. |

|       |                   |                              |           |        |
|-------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 49:21 | Kipp, Sebastian   | 1984 VfL Lingen              | Lingen    | 04.06. |
| 54:20 | Kossen, Ansgar    | 1988 SV DJK Eintracht Börger | Meppen    | 02.09. |
| 55:47 | Bohlen, Christoph | 1986 Lauffreunde Emsland     | Haselünne | 05.05. |
| 61:13 | Assies, Stefan    | 1985 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
| 68:49 | Tebbe, Thomas     | 1987 SC Spelle-Venhaus       | Spelle    | 11.08. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:28:19 Wöste, Claus 1983 -- SV DJK Eintracht Börger

|         |                   |                              |           |        |
|---------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1:18:07 | Buss, Soeren      | 1987 LG Papenburg/Aschendorf | Oldenburg | 15.10. |
| 1:24:54 | Berghaus, Jürgen  | 1988 SuS Darne               | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:26:49 | Otting, Thomas    | 1987 SV Concordia Emsbüren   | Spelle    | 11.08. |
| 1:46:14 | Veltrup, Hannes   | 1986 TuS Haren               | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:48:42 | Kipp, Sebastian   | 1984 VfL Lingen              | Köln      | 01.10. |
| 1:48:52 | Rumpke, Florian   | 1984 SV Bawinkel             | Köln      | 01.10. |
| 1:59:18 | Hermes, Stefan    | 1987 SV Neubörger            | Spelle    | 11.08. |
| 2:20:03 | Freese, Christian | 1984 SV Bawinkel             | Köln      | 01.10. |
| 2:41:44 | Müller, Jan-Bernd | 1988 SV DJK Eintracht Börger | Löningen  | 24.06. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 2:59:11 Wöste, Claus 1983 -- SV DJK Eintracht Börger

|         |                  |                          |           |        |
|---------|------------------|--------------------------|-----------|--------|
| 3:23:28 | Fockers, Andreas | 1986 SC Spelle-Venhaus   | Bremen    | 01.10. |
| 3:42:14 | Rieken, Jan      | 1985 Lauffreunde Emsland | Hannover  | 26.03. |
| 4:04:28 | Veltrup, Hannes  | 1986 TuS Haren           | Frankfurt | 29.10. |

[zurück](#)

## Weitsprung

|      |                   |                 |           |        |
|------|-------------------|-----------------|-----------|--------|
| 5,60 | +0,0 Hardt, Simon | 1987 VfL Lingen | Papenburg | 29.09. |
|------|-------------------|-----------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Kugelstoß 7.26kg

|       |                     |                    |        |        |
|-------|---------------------|--------------------|--------|--------|
| 11,91 | Dickebohm, Johannes | 1985 SC Osterbrock | Dörpen | 15.04. |
|-------|---------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Diskuswurf 2 kg

|       |                     |                    |        |        |
|-------|---------------------|--------------------|--------|--------|
| 35,99 | Dickebohm, Johannes | 1985 SC Osterbrock | Dörpen | 15.04. |
|-------|---------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M40

[1500 m Lauf](#)  
[Speerwurf](#)

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 1500 m Lauf

|         |                    |                 |        |        |
|---------|--------------------|-----------------|--------|--------|
| 6:12,16 | Hartmann, Wladimir | 1982 VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|---------|--------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 11.650 Lübbers, Andreas 1980 -- SV DJK Eintracht Börger

|        |                    |                              |        |        |
|--------|--------------------|------------------------------|--------|--------|
| 14.500 | Gerdemann, Dirk    | 1979 TuS Haren               | Börger | 30.06. |
| 10.480 | Behnen, Stephan    | 1983 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |
| 9.280  | Geesken, Christian | 1980 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 18:24 Lübken, Sven 1980 -- SV Union Meppen

|       |                    |                              |              |        |
|-------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 18:11 | Heymann, Sebastian | 1981 SV Alemannia Salzbergen | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 20:21 | Schultz, Folkert   | 1981 SuS Darne               | Lingen       | 04.06. |
| 22:53 | Schulte, Niklas    | 1982 VfL Lingen              | Lingen       | 04.06. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 35:48 Heymann, Sebastian 1981 -- SV Alemannia Salzbergen

|       |                     |                              |            |        |
|-------|---------------------|------------------------------|------------|--------|
| 35:01 | Heymann, Sebastian  | 1981 SV Alemannia Salzbergen | Emlichheim | 26.05. |
| 39:57 | Gerdemann, Dirk     | 1979 TuS Haren               | Papenburg  | 23.04. |
| 45:21 | Greife, Thomas      | 1980 Lauffreunde Emsland     | Meppen     | 02.09. |
| 45:30 | Veltrup, Holger     | 1980 TuS Haren               | Meppen     | 02.09. |
| 46:54 | Rosken, Hubert      | 1979 SV Dalum                | Meppen     | 02.09. |
| 50:16 | Abeln, Stefan       | 1980 Lauffreunde Emsland     | Haselünne  | 05.05. |
| 51:34 | Deters, Thomas      | 1980 SV Eintracht Neulangen  | Emlichheim | 26.05. |
| 53:41 | Struckmann, Michael | 1979 Haselünner SV           | Haselünne  | 05.05. |
| 53:56 | Ottens, Jürgen      | 1979 SV Grün-Weiß Dersum     | Papenburg  | 23.04. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:25:58 Kuhl, Marcus 1981 -- Lauffreunde Emsland

|         |                     |                              |           |        |
|---------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1:19:18 | Heymann, Sebastian  | 1981 SV Alemannia Salzbergen | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:48:46 | Hartmann, Wladimir  | 1982 VfL Lingen              | Oldenburg | 15.10. |
| 1:50:04 | Heidkamp, Bernd     | 1983 SV Sparta Werlte        | Paderborn | 08.04. |
| 1:54:34 | Jansen, Tobias      | 1980 SV Bawinkel             | Köln      | 01.10. |
| 1:54:54 | Schmitz, Christian  | 1982 SC Osterbrock           | Löningen  | 24.06. |
| 1:54:57 | Rosken, Hubert      | 1979 SV Dalum                | Spelle    | 11.08. |
| 1:55:05 | Abeln, Stefan       | 1980 Lauffreunde Emsland     | Lübeck    | 14.10. |
| 1:57:03 | Lübbers, Klaus      | 1980 SV Bawinkel             | Köln      | 01.10. |
| 2:09:11 | Struckmann, Michael | 1979 Haselünner SV           | Löningen  | 24.06. |
| 2:11:31 | Deters, Thomas      | 1980 SV Eintracht Neulangen  | Bremen    | 01.10. |
| 2:20:08 | Leitmann, Jens      | 1982 SC Osterbrock           | Löningen  | 24.06. |
| 2:36:34 | Thale, Dennis       | 1981 SC Spelle-Venhaus       | Löningen  | 24.06. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 2:47:09 Heymann, Sebastian 1981 -- SV Alemannia Salzbergen

|         |                     |      |                         |           |        |
|---------|---------------------|------|-------------------------|-----------|--------|
| 2:55:56 | Heymann, Sebastian  | 1981 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |
| 3:03:34 | Kuhl, Marcus        | 1981 | Lauffreunde Emsland     | Oldenburg | 15.10. |
| 4:04:27 | Veltrup, Holger     | 1980 | TuS Haren               | Frankfurt | 29.10. |
| 4:59:15 | Struckmann, Michael | 1979 | Haselünner SV           | Köln      | 01.10. |

[zurück](#)

## Speerwurf 800 g

|       |                  |      |                  |        |        |
|-------|------------------|------|------------------|--------|--------|
| 41,49 | Zumsande, Hannes | 1979 | LG Emstal Dörpen | Dörpen | 15.04. |
|-------|------------------|------|------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M45

[200 m Lauf](#)  
[Halbmarathon](#)

[400 m Lauf](#)  
[Marathon](#)

[800 m Lauf](#)  
[Hochsprung](#)

[Stundenlauf](#)  
[Kugelstoß](#)

[5 km Str.](#)  
[Diskuswurf](#)

[10 km Str.](#)  
[Speerwurf](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 200 m Lauf

|       |                       |      |            |        |        |
|-------|-----------------------|------|------------|--------|--------|
| 27,59 | -1,0 Krannich, Ingmar | 1977 | VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|-------|-----------------------|------|------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 400 m Lauf

|       |                  |      |            |        |        |
|-------|------------------|------|------------|--------|--------|
| 58,95 | Krannich, Ingmar | 1977 | VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|-------|------------------|------|------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 800 m Lauf

Bestl. 2022: 2:15,69 Krannich, Ingmar 1977 -- VfL Lingen

|         |                  |      |            |                 |        |
|---------|------------------|------|------------|-----------------|--------|
| 2:11,28 | Krannich, Ingmar | 1977 | VfL Lingen | Mönchengladbach | 13.08. |
|---------|------------------|------|------------|-----------------|--------|

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 11.950 Antons, Stephan 1975 -- SV DJK Eintracht Börger

|        |                 |      |                         |        |        |
|--------|-----------------|------|-------------------------|--------|--------|
| 11.730 | Antons, Stephan | 1975 | SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |
| 7.120  | Lüken, Guido    | 1975 | Lauffreunde Emsland     | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 17:55 Krannich, Ingmar 1977 -- VfL Lingen

|       |                    |                             |            |        |
|-------|--------------------|-----------------------------|------------|--------|
| 17:46 | Krannich, Ingmar   | 1977 VfL Lingen             | Emlichheim | 26.05. |
| 20:23 | Eilermann, Stefan  | 1975 SV Union Meppen        | Herzlake   | 16.09. |
| 23:20 | Mimjähner, Dirk    | 1977 Haselünner SV          | Haselünne  | 05.05. |
| 25:10 | Robbe, Andreas     | 1976 SV Eintracht Neulangen | Herzlake   | 16.09. |
| 27:01 | Franzke, Sandro    | 1975 SC Spelle-Venhaus      | Spelle     | 11.08. |
| 27:14 | Ahlers, Patrick    | 1976 VfL Lingen             | Lingen     | 04.06. |
| 28:28 | Möheken, Heiner    | 1977 SV Sigiltra Sögel      | Löningen   | 24.06. |
| 36:37 | Nintemann, Mathias | 1975 SV Sigiltra Sögel      | Papenburg  | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 36:33 Krannich, Ingmar 1977 -- VfL Lingen

|       |                   |                            |            |        |
|-------|-------------------|----------------------------|------------|--------|
| 37:08 | Krannich, Ingmar  | 1977 VfL Lingen            | Lingen     | 04.06. |
| 38:16 | Gerdemann, Frank  | 1975 TuS Haren             | Emlichheim | 26.05. |
| 41:22 | Knief, Norbert    | 1977 SV Dalum              | Meppen     | 02.09. |
| 41:50 | Eilermann, Stefan | 1975 SV Union Meppen       | Meppen     | 02.09. |
| 43:05 | Wöste, Rolf       | 1974 SuS Darne             | Haselünne  | 05.05. |
| 44:05 | Deymann, Ralf     | 1974 TuS Haren             | Emlichheim | 26.05. |
| 44:26 | Schrader, Stefan  | 1975 Lauffreunde Emsland   | Meppen     | 02.09. |
| 46:08 | Ahlering, Jürgen  | 1977 SV Concordia Emsbüren | Lingen     | 04.06. |
| 48:27 | Lohmann, Stefan   | 1978 SC Spelle-Venhaus     | Lingen     | 04.06. |
| 48:49 | Höving, Björn     | 1978 SC Spelle-Venhaus     | Spelle     | 11.08. |
| 52:08 | Greve, Marco      | 1977 TuS Haren             | Meppen     | 02.09. |
| 55:02 | Niehaus, Henrik   | 1975 Lauffreunde Emsland   | Haselünne  | 05.05. |
| 82:28 | Lüken, Guido      | 1975 Lauffreunde Emsland   | Coesfeld   | 14.10. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:39:30 Wöste, Rolf 1974 -- SuS Darne

|         |                       |                            |          |        |
|---------|-----------------------|----------------------------|----------|--------|
| 3:14    | Lüken, Guido          | 1975 Lauffreunde Emsland   | Löningen | 24.06. |
| 1:37:52 | van der Steege, Arjan | 1978 Lauffreunde Emsland   | Bawinkel | 08.04. |
| 1:44:38 | Wöste, Rolf           | 1974 SuS Darne             | Spelle   | 11.08. |
| 1:44:39 | Höving, Björn         | 1978 SC Spelle-Venhaus     | Bremen   | 01.10. |
| 1:44:45 | Schrader, Stefan      | 1975 Lauffreunde Emsland   | Löningen | 24.06. |
| 1:47:18 | Rieken, Jan           | 1975 Lauffreunde Emsland   | Löningen | 24.06. |
| 2:01:00 | Ahlering, Jürgen      | 1977 SV Concordia Emsbüren | Spelle   | 11.08. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 3:19:36 Gerdemann, Frank 1975 -- TuS Haren

|         |                       |                              |          |        |
|---------|-----------------------|------------------------------|----------|--------|
| 3:40:09 | Schnorrenberg, Marcus | 1978 SV Alemannia Salzbergen | Münster  | 03.09. |
| 3:53:55 | Breer, Hermann-Paul   | 1978 SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 24.09. |
| 3:54:27 | Lohmann, Stefan       | 1978 SC Spelle-Venhaus       | Bremen   | 01.10. |
| 3:57:29 | Koopmann, Dirk        | 1978 SuS Darne               | Löningen | 24.06. |
| 3:59:59 | Ahlering, Jürgen      | 1977 SV Concordia Emsbüren   | Köln     | 01.10. |
| 4:00:46 | Niehaus, Michael      | 1975 Lauffreunde Emsland     | Hamburg  | 23.04. |
| 4:51:16 | Oltmann, Arne Paul    | 1974 VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |
| 6:23:48 | Lüken, Guido          | 1975 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |

[zurück](#)

## Hochsprung

|      |               |                 |        |        |
|------|---------------|-----------------|--------|--------|
| 1,66 | Niehaus, Ralf | 1977 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |
|------|---------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022: 10,80 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Papenburg/Aschendorf

|       |                     |                              |        |        |
|-------|---------------------|------------------------------|--------|--------|
| 10,71 | Obermüller, Andreas | 1974 LG Papenburg/Aschendorf | Lingen | 06.05. |
|-------|---------------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2022: 32,37 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Papenburg/Aschendorf

|       |                     |                              |        |        |
|-------|---------------------|------------------------------|--------|--------|
| 31,20 | Obermüller, Andreas | 1974 LG Papenburg/Aschendorf | Rheine | 29.04. |
|-------|---------------------|------------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Speerwurf 800 g

Bestl. 2022: 47,51 Obermüller, Andreas 1974 -- LG Papenburg/Aschendorf

|       |                     |                              |                 |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------------|--------|
| 46,06 | Obermüller, Andreas | 1974 LG Papenburg/Aschendorf | Mönchengladbach | 13.08. |
| 38,09 | Niehaus, Ralf       | 1977 VfL Lingen              | Lingen          | 24.06. |

[zurück](#)

---

## Senioren M50

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[Kugelstoß](#)

[Diskuswurf](#)

[Hammerwurf](#)

[Speerwurf](#)

[Gewicht](#)

[zurück zum Anfang](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 13.035 Schwarte, Andreas 1969 -- SV DJK Eintracht Börger

|        |                   |                              |        |        |
|--------|-------------------|------------------------------|--------|--------|
| 13.360 | Schwarte, Andreas | 1969 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |
| 12.150 | Henzen, Jens      | 1973 SV DJK Eintracht Börger | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 25:42 Schröter, Achim 1969 -- SuS Darne

|       |                      |                          |            |        |
|-------|----------------------|--------------------------|------------|--------|
| 21:22 | Schnebeck, Christian | 1972 SuS Darne           | Spelle     | 11.08. |
| 22:09 | Gravel, Christoph    | 1969 SV Grün-Weiß Dersum | Haselünne  | 05.05. |
| 23:14 | Kremer, Andreas      | 1970 VfL Lingen          | Emlichheim | 26.05. |
| 23:57 | Bohle, Frank         | 1973 TV Meppen           | Meppen     | 02.09. |
| 24:35 | Börger, Andre        | 1971 SC Spelle-Venhaus   | Spelle     | 11.08. |

|       |                   |                           |            |        |
|-------|-------------------|---------------------------|------------|--------|
| 26:40 | Sielker, Thomas   | 1972 SC Spelle-Venhaus    | Spelle     | 11.08. |
| 26:42 | Behrendt, Jürgen  | 1971 VfL Lingen           | Emlichheim | 26.05. |
| 27:53 | Hengemühle, Guido | 1973 Haselünner SV        | Emlichheim | 26.05. |
| 28:01 | Speller, Martin   | 1969 TuS Haren            | Meppen     | 02.09. |
| 32:00 | Maue, Günter      | 1970 SV Lengerich-Handrup | Meppen     | 02.09. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 46:07 Thole, Norbert 1968 -- VfL Lingen

|       |                      |                              |              |        |
|-------|----------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 22:09 | Gravel, Christoph    | 1969 SV Grün-Weiß Dersum     | Haselünne    | 05.05. |
| 46:16 | Kreimer, Frank       | 1969 SV Alemannia Salzbergen | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 49:46 | Schade, Gerd         | 1972 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 23.04. |
| 50:12 | Moß, Peter           | 1970 Haselünner SV           | Papenburg    | 23.04. |
| 50:29 | Griep, Klaus         | 1969 SC Osterbrock           | Herzlake     | 16.09. |
| 50:41 | Wessels, Wolfgang    | 1973 SV Grün-Weiß Dersum     | Spelle       | 11.08. |
| 53:14 | Huallpayunca, Ronald | 1972 SV Eintracht Neulangen  | Haselünne    | 05.05. |
| 57:02 | Schröter, Achim      | 1969 SuS Darne               | Spelle       | 11.08. |
| 60:05 | Drees, Jürgen        | 1973 TV Meppen               | Herzlake     | 16.09. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:43:51 Ümken, Willy 1972 -- Lauffreunde Emsland

|         |                   |                          |           |        |
|---------|-------------------|--------------------------|-----------|--------|
| 1:36:12 | Schoo, Heinz      | 1969 Lauffreunde Emsland | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:43:27 | Gardewin, Jan     | 1969 Lauffreunde Emsland | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:47:08 | Rüve, Christian   | 1971 Lauffreunde Emsland | Oldenburg | 15.10. |
| 1:50:09 | Untiet, Werner    | 1972 Lauffreunde Emsland | Oldenburg | 15.10. |
| 1:50:18 | Griep, Klaus      | 1969 SC Osterbrock       | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:54:14 | Droste, Christoph | 1969 SV Bawinkel         | Bawinkel  | 08.04. |
| 1:56:46 | Peters, Jürgen    | 1969 Haselünner SV       | Bawinkel  | 08.04. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 3:28:00 Schoo, Heinz 1969 -- Lauffreunde Emsland

|         |                   |                            |          |        |
|---------|-------------------|----------------------------|----------|--------|
| 3:23:28 | Schoo, Heinz      | 1969 Lauffreunde Emsland   | Hannover | 26.03. |
| 3:32:28 | Küpker, Eduard    | 1970 SV Concordia Emsbüren | Berlin   | 24.09. |
| 3:45:01 | Gardewin, Jan     | 1969 Lauffreunde Emsland   | Lübeck   | 14.10. |
| 3:58:26 | Henzen, Jens      | 1973 Lauffreunde Emsland   | Hannover | 26.03. |
| 4:05:16 | Rüve, Christian   | 1971 Lauffreunde Emsland   | Hamburg  | 23.04. |
| 4:21:06 | Ümken, Willy      | 1972 Lauffreunde Emsland   | Hamburg  | 23.04. |
| 4:57:39 | Ripperda, Carsten | 1971 SuS Darne             | Köln     | 01.10. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2022: 11,64 Pahl, Ralf 1968 -- LG Emstal Dörpen

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 10,78 | Mastebroek, Rudolf | 1970 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)



## Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2022: 38,72 Pahl, Ralf 1968 -- LG Emstal Dörpen

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 34,30 | Krone, Ulrich      | 1971 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |
| 32,49 | Mastebroek, Rudolf | 1970 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |

[zurück](#)

## Hammerwurf 6 kg

Bestl. 2022: 42,96 Krone, Ulrich 1971 -- SC Osterbrock

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 42,04 | Krone, Ulrich      | 1971 SC Osterbrock | Aurich | 27.07. |
| 39,05 | Mastebroek, Rudolf | 1970 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |

[zurück](#)

## Speerwurf 700 g

Bestl. 2022: 34,29 Mastebroek, Rudolf 1970 -- SC Osterbrock

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 36,45 | Mastebroek, Rudolf | 1970 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Gewicht

Bestl. 2022: 14,77 Pahl, Ralf 1968 -- LG Emstal Dörpen

|       |               |                    |        |        |
|-------|---------------|--------------------|--------|--------|
| 14,19 | Krone, Ulrich | 1971 SC Osterbrock | Bremen | 02.09. |
|-------|---------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M55

[100 m Lauf](#)

[1500 m Lauf](#)

[5000 m Lauf](#)

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[Weitsprung](#)

[Kugelstoß](#)

[Diskuswurf](#)

[Hammerwurf](#)

[Speerwurf](#)

[Gewicht](#)

[Wurf-Fünfkampf](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

|       |                     |                 |        |        |
|-------|---------------------|-----------------|--------|--------|
| 14,31 | -1,1 Krämer, Heiner | 1964 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |
|-------|---------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 1500 m Lauf

|         |                |                 |        |        |
|---------|----------------|-----------------|--------|--------|
| 5:48,39 | Benner, Oliver | 1966 VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|---------|----------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 5000 m Lauf

Bestl. 2022: 22:38,98 Benner, Oliver 1966 -- VfL Lingen

|          |               |                        |              |        |
|----------|---------------|------------------------|--------------|--------|
| 20:32,42 | Wilke, Ulrich | 1968 SC Spelle-Venhaus | Bad Bentheim | 10.05. |
|----------|---------------|------------------------|--------------|--------|

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 13.170 Dreyer, Rolf 1963 -- LG Papenburg/Aschendorf

|        |                       |      |                     |        |        |
|--------|-----------------------|------|---------------------|--------|--------|
| 11.350 | Olliges, Heinz        | 1968 | Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |
| 9.600  | Schadewaldt, Heinrich | 1965 | Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |
| 8.685  | Weber, Andreas        | 1968 | Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |
| 8.400  | Schmitz, Johannes     | 1965 | SV Surwold          | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 21:00 Hermsen, Helmut 1965 -- LAV Meppen

|       |                    |      |                         |            |        |
|-------|--------------------|------|-------------------------|------------|--------|
| 21:11 | Benner, Oliver     | 1966 | VfL Lingen              | Emlichheim | 26.05. |
| 22:11 | Hermsen, Helmut    | 1965 | Lauffreunde Emsland     | Meppen     | 02.09. |
| 23:43 | Els, Bernhard      | 1965 | Lauffreunde Emsland     | Lingen     | 04.06. |
| 24:31 | Zintel, Andreas    | 1968 | Lauffreunde Emsland     | Lingen     | 04.06. |
| 25:40 | Kohle, Martin      | 1965 | Lauffreunde Emsland     | Meppen     | 02.09. |
| 26:09 | Kamp, Rainer       | 1965 | SV Lengerich-Handrup    | Lingen     | 04.06. |
| 29:45 | Kappenberg, Martin | 1967 | SV Alemannia Salzbergen | Meppen     | 02.09. |
| 30:25 | Herbers, Thomas    | 1964 | VfL Lingen              | Haselünne  | 05.05. |
| 36:38 | Nintemann, Jürgen  | 1965 | SV Neurhede             | Papenburg  | 23.04. |
| 38:20 | Jasper, Klaus      | 1968 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg  | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 41:17 Achter, Georg 1966 -- TuS Haren

|       |                     |      |                         |            |        |
|-------|---------------------|------|-------------------------|------------|--------|
| 40:20 | Achter, Georg       | 1966 | TuS Haren               | Meppen     | 02.09. |
| 42:00 | Lampen, Otto        | 1967 | TuS Haren               | Emlichheim | 26.05. |
| 43:44 | Wilke, Ulrich       | 1968 | SC Spelle-Venhaus       | Meppen     | 02.09. |
| 46:26 | Dickmann, Clemens   | 1967 | SV Grün-Weiß Dersum     | Papenburg  | 23.04. |
| 46:27 | Benner, Oliver      | 1966 | VfL Lingen              | Papenburg  | 23.04. |
| 46:28 | Achter, Heinz       | 1965 | SC Spelle-Venhaus       | Meppen     | 02.09. |
| 47:28 | Beumer, Helmut      | 1966 | SC Spelle-Venhaus       | Meppen     | 02.09. |
| 48:01 | Albers, Günter      | 1968 | TuS Haren               | Papenburg  | 23.04. |
| 48:57 | Herbers, Ralf       | 1967 | VfL Lingen              | Lingen     | 04.06. |
| 49:46 | Zintel, Andreas     | 1968 | Lauffreunde Emsland     | Emlichheim | 26.05. |
| 50:06 | Olliges, Heinz      | 1968 | Lauffreunde Emsland     | Haselünne  | 05.05. |
| 50:15 | Bertelmann, Manfred | 1964 | LG Papenburg/Aschendorf | Lingen     | 04.06. |
| 51:17 | Dickmann, Norbert   | 1968 | LG Emstal Dörpen        | Papenburg  | 23.04. |
| 54:21 | Germing, Christoph  | 1965 | TV Meppen               | Meppen     | 02.09. |
| 54:40 | Schmees, Norbert    | 1968 | SV Eintracht Neulangen  | Emlichheim | 26.05. |
| 56:01 | Bergfeld, Peter     | 1966 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg  | 23.04. |
| 57:01 | Schröter, Thomas    | 1966 | SuS Darne               | Spelle     | 11.08. |
| 57:51 | Steinhoff, Michael  | 1968 | VfL Lingen              | Hannover   | 26.03. |
| 58:13 | Wessendorf, Thomas  | 1967 | LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg  | 23.04. |
| 63:31 | Lesemann, Thorsten  | 1968 | VfL Lingen              | Lingen     | 04.06. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:40:46 Herbers, Ralf 1967 -- VfL Lingen

|         |                    |                              |           |        |
|---------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1:38:53 | Hennecke, Michael  | 1967 VfL Lingen              | Paderborn | 08.04. |
| 1:38:53 | Benner, Oliver     | 1966 VfL Lingen              | Köln      | 01.10. |
| 1:44:18 | Brockhaus, Knut    | 1968 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 1:48:23 | Beumer, Helmut     | 1966 SC Spelle-Venhaus       | Bremen    | 01.10. |
| 1:54:38 | Zintel, Andreas    | 1968 Lauffreunde Emsland     | Spelle    | 11.08. |
| 1:57:26 | Lammers, Werner    | 1966 Lauffreunde Emsland     | Hannover  | 26.03. |
| 2:01:44 | Schulte, Manfred   | 1964 SV Eintracht Neulangen  | Bremen    | 01.10. |
| 2:04:02 | Kohle, Martin      | 1965 Lauffreunde Emsland     | Oldenburg | 15.10. |
| 2:06:15 | Steinhoff, Michael | 1968 Lauffreunde Emsland     | Löningen  | 24.06. |
| 2:07:10 | Schmees, Norbert   | 1968 SV Eintracht Neulangen  | Bremen    | 01.10. |
| 2:20:55 | Lücht, Heiko       | 1967 LG Papenburg/Aschendorf | Bremen    | 01.10. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 3:51:35 Rensmann, Bernhard 1964 -- SV Bawinkel

|         |                    |                              |            |        |
|---------|--------------------|------------------------------|------------|--------|
| 3:37:20 | Wilke, Ulrich      | 1968 SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:39:37 | Hennecke, Michael  | 1967 VfL Lingen              | Hamburg    | 23.04. |
| 3:43:23 | Achter, Heinz      | 1965 SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 3:57:13 | Rensmann, Bernhard | 1964 SV Bawinkel             | Salzkotten | 04.06. |
| 4:28:31 | Heet, Manfred      | 1966 SC Spelle-Venhaus       | Münster    | 03.09. |
| 5:34:51 | Kappenberg, Martin | 1967 SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 24.09. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 3,82 Krämer, Heiner 1964 -- VfL Lingen

|      |                     |                 |        |        |
|------|---------------------|-----------------|--------|--------|
| 4,42 | -0,2 Krämer, Heiner | 1964 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |
|------|---------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2022: 8,56 Kuhr, Harald 1965 -- SC Osterbrock

|       |                |                       |        |        |
|-------|----------------|-----------------------|--------|--------|
| 11,37 | Pahl, Ralf     | 1968 LG Emstal Dörpen | Zeven  | 10.09. |
| 9,67  | Krämer, Heiner | 1964 VfL Lingen       | Lingen | 24.06. |
| 8,65  | Kuhr, Harald   | 1965 SC Osterbrock    | Dissen | 22.04. |

[zurück](#)

## Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2022: 29,42 Kuhr, Harald 1965 -- SC Osterbrock

|       |                |                       |             |        |
|-------|----------------|-----------------------|-------------|--------|
| 39,29 | Pahl, Ralf     | 1968 LG Emstal Dörpen | Nordenham   | 07.05. |
| 27,20 | Krämer, Heiner | 1964 VfL Lingen       | Lingen      | 24.06. |
| 25,89 | Kuhr, Harald   | 1965 SC Osterbrock    | Delmenhorst | 25.03. |

[zurück](#)

## Hammerwurf 6 kg

Bestl. 2022: 28,51 Kuhr, Harald 1965 -- SC Osterbrock

|       |              |                       |             |        |
|-------|--------------|-----------------------|-------------|--------|
| 43,21 | Pahl, Ralf   | 1968 LG Emstal Dörpen | Dissen      | 22.04. |
| 27,90 | Kuhr, Harald | 1965 SC Osterbrock    | Delmenhorst | 25.03. |

[zurück](#)

## Speerwurf 700 g

Bestl. 2022: 21,92 Krämer, Heiner 1964 -- VfL Lingen

|       |                |                       |        |        |
|-------|----------------|-----------------------|--------|--------|
| 28,49 | Pahl, Ralf     | 1968 LG Emstal Dörpen | Dissen | 22.04. |
| 22,00 | Krämer, Heiner | 1964 VfL Lingen       | Lingen | 24.06. |
| 19,48 | Kuhr, Harald   | 1965 SC Osterbrock    | Dissen | 22.04. |

[zurück](#)

## Gewicht

Bestl. 2022: 9,97 Kuhr, Harald 1965 -- SC Osterbrock

|       |              |                       |        |        |
|-------|--------------|-----------------------|--------|--------|
| 14,07 | Pahl, Ralf   | 1968 LG Emstal Dörpen | Bremen | 02.09. |
| 9,49  | Kuhr, Harald | 1965 SC Osterbrock    | Dissen | 22.04. |

[zurück](#)

## Wurf-Fünfkampf

Hammer (6kg)-Kugel (6kg)-Diskus (1.5kg)-Speer (700g)-Gewicht (11.34kg)

Bestl. 2022: 2.228 Kuhr, Harald 1965 -- SC Osterbrock

|       |                              |                       |        |        |
|-------|------------------------------|-----------------------|--------|--------|
| 3.169 | Pahl, Ralf                   | 1968 LG Emstal Dörpen | Dissen | 22.04. |
|       | 43,21-9,81-36,86-28,49-12,01 |                       |        |        |
| 2.146 | Kuhr, Harald                 | 1965 SC Osterbrock    | Dissen | 22.04. |
|       | 27,13-8,65-25,32-19,48-9,49  |                       |        |        |

[zurück](#)

## Senioren M60

[1500 m Lauf](#)  
[Marathon](#)

[10000 m Lauf](#)

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 1500 m Lauf

Bestl. 2022: 6:06,25 Dirschauer, Gerd 1962 -- VfL Lingen

|         |                  |                 |        |        |
|---------|------------------|-----------------|--------|--------|
| 6:16,50 | Dirschauer, Gerd | 1962 VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|---------|------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 10000 m Lauf

Bestl. 2022: 50:31,0 Dirschauer, Gerd 1962 -- VfL Lingen



|         |                  |                 |              |        |
|---------|------------------|-----------------|--------------|--------|
| 48:51,6 | Dirschauer, Gerd | 1962 VfL Lingen | Großenkneten | 04.11. |
|---------|------------------|-----------------|--------------|--------|

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 12.860 Behnen, Werner 1962 -- Lauffreunde Emsland

|        |                  |                              |              |        |
|--------|------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 13.040 | Behnen, Werner   | 1962 Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 12.145 | Dirschauer, Gerd | 1962 VfL Lingen              | Großenkneten | 04.11. |
| 9.890  | Sievers, Martin  | 1961 Lauffreunde Emsland     | Börger       | 30.06. |
| 5.600  | Dreyer, Rolf     | 1963 LG Papenburg/Aschendorf | Börger       | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 21:51 Cistjakov, Vasilij 1958 -- Lauffreunde Emsland

|       |                   |                              |           |        |
|-------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 23:28 | Dirschauer, Gerd  | 1962 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 23:32 | Gloddek, Bertrand | 1961 SV Union Meppen         | Meppen    | 02.09. |
| 35:32 | Gnaß, Christian   | 1961 VfL Lingen              | Haselünne | 05.05. |
| 35:48 | Kremer, Wolfgang  | 1961 SV Alemannia Salzbergen | Spelle    | 11.08. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 52:20 Baudein, Dirk 1960 -- LG Emstal Dörpen

|       |                    |                              |           |        |
|-------|--------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 41:03 | Gries, Dr. Andreas | 1963 SV Union Meppen         | Herzlake  | 16.09. |
| 43:19 | Dreyer, Rolf       | 1963 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
| 44:55 | Behnen, Werner     | 1962 Lauffreunde Emsland     | Herzlake  | 16.09. |
| 54:18 | Baudein, Dirk      | 1960 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 23.04. |
| 58:21 | Sievers, Martin    | 1961 SV Sigiltra Sögel       | Haselünne | 05.05. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:42:49 Behnen, Werner 1962 -- Lauffreunde Emsland

|         |                   |                              |          |        |
|---------|-------------------|------------------------------|----------|--------|
| 1:41:01 | Behnen, Werner    | 1962 Lauffreunde Emsland     | Bawinkel | 08.04. |
| 1:50:54 | Möller, Friedhelm | 1962 SV Bawinkel             | Bawinkel | 08.04. |
| 2:09:47 | Weßling, Michael  | 1963 SV Alemannia Salzbergen | Löningen | 24.06. |
| 2:28:54 | Jansen, Johnny    | 1959 VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 3:53:02 Vehring, Dr. Karl-Heinz 1962 -- Lauffreunde Emsland

|         |                  |                              |        |        |
|---------|------------------|------------------------------|--------|--------|
| 3:47:46 | Weßling, Michael | 1963 SV Alemannia Salzbergen | Berlin | 24.09. |
| 5:08:19 | Scheer, Stefan   | 1961 Lauffreunde Emsland     | Lübeck | 14.10. |

[zurück](#)

# Senioren M65

[400 m Lauf](#)  
[Marathon](#)

[800 m Lauf](#)  
[Kugelstoß](#)

[1000 m Lauf](#)  
[Diskuswurf](#)

[5000 m Lauf](#)  
[Speerwurf](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 400 m Lauf

|       |                 |                 |             |        |
|-------|-----------------|-----------------|-------------|--------|
| 82,20 | Baumung, Jürgen | 1955 VfL Lingen | Delmenhorst | 04.08. |
|-------|-----------------|-----------------|-------------|--------|

[zurück](#)

## 800 m Lauf

|         |                 |                 |           |        |
|---------|-----------------|-----------------|-----------|--------|
| 3:12,66 | Baumung, Jürgen | 1955 VfL Lingen | Oldenburg | 16.08. |
|---------|-----------------|-----------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## 1000 m Lauf

|         |                 |                 |           |        |
|---------|-----------------|-----------------|-----------|--------|
| 4:02,19 | Baumung, Jürgen | 1955 VfL Lingen | Papenburg | 29.09. |
|---------|-----------------|-----------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## 5000 m Lauf

Bestl. 2022: 23:10,94 Baumung, Jürgen 1955 -- VfL Lingen

|          |                 |                 |             |        |
|----------|-----------------|-----------------|-------------|--------|
| 24:11,43 | Baumung, Jürgen | 1955 VfL Lingen | Delmenhorst | 04.08. |
|----------|-----------------|-----------------|-------------|--------|

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 44:12 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus

|       |                 |                 |           |        |
|-------|-----------------|-----------------|-----------|--------|
| 48:27 | Baumung, Jürgen | 1955 VfL Lingen | Haselünne | 05.05. |
|-------|-----------------|-----------------|-----------|--------|

|       |                 |                |        |        |
|-------|-----------------|----------------|--------|--------|
| 55:12 | Hoffmann, Josef | 1954 TuS Haren | Meppen | 02.09. |
|-------|-----------------|----------------|--------|--------|

|       |               |                              |           |        |
|-------|---------------|------------------------------|-----------|--------|
| 60:17 | Berlin, Henry | 1957 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
|-------|---------------|------------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:35:04 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus

|         |               |                              |          |        |
|---------|---------------|------------------------------|----------|--------|
| 2:20:10 | Berlin, Henry | 1957 LG Papenburg/Aschendorf | Löningen | 24.06. |
|---------|---------------|------------------------------|----------|--------|

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 4:19:41 Reiter, Hans 1957 -- Lauffreunde Emsland

|         |                  |                          |        |        |
|---------|------------------|--------------------------|--------|--------|
| 4:32:21 | Durschlag, Klaus | 1958 Lauffreunde Emsland | Berlin | 24.09. |
|---------|------------------|--------------------------|--------|--------|

|         |                         |                          |        |        |
|---------|-------------------------|--------------------------|--------|--------|
| 5:23:20 | Vehring, Dr. Karl-Heinz | 1958 Lauffreunde Emsland | Berlin | 24.09. |
|---------|-------------------------|--------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Kugelstoß 5 kg

Bestl. 2022: 11,73 Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen

|       |                 |                      |        |        |
|-------|-----------------|----------------------|--------|--------|
| 11,38 | Janning, Martin | 1957 SV Union Meppen | Dörpen | 14.10. |
|-------|-----------------|----------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022: 38,66 Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen

|       |                 |                      |        |        |
|-------|-----------------|----------------------|--------|--------|
| 36,02 | Janning, Martin | 1957 SV Union Meppen | Dörpen | 14.10. |
|-------|-----------------|----------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Speerwurf 600 g

Bestl. 2022: 31,15 Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen

|       |                 |                      |        |        |
|-------|-----------------|----------------------|--------|--------|
| 30,77 | Janning, Martin | 1957 SV Union Meppen | Dörpen | 14.10. |
|-------|-----------------|----------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M70

[5000 m Lauf](#)  
[Hochsprung](#)

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 5000 m Lauf

|          |                         |                        |          |        |
|----------|-------------------------|------------------------|----------|--------|
| 21:24,71 | Grabowsky, Klaus-Dieter | 1953 SC Spelle-Venhaus | Sarstedt | 25.06. |
|----------|-------------------------|------------------------|----------|--------|

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 9.950 Veltrup, Hermann 1951 -- TuS Haren

|       |                  |                |        |        |
|-------|------------------|----------------|--------|--------|
| 9.800 | Veltrup, Hermann | 1951 TuS Haren | Börger | 30.06. |
|-------|------------------|----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 5 km Str.

|       |                         |                        |        |        |
|-------|-------------------------|------------------------|--------|--------|
| 21:07 | Grabowsky, Klaus-Dieter | 1953 SC Spelle-Venhaus | Lingen | 04.06. |
|-------|-------------------------|------------------------|--------|--------|

|       |                   |                          |        |        |
|-------|-------------------|--------------------------|--------|--------|
| 29:12 | Over, Dr. Gerhard | 1953 Lauffreunde Emsland | Meppen | 02.09. |
|-------|-------------------|--------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 55:36 Siepker, Gerhard 0 -- SV Alemannia Salzbergen

|       |                         |                        |        |        |
|-------|-------------------------|------------------------|--------|--------|
| 43:28 | Grabowsky, Klaus-Dieter | 1953 SC Spelle-Venhaus | Uelzen | 16.04. |
|-------|-------------------------|------------------------|--------|--------|

|       |                  |                |        |        |
|-------|------------------|----------------|--------|--------|
| 60:24 | Veltrup, Hermann | 1951 TuS Haren | Meppen | 02.09. |
|-------|------------------|----------------|--------|--------|

|       |                   |                          |          |        |
|-------|-------------------|--------------------------|----------|--------|
| 61:50 | Over, Dr. Gerhard | 1953 Lauffreunde Emsland | Herzlake | 16.09. |
|-------|-------------------|--------------------------|----------|--------|

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 2:27:39 Veltrup, Hermann 1951 -- TuS Haren

|         |              |                          |        |        |
|---------|--------------|--------------------------|--------|--------|
| 1:49:31 | Henzen, Jens | 1953 Lauffreunde Emsland | Lübeck | 14.10. |
|---------|--------------|--------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 4:48:55 Siepker, Gerhard 1952 -- SV Alemannia Salzbergen

|         |                  |                              |        |        |
|---------|------------------|------------------------------|--------|--------|
| 4:56:24 | Siepker, Gerhard | 1952 SV Alemannia Salzbergen | Berlin | 24.09. |
|---------|------------------|------------------------------|--------|--------|

|         |                  |                |         |        |
|---------|------------------|----------------|---------|--------|
| 5:33:41 | Veltrup, Hermann | 1951 TuS Haren | Hamburg | 23.04. |
|---------|------------------|----------------|---------|--------|

[zurück](#)

## Hochsprung

Bestl. 2022: 1,25 Velt, Heiner 1950 -- LG Papenburg/Aschendorf

|      |              |                              |           |        |
|------|--------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1,26 | Velt, Heiner | 1950 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 21.06. |
|------|--------------|------------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M75

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 5 km Str.

|       |              |                          |          |        |
|-------|--------------|--------------------------|----------|--------|
| 31:45 | Lenger, Hans | 1948 Lauffreunde Emsland | Löningen | 24.06. |
|-------|--------------|--------------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### 10 km Str.

Bestl. 2022: 49:05 Schmidt, Karl Heinz 1945 -- VfL Lingen

|       |                     |                 |            |        |
|-------|---------------------|-----------------|------------|--------|
| 50:20 | Schmidt, Karl-Heinz | 1945 VfL Lingen | Emlichheim | 26.05. |
|-------|---------------------|-----------------|------------|--------|

|       |                  |                          |              |        |
|-------|------------------|--------------------------|--------------|--------|
| 59:25 | Grandt, Wilfried | 1944 Lauffreunde Emsland | Neuenkirchen | 12.05. |
|-------|------------------|--------------------------|--------------|--------|

[zurück](#)

## Halbmarathon

|         |                |                          |        |        |
|---------|----------------|--------------------------|--------|--------|
| 2:28:57 | Lösche, Werner | 1948 Lauffreunde Emsland | Berlin | 02.04. |
|---------|----------------|--------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Senioren M80

---

---



[Kugelstoß](#)[Diskuswurf](#)[Hammerwurf](#)[Speerwurf](#)[Gewicht](#)[Wurf-Fünfkampf](#)[zurück zum Anfang](#)

### Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022: 6,76 Kuhnke, Gerd 1942 -- TV Rütenbrock

|      |              |                    |          |        |
|------|--------------|--------------------|----------|--------|
| 6,28 | Kuhnke, Gerd | 1942 TV Rütenbrock | Coesfeld | 14.10. |
|------|--------------|--------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### Diskuswurf 1 kg

|       |              |                    |          |        |
|-------|--------------|--------------------|----------|--------|
| 14,52 | Kuhnke, Gerd | 1942 TV Rütenbrock | Coesfeld | 14.10. |
|-------|--------------|--------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### Hammerwurf 3 kg

|       |              |                    |          |        |
|-------|--------------|--------------------|----------|--------|
| 19,89 | Kuhnke, Gerd | 1942 TV Rütenbrock | Coesfeld | 14.10. |
|-------|--------------|--------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### Speerwurf 400 g

|       |              |                    |          |        |
|-------|--------------|--------------------|----------|--------|
| 11,15 | Kuhnke, Gerd | 1942 TV Rütenbrock | Coesfeld | 14.10. |
|-------|--------------|--------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### Gewicht

|      |              |                    |          |        |
|------|--------------|--------------------|----------|--------|
| 7,58 | Kuhnke, Gerd | 1942 TV Rütenbrock | Coesfeld | 14.10. |
|------|--------------|--------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### Wurf-Fünfkampf

Hammer (3kg)-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)-Speer (400g)-Gewicht (5.45kg)

|                             |              |                    |          |        |
|-----------------------------|--------------|--------------------|----------|--------|
| 1.575                       | Kuhnke, Gerd | 1942 TV Rütenbrock | Coesfeld | 14.10. |
| 19,89-6,28-14,52-11,15-7,58 |              |                    |          |        |

[zurück](#)

---

## Seniorinnen W30

[100 m Lauf  
Marathon](#)[200 m Lauf  
Weitsprung](#)[3000 m Lauf](#)[5 km Str.](#)[10 km Str.](#)[Halbmarathon](#)[zurück zum Anfang](#)

### 100 m Lauf

|       |                             |                 |        |        |
|-------|-----------------------------|-----------------|--------|--------|
| 14,68 | -1,1 Schnettberg, Franziska | 1993 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |
| 14,72 | -0,4 Bröker, Ellen          | 1993 VfL Lingen | Lingen | 06.05. |

[zurück](#)

## 200 m Lauf

Bestl. 2022: 29,19 Büter, Yvonne 1988 -- VfL Lingen

|       |                    |                 |        |        |
|-------|--------------------|-----------------|--------|--------|
| 30,81 | +0,7 Bröker, Ellen | 1993 VfL Lingen | Lingen | 06.05. |
|-------|--------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 3000 m Lauf

Bestl. 2022: 11:34,96 Senker, Anna 1990 -- VfL Lingen

|          |              |                 |       |        |
|----------|--------------|-----------------|-------|--------|
| 11:35,62 | Senker, Anna | 1990 VfL Lingen | Melle | 25.08. |
|----------|--------------|-----------------|-------|--------|

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 20:12 Senker, Anna 1990 -- VfL Lingen

|       |                    |                              |              |        |
|-------|--------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 18:27 | Backsmann, Sarah   | 1993 VfL Lingen              | Herzlake     | 16.09. |
| 19:57 | Senker, Anna       | 1990 VfL Lingen              | Emlichheim   | 26.05. |
| 23:10 | Pelzer, Laura      | 1992 TuS Haren               | Herzlake     | 16.09. |
| 25:55 | Heskamp, Maria     | 1992 SC Spelle-Venhaus       | Papenburg    | 23.04. |
| 27:08 | Fockers, Janina    | 1992 SC Spelle-Venhaus       | Haselünne    | 05.05. |
| 28:10 | Deckers, Sonja     | 1992 VfL Lingen              | Haselünne    | 05.05. |
| 29:06 | Krause, Janin      | 1992 VfL Lingen              | Meppen       | 02.09. |
| 29:47 | Borchert, Julia    | 1993 SV Eintracht Neulangen  | Meppen       | 02.09. |
| 31:50 | Kreuzenberg, Maren | 1991 SC Spelle-Venhaus       | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 32:12 | Kossen, Vera       | 1989 TV Meppen               | Meppen       | 02.09. |
| 33:19 | Beumer, Katharina  | 1990 SV Alemannia Salzbergen | Löningen     | 24.06. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 41:12 Eilermann, Constanze 1991 -- VfL Lingen

|       |                    |                        |              |        |
|-------|--------------------|------------------------|--------------|--------|
| 37:08 | Fritz, Wiebke      | 1989 VfL Lingen        | Emlichheim   | 26.05. |
| 37:47 | Backsmann, Sarah   | 1993 VfL Lingen        | Emlichheim   | 26.05. |
| 41:38 | Senker, Anna       | 1990 VfL Lingen        | Oldenburg    | 15.10. |
| 43:50 | Drees, Linda       | 1993 SC Spelle-Venhaus | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 47:06 | Radtko, Rejane     | 1991 SuS Darne         | Haselünne    | 05.05. |
| 55:08 | Fockers, Janina    | 1992 SC Spelle-Venhaus | Papenburg    | 23.04. |
| 72:51 | Nijenhuis, Melanie | 1989 SC Spelle-Venhaus | Spelle       | 11.08. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

|         |                   |                              |           |        |
|---------|-------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 1:24:59 | Fritz, Wiebke     | 1989 VfL Lingen              | Hannover  | 26.03. |
| 1:55:05 | Tenkleve, Mareike | 1993 SC Spelle-Venhaus       | Spelle    | 11.08. |
| 2:15:05 | Deckers, Sonja    | 1992 VfL Lingen              | Oldenburg | 15.10. |
| 2:36:49 | Bröker, Jennifer  | 1993 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 02.04. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 5:25:28 Kappenberg, Simone Martha 1988 -- SV Alemannia Salzbergen

|         |               |                        |        |        |
|---------|---------------|------------------------|--------|--------|
| 2:55:55 | Fritz, Wiebke | 1989 VfL Lingen        | Berlin | 24.09. |
| 3:46:59 | Drees, Linda  | 1993 SC Spelle-Venhaus | Bremen | 01.10. |

[zurück](#)

## Weitsprung

Bestl. 2022: 4,79 Büter, Yvonne 1988 -- VfL Lingen

|      |                        |                 |        |        |
|------|------------------------|-----------------|--------|--------|
| 4,39 | Schnettberg, Franziska | 1993 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |
|------|------------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Seniorinnen W35

[100 m Lauf](#)

[Stundenlauf](#)

[5 km Str.](#)

[10 km Str.](#)

[Halbmarathon](#)

[Marathon](#)

[Weitsprung](#)

[Kugelstoß](#)

[Diskuswurf](#)

[Hammerwurf](#)

[zurück zum Anfang](#)

## 100 m Lauf

|       |      |               |                 |        |        |
|-------|------|---------------|-----------------|--------|--------|
| 13,96 | -1,1 | Büter, Yvonne | 1988 VfL Lingen | Lingen | 24.06. |
|-------|------|---------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 10.868 Bloem, Jessica 1986 -- LG Papenburg/Aschendorf

|        |                  |                              |        |        |
|--------|------------------|------------------------------|--------|--------|
| 10.800 | Bloem, Jessica   | 1986 LG Papenburg/Aschendorf | Börger | 30.06. |
| 9.460  | Albers, Brigitte | 1984 LG Papenburg/Aschendorf | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 27:15 Wessendorf, Stephanie 1986 -- SV Eintracht Neulangen

|       |                 |                              |           |        |
|-------|-----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 22    | Wargers, Judith | 1988 SV Alemannia Salzbergen | Lingen    | 04.06. |
| 36:50 | Kruse, Julia    | 1984 SuS Rhede               | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 37:39 Lechowicz, Anna 1985 -- TuS Haren

|       |                 |                              |            |        |
|-------|-----------------|------------------------------|------------|--------|
| 39:47 | Lechowicz, Anna | 1985 TuS Haren               | Papenburg  | 23.04. |
| 47:54 | Wargers, Judith | 1988 SV Alemannia Salzbergen | Emlichheim | 26.05. |
| 52:12 | Bloem, Jessica  | 1986 LG Papenburg/Aschendorf | Uelzen     | 16.04. |
| 52:39 | Bruns, Frauke   | 1986 SV Union Meppen         | Haselünne  | 05.05. |
| 64:34 | Rieken, Marita  | 1986 Lauffreunde Emsland     | Lübeck     | 14.10. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:39:39 Heskamp, Kathy 1974 -- VfL Lingen

|         |                   |                              |          |        |
|---------|-------------------|------------------------------|----------|--------|
| 1:24:45 | Lechowicz, Anna   | 1985 TuS Haren               | Bawinkel | 08.04. |
| 1:47:00 | Lübbers, Jennifer | 1985 SV Bawinkel             | Köln     | 01.10. |
| 1:56:09 | Bruns, Frauke     | 1988 SV Union Meppen         | Berlin   | 02.04. |
| 2:16:42 | Rieken, Marita    | 1987 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 2:41:34 | Lohle, Carina     | 1988 SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 02.04. |

[zurück](#)

## Marathon

|         |                      |                              |           |        |
|---------|----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3:55:02 | Wargers, Judith      | 1988 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |
| 4:00:22 | Schleenvogt, Claudia | 1987 SV Bawinkel             | Frankfurt | 29.10. |

[zurück](#)

## Weitsprung

|      |                    |                 |        |        |
|------|--------------------|-----------------|--------|--------|
| 4,60 | -0,2 Büter, Yvonne | 1988 VfL Lingen | Lingen | 18.08. |
|------|--------------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022: 9,68 Penning, Christina 1987 -- SC Osterbrock

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 10,14 | Penning, Christina | 1987 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022: 28,18 Penning, Christina 1987 -- SC Osterbrock

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 32,15 | Penning, Christina | 1987 SC Osterbrock | Lingen | 24.06. |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Hammerwurf 4 kg

|       |                    |                    |        |        |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|
| 32,58 | Penning, Christina | 1987 SC Osterbrock | Bremen | 03.10. |
|-------|--------------------|--------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

## Seniorinnen W40

[Stundenlauf](#)      [5 km Str.](#)      [10 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)      [Marathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 9.310 Breer, Claudia 1980 -- Lauffreunde Emsland  
Bestl. 2022: 9.310 Korte, Sasbine 1978 -- SV Surwold

|       |                  |                          |        |        |
|-------|------------------|--------------------------|--------|--------|
| 8.150 | Feldhues, Sandra | 1980 Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |
|-------|------------------|--------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 21:34 Berning, Amna 1982 -- VfL Lingen

|       |                 |                              |            |        |
|-------|-----------------|------------------------------|------------|--------|
| 21:10 | Heinig, Mareike | 1980 VfL Lingen              | Emlichheim | 26.05. |
| 28:04 | Puppe, Mareike  | 1980 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg  | 23.04. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 42:20 Heinig, Mareike 1980 -- VfL Lingen

|       |                 |                          |           |        |
|-------|-----------------|--------------------------|-----------|--------|
| 52:45 | Haake, Katrin   | 1980 Lauffreunde Emsland | Herzlake  | 16.09. |
| 63:18 | Niehaus, Jasmin | 1983 SV Raspo Lathen     | Papenburg | 23.04. |
| 70:40 | Gardewin, Petra | 1981 VfL Lingen          | Hannover  | 26.03. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:45:25 Knipper, Ulrike 1978 -- SV Sigiltra Sögel

|         |                             |                              |          |        |
|---------|-----------------------------|------------------------------|----------|--------|
| 1:40:55 | Heinig, Mareike             | 1980 VfL Lingen              | Hannover | 26.03. |
| 1:58:28 | Haake, Katrin               | 1981 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 2:13:52 | Lohmann, Sabrina            | 1981 SC Spelle-Venhaus       | Bremen   | 01.10. |
| 2:16:42 | Heermann-Többenotke, Nicole | 1981 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 2:30:06 | Timpe, Kristin              | 1982 SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 02.04. |
| 2:36:50 | Dewenter, Marion            | 1983 SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 02.04. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 4:42:27 Heermann-Többenotke, Nicole 1981 -- Lauffreunde Emsland

|         |                       |                              |           |        |
|---------|-----------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 3:46:47 | Kock-Neehoff, Daniela | 1981 VfL Lingen              | Oldenburg | 15.10. |
| 4:21:20 | Schepers, Birgit      | 1980 SV Alemannia Salzbergen | Berlin    | 24.09. |
| 4:28:14 | Haake, Katrin         | 1980 Lauffreunde Emsland     | Lübeck    | 14.10. |

[zurück](#)

---

## Seniorinnen W45

[5 km Str.](#)[10 km Str.](#)[Halbmarathon](#)[Marathon](#)[zurück zum Anfang](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 22:28 Werner, Daniela 1976 -- VfL Lingen

|       |                  |                              |           |        |
|-------|------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 24:37 | Behrendt, Sandra | 1978 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 24:56 | Behling, Ilona   | 1978 SV Alemannia Salzbergen | Papenburg | 23.04. |
| 25:24 | Fiedler, Heike   | 1974 VfL Lingen              | Lingen    | 04.06. |
| 31:39 | Schnabel, Janina | 1976 VfL Lingen              | Spelle    | 11.08. |

|       |             |                 |        |        |
|-------|-------------|-----------------|--------|--------|
| 36:29 | Lüken, Ruth | 1974 VfL Lingen | Spelle | 11.08. |
|-------|-------------|-----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 45:46 Heskamp, Kathy 1974 -- VfL Lingen

|       |                  |                          |          |        |
|-------|------------------|--------------------------|----------|--------|
| 42:43 | Knipper, Ulrike  | 1978 Lauffreunde Emsland | Meppen   | 02.09. |
| 66:03 | Ginten, Cornelia | 1976 VfL Lingen          | Löningen | 24.06. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 2:02:22 Sander, Marion 1975 -- VfL Lingen

|         |                      |                          |           |        |
|---------|----------------------|--------------------------|-----------|--------|
| 1:39:18 | Knipper, Ulrike      | 1978 SV Sigiltra Sögel   | Gütersloh | 05.11. |
| 1:43:00 | Werner, Daniela      | 1976 VfL Lingen          | Hannover  | 26.03. |
| 1:52:22 | Heskamp, Kathy       | 1974 VfL Lingen          | Hannover  | 26.03. |
| 2:00:25 | Behrendt, Sandra     | 1978 VfL Lingen          | Hannover  | 26.03. |
| 2:01:59 | Fiedler, Heike       | 1974 VfL Lingen          | Hannover  | 26.03. |
| 2:13:17 | Schüttert, Eva Maria | 1975 SV Sigiltra Sögel   | Löningen  | 24.06. |
| 2:26:51 | Sprenkel, Sonja      | 1976 SV Sigiltra Sögel   | Löningen  | 24.06. |
| 2:27:54 | Steinhoff, Conny     | 1974 Lauffreunde Emsland | Lübeck    | 14.10. |

[zurück](#)

## Marathon

|         |                    |                |        |        |
|---------|--------------------|----------------|--------|--------|
| 4:30:44 | Amegashie, Carolin | 1978 TV Meppen | Berlin | 24.09. |
|---------|--------------------|----------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Seniorinnen W50

[Stundenlauf](#)      [5 km Str.](#)      [10 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)      [Marathon](#)      [Kugelstoß](#)

[zurück zum Anfang](#)

## Stundenlauf

Bestl. 2022: 11.600 Over-Deymann, Sandra 1972 -- Lauffreunde Emsland

|        |                      |                          |        |        |
|--------|----------------------|--------------------------|--------|--------|
| 11.100 | Over-Deymann, Sandra | 1972 Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |
| 8.150  | Lammers, Ruth        | 1969 Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |

[zurück](#)

## 5 km Str.

Bestl. 2022: 25:10 Köbbe, Monika 1968 -- SV Lengerich-Handrup

|       |                         |                              |           |        |
|-------|-------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 25:13 | Krieger, Daniela        | 1969 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 27:19 | Maue, Stephanie         | 1973 SV Lengerich-Handrup    | Meppen    | 02.09. |
| 27:37 | Poll, Maria             | 1969 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
| 28:07 | Schaposchnikov, Larissa | 1969 VfL Lingen              | Spelle    | 11.08. |
| 30:44 | Kappenberg, Ingrid      | 1969 SV Alemannia Salzbergen | Meppen    | 02.09. |
| 31:24 | Schwarte, Karin         | 1970 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 31:43 | Herbers, Elisabeth  | 1971 VfL Lingen              | Haselünne | 05.05. |
| 31:53 | Mimjähner, Andrea   | 1970 Haselünner SV           | Haselünne | 05.05. |
| 32:02 | Plock Sondag, Erika | 1970 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
| 32:24 | Künneken, Hedi      | 1971 Lauffreunde Emsland     | Meppen    | 02.09. |

[zurück](#)

## 10 km Str.

Bestl. 2022: 47:55 Over-Deymann, Sandra 1972 -- Lauffreunde Emsland

|       |                        |                              |              |        |
|-------|------------------------|------------------------------|--------------|--------|
| 47:28 | Over-Deymann, Sandra   | 1972 Lauffreunde Emsland     | Meppen       | 02.09. |
| 52:59 | Strücker, Dorothee     | 1970 SC Spelle-Venhaus       | Rheine-Mesum | 02.12. |
| 54:07 | Kämmerling, Christiane | 1970 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg    | 23.04. |
| 54:32 | Grothe, Ulrike         | 1969 Lauffreunde Emsland     | Herzlake     | 16.09. |
| 60:03 | Schröer, Michaela      | 1969 SV Sigiltra Sögel       | Haselünne    | 05.05. |
| 64:53 | Schoo, Kerstin         | 1971 Lauffreunde Emsland     | Lübeck       | 14.10. |
| 64:53 | Böhmer, Silvia         | 1969 Lauffreunde Emsland     | Lübeck       | 14.10. |

[zurück](#)

## Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:59:36 Rother, Marion 1968 -- SC Spelle-Venhaus

|         |                         |                              |          |        |
|---------|-------------------------|------------------------------|----------|--------|
| 1:48:47 | Krieger, Daniela        | 1969 VfL Lingen              | Löningen | 24.06. |
| 1:54:03 | Over-Deymann, Sandra    | 1972 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 1:56:45 | Gentle, Michaela        | 1970 SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 02.04. |
| 2:10:41 | Grothe, Ulrike          | 1969 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 2:11:23 | Bohlin, Annette         | 1969 SC Spelle-Venhaus       | Bremen   | 01.10. |
| 2:18:48 | Schaposchnikov, Larissa | 1969 VfL Lingen              | Berlin   | 02.04. |
| 2:20:54 | Benner, Wiebke          | 1970 VfL Lingen              | Hannover | 26.03. |
| 2:22:36 | Lammers, Ruth           | 1969 Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 2:23:34 | Eilers, Sabine          | 1969 VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |
| 2:25:31 | Busmann, Stephanie      | 1970 VfL Lingen              | Hannover | 26.03. |
| 2:41:28 | Darpel, Anke            | 1972 SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 02.04. |
| 2:41:45 | Herbers, Elisabeth      | 1971 VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |
| 3:17:58 | Hanenkamp, Maike        | 1972 VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |

[zurück](#)

## Marathon

Bestl. 2022: 4:18:26 Gentle, Michaela 1970 -- SV Alemannia Salzbergen

|         |                      |                              |        |        |
|---------|----------------------|------------------------------|--------|--------|
| 4:29:59 | Over-Deymann, Sandra | 1972 Lauffreunde Emsland     | Lübeck | 14.10. |
| 4:30:58 | Gentle, Michaela     | 1970 SV Alemannia Salzbergen | Berlin | 24.09. |

[zurück](#)

## Kugelstoß 3 kg

|      |                       |                       |        |        |
|------|-----------------------|-----------------------|--------|--------|
| 9,10 | Kruth-Heege, Marianne | 1970 LG Emstal Dörpen | Dörpen | 15.04. |
|------|-----------------------|-----------------------|--------|--------|

[zurück](#)

## Seniorinnen W55

[5 km Str.](#)[10 km Str.](#)[Halbmarathon](#)[Marathon](#)[zurück zum Anfang](#)**5 km Str.**

Bestl. 2022: 22:48 Dall, Anke 1964 -- VfL Lingen

|       |                           |                              |           |        |
|-------|---------------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 24:24 | Lübbbers, Claudia         | 1966 LAV Meppen              | Papenburg | 23.04. |
| 24:58 | Dall, Anke                | 1964 VfL Lingen              | Meppen    | 02.09. |
| 25:41 | Bickers, Heike            | 1966 VfL Lingen              | Lingen    | 04.06. |
| 26:25 | von Hebel-Niemann, Ulrike | 1968 Lauffreunde Emsland     | Papenburg | 23.04. |
| 26:45 | Köbbe, Monika             | 1968 SV Lengerich-Handrup    | Lingen    | 04.06. |
| 30:15 | Becker, Claudia           | 1967 VfL Lingen              | Papenburg | 23.04. |
| 30:18 | Dickmann, Marita          | 1968 LG Emstal Dörpen        | Papenburg | 23.04. |
| 35:08 | Pusch, Mechthild          | 1968 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)**10 km Str.**

Bestl. 2022: 47:33 Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup

|       |                     |                              |           |        |
|-------|---------------------|------------------------------|-----------|--------|
| 48:55 | Wiemker, Annette    | 1966 LG Papenburg/Aschendorf | Uelzen    | 16.04. |
| 49:46 | Bohnen, Cornelia    | 1964 SC Spelle-Venhaus       | Meppen    | 02.09. |
| 55:13 | Beumer, Annette     | 1967 SC Spelle-Venhaus       | Meppen    | 02.09. |
| 61:41 | Behnen, Anette      | 1964 Lauffreunde Emsland     | Lübeck    | 14.10. |
| 64:35 | Abrams-Böwer, Petra | 1966 Lauffreunde Emsland     | Lübeck    | 14.10. |
| 68:25 | Bamming, Marlies    | 1968 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |

[zurück](#)**Halbmarathon**

Bestl. 2022: 1:49:06 Bohnen, Cornelia 1964 -- SC Spelle-Venhaus

|         |                            |                              |            |        |
|---------|----------------------------|------------------------------|------------|--------|
| 1:50:18 | Mersmann, Maria            | 1966 SV Lengerich-Handrup    | Bawinkel   | 08.04. |
| 2:00:37 | Künнемann, Renate          | 1968 SV Alemannia Salzbergen | Berlin     | 02.04. |
| 2:01:29 | Lübbbers, Claudia          | 1966 LAV Meppen              | Hannover   | 26.03. |
| 2:01:38 | Euskirchen, Conny          | 1966 VfL Lingen              | Paderborn  | 08.04. |
| 2:03:47 | Schöppner, Ilka            | 1968 Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |
| 2:09:28 | Czyzkowski, Gabriele       | 1966 Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |
| 2:09:28 | von Hebbel-Niemann, Ulrike | 1968 Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |
| 2:09:42 | Brinkmann, Hanna           | 1967 SV Sparta Werlte        | Löningen   | 24.06. |
| 2:14:08 | Moeken, Marlies            | 1966 SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 2:14:34 | Rensmann, Irmgard          | 1965 SV Bawinkel             | Salzkotten | 04.06. |
| 2:19:02 | Rietmann, Margret          | 1964 SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 2:19:35 | Abrams-Böwer, Petra        | 1966 Lauffreunde Emsland     | Hannover   | 26.03. |
| 2:21:11 | Sander, Renate             | 1964 SC Spelle-Venhaus       | Bremen     | 01.10. |
| 2:27:48 | Lüken, Petra               | 1968 Lauffreunde Emsland     | Berlin     | 02.04. |
| 2:44:48 | Bünker, Anja               | 1966 VfL Lingen              | Köln       | 01.10. |

[zurück](#)**Marathon**

Bestl. 2022: 3:53:55 Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup

|         |                  |                        |        |        |
|---------|------------------|------------------------|--------|--------|
| 3:51:23 | Bohnen, Cornelia | 1964 SC Spelle-Venhaus | Bremen | 01.10. |
|---------|------------------|------------------------|--------|--------|



|         |                     |      |                         |          |        |
|---------|---------------------|------|-------------------------|----------|--------|
| 4:21:01 | Mersmann, Maria     | 1966 | SV Lengerich-Handrup    | Berlin   | 24.09. |
| 4:27:48 | Künnemann, Renate   | 1968 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 24.09. |
| 4:30:45 | Nüße, Marion        | 1968 | Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 4:42:56 | Euskirchen, Conny   | 1966 | VfL Lingen              | Hamburg  | 23.04. |
| 4:50:26 | Abrams-Böwer, Petra | 1966 | Lauffreunde Emsland     | Hamburg  | 23.04. |

[zurück](#)

## Seniorinnen W60

[Stundenlauf](#)      [10 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)      [Marathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

### Stundenlauf

Bestl. 2022:                      10.930      Lehmann, Eva 1958 -- Lauffreunde Emsland

|       |                |      |                     |        |        |
|-------|----------------|------|---------------------|--------|--------|
| 9.720 | Behnen, Anette | 1964 | Lauffreunde Emsland | Börger | 30.06. |
|-------|----------------|------|---------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### 10 km Str.

|       |                 |      |                     |        |        |
|-------|-----------------|------|---------------------|--------|--------|
| 59:34 | Kompter, Margot | 1961 | Lauffreunde Emsland | Spelle | 11.08. |
|-------|-----------------|------|---------------------|--------|--------|

[zurück](#)

### Halbmarathon

Bestl. 2022:                      2:15:30      Zech, Erika 1960 -- VfL Lingen

|         |                          |      |                         |          |        |
|---------|--------------------------|------|-------------------------|----------|--------|
| 2:03:57 | Friedrich-Meier, Susanne | 1962 | Lauffreunde Emsland     | Hannover | 26.03. |
| 2:14:08 | Reker, Hedwig            | 1959 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen   | 01.10. |
| 2:19:26 | Hebbeler, Ingrid         | 1962 | SC Spelle-Venhaus       | Bremen   | 01.10. |
| 2:26:40 | Zech, Erika              | 1960 | VfL Lingen              | Berlin   | 02.04. |
| 2:30:05 | Knoche, Elfriede         | 1959 | SV Alemannia Salzbergen | Berlin   | 02.04. |
| 2:36:51 | Kruse, Biggy             | 1961 | VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |
| 2:47:58 | Fastabend, Sabine        | 1963 | VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |
| 2:55:41 | Meyer, Renate            | 1960 | VfL Lingen              | Köln     | 01.10. |

[zurück](#)

### Marathon

|         |                          |      |                     |           |        |
|---------|--------------------------|------|---------------------|-----------|--------|
| 4:48:04 | Friedrich-Meier, Susanne | 1962 | Lauffreunde Emsland | Frankfurt | 29.10. |
|---------|--------------------------|------|---------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

## Seniorinnen W65

[5 km Str.](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 5 km Str.

Bestl. 2022:                      32:08      Koetsenruijter-Fritz, Ella 1955 -- VfL Lingen

|       |              |                          |           |        |
|-------|--------------|--------------------------|-----------|--------|
| 26:14 | Lehmann, Eva | 1958 Lauffreunde Emsland | Haselünne | 05.05. |
|-------|--------------|--------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

---

## Seniorinnen W70

---

[5 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)      [Marathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 5 km Str.

|       |                |                              |           |        |
|-------|----------------|------------------------------|-----------|--------|
| 37:46 | Werth, Christa | 1953 LG Papenburg/Aschendorf | Papenburg | 23.04. |
|-------|----------------|------------------------------|-----------|--------|

[zurück](#)

### Halbmarathon

|         |                      |                 |      |        |
|---------|----------------------|-----------------|------|--------|
| 2:37:39 | Seybering, Elisabeth | 1953 VfL Lingen | Köln | 01.10. |
|---------|----------------------|-----------------|------|--------|

[zurück](#)

### Marathon

Bestl. 2022:                      5:42:53    Seybering, Elisabeth 1953 -- VfL Lingen

|         |                      |                 |           |        |
|---------|----------------------|-----------------|-----------|--------|
| 5:32:51 | Seybering, Elisabeth | 1953 VfL Lingen | Frankfurt | 29.10. |
|---------|----------------------|-----------------|-----------|--------|

[zurück](#)

---

## Seniorinnen W75

---

[10 km Str.](#)      [Halbmarathon](#)

[zurück zum Anfang](#)

### 10 km Str.

|       |               |                          |          |        |
|-------|---------------|--------------------------|----------|--------|
| 70:48 | Kappel, Erika | 1945 Lauffreunde Emsland | Hannover | 26.03. |
|-------|---------------|--------------------------|----------|--------|

[zurück](#)

### Halbmarathon

|         |                     |                        |        |        |
|---------|---------------------|------------------------|--------|--------|
| 2:19:05 | Dieckmännken, Maria | 1948 SC Spelle-Venhaus | Bremen | 01.10. |
|---------|---------------------|------------------------|--------|--------|

[zurück](#)

---

Erstellt mit COSA WIN 3.3.9.3 / 2.2.9.3 -- COSA-Software, Berggartenstr. 5a, D-38271 Baddeckenstedt

eMail: [renziesoft@aol.com](mailto:renziesoft@aol.com) Home-PAGE: [www.cosa-software.de](http://www.cosa-software.de)

Lizenziert für: NI/7700 NLV-Kreis Emsland e.V.

---