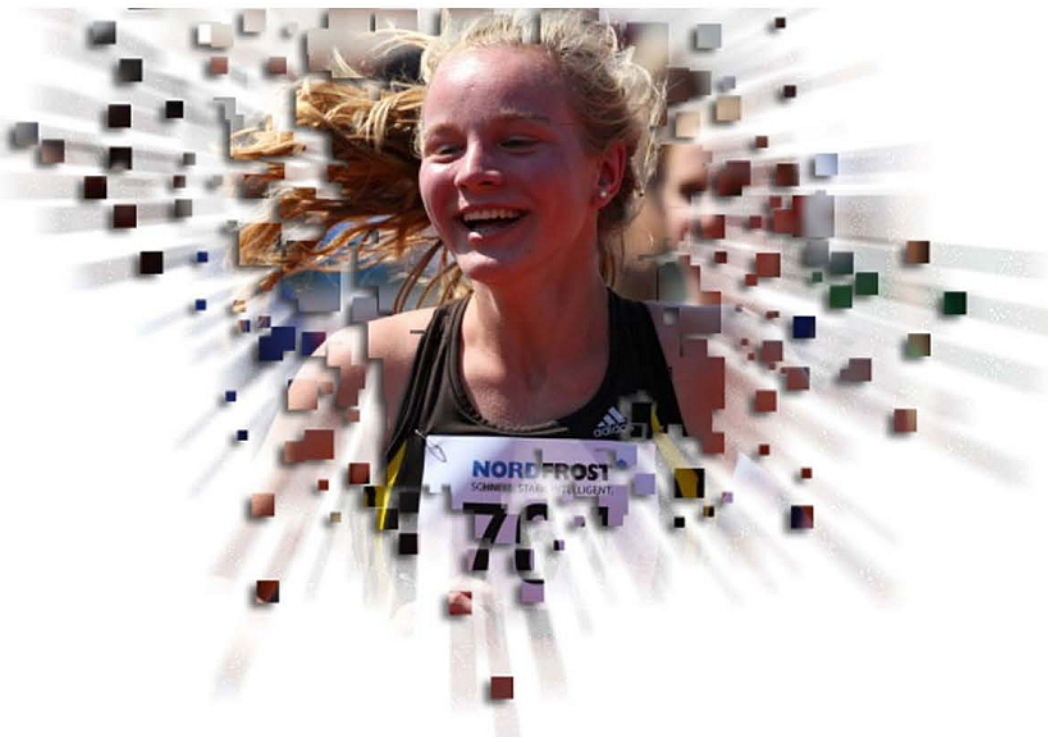


Kreisbestenliste und Kreisrekorde 2014



www.emsland-leichtathletik.de

zusammengestellt von Eva Lehmann

Foto: Carsten Nitze

Kreisrekorde (Stand 30.11.2014)

Männer

100 m Lauf	10,4 10,68	Barlage, Bernd Gloger, Martin	1947 1962	SV Lengerich-Handrup TV Meppen	Delmenhorst Bremen	12.09.1965 04.09.1982
200 m Lauf	21:67	Röttger, Stephan	1987	VfL Lingen	Schneverdingen	02.07.2006
400 m Lauf	48,10	Klues, Heinz	1957	VfL Lingen	Waibingen	12.06.1977
800 m Lauf	1:51,09	Gruber, Daniel	1989	LG Emstal Dörpen	Regensburg	05.06.2010
1.000 m Lauf	2:24,51	Gruber, Daniel	1989	LG Emstal Dörpen	Leverkusen	30.07.2008
1.500 m Lauf	3:40,79	Schlangen, Carsten	1980	SV Union Meppen	Wattenscheid	02.07.2005
3.000 m Lauf	8:01,69	Schlangen, Carsten	1980	SV Union Meppen	Cuxhaven	09.07.2005
5.000 m Lauf	14:04,00	Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Berlin	12.06.1976
10.000 m Lauf	30:44,60	Thünemann, Andreas	1964	TV Meppen	Melle	05.10.1983
Stundenlauf	19.082	Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Celle	28.03.1976
10 km Straße	31:05	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Lingen	04.06.2005
10 km Straße Mannschaft	1:43:10	SV Union Meppen Hegger, Thomas (1976); Bruns, Thomas (1978); Schlangen, Carsten (1980)			Lingen	04.07.1998
Halbmarathon	1:07:36	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Duisburg	30.04.2006
Halbmarathon Mannschaft	3:45:49	SV Concordia Emsbüren Fehren, Andreas (1971); Küpker, Edu (1970); Fehren, Heinz (1959)			Spelle	14.06.1996
Marathon	2:25:53	Hutmacher, Ulrich	1946	VfL Lingen	Nordholz	24.04.1976

Marathon Mannschaft	8:05.11	TuS Haren Dickmann, Friedhelm (1965); Möller, Olaf (1966); Schepers, Hermann (1954)	Berlin	30.09.1984
100 km	8:38.06	Theismann, Georg 1959 VfL Lingen	Hanau	29.04.2006
5 x 10 km	3:14:31	SC Spelle-Venhaus Grabowsky, Klaus-Dieter (1953); Revermann, Martin (1964); Althühlsing, Laurenz (1951); Ewels, Rainer (1958); Haarkötter, Hans-Werner (1950)	Rheine	06.09.1997
110 m Hürden	14,28	Kösters, Jens 1990 LG Papenburg/Aschendorf	Bremen	26.06.2011
400 m Hürden	54,52	Kösters, Sven 1990 LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	02.06.2012
3.000 m Hind.	9:04.80	Gebhardt, Peter 1955 VfL Lingen	Osnabrück	27.06.1974
4 x 100 m Staffel	42,54	LG Ernstal Dörpen Köttker, Michael (1985); Gruber, Timo (1984); Schmieders, Frank (1984); Gruber, Torsten (1984)	Halberstadt	19.06.2004
4 x 200 m Staffel	1:32,5	VfL Lingen Berensen, (1955); Stock, (1955); Otten, (1955); Klues, (1957)	Wolfsburg	11.06.1975
4 x 400 m Staffel	3:23,37	LG Ernstal Dörpen Köttker, Michael (1985); Gruber, Timo (1984); Schmieders, Frank (1984); Gruber, Torsten (1984)	Heilbronn	01.08.2004
3 x 1.000 m Staffel	7:55,70	LSG Hümmling Hoffmann, Patrick (1975); Kuper, Hermann (1975); Herzog, Rainer (1975)	Ahlen	08.06.1994
4 x 1.500 m Staffel	16:54,0	TV Papenburg Stenkhoff, Walter (1957); Meyer, Hermann-Josef (1955); Beckmann, Rolf (1960); Ziolkowski, Manfred (1955)	Bersenbrück	17.05.1980
Olympische Staffel	3:32,6	LSG Hümmling Benten, Christian (1976); Hoffmann, Patrick (1975); Leugers, Hans-Jürgen (1974); Herzog, Rainer (1975)	Goslar	06.06.1993
10.000 m Bahngehen	51:37,00	Krull, Franz-Josef 1958 SV DJK Geeste	Senden	23.10.1976
Hochsprung	2,20	Zumsande, Hannes 1979 LG Ernstal Dörpen	Oldenburg	06.06.1998
Stabhochsprung	4,50	Schwagmann, Norbert 1973 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	14.06.1992
Weitsprung	7,47	Gebert, Hans 1948 SV Sigiltra Sögel	Oldenburg	31.05.1969

Dreisprung	13,84	Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Dörpen	18.09.1993
Kugelstoss 7,26 kg	16,47	Spiller, Peter	1941	LG Papenburg/Aschendorf	Sögel	07.09.1980
Diskuswurf 2,0 kg	45,76	Kieras, Günther	1961	TV Rütenbrock	Osnabrück	08.05.1994
Hammerwurf 7,26 kg	51,92	Kieras, Günther	1961	TV Rütenbrock	Rütenbrock	28.06.1995
Speerwurf 800 g	62,76	Obermüller, Andreas	1974	LG Ermsal Dörpen	Scheeßel	26.05.1996
Gewicht 15,88 kg	14,44	Kieras, Günther	1961	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	04.10.2003
5-Kampf (Weit-Speer 800g- 200m-Diskus 2kg- 1.500m)	3.176	Buss, Heinz 6,79-45,75-23,30-30,71-4:41,20	1950	VfL Lingen	Lingen	08.08.1971
5-Kampf Mannschaft	8.120	TV Meppen Gloger, Martin (1962); Mogge, Manfred (1943); Mogge, Oliver (1965)			Osnabrück	26.09.1982
10-Kampf (100m-Weit-Kugel- Hoch-400m/110mH- Diskus-Stab-Speer- 1.500m)	5.750	Suer, Friedrich 11,80-6,41-11,81-1,90-57,7/16,20-40,32-3,05- 45,36-5:32,60	1966	SC Osterbrock	Osnabrück	04./05. 09.1993
10-Kampf Mannschaft	14.827	LG Papenburg/Aschendorf Bahnes, (1962); Kukulies, (1964); Beckmann, (1960)			Bersenbrück	18./19. 09.1982
Bezirksliga	4.887	SC Osterbrock			Dörpen	29.05.1994
Landesliga	10.716	TV Papenburg			Lehrte	21.05.1995

Frauen

100 m Lauf	12,07	Linke, Janine	1983	SC Osterbrock	Dresden	15.07.2000
200 m Lauf	24,71	Linke, Janine	1983	SC Osterbrock	Mönchengladbach	29.06.2002
400 m Lauf	55,57	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Rostock	27.08.1994
800 m Lauf	2.02,62	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Siegburg	22.07.1995

1.000 m Lauf	2:40,66	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Zürich	17.08.1994
1.500 m Lauf	4:09,12	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Rhede	30.07.1995
3.000 m Lauf	9:11,13	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Dortmund	12.05.2011
5.000 m Lauf	15:54,00	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Koblenz	25.05.2011
10.000 m Lauf	34:45,32	Möller, Michaela	1973	SV Holtensia Holte	Osnabrück	24.05.1997
Stundenlauf	14.750	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.10.2010
10 km Straße	35:39	Schwennen, Cornelia	1987	SV Concordia Emsbüren	Karlsruhe	13.09.2008
10 km Straße Mannschaft	2:05:09	VfL Lingen Musekamp, L. (1986); Friesen, H. (1986); Brink, J. (1987)			Lingen	24.05.2003
15 km Straße	57:19	Vehring, Sonja	1974	SV Concordia Emsbüren	Melle	19.04.1993
15 km Straßenmannschaft	3:22:14	SV Holtensia Holte Möller, M. (1973); Möller, A. (1973); Möller, S. (1972)			Husum	21.04.1990
Halbmarathon	1:18:09	Möller, Michaela	1973	SV Holtensia Holte	Neustadt	22.03.1997
Halbmarathon Mannschaft	5:12:38	SV Lengerich-Handrup Mersmann, Maria (1966); Ricke, Andrea (1969); Berling, Heike (1969)			Bawinkel	19.04.2003
Marathon	3:16:30	Mersmann, Maria	1966	SV Lengerich-Handrup	Berlin	29.09.2013
Marathon Mannschaft	10:36:30	LG Papenburg/Aschendorf Abels, Hella (1942); Runde, (1946); Domke, (1946)			Herzlake	31.10.1982
5 x 10 km Staffel	3:49:48	SC Spelle-Venhaus Heilmann, S. (); Diekmännken, Maria (); Brinkmann, C. (); Lampen, A. (); Rolling, C. ()			Rheine	06.09.1997
100 m Hürden	14,3 14,59	Ganseforth, Annette Spiller, Christina	1979 1987	LG Emstal Dörpen LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück Papenburg	15.05.1988 26.06.1999
400 m Hürden	61,9	Wiegmann, Annette	1958	VfL Lingen	Wolfsbrug	04.05.1978
4 x 100 m Staffel	48,96	TV Papenburg Spiller, (1979); Reiners, (1978); Kuhr, (1979); Brauer, (1979)			Delmenhorst	14.06.1997

4 x 400 m Staffel	3:54,5	LG Ernstal Dörpen Banach, (1971); Meiners, (1971); Kruth, (1974); Wiebeziak, (1971)	Göttingen	12.05.1990
3 x 800 m Staffel	6:37,56	LG Ernstal Dörpen Ohmstede, Dörthe (1989); Hunfeld, Karina (1989); Thieke, Stephanie (1986)	Wattenscheid	03.07.2005
Olympische Staffel	4:00,93	LG Ernstal Dörpen Thieke, Stephanie (1986); Hermes, Theresa (1989); Ohmstede, Dörthe (1989); Hunfeld, Karina (1989)	Osnabrück	06.09.2005
3.000 m Bahngehen	16:09,2	Kötter, Marion	Fürstenau	27.07.1982
5.000 m Bahngehen	27:59,34	Brökeren, Mania	Fürstenau	27.07.1982
Hochsprung	1,77	Reiners, Jennifer	Osnabrück	16.06.1986
Stabhochsprung	2,40 2,40	Herbers, Maria Spiller, Christina	Dörpen Dörpen	18.09.1993 14.09.1996
Weitsprung	6,48	Ganseforth, Annette	Hamburg	12.08.1989
Dreisprung	12,80	Herbers, Maria	Frankfurt	29.06.1997
Kugelstoss 4,0 kg	14,59	Hermes, Sandra	Emmelshausen	03.10.1999
Diskuswurf 1,0 kg	44,40	Braun, Renate	Oldenburg	02.06.1990
Hammerwurf 4,0 kg	49,22	Angermann, Adelheid	Celle	01.07.2012
Speerwurf 600 g	38,93	Janssen, Marion	Papenburg	12.05.2001
5-Kampf (100m-Hoch-Kugel- Weit-800m)	3.318	Herbers, Maria 13,20-1,64-10,44-5,64-2,46,47	Wilhelmshaven	01.10.2000
5-Kampf Mannschaft	7.816	SC Osterbrock Herbers, Maria (1974); Brückner, Grete (1982); Sievers, Anna (1982)	Wilhelmshaven	30.09.2001
7-Kampf (100m+Hoch-Kugel- 200m+Weit-Speer- 800m)	5.265	Reiners, Jennifer 15,39-1,63-10,68-25,50/5,89-36,10-2:16,01	Bernhausen	21.02, 06.1997
7-Kampf Mannschaft	13.490	LG Papenburg/Aschendorf Reiners, Jennifer (1978); Spiller, (1979); Kuhr, (1979)	Salzgitter	07.08, 08.1997

Regionalliga	9.792	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	20.09.1998
Landesliga	7.631	LG Emstal Dörpen	Dörpen	12.05.1996
Bezirksliga	4.011	VfL Lingen	Lingen	04.07.2005

Männliche Jugend U20 (18 - 19 Jahre)

100 m Lauf	10,4 10,71	Barlage, Bernd Gloger, Martin	1947 1962	SV Lengerich-Handrup TV Meppen	Delmenhorst Frankfurt	12.09.1965 09.08.1980
200 m Lauf	21,67	Röttger, Stephan	1987	VfL Lingen	Schneverdingen	02.07.2006
400 m Lauf	48,0 48,64	Klus, Heinz Röttger, Stefan	1957 1987	VfL Lingen VfL Lingen	Obersuhl Rostock	16.07.1976 20.08.2006
800 m Lauf	1:51,99	Gruber, Daniel	1989	LG Emstal Dörpen	Recklinghausen	26.07.2008
1.000 m Lauf	2:24,51	Gruber, Daniel	1989	LG Emstal Dörpen	Leverkusen	30.07.2008
1.500 m Lauf	3:49,0	Gebhardt, Peter	1955	VfL Lingen	Berlin	25.08.1974
3.000 m Lauf	8:27,30	Klingenberg, Sadik	1989	LG Emstal Dörpen	Berlin	20.07.2008
5.000 m Lauf	14:15,0	Gebhardt, Peter	1955	VfL Lingen	Lübeck	25.05.1974
10.000 m Lauf	30:44,6	Thünnemann, Andreas	1964	TV Meppen	Melle	05.10.1983
Stundenlauf	16.140	Klingenberg, Sadik	1989	LG Emstal Dörpen	Dörpen	02.10.2005
10 km Straße	32:05	Oting, Thomas	1987	SV Concordia Emsbüren	Oldenburg	15.10.2006
10 km Straße Mannschaft	1:44:22	TuS Haren Kuhl, Christian (1975); Sibum, Norbert (1975); Trehen, Jan (1976)			Spelle	10.06.1994
15 km Straße	49:49	Strotmann, Matthias	1974	SV Holtensia Holte	Melle	18.04.1993
15 km Straße Mannschaft	2:39:54	TuS Haren Kuhl, Christian (1975); Sibum, Norbert (1975); Trehen, Jan (1976)			Melle	10.04.1994
Halbmarathon	1:27:59	Varnhorn, Michael	1983	SV Haselünne	Bawinkel	30.03.2002

Marathon	2:37,05	Möller, Olaf	1966	TuS Haren	Berlin	29.09.1985
110 m Hürden	13,95	Kösters, Jens	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Zeven	30.05.2009
400 m Hürden	55,29	Kösters, Sven	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.06.2009
2.000 m Hind.	5:58,16	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Oldenburg	08.06.1997
4 x 100 m Staffel	42,86	LG Emstal Dörpen Köttker, Michael (1985); Gruber, Timo (1984); Schmieders, Frank (1984); Gruber, Torsten (1984)			Gretesch	06.06.2003
4 x 400 m Staffel	3:25,20	LG Emstal Dörpen Köttker, Michael (1985); Gruber, Torsten (1984); Schnieders, Frank (1984); Gruber, Timo (1984)			Hamelh	01.06.2003
3 x 1.000 m Staffel	7:55,70	LSG Hümmling Hoffman, Patrick (1975); Kuper, (1975); Herzog, Rainer(1975)			Ahlen	08.06.1994
Olympische Staffel	3:32,6	LSG Hümmling Benten, Christian (1976); Hoffmann, Patrick (1975); Leugers, (1974); Herzog, Rainer (1975)			Goslar	06.06.1993
Schwedenstaffel	2:03,56	LG Emstal Dörpen Gruber, Timo (1984); Jönen, S. (1984); Gruber, Torsten (1984); Köttker, Michael (1985)			Osnabrück	04.09.2001
5.000 m Bahngehen	26:05,4	Krull, Franz-Josef	1958	SV DJK Geeste	Bielefeld	17.04.1976
10.000 m Bahngehen	51:37,0	Krull, Franz-Josef	1958	SV DJK Geeste	Senden	23.10.1976
Hochsprung	2,20	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Oldenburg	06.06.1998
Stabhochsprung	4,50	Schwagmann, Norbert	1973	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	14.06.1992
Weitsprung	7,21	Barlage, Bernd	1947	SV Lengerich-Handrup	Handrup	29.08.1965
Dreisprung	13,61	Wilkens, Holger	1973	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	27.09.1992
Kugelstoss 6,0 kg	14,84	Robin, Oliver (mit 6,25 kg Kugel gestossen)	1979	LG Emstal Dörpen	Oldenburg	06.06.1998
Diskuswurf 1,75 kg	44,24	Robin, Oliver	1979	LG Emstal Dörpen	Leer	14.09.1997
Hammerwurf 6,0 kg	52,84	Felthaus, Michael (mit 6,25 kg Hammer geworfen)	1976	LG Emstal Dörpen	Dissen	15.05.1995
Speerwurf 800 g	58,23	Robin, Oliver	1979	LG Emstal Dörpen	Papenburg	24.05.1998

Ballwurf 200 g	71,50	Langhanke, Florian	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Stade	28.06.2005
3-Kampf (100m-Weit-Kugel)	1.963	Schauf, Thorsten 11,5-6,10-12,75	1978	VfL Lingen	Papenburg	19.04.1997
5-Kampf (100m-Weit-Kugel-Hoch-400m)	3.557	Röttger, Stephan 10,91*-6,73*-9,75-1,76-48,98	1987	VfL Lingen	Papenburg	17.06.2006
5-Kampf Mannschaft	13.821	VfL Lingen Röttger, Stephan (1987); Lindner, Alexander (1988); Mehlmann, Paul (1988); Dietz, Armin (1987); Ermstberger, Fabian (1988)			Papenburg	10.06.2006
10-Kampf (100m-Weit-Kugel-Hoch-400m/100mH-Diskus-Stab-Speer-1.500m)	6.171	Christel, Matthias 11,27-6,66-11,61-1,80-50,79/15,32-31,37-3,00-37,67-4:52,64	1981	VfL Lingen	Zeven	08./09. 07.2000
10-Kampf Mannschaft	15.398	LG Papenburg/Aschendorf Kösters, Jens (1990) - 5.520; Kösters, Sven (1990) - 5.163; Schütt, Christian (1990) - 4.715			Osnabrück	25./26. 04.2009
DJMM Gruppe 1	13.749	VfL Lingen			Lingen	10.08.1996
DJMM Gruppe 2	9.304	VfL Lingen			Hannover	25.09.2005
DJMM Gruppe 3	5.825	LG Emstal Dörpen			Dörpen	21.09.1997

Weibliche Jugend U20 (18 - 19 Jahre)

100 m Lauf	12,07	Linke, Janine	1983	SC Osterbrock	Dresden	15.07.2000
200 m Lauf	24,71	Linke, Janine	1983	SC Osterbrock	Mönchengladbach	29.06.2002
400 m Lauf	55,59	Hunfeld, Karina	1989	LG Emstal Dörpen	Wattenscheid	22.07.2006
800 m Lauf	2:04,49	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Kassel	26.05.1993
1.500 m Lauf	4:18,42	Thieke, Stephanie	1986	LG Emstal Dörpen	Grosseto/ITA	16.07.2004
3.000 m Lauf	9:22,73	Thieke, Stephanie	1986	LG Emstal Dörpen	Dessau	04.06.2004
5.000 m Lauf	16:41,9	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Lingen	11.09.1993

10 km Straße	36:45	Schwennen, Cornelia	1987	SV Concordia Emsbüren	Ohrdruf	17.03.2005
10 km Straße Mannschaft	2:05:09	VfL Lingen Muskekamp, (1986); Brink, (1987); Friesen, (1986)			Lingen	24.05.2003
100 m Hürden	14,3 14,63	Ganseforth, Annette Spiller, Christina	1970 1987	LG Emstal Dörpen LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück Berlin	15.05.1988 26.06.1988
400 m Hürden	62,05	Jüngerink, Luísa	1995	SV Sparta W.erte	Papenburg	18.06.2011
2.000 m Hind.	9:38,02	Folkerts, Christina	1991	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.08.2009
4 x 100 m Staffel	48,96	TV Papenburg Spiller, Christina (1979); Reiner, Jennifer (1978); Kuhr, Petra (1979); Brauer, Martina (1979)			Delmenhorst	16.06.1997
4 x 400 m Staffel	3:48,76	LG Emstal Dörpen Ohmstede, Dörthe (1989); Hermes, Theresa (1989); Behrends, Ann-Katrin (1991); Hunfeld, Karina (1989)			Erfurt	22.07.2007
3 x 800 m	6:33,07	LG Emstal Dörpen Jansen, Esther (1984); Heskamp, Katrin (1985); Thieke, Stephanie (1986)			Delmenhorst	16.06.2002
Olympische Staffel	4:00,93	LG Emstal Dörpen Thieke, Stephanie (1986); Hermes, Theresa (1989); Ohmstede, Dörthe (1989); Hunfeld, Karina (1989)			Osnabrück	06.09.2005
Schwedenstaffel	2:20,78	LG Emstal Dörpen Jansen, (1984); Thieke, (1986); Heskamp, (1985); Busmann, (1985)			Osnabrück	04.09.2001
3.000 m Bahngehen	16:09,2	Kötter, Marion	1967	LG Hümmling	Fürstenau	27.07.1982
5.000 m Bahngehen	27:59,34	Bröerken, Maria	1972	LG Hümmling	Lübeck	08.07.1988
Hochsprung	1,77	Reiners, Jennifer	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	19.06.1996
Stabhochsprung	2,40 2,40	Herbers, Maria Spiller, Christina	1974 1979	SC Osterbrock TV Papenburg	Dörpen Dörpen	18.09.1993 14.09.1996
Weitsprung	6,48	Ganseforth, Annette	1970	LG Emstal Dörpen	Hamburg	12.08.1989
Dreisprung	11,96	Herbers, Maria	1974	SC Osterbrock	Berlin	05.09.1993
Kugelstoss 4,0 kg	13,75	Hermes, Sandra	1976	LG Emstal Dörpen	Papenburg	30.09.1994
Diskuswurf 1,0 kg	41,31	Niers, Claudia	1983	SV Groß Hesepe	Hameln	08.06.2002
Hammerwurf 4,0 kg	49,22	Angermann, Adelheid	1994	LAV Meppen	Celle	01.07.2012

Speerwurf 600 g	38,75	Völker, Nadine	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Celle	30.06.2012
4-Kampf (100mH-Hoch- Kugel 4kg-200m)	3.077	Reiners, Jennifer 15,27-1,72-10,35-25,52	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Vaterstetten	31.08.1996
4-Kampf Mannschaft	11.559	LG Papenburg/Aschendorf Reiners, Jennifer (1978); Spiller, Christina (1979); Kuhr, Petra (1979); Köhnen, Stephanie (1978); Brauer, Martina (1979)			Hannover	01.06.1996
7-Kampf (100mH-Hoch-Kugel 4kg- 200m/Welt- Speer 600g-800m)	5.265	Reiners, Jennifer 15,39-1,63-10,68-25,50/5,89-36,12-2:16,01	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Bernhausen	21.02. 06.1997
7-Kampf Mannschaft	13.490	LG Papenburg/Aschendorf Reiners, Jennifer (1978) - 5.222; Spiller, Christina (1979) - 4.634; Kuhr, Petra (1979) - 3.634			Salzgitter	07.08. 06.1997
DJMM Gruppe 1	9.665	VfL Lingen			Wunstorf	29.09.2003
DJMM Gruppe 2	6.848	VfL Lingen			Hannover	25.09.2005
DJMM Gruppe 3	4.008	TV Papenburg			Dörpen	29.05.1994

Männliche Jugend U18 (16 - 17 Jahre)

100 m Lauf	10,8 11,24 11,24	Gloger, Martin Schmieders, Dirk Röttger, Stephan	1962 1982 1987	TV Meppen SV Union Meppen VfL Lingen	Oldenburg Osnabrück Osnabrück	01.07.1978 30.05.1999 07.09.2004
200 m Lauf	21,8 22,08	Gloger, Martin Gloger, Martin	1962 1962	TV Meppen TV Meppen	Osnabrück Göttingen	14.06.1979 30.07.1978
300 m Lauf	35,31	Christel, Eimar	1975	VfL Lingen	Holzminden	21.06.1992
400 m Lauf	50,52	Hinrichs, Günther	1965	SV Sparta Werthe	Holzminden	06.09.1981
800 m Lauf	1:55,2	Lenfert, Kai	1966	TV Meppen	Weyhe	31.08.1983
1.000 m Lauf	2:32,09	Klingenberg, Sadiq	1989	LG Ermsal Dörpen	Leverkusen	28.07.2006
1.500 m Lauf	3:58,2	Lenfert, Kai	1966	TV Meppen	Melle	14.09.1983

3.000 m Lauf	8:42,4	Funke, Wilhelm	1959	TuS Haren	Augsburg	25.07.1975
5.000 m Lauf	15:03,2	Funke, Wilhelm	1959	TuS Haren	Bremerhaven	07.08.1976
Stundenlauf	16.140	Klingenberg, Sadik	1989	LG Ernstal Dörpen	Dörpen	02.10.2005
7,5 km Straße	24:33	Berends, Thorsten	1976	LSG Hümmling	Emmerthal	08.08.1993
7,5 km Straße Mannschaft	1:16:36	LSG Hümmling Herzog, Patrick (1975); Benten, Christian (1976); Berends, Thorsten (1976)			Koblenz	25.04.1993
10 km Straße	32:13	Schneiders, Ingo	1988	SV Concordia Emsbüren	Ohndruf	13.03.2005
10 km Straße Mannschaft	1:39:22	SV Concordia Emsbüren Schneiders, Ingo (1988); Gruber, Daniel (1989); Schneiders, Marcel (1988)			Ohndruf	13.03.2005
110 m Hürden	14,22	Kösters, Jens	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Ulm	03.08.2007
300 m Hürden	40,34	Gerdas, Markus	1981	LG Ernstal Dörpen	Oldenburg	06.06.1998
400 m Hürden	56,02	Kösters, Jens	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	10.06.2006
2.000 m Hind.	6:16,77	Schneiders, Marcel	1988	SV Concordia Emsbüren	Zeven	14.05.2005
4 x 100 m Staffel	43,86	LG Ernstal Dörpen Spellbring, Johannes (1985); Gruber, Timo (1984); Köttker, Michael (1985); Gruber, Torsten (1984)			Braunschweig	06.07.2001
3 x 1.000 m Staffel	8:03,6	VfL Lingen van Hooven, Andreas (1971); Koopmann, Stephan (1971); Schröer, Carsten (1971)			Wunstorf	08.05.1988
Olympische Staffel	3:46,72	LG Ernstal Dörpen Gruber, Timo (1984); Gruber, Torsten (1984); Spellbring, Johannes (1985); Jöhen, Sebastian (1984)			Osterode	17.06.2001
Schwedenstaffel	2:03,56	LG Ernstal Dörpen Gruber, Timo (1984); Jöhen, Sebastian (1984); Gruber, Torsten (1984); Köttker, Michael (1985)			Osnabrück	04.09.2001
5.000 m Bahngehen	27:21,5	Klose, Jörg	1965	LG Hümmling	Lüchow	06.07.1980
10km Straße Gehen	55:27	Klose, Jörg	1965	LG Hümmling	Grevenbroich	19.10.1980
Hochsprung	2,12	Zumsande, Hannes	1979	LG Ernstal Dörpen	Eberstadt	08.09.1996
Stabhochsprung	4,22	Schwagmann, Norbert	1973	LG Ernstal Dörpen	Scheeßel	03.06.1990
Weitsprung	6,68 6,68	Barlage, Bernd Vey, Alexander	1947 1973	SV Lengerich-Handrup LG Ernstal Dörpen	Lingen Osnabrück	13.06.1964 30.09.1990

Dreisprung	12,91	Hinrichs, Wilfried	1963	LG Emstal Dörpen	Oldenburg	13.08.1980
Kugelstoss 5,0 kg	15,31	Stahl, Tobias	1974	TV Meppen	Meppen	12.09.1990
Diskuswurf 1,5 kg	44,76	Robin, Oliver	1979	LG Emstal Dörpen	Oldenburg	28.06.1994
Hammerwurf 5,0 kg	59,00	Dröge, Carsten	1977	LG Emstal Dörpen	Salzgitter	25.06.1994
Speerwurf 700 g	45,87	Hater, Jannes	1997	VfL Lingen	Meppen	12.06.2014
Ballwurf 200 g	71,50	Langanke, Florian	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Stade	28.06.2005
5-Kampf (100m-Wreit-Kugel-Hoch-400m)	3.242	Kösters, Jens 11,43(+1,9)-6,43(+2,0)-11,50-1,71-53,38	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.2007
5-Kampf Mannschaft	13.642	VfL Lingen Höckner, Jonas (1990); Dietz, Alexander (1990); Kaufmann, Sven (1989); Jäckering, Matthe (1990); Friesen, Peter (1989)			Papenburg	10.06.2006
10-Kampf (100m-Wreit-Kugel-Hoch-400m/110mH-Diskus-Stab-Speer-1.500m)	5.334	Kösters, Sven 11,61(+1,3)-6,10(+1,2)-10,31-1,80-53,30-15,63(+0,1)-25,75-2,80-31,49-5:27,8	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.2007
10-Kampf Mannschaft	16.183	LG Emstal Dörpen Schwagmann, (1973); Kruth, (1974); Vey, (1973)			Dörpen	06.05.1990
DJMM Gruppe 2	8.304	VfL Lingen			Lingen	12.07.2006
DJMM Gruppe 3	5.501	VfL Lingen			Lingen	04.07.2005
DJMM Gruppe 4	4.318	VfL Lingen			Lingen	23.09.2007

Weibliche Jugend U18 (16 - 17 Jahre)

100 m Lauf	12,07	Linke, Janine	1983	SC Osterbrook	Dresden	15.07.2000
200 m Lauf	24,78	Hermes, Theresa	1989	LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	09.07.2005
300 m Lauf	40,67	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Schöningh	24.06.1990
400 m Lauf	55,59	Hunfeld, Karina	1989	LG Emstal Dörpen	Wattenscheid	22.07.2006

800 m Lauf	2:06,98	Bruns, Anne	1974	LAV Meppen	Lübeck	07.07.1990
1.500 m Lauf	4:21,05	Thieke, Stephanie	1986	LG Emstal Dörpen	Mannheim	22.06.2003
3.000 m Lauf	9:33,29	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Marrakesch/MAR	14.07.2005
5.000 m Lauf	17:21,58	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Papenburg	30.09.2005
7,5 km Straße	28:31	Musekamp, Lea	1986	VfL Lingen	Emmerthal	19.10.2002
7,5 km Straße Mannschaft	1:34:24	VfL Lingen Museumkamp, Lea (1986); Friesen, Heike (1986); Klus, Corinna (1986)			Emmerthal	19.10.2002
10 km Straße	37:19	Schwennen, Cornelia	1987	SV Concordia Emsbüren	Mesum	29.11.2003
10 km Straße Mannschaft	2:05:09	VfL Lingen Museumkamp, Lea (1986); Friesen, Heike (1986); Brink, Janne (1987)			Lingen	24.05.2003
100 m Hürden	14,64 14,64	Kruth, Daniela Spiller, Christina	1974 1979	LG Emstal Dörpen LG Papenburg/Aschendorf	Bruchköbel Osnabrück	15.07.1990 16.06.1996
300 m Hürden	45,46	Tammen, Heidrun	1981	LG Emstal Dörpen	Oldenburg	06.06.1998
400 m Hürden	62,05	Jüngerink, Luisa	1995	SV Sparta Wertle	Papenburg	18.06.2011
1.500 m Hind.	5:10,55	Deters, Franziska	1993	LAV Meppen	Rhede	09.08.2009
4 x 100 m Staffel	50,14 50,14	LG Emstal Dörpen Runde, Margret (1970); Wiebeziek, Elke (1971); Gansforth, Annette (1970); Wilholt, Ursula (1971) LG Emstal Dörpen Gerdes, Christine (1981); Gruber, Vanessa (1982); Gallinowski, Julia (1980); Tammen, Heidrun (1981)			Wunstorf Lüdenscheid	14.09.1986 04.07.1997
3 x 800 m Staffel	6:52,95	LG Emstal Dörpen Jansen, Esther (1984); Heskamp, Kathrin (1985); Thieke, Stephanie (1986)			Wilhelmshaven	09.06.2001
Schwedenstaffel	2:20,78	LG Emstal Dörpen Jansen, Esther (1984); Heskamp, Kathrin. (1985); Thieke, Stefanie (1986); Busemann, A. (1985)			Osnabrück	04.09.2001
3.000 m Bahngehen	16:09,2	Kötter, Marion	1967	LG Hümmling	Fürstenau	27.07.1982
5.000 m Bahngehen	27:59,34	Bröerken, Maria	1972	LG Hümmling	Lübeck	08.07.1988
Hochsprung	1,76 1,76	Reiners, Jennifer Schmitz, Verena	1978 1996	LG Papenburg/Aschendorf LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg Rostock	13.06.1995 07.07.2012

Stabhochsprung	2,40	Spiller, Christina	1979	TV Papenburg	Dörpen	14.09.1996
Weitsprung	6,34	Ganseforth, Annette	1970	LG Ernstal Dörpen	Leer	12.09.1987
Dreisprung	11,66	Reiners, Jennifer	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Oldendorf	17.06.1995
Kugelstoss 3,0 kg	13,59	de Vries, Nicole	1981	LG Papenburg/Aschendorf	Imelshausen	03.10.1996
Diskuswurf 1,0 kg	39,05	Niers, Claudia	1983	SV Groß Hesepe	Aurich	10.07.2000
Hammerwurf 3,0 kg	46,18	Angermann, Adelheid (mit 4 kg Hammer geworfen)	1994	LAV Meppen	Fränkisch-Crumbach	13.06.2011
Speerwurf 500 g	37,71	Klumpe, Elisabeth (mit 600 g Speer)	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	09.10.2011
4-Kampf (100mH-Hoch-Kugel 4kg-100m)	2.979	Spiller, Christina 15,11-1,64-10,73 (4kg)-12,87	1979	LG Papenburg/Aschendorf	Winsem/Luhe	22.06.1996
4-Kampf Mannschaft	11.373	LG Papenburg/Aschendorf Reiners, Jennifer (1978); Spiller, Christina (1979); Kohnen, Stephanie (1978) Kühr, Petra (1979); Brauer, Martina (1979)			Salzgitter	27.08.1995
7-Kampf (100mH-Hoch-Kugel -100m/Weit-Speer-800m)	4.818	Reiners, Jennifer 15,25-1,64-9,11 (4kg)-13,15/ 5,70-31,36 (600g)-2,25,47	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Salzgitter	26./27. 08.1995
7-Kampf Mannschaft	12.769	LG Papenburg/Aschendorf Spiller, Christina (1979); Kühr, Petra (1979); Brauer, Martina (1979)			Vaterstetten	20./21. 08.1996
DJMM Gruppe 1	8.717	LG Ernstal Dörpen			Dörpen	21.09.1997
DJMM Gruppe 2	7.031	LG Ernstal Dörpen			Dörpen	19.09.1998
DJMM Gruppe 3	3.781	VfL Lingen			Lingen	04.07.2005
DJMM Gruppe 4	3.779	LG Papenburg/Aschendorf			Emden	24.09.2006

Männliche Jugend U16 (14 - 15 Jahre)

5 km Straße Mannschaft	55:24	SV Concordia Emsbüren Wagemaker, A. (1981); Schröder, G. (1981); Bach, S. (1981)			Löningen	27.10.1996
------------------------	-------	---	--	--	----------	------------

4 x 100 m Staffel	46,07	VfL Lingen Jäckering, M. (1990); Dietz, A. (1990); Grambach, J. (1990); Höckner, J. (1990)	Wilhelmshaven	26.06.2005
3 x 1.000 m Staffel	8:25,30	VfL Lingen Schrör, C. (1971); Hoffmann, H. (1972); Van Hooven, A. (1971)	Lingen	08.05.1986
3-Kampf Mannschaft (100m-Weit-Ball)	7.3.10	VfL Lingen Höckner, Jonas (1990); Dietz, Alexander (1990); Jäckering, Matthe (1990) Grambach, Jonas (1990); von Haugwitz, Philipp (1990)	Lingen	08.06.2005
3-Kampf Mannschaft (100m-Weit-Kugel)	6.3.21	SV Sparta Werthe Renken, Stefan(1998) - 1.489; Hanekamp, Nils(1998) - 1.302; Merschendorf, Tobias(1998) - 1.256; Janssen, Jonas(1998) - 1.143; Jüngerink, Jan(1998) - 1.131	Lingen	25.08.2013
4-Kampf Mannschaft (100m-Weit-Kugel- Hoch)	10.496	LG Papenburg/Aschendorf Kösters, Sven (1990); Schütt, Christian (1990); Kösters, Jens (1990) Gerbrand, Thomas (1990); Bürmann, Kevin (1991)	Lingen	28.08.2005
8-Kampf Mannschaft (80m-H-Weit-Kugel- Hoch/Diskus-Stab- Speer-1.000m)	12.217	LG Ernstal Dörpen Schwagmann, (1973); Paetsch, (1973); Bromisch, (1973)	Oldenburg	03./04. 09.1988
Block Mannschaft	12.309	LG Papenburg/Aschendorf Kösters, Jens (1990); Kösters, Sven (1990); Schütt, Christian (1990) Bloemer, Mark (1992); Bürmann, Kevin (1991)	Munster	19.06.2005
DSMM Gruppe 2	8.496	VfL Lingen	Hannover	26.09.2004
DSMM Gruppe 3	6.061	VfL Lingen	Lingen	30.06.1998
DSMM Gruppe 4	4.555	LG Papenburg/Aschendorf	Werthe	02.10.2005

Jugend M15

100 m Lauf	11,0 11,60	Gloger, Martin 1962 Stevens, Hannes 1988	LG Erstal Dörpen TV Meppen 1988	Wunstorf Schneverdingen	13.08.1977 22.06.2003
300 m Lauf	37,01	Stevens, Hannes	1988	LG Ernstal Dörpen	21.06.2003
800 m Lauf	1:58,96	Gruber, Daniel	1989	LG Ernstal Dörpen	06.06.2004
1.000 m Lauf	2:35,7	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	05.10.1983

2.000 m Lauf	5:47,0	Gruber, Daniel	1989	LG Emstal Dörpen	Nordhorn	18.09.2004
3.000 m Lauf	9:09,70	Klingenberg, Sadik	1989	LG Emstal Dörpen	Berlin	04.09.2004
5 km StraÙe	15:48	Klingenberg, Sadik	1989	LG Emstal Dörpen	Lingen	04.05.2004
80 m Hürden	11,20	Kösters, Jens	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	02.07.2005
300 m Hürden	41,07	Kösters, Jens	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Hamburg	03.09.2005
3.000 m Bahngehen	16:08,6	Klose, Jörg	1965	LG Hümmling	Oldenburg	06.09.1980
5.000 m Bahngehen	27:21,5	Klose, Jörg	1965	LG Hümmling	Lüchow	07.07.1980
Hochsprung	1,92	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Oldenburg	25.06.1994
Stabhochsprung	3,40	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.06.1994
Weitsprung	6,23	Höckner, Jonas	1990	VfL Lingen	Hamburg	03.09.2005
Dreisprung	12,25	Osewold, Udo	1983	LG Emstal Dörpen	Oldendorf	18.07.1998
Kugelstoss 4,0 kg	15,45	Stahl, Tobias	1974	TV Meppen	Meppen	08.09.1989
Diskuswurf 1,0 kg	51,82	Dröge, Carsten	1977	LG Rapid 88	Dörpen	29.05.1992
Hammerwurf 4,0 kg	51,40	Dröge, Carsten	1977	LG Rapid 88	Dörpen	29.05.1992
Speerwurf 600 g	43,78	Schüttli, Christian	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	23.04.2005
Ballwurf 200 g	80,00	Heemann, Bernd	1994	SV Sparta Wette	Stuhr	27.06.2009
3-Kampf (100m-Weit-Ball 200g)	1.708	Höckner, Jonas 11,5-6,19-62,50	1990	VfL Lingen	Lingen	08.06.2005
3-Kampf (100m-Weit- Kugel 4kg)	1.558	Piechatzek, Lukas 12,55(+1,1)-5,75-9,63	1998	VfL Lingen	Lingen	25.08.2013
4-Kampf (100m-Weit- Kugel 4kg-Hoch)	2.269	Kösters, Sven 11,99-6,05-10,57-1,72	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	10.07.2005

8-Kampf (80mH-Weit-Kugel-Hoch/Diskus-Stab-Speer-1,000m)	4.554	Zumsande, Hannes 12,40-5,68-12,18-1,88/35,92-3,20-38,40-3:00,20	1979	LG Emstal Dörpen	Engelsbach	19./20. 08.1994
9-Kampf (100m-Weit-Kugel-Hoch/80mH-Diskus-Stab-Speer-1,000m)	4.404	Pohl, Henrik 12,62-5,30(+2,0)-10,67-1,56/ 12,73(-0,1)-24,88-1,90-36,57-3:15,96	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04./05. 10.2014
Block Sprint/Sprung (100m-80mH-Weit-Hoch-Speer)	2.954	Höckner, Jonas 11,93-11,97-6,20-1,84-36,81	1990	VfL Lingen	Munster	18.06.2005
Block Lauf (100m-80mH-Weit-Ball-2,000m)	2.589	Heermann, Bernd 12,51(+0,0)-12,74(+1,2)-5,03(+1,2)-80,00-7:14,13	1994	SV Sparta Werthe	Stuhr-Moordeich	27.06.2009
Block Wurf (100m-80mH-Weit-Kugel-Diskus)	2.883	Kösters, Jens 12,45-11,33-5,85-12,05-39,13	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Rhede	06.08.2005

Jugend M14

100 m Lauf	11,4 11,86	Plagge, Andreas Tegeder, Tobias	1961 1999	VfL Lingen VfL Lingen	Wilhelmshaven Papenburg	30.09.1975 16.06.2013
300 m Lauf	39,88	Stevens, Hannes	1988	LG Emstal Dörpen	Emmelshausen	03.10.2002
800 m Lauf	2:15,72	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werthe	Celle	30.06.2012
1.000 m Lauf	2:35,7	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Melle	05.10.1983
2.000 m Lauf	6:08,5	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Lingen	08.10.1983
3.000 m Lauf	9:22,7	Klingenberg, Sadik	1989	LG Emstal Dörpen	Nordhorn	27.09.2003
5 km Straße	17:45	Dust, Stefan	1986	SV Concordia Emsbüren	Melle	16.04.2000
80 m Hürden	11,81	Christel, Matthias	1981	VfL Lingen	Harmeln	26.08.1995
3.000 m Bahngehen	16:48,0	Klose, Jörg	1965	LSG Hümmling	Ludwigshafen	09.09.1979
5.000 m Bahngehen	27:33,0	Klose, Jörg	1965	LSG Hümmling	Fürstenau	06.07.1979
Hochsprung	1,84	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Menden	04.07.1993

Stabhochsprung	3,10 Liesen, Peter 3,10 Zumsander, Hannes	1967 LG Emstal Dörpen 1979 LG Emstal Dörpen	Oldenburg Dörpen	28.06.1981 18.09.1993
Weitsprung	6,09 Ulrich, Jens	1969 VfL Lingen	Lingen	10.10.1983
Dreisprung	11,79 Osewold, Udo	1983 LG Emstal Dörpen	Nordhorn	10.10.1979
Kugelstoss 4,0 kg	13,49 Stahl, Tobias	1974 TV Meppen	Dalum	10.09.1988
Diskuswurf 1,0 kg	43,54 Schauf, Thorsten	1978 VfL Lingen	Hesepe	10.10.1992
Hammerwurf 4,0 kg	43,02 Dröge, Carsten	1977 LG Rapid 88	Papenburg	31.08.1991
Speerwurf 600 g	38,76 Schütt, Christian	1990 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	04.09.2004
Ballwurf 200 g	68,00 Ulrich, Jens	1969 VfL Lingen	Lingen	10.10.1983
3-Kampf (100m-Weit-Ball 200g)	1.646 Ulrich, Jens 12,30-6,09-68,00	1969 VfL Lingen	Lingen	10.10.1983
3-Kampf (100m-Weit- Kugel 4kg)	1.406 Hartwig, Marlon 13,38(-1,2)-4,81(+0,0)-9,96	1998 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	15.07.2012
4-Kampf (100m-Weit- Kugel-Hoch)	2.175 Höckner, Jonas 12,40-5,68-11,19-1,63	1990 VfL Lingen	Bremen	29.08.2004
8-Kampf (80mH-Weit-Kugel- Hoch/Diskus-Stab- Speer-1.000m)	4.037 Christel, Matthias 12,40-5,69-10,42-1,55/32,32-2,20-33,18-3-17,93	1981 VfL Lingen	Gaiskirchen	01.10.1995
Block Sprint/Sprung (100m-80mH-Weit- Hoch-Speer)	2.702 Höckner, Jonas 12,35-12,34-5,26-1,64-36,16	1990 VfL Lingen	Stade	05.06.2004
Block Lauf (100m-80mH-Weit-Ball- 2.000m)	2.122 Blömer, Mark 13,14-15,10-4,21-39,50-7:16,57	1992 LG Papenburg/Aschendorf	Munster	18.06.2005
Block Wurf (100m-80mH-Weit- Kugel-Diskus)	2.447 Schütt, Christian 13,24-13,22-4,86-11,08-27,95	1990 LG Papenburg/Aschendorf	Stade	05.06.2004

Weibliche Jugend U16 (14 - 15 Jahre)

5 km StraÙe Mannschaft	59:16	LG Ernstal Dörpen Kock, Märeen (1990); Stroeve, Mareen (1990); Lögering, Nina (1992)	Lingen	28.08.2005
4 x 75 m Staffel	38:47	LG Ernstal Dörpen Hunfeld, (1980); Gallinowski, (1980); Gerdès, (1981); Tammen, (1981)	Emmelshausen	03.10.1995
4 x 100 m Staffel	51:04	SC Osterbrock Warkentin, Anastasia (1989); Penning, Mareike (1989); Altevers, Julia (1989); Poll, Ann-Kristin (1991)	Celle	26.06.2004
3 x 800 m Staffel	7:04,43	LG Ernstal Dörpen Hüsing, Jill (1985); Heskamp, Katrin (1985); Thieke, Stephanie (1984)	Osnabrück	06.05.2000
3-Kampf Mannschaft (100m-Weit-Ball)	7:293	SV Sparta Werlte Klumpe, Elisabeth (1995) - 1.579; Gerdès, Sonja (1995) - 1.518; Janssen, Julia (1995) - 1.422 Klumpe, Theresa (1995) - 1.400; Meier, Maria (1996) - 1.374	Papenburg	19.06.2010
3-Kampf Mannschaft (100m-Weit- Kugel 3kg)	7:091	LG Ernstal Dörpen Heitker, Lara(1998) - 1.560; Sievers, Jennifer(1998) - 1.428; Ahlers, Hilke (1998) - 1.376; Kuduk, Pamela(1998) - 1.364; Sievers, Stefanie(1998) - 1.363	Papenburg	05.10.2013
4-Kampf Mannschaft (100m-Weit-Hoch- Kugel 3kg)	9:285	LG Papenburg/Aschendorf Volker, Nadine (1994) - 1.973; Schöpfer, Franziska (1995) - 1.869; Vinke, Linda (1994) - 1.845 Hoppe, Kristin (1994) - 1.803; Horstmann, Eva (1994) - 1.795	Nordhorn	29.08.2009
7-Kampf Mannschaft (100m-Weit-Kugel 3kg- Hoch/80mH-Speer 600g-800m)	9:834	SV Sparta Werlte Jüngerink, Luisa (1995) - 3312; Klumpe, Elisabeth (1995) - 3.309; Gerdès, Sonja (1995) - 3.213	Edemissen	01./02. 05.2010
Block Sprint/Sprung Mannschaft (100m-80mH-Weit- Hoch-Speer)	11:927	SV Sparta Werlte Kamrage, J. (1998); Brinkmann, M. (2000); Borgmann, A. (1998); Wigbers, J. (1998); Borgmann, U. (2000)	Hameln	02.06.2013
DSMM Gruppe 1	8:739	LG Ernstal Dörpen	Dörpen	24.09.2000
DSMM Gruppe 2	7:985	STG VfL Lingen/SC Osterbrock	Verden	25.09.2011
DSMM Gruppe 3	5:627	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	16.09.2011

Jugend W15

100 m Lauf	12,1 12,40	Ripperda, Hanni Hermes, Theresa	1963 1989	VfL Lingen LG Emstal Dörpen	Hildesheim Celle	08.07.1978 28.06.2004
300 m Lauf	40,16	Hunfeld, Karina	1989	LG Emstal Dörpen	Hildesheim	08.05.2004
800 m Lauf	2:10,13	Bruns, Anne	1974	TV Meppen	Leverkusen	05.07.1989
2.000 m Lauf	6:16,07	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Hamburg	03.09.2005
3.000 m Lauf	9:33,29	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Marrakesch/MAR	14.07.2005
5.000 m Lauf	20:09,00	Friesen, Claudia	1987	VfL Lingen	Lingen	29.08.2001
5 km Straße	17:14	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Emlichheim	13.05.2005
80 m Hürden	11,8 12,19	Hermes, Theresa Gruber, Vanessa	1989 1982	LG Emstal Dörpen LG Emstal Dörpen	Stade Osterode	05.06.2004 12.07.1997
300 m Hürden	45,64	Wessling, Judith	1997	VfL Lingen	Celle	30.06.2012
3.000 m Bahngehen	16:09,2	Kötter, Marion	1967	LG Hümmling	Fürstenau	27.07.1982
Hochsprung	1,74	Schulte, Alexandra	1993	LAV Meppen	Bremen	15.06.2008
Stabhochsprung	2,10	Reiners, Jennifer	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Osterholz	01.08.1992
Weitsprung	5,55	Reiners, Jennifer	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Bad Oeynhausen	08.08.1993
Dreisprung	11,36	Reiners, Jennifer	1978	TV Papenburg	Dörpen	18.09.1993
Kugelstoss 3,0 kg	13,59	de Vries, Nicole	1981	LG Papenburg/Aschendorf	Emmelshausen	03.10.1996
Diskuswurf 1,0 kg	35,60	Angermann, Adelheid	1994	LAV Meppen	Papenburg	13.06.2009
Hammerwurf 3,0 kg	44,74	Angermann, Adelheid	1994	LAV Meppen	Salzgitter	30.08.2009
Speerwurf 500 g	35,70	Völker, Nadine (mit 600 gr Speer)	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Salzgitter	30.08.2009
Ballwurf 200 g	53,50	de Vries, Nicole	1981	LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	18.06.1996

3-Kampf (100m-Weit-Ball 200g)	1.579	Klumpe, Elisabeth 13,42 - 4,68 - 49,50	1995	SV Sparta Wertle	Papenburg	19.06.2010
3-Kampf (100m, Weit, Kugel 3kg)	1.560	Heitker, Lara 13,02(+0,3)-5,25(+0,2)-8,83	1998	LG Emstal Dörpen	Papenburg	05.10.2013
4-Kampf (100m-Weit-Hoch- Kugel 3kg)	2.153	Heitker, Lara 13,02(+0,3)-5,25(+0,2)-1,65-8,83	1998	LG Emstal Dörpen	Papenburg	05-10.2013
7-Kampf (80mH-Weit-Kugel 3kg- Hoch/100m- Speer -800m)	3.661	Hermes, Theresa 11,8-1,60-8,77-12,51/4,98-19,69(600g)-2:26,67	1989	LG Emstal Dörpen	Stade	05./06. 06.2004
Block Sprint/Sprung (100m-80mH-Weit- Hoch-Speer)	2.606	Nögel, Judith 13,07-13,17-5,15-1,56-22,25(600g)	1991	TuS Haren	Lage	17.06.2006
Block Lauf (100m-80mH-Weit-Ball 200g-2.000m)	2.525	Nögel, Judith 12,94-13,11-5,09-40,00-8-21,77	1991	TuS Haren	Zeven	08.07.2006
Block Wurf (100m-80mH-Weit- Kugel 3kg-Diskus 1kg)	2.506	Poll, Lena 13,27-13,85-4,93-10,40-26,28	1988	SC Osterbrock	Nienhagen	31.05.2003
<h2>Jugend W14</h2>						
75 m Lauf	9,58	Linke, Janine	1983	SV DJK Geeste	Dörpen	01.06.1997
100 m Lauf	12,2 12,52	Ripperda, Hanni Wulf, Jasmin	1963 1997	VfL Lingen VfL Lingen	Hannover Hamelh	25.09.1977 02.07.2011
300 m Lauf	41,30	Hunfeld, Karina	1989	LG Emstal Dörpen	Bremen	06.09.2003
800 m Lauf	2:16,40	Thieke, Stefanie	1986	LG Emstal Dörpen	Dessau	22.07.2000
2.000 m Lauf	6:23,59	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Bremen	21.08.2004
3.000 m Lauf	9:53,2	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Melle	02.06.2004
5 km Straße	17:50	Kock, Maren	1990	LG Emstal Dörpen	Nordhorn	11.09.2004
80 m Hürden	12,64	Hermes, Theresa	1989	LG Emstal Dörpen	Schneverdingen	21.06.2003

3.000 m Bahngehen	17:26,00	Kötter, Marion	1967	LG Hümmling	Dörpen	12.06.1981
Hochsprung	1,69	Schulte, Alexandra	1993	LAV Meppen	Wilhelmshaven	25.08.2007
Stabhochsprung	2,10	Reiners, Jennifer	1978	TV Papenburg	Osterholz	01.08.1992
Weitsprung	5,43	Schulting, Mareike	1977	SC Osterbrock	Gelsenkirchen	07.10.1990
Dreisprung	10,33	Nögel, Judith	1991	TuS Haren	Wilhelmshaven	26.06.2005
Kugelstoss 3,0 kg	12,50	de Vries, Nicole	1981	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	17.09.1995
Diskuswurf 1,0 kg	32,95	Angermann, Adelheid	1994	LAV Meppen	Bremen	30.08.2008
Hammerwurf 3,0 kg	35,01	Angermann, Adelheid	1994	LAV Meppen	Bremen	28.08.2008
Speerwurf 500 g	33,38	Brinkmann, Maria	2000	SV Sparta Werite	Bernhausen	31.08.2014
Ballwurf 200 g	51,00	Sandmann, Margret	1961	SV Sparta Werite	Werite	07.06.1975
3-Kampf (100m-Weit-Ball 200g)	1.482	Klumpe, Elisabeth 13,8-4,38-47,50	1995	SV Sparta Werite	Lingen	19.08.2009
3-Kampf (100m-Weit-Kugel 3kg)	1482	Dobelmann, Sarah 13,16(+0,0) - 4,86(+0,0) - 8,28	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.2014
4-Kampf (100m-Weit-Hoch- Kugel 3kg)	2.005	Kamlage, Judith 13,49(-0,2)-4,78(-1,1)-1,60-8,16	1998	SV Sparta Werite	Hamel	23.06.2012
7-Kampf (100m-Weit-Kugel 3kg-Hoch/80mH- Speer 500g-800m)	3.461	Brinkmann, Maria 13,50(+0,1)-4,52(+0,0)-8,96-1,48/ 12,86(+0,0)-28,33-2:31,77	2000	SV Sparta Werite	Braunschweig	26./27. 07.2014
Block Sprint/Sprung (100m-80mH-Weit- Hoch-Speer)	2.522	Klumpe, Elisabeth 13,50(+1,3)-12,82(+1,8)-5,01(+1,7)- 1,42-25,30(600g)	1995	SV Sparta Werite	Stuhr-Moordeich	27.06.2009
Block Lauf (100m-80mH-Weit- Ball 200g-2.000m)	2.493	Brinkmann, Maria 13,53(+0,1)-12,78(-0,5)-4,14(+0,3)-43,00-7:30,68	2000	SV Sparta Werite	Edemissen	14.06.2014
Block Wurf (100m-80mH-Weit- Kugel 3kg-Diskus 0,75kg)	2.449	Poll, Lena 13,46(-2,1)-14,04(+1,0)-4,75-10,22-25,92	1988	SC Osterbrock	Oldenburg	09.06.2002

Männliche Jugend U14 (12 - 13 Jahre)

5 km Straße Mannschaft	58:38	Sportverein Lustrup 1949 Wagemaker, A. (1981); Wagemaker, M. (1981); Schröder. (1981)	Melle	18.04.1993
4 x 75 m Staffel	40:09	VfL Lingen Klumparendt, Jendrik (1998); Tegeder, Tobias (1999); Brinker, Steffen (1998); Hopster, Tim (1998)	Lingen	26.06.2011
3 x 800 m Staffel	7:30,5	TV Meppen Kulper, Volker(1971); Bohn, Carsten (1970); Mogge, Stefan (1970)	Emmen/NED	30.06.1981
3 x 1.000 m Staffel	9:26.1	VfL Lingen Koopmann, S. (1971); Hoffmann, H. (1972); Van Hooven, A. (1971)	Bad Essen	25.08.1983
3-Kampf Mannschaft (75m-Weit-Ball 200g)	6.072	VfL Lingen Höckner, J. (1990); Dietz, A. (1990); Jäckering, M. (1990); Egbers, J. (1991); von Haugwitz, P. (1990)	Dörpen	30.08.2007
4-Kampf Mannschaft (75m-Weit-Hoch- Ball 200g)	8.265	VfL Lingen Höckner, Jonas (1990); Jäckering, Malte (1990); Dietz, Alexander (1990) Egbers, Jannik (1991); Von Haugwitz, Philipp (1990)	Dörpen	30.08.2003
DSMM Gruppe 1	5.779	VfL Lingen	Lingen	06.06.1997
DSMM Gruppe 2	3.660	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	20.09.2003
75 m Lauf	9,65	Höckner, Jonas 1990 VfL Lingen	Wertle	05.07.2003
800 m Lauf	2:16,56	Siemer, Patrick 2000 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	15.09.2013
1.000 m Lauf	2:44,6	Ulrich, Jens 1969 VfL Lingen	Osnabrück	12.09.1982
2.000 m Lauf	6:24,2	Mogge, Stefan 1970 TV Meppen	Lingen	08.10.1983
3.000 m Lauf	10:05,84	Mogge, Stefan 1970 TV Meppen	Wilhelmshaven	20.08.1983
5 km Straße	18:25	Wagemaker, Andreas 1981 Sportverein Lustrup e. V. 1949	Melle	18.04.1993

Jugend M13

60 m Hürden	9.80	Schauf, Thorsten	1978	VfL Lingen	Osnabrück	30.06.1991
2.000 m Bahngehen	11:56,1	Hoffmann, Patrick	1975	SV Sigiltra Sögel	Fürstenau	19.07.1988
Hochsprung	1,68	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Dörpen	15.08.1992
Stabhochsprung	2,60	Zumsande, Hannes	1979	LG Emstal Dörpen	Dörpen	27.09.1992
Weitsprung	5,41	Korte, Günter	1960	TV Meppen	Haren	22.09.1973
Kugelstoss 3,0 kg	12,48	Schauf, Thorsten	1978	VfL Lingen	Hesepe	12.10.1991
Diskuswurf 0,75 kg	38,04	Heitland, Sven (mit 1,0 kg Diskus)	1980	SV Groß Hesepe	Rütenbrock	08.07.1993
Hammerwurf 3,0 kg	34,10	Dröge, Carsten	1977	LG Rapid 88	Rütenbrock	12.10.1990
Speerwurf 400 g	41,14	Gerdas, Holger	1979	VfL Lingen	Papenburg	21.06.1992
Ballwurf 200 g	62,20	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Rheine	26.09.1981
3-Kampf (75m-Weit-Ball 200g)	1.551	Ulrich, Jens 10.2-5.29-60,20	1969	VfL Lingen	Rheine	26.09.1981
4-Kampf (75m-Weit-Hoch- Ball 200g)	2.025	Höckner, Jonas 9.65-5.25-1.64-48,00	1990	VfL Lingen	Wette	05.07.2003
Block Lauf (75m-60mH-Weit- Ball 200g-1.000m)	1.984	Kusber, Marek 10.70-12.02.4.02-41.00-3.26,18	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.06.2008

Jugend M12

75 m Lauf	9,99	Tegeder, Tobias	1999	VfL Lingen	Wette	15.05.2011
800 m Lauf	2:24,2	Mogge, Stefan	1970	TV Meppen	Löningen	24.07.1981
1.000 m Lauf	2:51,13	Ulrich, Jens	1969	VfL Lingen	Dortmund	04.10.1981
2.000 m Lauf	6:27,6	Mogge, Stefan	1970	TV Meppen	Dissen	29.09.1982
3.000 m Lauf	10:14,0	Mogge, Stefan	1970	TV Meppen	Lingen	02.10.1982
5 km Straße	18:25	Wagemaker, Andreas	1981	Sportverein Listrup e. V. 1949	Melle	18.04.1993

60 m Hürden	9,6 11,35 Klose, Andreas Robin, Markus	1966 1977 LG Hümmling Raspo Lathen	Löninge Osnabrück	24.09.1978 09.09.1989
2.000 m Bahngehen	12:25,8 Ahlers, Norbert	1977 SV Raspo Lathen	Lathen	02.07.1989
Hochsprung	1,52 Kruth, Hans	1974 LG Emstal Dörpen	Melle	07.09.1986
Stabhochsprung	1,90 Kruth, Hans	1974 LG Emstal Dörpen	Dörpen	15.08.1986
Weitsprung	5,29 Ulrich, Jens	1969 VfL Lingen	Osnabrück	14.09.1981
Kugelstoss 3,0 kg	11,22 Hammerla, Thomas	1974 SV Groß Hesepe	Dalum	12.10.1986
Diskuswurf 0,75 kg	28,78 Dröge, Carsten (mit 1,0 kg Diskus)	1977 LG Rapid 88	Wilhelmshaven	23.09.1989
Hammerwurf 3,0 kg	22,12 Ahrens, Markus	1978 LG Rapid 88	Rütenbrock	12.10.1990
Speerwurf 400 g	32,39 Höckner, Jonas	1990 VfL Lingen	Papenburg	15.09.2002
Ballwurf 200 g	60,20 Ulrich, Jens	1969 VfL Lingen	Rheine	26.09.1981
3-Kampf (75m-Weit-Ball 200g)	1.551 Ulrich, Jens 10,2-5,29-60,20	1969 VfL Lingen	Rheine	26.09.1981
4-Kampf (75m-Weit-Hoch-Ball 200g)	1.951 Ulrich, Jens 10,25-29-1,35-60,20	1969 VfL Lingen	Rheine	26.09.1981
Block Lauf 75m-60mH-Weit-Ball 200g-1.000m)	1.806 Krämer, Niklas 10,8-12,3-3,70-29,00-3:23,4	1995 VfL Lingen	Lingen	18.09.2007

Weibliche Jugend U14 (12 - 13 Jahre)

5 km Straße Mannschaft	1:02:17 VfL Lingen Bernstein, Jennifer (1994) - 20:35; Bernstein, Julia (1994) - 20:36; Bäcker, Julia (1994) - 21:06	Lingen	24.04.2007
4 x 75 m Staffel	40,11 LG Papenburg/Aschendorf Sprengel, Miriam (1992); Van Deest, Maike (1992); Ganita, Aline (1992); Sentker, Lena (1992)	Werthe	02.10.2005
3 x 800 m Staffel	7:34,9 VfL Lingen Dallherm, (1986); Thieke, (1986); Friesen, (1986)	Lingen	14.07.1999

3-Kampf Mannschaft (75m-Weit-Ball 80g)	6.780	SV Sparta Werthe Klumppe, Elisabeth (1995); Klumppe, Theresa (1995); Klumppe, Julia (1995) Gerdes, Sonja (1995); Droste, Indra (1995)	Nordhorn	22.06.2008
3-Kampf Mannschaft (75m-Weit-Ball 200g)	6.467	VfL Lingen Hansmann, Patricia(2000) - 1.418; Junk, Katharina(2001) - 1.315; Hater, Mattea(2000) - 1.260 Voges, Lena(2000) - 1.240; Weißner, Mia-Sophie(2000) - 1.234	Lingen	25.08.2013
4-Kampf Mannschaft (75m-Weit-Hoch- Ball 80g)	9.004	SV Sparta Werthe Klumppe, Elisabeth (1995); Klumppe, Theresa (1995) - 1.931; Klumppe, Julia (1995) - 1.829 Jüngenink, Luisa (1995) - 1.655; Gerdes, Sonja (1995) - 1.624	Nordhorn	22.06.2008
4-Kampf Mannschaft (75m-Weit-Hoch- Ball 200g)	8.359	SV Sparta Werthe Erken, Sina (2001) - 1.940; Janssen, Maria (2001) - 1.818; Sanders, Theresa(2002) - 1.561; Brinkmann, Hanna (2002) - 1.526; Kläßen, Kathrin (2002) - 1.514	Papenburg	12.07.2014
Block Sprint/Sprung Mannschaft (75m-60mH-Weit- Hoch-Ball 80g)	11.024	SV Sparta Werthe Klumppe, Elisabeth (1995) - 2.480; Klumppe, Theresa (1995) - 2.248; Klumppe, Julia (1995) - 2.133 Jüngenink, Luisa (1995) - 2.104; Janssen, Julia (1995) - 2.059	Papenburg	12.06.2008
DSMM Gruppe 1	6.654	LG Papenburg/Aschendorf	Werthe	02.10.2005
DSMM Gruppe 2	3.786	LG Emstal/Dörpen	Wilhelmshaven	21.05.2011
<h2>Jugend W13</h2>				
75 m Lauf	9,6 10,01	Rohling, Birgit Hansmann, Patricia	Lingen Papenburg	28.05.1989 16.06.2013
800 m Lauf	2:21,9	Brinker, Annette	Werthe	27.06.1981
2.000 m Lauf	6:35,9	Hanekamp, Annette	Hannover	29.06.1979
5 km Straße	19:10	Kock, Maren	Lingen	06.05.2003
60 m Hürden	10,10 10,10	Gruber, Vanessa Klumppe, Katharina	Papenburg Dörpen	29.09.1995 22.09.2001
2.000 m Bahngehen	12:16,7	Bruns, Dorothe	Dörpen	12.06.1981
Hochsprung	1,62	Reiners, Jennifer	Hannover	23.06.1991
Weitsprung	5,43	Schülting, Mareike	Gelsenkirchen	07.10.1990
Kugelstoss 3.0 kg	10,71	de Vries, Nicole	Osnabrück	11.06.1994

Diskuswurf 0,75 kg	27,56	Röling, Birgit	1976	SC Osterbrock	Rütenbrock	07.10.1989
Speerwurf 400 g	32,38	Lätzel, Simone	1979	SV Union Meppen	Hesepe	10.10.1992
Ballwurf 200 g	50,00	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werite	Dörpen	25.05.2014
Schlagball 80 g	58,00	Volker, Nadine	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	02.06.2007
3-Kampf (75m-Weit-Ball 80g)	1.517	Kleemann, Christin 10,4-4,96-42,00	1990	LG Emstal Dörpen	Werite	31.05.2003
3-Kampf (75m-Weit-Ball 200g)	1.487	Erken, Sina 10,66-4,53-48,00	2001	SV Sparta Werite	Dörpen	03.07.2014
4-Kampf (75m-Weit-Hoch-Ball 80g)	1.965	Klumpe, Elisabeth 10,76-4,57-1,44-46,00	1995	SV Sparta Werite	Nordhorn	22.06.2008
4-Kampf (75m-Weit-Hoch-Ball 200g)	1.940	Erken, Sina 10,51-4,44-1,44-45,00	2001	SV Sparta Werite	Papenburg	12.07.2014
Block Basis (75m-60mH-Weit-Ball 200g-2.000m)	2.362	Brinkmann, Maria	2000	SV Sparta Werite	Papenburg	06.10.2013
Block Sprint/Sprung (75m-60mH-Weit-Hoch-Ball 80g)	2.480	Klumpe, Elisabeth 10,80-10,52-4,59-1,46-43,50	1995	SV Sparta Werite	Papenburg	12.06.2008
Block Lauf (75m-60mH-Weit-Ball 200g-800m)	2.354	Friesen, Heike 10,2-10,6-4,71-28,50-2:37,1	1987	VfL Lingen	Lingen	28.06.2000
Block Wurf (75m-60mH-Weit-Kugel 3kg-Diskus 0,75kg)	2.133	Klumpe, Julia 10,58-10,91-4,37-7,28-16,26	1995	SV Sparta Werite	Papenburg	12.06.2008

Jugend W12

75 m Lauf	9,8 10,35	Töller, Sandra Wulf, Jasmin	1975 1997	SV Haselünne VfL Lingen	Lingen Nordhorn	26.09.1987 29.08.2009
800 m Lauf	2:29,7	Müller, Nicole	1972	VfL Lingen	Osnabrück	27.05.1984
2.000 m Lauf	7:05,9	Müller, Nicole	1972	VfL Lingen	Lingen	17.07.1984

5 km StraÙe	19:57	Lögering, Nina	1992	SC Osterbrock	Lingen	04.05.2004
60 m Hürden	10,71	Hogeback, Tanja	1979	Haselünner SV	Papenburg	15.09.1991
2.000 m Bahngehen	12:16,7	Bruns, Dorothe	1970	LG Hümmling	Dörpen	12.06.1981
Hochsprung	1,55	de Vries, Nicole	1981	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	12.09.1993
Weitsprung	5,17	Wulf, Jasmin	1997	VfL Lingen	Lingen	19.08.2009
Kugelstoss 3,0 kg	9,59	Seniker, Kathrin	1989	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.09.2001
Diskuswurf 0,75 kg	24,08	Fuhr, Julia	1980	SV Groß Hesepe	Hesepe	10.10.1992
Speerwurf 400 g	26,70	Exner, Denise	1982	SV Union Meppen	Hesepe	01.10.1994
Ballwurf 200 g	46,00	Erken, Sina	2001	SV Sparta W.erte	Werte	28.09.2013
Schlagball 80 g	53,50	Kemper, Marion	1970	SV Groß Hesepe	Dalum	02.10.1982
3-Kampf (75m-Weit-Ball 80g)	1.416	Seniker, Lena 10,82-4,63-37,00	1992	LG Papenburg/Aschendorf	Werte	18.09.2004
3-Kampf (75m-Weit-Ball 200g)	1.323	Brinkmann, Maria 10,76-4,18-33,00	2000	SV Sparta Werte	Werte	08.09.2012
4-Kampf (75m-Weit-Hoch- Ball 80g)	1.860	Seniker, Lena 10,82-4,63-1,40-37,00	1992	LG Papenburg/Aschendorf	Werte	18.09.2004
4-Kampf (75m-Weit-Hoch- Ball 200g)	1.804	Brinkmann, Maria 10,76-4,18-1,46-33,00	2000	SV Sparta Werte	Werte	08.09.2012
Block Basis (75m-60mH-Weit- Ball 200g-2,000m)	1.797	Heidelberg, Nele	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	06.10.2012
Block Sprint/Sprung (75m-60m-HG-Weit- Hoch-Ball 80g)	2.167	Klumpe, Elisabeth 10,6-11,2-3,99-1,38-30,50	1995	SV Sparta Werte	Hinte	12.05.2007
Block Lauf (75m-60mH-Weit- Ball 80g-800m)	2.146	Jüngerink, Luisa 11,1-11,1-3,83-34,00-2:45,4	1995	SV Sparta Werte	Hinte	12.05.2007

NLV-Kreis Emsland e.V.

Kreisbestenliste 2014

Endfassung vom 30.11.2014

[Männer](#)

[Frauen](#)

[Männliche Jugend U20](#)

[Weibliche Jugend U20](#)

[Männliche Jugend U18](#)

[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](#)

Männer

100 m Lauf

Bestl. 2013:	11,23	Vinke, Hendrik 1993 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	10,68	Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen	4.09.1982
Kreisrekorde Emsland:	10,4	Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup	12.09.1965
11,76	+0,2 Röttger, Stephan	1987 VfL Lingen	Papenburg 26.09.
11,95	+0,2 Steinmetz, Christoph	1994 SV Union Meppen	Papenburg 26.09.
12,70	+0,3 Theisling, Holger	1978 VfL Lingen	Papenburg 18.05.
13,03	+1,6 Finke, Georg	1967 VfL Lingen	Lingen 06.09.
12,9	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Lingen 03.07.
13,51	+1,6 Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Lingen 06.09.
13,5	Herbers, Wolfgang	1981 VfL Lingen	Lingen 03.07.
14,7	Höcker, Stefan	1964 VfL Lingen	Lingen 03.07.
14,9	Leopold, Heinz	1953 VfL Lingen	Lingen 03.07.
15,67	Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Kalefeld 12.10.
15,7	Luhm, Christian	1964 VfL Lingen	Lingen 03.07.
16,97	+0,0 Schneider, Martin	1937 VfL Lingen	Meppen 20.07.

200 m Lauf

Bestl. 2013:	22,39	Vinke, Hendrik 1993 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	21,67	Röttger, Stephan 1987 -- VfL Lingen	2.07.2006
24,00	+1,0 Muke, Kilian	1994 SV Union Meppen	Papenburg 18.05.
24,06	-0,4 Röttger, Stephan	1987 VfL Lingen	Papenburg 26.09.
24,11	-0,4 Steinmetz, Christoph	1994 SV Union Meppen	Papenburg 26.09.
26,00	-1,8 Theisling, Holger	1978 VfL Lingen	Meppen 20.07.
26,12	+0,0 Finke, Georg	1967 VfL Lingen	Bad Oeynhausen 21.06.
27,11	-1,8 Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Meppen 20.07.
27,52	+0,1 Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Lingen 06.09.
27,52	+0,1 Wilke, Ulrich	1968 SC Spelle-Venhaus	Lingen 06.09.
31,53	-0,7 Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Kalefeld 12.10.

400 m Lauf

Bestl. 2013:	51,40	Vinke, Hendrik 1993 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	48,10	Klues, Heinz 1957 -- VfL Lingen	12.06.1977
58,32	Finke, Georg	1967 VfL Lingen	Schortens 04.10.
60,33	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Lingen 06.09.
64,31	Theisling, Holger	1978 VfL Lingen	Lingen 06.09.
64,42	Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Papenburg 18.05.
68,24	Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Lingen 06.09.

800 m Lauf

Kreisrekorde Emsland: 1:51,09 Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen 5.06.2010

1:56,08	Muke, Kilian	1994	SV Union Meppen	Zeven	08.06.
2:25,78	Wilke, Ulrich	1968	SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.

1000 m Lauf

Bestl. 2013: 2:55,9 Siebert, Martin 1990 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2:24,51 Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen 30.07.2008

2:36,92	Muke, Kilian	1994	SV Union Meppen	Papenburg	26.09.
3:18,9	Wilke, Ulrich	1968	SC Spelle-Venhaus	Lingen	09.07.
3:28,22	Niemann, Horst	1954	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:35,15	Baumung, Jürgen	1955	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:40,25	Exeler, Christoph	1974	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:54,7	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Lingen	09.07.

1500 m Lauf

Bestl. 2013: 4:36,65 Hanekamp, Klaus 1969 -- SV Sparta Werite
Kreisrekorde Emsland: 3:40,79 Schlangen, Carsten 1980 -- SV Union Meppen 2.07.2005

4:16,15	Muke, Kilian	1994	SV Union Meppen	Minden	08.08.
5:16,91	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	05.10.
5:43,25	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Meppen	20.07.
6:00,86	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Meppen	20.07.
6:39,31	Remling, Dr. Ludwig	1942	VfL Lingen	Celle	15.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2013: 10:48,25 Dreyer, Rolf 1963 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 8:01,69 Schlangen, Carsten 1980 -- SV Union Meppen 9.07.2005

12:48,5	Ortwig, Klaus	1947	TV Meppen	Lingen	29.04.
14:54,3	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Lingen	29.04.

5000 m Lauf

Bestl. 2013: 18:14,48 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus
Kreisrekorde Emsland: 14:04,00 Hutmacher, Ulrich 1946 -- VfL Lingen 12.06.1976

18:44,75	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Osnabrück	11.05.
19:27,46	Wilke, Ulrich	1968	SC Spelle-Venhaus	Lingen	06.09.
19:39,72	Dreyer, Rolf	1963	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
25:07,52	Remling, Dr. Ludwig	1942	VfL Lingen	Osnabrück	11.05.
25:13,55	Berlin, Henry	1957	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Stundenlauf

Bestl. 2013: 15.613 Boven, Michael 1984 -- TuS Haren
Kreisrekorde Emsland: 19.082 Hutmacher, Ulrich 1946 -- VfL Lingen 28.03.1976

15.090	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Börger	12.09.
14.130	Veltrup, Hannes	1986	TuS Haren	Börger	12.09.
12.920	Sievers, Martin	1961	Lauffreunde Emsland	Börger	12.09.
12.680	Veltrup, Holger	1980	TuS Haren	Börger	12.09.
12.410	Henzen, Jens	1973	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
12.370	Over, Gerhard	1953	TV Meppen	Börger	12.09.
12.250	Kuckshinrichs, Hermann	1986	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
12.250	Meyer, Hermann-Josef	1955	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	12.09.
12.190	Korte, Lukas	1968	SV Surwold	Börger	12.09.
12.100	Stefens, Stefan	1984	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
12.070	Veltrup, Hermann	1951	TuS Haren	Börger	12.09.
12.060	Krömer, Jens	1994	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
11.940	Hoffmann, Josef	1954	TuS Haren	Börger	12.09.
11.140	Kossen, Ansgar	1988	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
10.850	Wöste, Johannes	1986	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
10.400	Düthmann, Josef	1956	SV Grün-Weiß Dersum	Börger	12.09.

10.290	Jansen, Josef	1962	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	12.09.
9.590	Lüken, Guido	1975	Lauffreunde Emsland	Börger	12.09.
8.920	Jänen, Hermann	1954	SV Raspo Lathen	Börger	12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013:	32:14	Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen			
Kreisrekorde Emsland:	31:05	Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen		4.06.2005	
31:56	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Ostbevern	09.08.
32:50	Otting, Thomas	1987	SV Concordia Emsbüren	Papenburg	13.04.
34:10	Wagemaker, Andreas	1981	SV Alemannia Salzbergen	Papenburg	13.04.
35:39	Schutte, Hendrik	1988	TuS Haren	Haren	25.07.
36:29	Gerdemann, Frank	1975	TuS Haren	Steinbeck	19.04.
36:32	Wessels, Torsten	1986	TuS Haren	Steinbeck	19.04.
36:45	Bach, Sebastian	1981	SV Concordia Emsbüren	Papenburg	13.04.
37:10	Rolfes, Dieter	1972	TuS Haren	Haselünne	09.05.
37:36	Gerdemann, Dirk	1979	TuS Haren	Emlichheim	06.06.
37:48	Boven, Michael	1984	TuS Haren	Papenburg	13.04.
38:12	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Haren	25.07.
38:34	Rosenow, Philipp	1989	SV Dalum	Haselünne	09.05.
38:35	Achter, Georg	1966	TuS Haren	Papenburg	13.04.
38:59	Hanekamp, Christian	1964	SV Sparta Werlte	Haselünne	09.05.
39:02	Vorloeper, Klaus	1967	SV Germania Twist	Papenburg	13.04.
39:02	Gries, Andreas	1963	SV Union Meppen	Haselünne	09.05.
39:17	Dreyer, Rolf	1963	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.
39:38	Willen, Holger	1969	Haselünner SV	Haselünne	09.05.
39:54	Hanekamp, Lars	1993	SV Sparta Werlte	Papenburg	13.04.
40:10	Lampen, Otto	1967	TuS Haren	Emlichheim	06.06.

10 km Str. Ma.

Bestl. 2013:	1:50:40	VfL Lingen		
Kreisrekorde Emsland:	1:43:10	SV Union Meppen		4.07.1998
1:54:31	TuS Haren I		Haren	24.05.
	Gerdemann, Frank (1975) - 37:36; Gerdemann, Dirk (1979) - 37:52; Achter, Georg (1966) - 39:03			
1:59:27	TuS Haren II		Haren	24.05.
	Rolfes, Dieter (1972) - 38:03; Lampen, Otto (1967) - 40:23; Veltrup, Hannes (1986) - 41:01			
2:07:39	SC Spelle-Venhaus		Lingen	24.05.
	Grabowsky, Klaus-Dieter (1953) - 38:13; Revermann, Martin (1964) - 42:34; Wilke, Ulrich (1968) - 46:52			
2:11:42	LG Papenburg/Aschendorf		Lingen	30.03.
	Dreyer, Rolf (1963) - 40:23; Meyer, Günther (1958) - 42:32; Berlin, Henry (1957) - 48:47			

Halbmarathon

Bestl. 2013:	1:10:18	Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen			
Kreisrekorde Emsland:	1:07:36	Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen		30.04.2006	
1:09:49	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Münster	15.03.
1:14:44	Wagemaker, Simon	1982	SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:15:07	Wagemaker, Andreas	1981	SV Alemannia Salzbergen	Steinbeck	19.04.
1:19:19	Veldhuis, Jan	1988	SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
1:21:19	Wagemaker, Marc	1980	SV Alemannia Salzbergen	Palma de Mallorca/ESP	19.10.
1:22:40	Schutte, Hendrik	1988	TuS Haren	Bawinkel	19.04.
1:22:52	Bach, Sebastian	1981	SV Concordia Emsbüren	Bawinkel	19.04.
1:25:43	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	18.10.
1:25:58	Fischer, Stefan	1978	SV Union Meppen	Münster	15.03.
1:26:09	Küpker, Edu	1970	SV Concordia Emsbüren	Löningen	28.06.
1:27:50	Gerdemann, Dirk	1979	TuS Haren	Bawinkel	19.04.
1:28:47	Willen, Holger	1969	Haselünner SV	Bawinkel	19.04.
1:33:25	Vorloeper, Klaus	1967	SV Germania Twist	Löningen	28.06.
1:34:12	Behnen, Werner	1962	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:35:37	Wilke, Ulrich	1968	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	18.10.
1:35:56	Rischling, Jens	1972	SV Bawinkel	Bawinkel	19.04.
1:36:33	Kämper, Stefan	1965	TV Meppen	Spelle	15.08.
1:38:25	Zintel, Andreas	1968	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
1:38:32	Varnhorn, Michael	1983	Haselünner SV	Spelle	15.08.

1:39:19	Fels, Manfred	1954	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
---------	---------------	------	---------------------	----------	--------

Marathon

	Bestl. 2013:	2:55:55	Wagemaker, Andreas 1981 -- SV Alemannia Salzbergen		
	Kreisrekorde Emsland:	2:25:53	Hutmacher, Ulrich 1946 -- VfL Lingen		24.04.1976
2:34:01	Wagemaker, Simon	1982	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
2:45:20	Wagemaker, Marc	1980	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
2:55:52	Schutte, Hendrik	1988	TuS Haren	Hamburg	04.05.
3:12:17	Dickmann, Friedhelm	1965	TuS Haren	Berlin	28.09.
3:17:14	Vorloeper, Klaus	1967	SV Germania Twist	Düsseldorf	09.05.
3:18:59	Küpker, Edu	1970	SV Concordia Emsbüren	Berlin	28.09.
3:20:40	Wagemaker, Andreas	1981	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:20:57	Olliges, Heinz	1968	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:27:23	Weiß, Hermann	1966	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
3:28:43	Frohoff-Hülsmann, Ludwig	1951	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:30:30	Korte, Albrecht	1959	SV Surwold	Berlin	28.09.
3:36:25	Schoo, Heinz	1969	SV DJK Geeste	Bremen	05.10.
3:38:54	Herbers, Andreas	1971	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:39:21	Lammers, Werner	1966	Lauffreunde Emsland	Münster	14.09.
3:43:20	Jüngerhans, Rainer	1972	TuS Haren	Hamburg	04.05.
3:43:37	Cistjakov, Vasilij	1958	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:43:52	Sievers, Martin	1961	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:45:43	Drost, Sebastian	1978	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:49:50	Klene, Günter	1964	Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
3:50:06	Zintel, Andreas	1968	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

4 x 100 m Staffel

	Bestl. 2013:	52,5	VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	42,54	LG Emstal Dörpen		19.06.2004
48,45	SC Osterbrock			Papenburg	18.05.
	Jaske, Dario (1995); Büter, Fabian (1994); Jansen, Max (1994); Schulte, Ralph (1973)				
50,1	VfL Lingen I			Lingen	03.07.
	Krämer, Heiner (1964); Niehaus, Ralf (1977); Herbers, Wolfgang (1981); Theisling, Holger (1978)				
58,7	VfL Lingen II			Lingen	03.07.
	Frericks, Reinhard (1969); Lindemann, Stefan (1967); Luhm, Christian (1964); Höcker, Stefan (1964)				

Hochsprung

	Bestl. 2013:	1,84	Kruth, Hans 1974 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	2,20	Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen		6.06.1998
1,92	Kruth, Hans	1974	LG Emstal Dörpen	Erfurt	13.07.
1,86	Büter, Fabian	1994	SC Osterbrock	Wilhelmshaven	24.05.
1,76	Swistak, Michal	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Verden	26.04.
1,72	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
1,69	Knief, Martin	1975	SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
1,53	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Lingen	06.09.
1,52	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	04.10.
1,36	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
1,23	Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Celle	14.06.

Stabhochsprung

	Bestl. 2013:	2,96	Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	4,50	Schwagmann, Norbert 1973 -- LG Papenburg/Aschendorf		14.06.1992
2,96	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Papenburg	26.09.
2,70	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	05.10.

Weitsprung

	Bestl. 2013:	5,55	Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	7,47	Gebert, Hans 1948 -- SV Sigiltra Sögel		31.05.1969
5,79	+0,0 Röttger, Stephan	1987	VfL Lingen	Papenburg	26.09.
5,74	-0,4 Swistak, Michal	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Verden	26.04.
5,71	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Lingen	03.07.

5,47	+0,0	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Meppen	20.07.
5,46	+0,2	Kruth, Hans	1974	LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
5,40		Herbers, Wolfgang	1981	VfL Lingen	Lingen	03.07.
5,26		Jansen, Max	1994	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
5,09	+0,8	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
4,80		Frericks, Reinhard	1969	VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,58		Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,36		Höcker, Stefan	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,15		Leopold, Heinz	1953	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,93		Luhm, Christian	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,82	+0,0	Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Meppen	20.07.

Dreisprung

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

12,68	+0,5	Büter, Fabian	1994	SC Osterbrock	Bremen	05.07.
-------	------	---------------	------	---------------	--------	--------

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2013: 12,90 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen
 Kreisrekorde Emsland: 16,47 Spiller, Peter 1941 -- LG Papenburg/Aschendorf 7.09.1980

11,94		Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Rütenbrock	13.04.
11,91		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
11,35		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Lingen	06.09.
10,81		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
10,66		Kremer, Stefan	1986	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
10,59		Obermüller, Andreas	1974	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
10,51		Kruth, Hans	1974	LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
10,43		Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
10,21		Stroot, Michael	1987	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	11.10.
10,02		Swistak, Michal	1990	LG Papenburg/Aschendorf	Verden	26.04.

9,43		Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Papenburg	18.05.
9,38		Herbers, Wolfgang	1981	VfL Lingen	Lingen	03.07.
9,10		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
8,87		Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.
8,82		Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	04.10.
8,80		Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Lingen	03.07.
8,71		Frericks, Reinhard	1969	VfL Lingen	Lingen	03.07.
8,66		Kuhrs, Matthias	1974	SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
8,38		Bentlage, Ulrich	1972	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
7,99		Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2013: 38,29 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen
 Kreisrekorde Emsland: 45,76 Kieras, Günther 1961 -- TV Rütenbrock 8.05.1994

38,76		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
36,63		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Meppen	14.09.
32,56		Stroot, Michael	1987	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
32,22		Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
31,97		Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Papenburg	18.05.
31,47		Kremer, Stefan	1986	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	11.10.
31,20		Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Delmenhorst	20.09.
29,71		Obermüller, Andreas	1974	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
29,68		Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
27,40		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.

26,03		Kuhrs, Matthias	1974	SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
24,71		Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Meppen	20.07.
24,68		Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
22,12		Jansen, Maximilian	1994	SC Osterbrock	Rütenbrock	13.04.
22,06		Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Meppen	20.07.
21,62		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.

Hammerwurf 7.26kg

	Bestl. 2013:	45,34	Krone, Ulrich 1971 -- SC Osterbrock		
	Kreisrekorde Emsland:	51,92	Kieras, Günther 1961 -- TV Rütenbrock		28.06.1995
43,91	Krone, Ulrich		1971 SC Osterbrock	Delmenhorst	20.09.
40,92	Mastebroek, Rudolf		1970 SV Union Meppen	Meppen	27.04.
40,80	Pahl, Ralf		1968 LG Emstal Dörpen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
39,18	Stroot, Michael		1987 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
38,49	Suer, Friedrich		1966 SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
37,37	Kremer, Stefan		1986 TV Rütenbrock	Groß Hesepe	11.10.
30,16	Suelmann, Gerd		1970 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
29,67	Mogge, Oliver		1965 SV Union Meppen	Meppen	27.04.
28,69	Bentlage, Ulrich		1972 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
28,04	Kuhr, Harald		1965 SC Osterbrock	Lingen	06.09.
18,81	Kuhrs, Matthias		1974 SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.

Speerwurf 800 g

	Bestl. 2013:	43,02	Kuhrs, Matthias 1974 -- SC Osterbrock		
	Kreisrekorde Emsland:	62,76	Obermüller, Andreas 1974 -- LG Emstal Dörpen		26.05.1996
49,32	Obermüller, Andreas		1974 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
46,76	Jansen, Max		1994 SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
43,72	Kuhrs, Matthias		1974 SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
42,05	Niehaus, Ralf		1977 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
37,32	Mastebroek, Rudolf		1970 SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
36,75	Suer, Friedrich		1966 SC Osterbrock	Meppen	27.04.
35,91	Theisling, Holger		1978 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
35,41	Pahl, Ralf		1968 LG Emstal Dörpen	Meppen	14.09.
33,46	Mogge, Oliver		1965 SV Union Meppen	Meppen	27.04.
33,05	Finke, Georg		1967 VfL Lingen	Lingen	06.09.
32,21	Suelmann, Gerd		1970 TV Rütenbrock	Meppen	14.09.
29,94	Kremer, Stefan		1986 TV Rütenbrock	Groß Hesepe	11.10.
29,15	Krone, Ulrich		1971 SC Osterbrock	Hannover-Herrenhausen	10.05.
24,79	Bentlage, Ulrich		1972 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
24,55	Kuhr, Harald		1965 SC Osterbrock	Lingen	06.09.
23,02	Krämer, Heiner		1964 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
21,70	Stroot, Michael		1987 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.

Gewicht

	Bestl. 2013:	13,08	Krone, Ulrich 1971 -- SC Osterbrock		
	Kreisrekorde Emsland:	14,44	Kieras, Günther 1961 -- TV Rütenbrock		4.10.2003
13,00	Krone, Ulrich		1971 SC Osterbrock	Meppen	14.09.
12,24	Pahl, Ralf		1968 LG Emstal Dörpen	Meppen	27.04.
12,12	Mastebroek, Rudolf		1970 SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
11,82	Stroot, Michael		1987 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
11,48	Suer, Friedrich		1966 SC Osterbrock	Baunatal	27.09.
10,64	Kremer, Stefan		1986 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
9,53	Bentlage, Ulrich		1972 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
9,19	Suelmann, Gerd		1970 TV Rütenbrock	Meppen	14.09.
8,85	Mogge, Oliver		1965 SV Union Meppen	Meppen	27.04.
8,75	Kuhr, Harald		1965 SC Osterbrock	Baunatal	27.09.

5-Kampf

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

	Bestl. 2013:	2.585	Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	3.176	Buss, Heinz 1950 -- VfL Lingen		8.08.1971
2.229	Niehaus, Ralf		1977 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
	5,34(+0,2)-42,05-26,99(+0,6)-23,08-5:22,70				
2.001	Theisling, Holger		1978 VfL Lingen	Meppen	20.07.
	5,47(+0,0)-32,72-26,00(-1,8)-22,06-6:00,86				

5-Kampf Ma.

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

Bestl. 2013:	5.115	VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	8.120	TV Meppen	26.09.1982

6.773	VfL Lingen	Meppen	20.07.
	Finke, Georg (1967) - 2.550; Niehaus, Ralf (1977) - 2.222; Theisling, Holger (1978) - 2.001		

10-Kampf

100m-Weit-Kugel (7.26kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (2kg)-Stab-Speer (800g)-1500m

Bestl. 2013:	4.375	Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	5.750	Suer, Friedrich 1966 -- SC Osterbrock	4.09./05.09.1993

4.021	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Schortens	04.10.
	13,43-5,65(+0,8)-7,92-1,72-62,29-20,10(+0,9)-21,75-2,80-36,34-5:57,91			

Wurf-Fünfkampf

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

Bestl. 2013:	1.809	Kremer, Stefan 1986 -- TV Rütenbrock
--------------	-------	--------------------------------------

3.144	Pahl, Ralf	1968 LG Emstal Dörpen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
	40,80-11,24-32,66-32,96-12,11			
3.009	Suer, Friedrich	1966 SC Osterbrock	Meppen	14.09.
	34,26-11,03-35,04-34,67-10,98			
2.858	Mastebroek, Rudolf	1970 SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
	40,21-11,16-31,00-37,32-12,12			
2.565	Krone, Ulrich	1971 SC Osterbrock	Meppen	14.09.
	37,32-10,32-26,58-28,19-13,00			
2.417	Mogge, Oliver	1965 SV Union Meppen	Meppen	27.04.
	29,67-10,81-21,62-33,46-8,85			
2.237	Stroot, Michael	1987 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
	39,18-9,99-32,56-21,70-11,82			
2.214	Suelmann, Gerd	1970 TV Rütenbrock	Meppen	14.09.
	29,13-8,97-29,42-32,21-9,19			
2.195	Kremer, Stefan	1986 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
	35,59-10,66-30,50-27,72-10,64			
2.036	Kuhr, Harald	1965 SC Osterbrock	Hannover-Herrenhausen	10.05.
	26,86-8,57-24,70-21,38-8,35			
1.561	Bentlage, Ulrich	1972 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
	28,69-8,38-o.g.V.-24,79-9,53			

Wurf-Fünfkampf Ma.

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

7.731	SC Osterbrock	Baunatal	28.09.
	Suer, Friedrich (1966) - 3.071; Krone, Ulrich (1971) - 2.531; Kuhr, Harald (1965) - 2.129		

Frauen

100 m Lauf

Bestl. 2013:	13,84	Steinmetz, Sarina 1989 -- LAV Meppen	
Kreisrekorde Emsland:	12,07	Linke, Janine 1983 -- SC Osterbrock	15.07.2000

15,54	+0,3	Kruth-Heege, Marianne	1970 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
15,96	-0,9	Wiemker, Annette	1966 SuS Rhede	Papenburg	18.05.
16,71	+0,3	Kersten, Karin	1971 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
16,73	-0,9	Hinrichs, Thea	1963 SV Sigiltra Sögel	Papenburg	18.05.
16,5		Bickers, Heike	1966 VfL Lingen	Lingen	03.07.
16,77	+1,6	Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	06.09.
16,9		Brink, Elke	1963 VfL Lingen	Lingen	03.07.
17,28	+1,6	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	06.09.
17,1		Brockhaus, Susanne	1968 VfL Lingen	Lingen	03.07.

200 m Lauf

Bestl. 2013: 35,5 Pott, Traute 1957 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 24,71 Linke, Janine 1983 -- SC Osterbrock 29.06.2002

31,84	-0,3	Völker, Nadine	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06.
36,27	+0,1	Brink, Elke	1963	VfL Lingen	Lingen	06.09.
36,81	-0,7	Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Kalefeld	12.10.

400 m Lauf

Bestl. 2013: 81,5 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 55,57 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 27.08.1994

80,01		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Minden	08.08.
-------	--	------------------	------	------------	--------	--------

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:17,12 Backsmann, Sarah 1993 -- SV Union Meppen
Kreisrekorde Emsland: 2:02,62 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 22.07.1995

2:58,7		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3:29,3		Vehmeyer, Doris	1971	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3:47,13		Völker, Nadine	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.

1000 m Lauf

Bestl. 2013: 3:43,8 Mülstegen, Tanja 1978 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2:40,66 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 17.08.1994

3:36,36		Werner, Daniela	1976	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:45,60		Mülstegen, Tanja	1978	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:58,99		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Kalefeld	12.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2013: 6:11,75 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 4:09,12 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 30.07.1995

6:05,85		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Lingen	06.09.
6:08,10		Mülstegen, Tanja	1978	VfL Lingen	Lingen	06.09.

3000 m Lauf

Kreisrekorde Emsland: 9:11,13 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 12.05.2011

12:54,5		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Lingen	29.04.
---------	--	------------------	------	------------	--------	--------

5000 m Lauf

Bestl. 2013: 19:23,11 Evers, Kerstin 1977 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 15:54,00 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 25.05.2011

22:11,66		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Osnabrück	11.05.
23:18,22		Pieper-Cordes, Margret	1970	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
30:21,60		Berlin, Simone	1963	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Stundenlauf

Bestl. 2013: 12.000 Norda, Alexandra 1976 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 14.750 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 3.10.2010

13.900		Mersmann, Maria	1966	SV Lengerich-Handrup	Börger	12.09.
13.040		Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Börger	12.09.
12.060		Lübbers, Claudia	1966	LAV Meppen	Börger	12.09.
11.140		Ubbenjans, Christina	1994	SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
10.860		Köbbe, Monika	1967	SV Lengerich-Handrup	Börger	12.09.
8.640		Albers, Beatrix	1962	SV Surwold	Börger	12.09.
8.640		Schiering, Bernhardine	1963	SV Neubörger	Börger	12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013:	39:17	Vedder, Elke 1967 -- SV Germania Twist		
Kreisrekorde Emsland:	35:39	Schwennen, Cornelia 1987 -- SV Concordia Emsbüren		13.09.2008

40:17	Evers, Kerstin	1977	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	24.05.
42:11	Mersmann, Maria	1966	SV Lengerich-Handrup	Haselünne	09.05.
42:14	Vedder, Elke	1967	SV Germania Twist	Haselünne	09.05.
45:18	Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Haren	25.07.
45:27	Vidal, Verena	1983	SV Alemannia Salzbergen	Neuenkirchen	27.06.
45:44	Werner, Daniela	1976	VfL Lingen	Salzbergen	30.08.
46:09	Künnemann, Renate	1968	SV Alemannia Salzbergen	Haselünne	09.05.
46:24	Els, Andrea	1969	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
46:25	Wilke, Sonja	1968	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	27.06.
46:35	Dall, Anke	1964	VfL Lingen	Lingen	24.05.
47:27	Lübbers, Claudia	1966	LAV Meppen	Haselünne	09.05.
47:37	Wargers, Judith	1988	SV Alemannia Salzbergen	Spelle	15.08.
48:00	Lübbers, Sabine	1970	SuS Darne	Spelle	15.08.
48:15	Cistjakov, Larisa	1981	Lauffreunde Emsland	Papenburg	13.04.
49:10	Book, Kerstin	1992	TuS Haren	Haselünne	09.05.
49:44	Morhaus, Elke	1977	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	27.06.
49:56	Grothe, Ulrike	1969	Lauffreunde Emsland	Haselünne	09.05.
50:07	Gentle, Michaela	1970	SV Alemannia Salzbergen	Spelle	15.08.
50:45	Peters, Karin	1975	Haselünner SV	Haselünne	09.05.
50:48	Lübbers, Jennifer	1985	SV Lengerich-Handrup	Meppen	05.09.

10 km Str. Ma.

Bestl. 2013:	2:53:43	VfL Lingen		
Kreisrekorde Emsland:	2:05:09	VfL Lingen		24.05.2003

2:18:04	VfL Lingen I			Lingen	24.05.
	Niemann, Martina (1956) - 45:44; Werner, Daniela (1976) - 45:45; Dall, Anke (1964) - 46:35				
2:30:27	SC Spelle-Venhaus			Lingen	24.05.
	Wilke, Sonja (1968) - 46:50; Morhaus, Elke (1977) - 49:56; Flosdorf, Betty (1966) - 53:41				
2:49:08	VfL Lingen II			Lingen	24.05.
	Schiewe, Katrin (1976) - 54:28; Becker, Claudia (1967) - 54:30; Heimann, Kornelia (1958) - 60:10				

Halbmarathon

Bestl. 2013:	1:33:50	Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup		
Kreisrekorde Emsland:	1:18:09	Möller, Michaela 1973 -- SV Holtensa Holte		22.03.1997

1:41:10	Wilke, Sonja	1968	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
1:42:06	Werner, Daniela	1976	VfL Lingen	Neuenkirchen	18.10.
1:43:22	Dall, Anke	1964	VfL Lingen	Löningen	28.06.
1:44:42	Gravemann, Lydia	1972	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:45:11	Hoffrogge, Marita	1968	SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
1:45:20	Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Neuenkirchen	18.10.
1:47:08	Vidal Murcia, Verena	1983	SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:49:44	Lübbers, Claudia	1966	LAV Meppen	Bawinkel	19.04.
1:51:40	Fehrrolfes, Sarah	1984	VfL Lingen	Berlin	30.03.
1:51:47	Loxen, Ines	1974	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
1:52:27	Cistjakov, Larisa	1981	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:53:00	Dembowski, Heike	1964	VfL Lingen	Berlin	30.03.
1:55:59	Gentle, Michaela	1970	SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:56:41	Friedrich-Meier, Susanne	1962	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
1:57:18	Niehaus, Kirsten	1988	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
1:57:20	Kerperien, Ebby	1972	SV Union Meppen	Spelle	15.08.
1:57:29	Dropmann, Carolin	1985	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
2:00:01	Dieckmännken, Maria	1948	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
2:00:17	Strotmann, Inka	1972	Haselünner SV	Löningen	28.06.
2:01:13	Rensmann, Irmgard	1965	SV Bawinkel	Löningen	28.06.

Halbmarathon Ma.

Kreisrekorde Emsland: 5:12:38 SV Lengerich-Handrup 19.04.2003

5:12:42 VfL Lingen Neuenkirchen 18.10.
Werner, Daniela (1976) - 1:42:06; Dall, Anke (1964) - 1:45:16; Niemann, Martina (1956) - 1:45:20

Marathon

Bestl. 2013: 3:16:30 Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup
Kreisrekorde Emsland: 3:16:30 Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup 29.09.2013

3:18:00	Mersmann, Maria	1966	SV Lengerich-Handrup	Bremen	05.10.
3:51:12	Dall, Anke	1964	VfL Lingen	London/GBR	13.04.
3:52:10	Hackmann, Ingrid	1962	Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
3:53:02	Künnemann, Renate	1968	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:53:28	Gravemann, Lydia	1972	Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
3:54:30	Vidal Murcia, Verena	1983	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:55:44	Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	London/GBR	13.04.
3:58:25	Knoche, Elfriede	1959	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:58:46	Els, Andrea	1969	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:08:53	Lambers, Ramona	1972	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:12:12	Gentle, Michaela	1970	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
4:13:35	Nefe, Karin	1974	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:16:59	Cistjakov, Larisa	1981	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:19:35	Wargers, Judith	1988	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
4:20:06	Grothe, Ulrike	1969	Lauffreunde Emsland	Düsseldorf	27.04.
4:20:11	Dembowski, Heike	1964	VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:36:54	Grote, Amelie	1991	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:39:40	Fehrrölfes, Sarah	1984	VfL Lingen	Münster	14.09.
4:44:10	Wagner, Heike	1970	VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:44:11	Euskirchen, Conny	1966	VfL Lingen	Hamburg	04.05.

100 m Hürden 0.838m

Kreisrekorde Emsland: 14,59 Spiller, Christina 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf 26.06.1999
Kreisrekorde Emsland: 14,3 Ganseforth, Annette 1979 -- LG Emstal Dörpen 15.05.1988

21,03 +0,4 Völker, Nadine 1994 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 28.06.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2013: 65,8 VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 48,96 TV Papenburg 14.06.1997

65,2 VfL Lingen Lingen 03.07.
Brink, Elke (1963); Bickers, Heike (1966); Pott, Traute (1957); Brockhaus, Susanne (1968)

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,18 Brockhaus, Susanne 1968 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 1,77 Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf 16.06.1986

1,53	Kuiter, Kirsten	1986	VfL Lingen	Lingen	06.09.
1,40	Völker, Nadine	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06.
1,23	Brink, Elke	1963	VfL Lingen	Lingen	06.09.
1,14	Pott, Traute	1957	VfL Lingen	Lingen	06.09.

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,49 Steinmetz, Sarina 1989 -- LAV Meppen
Kreisrekorde Emsland: 6,48 Ganseforth, Annette 1979 -- LG Emstal Dörpen 12.08.1989

4,40	Krallmann, Stephanie	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
4,21	+0,0 Völker, Nadine	1994	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.
3,95	Bickers, Heike	1966	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,78	Brockhaus, Susanne	1968	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,68	Brink, Elke	1963	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,09	Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Kugelstoß 4 kg

	Bestl. 2013:	11,55	Rensen, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	14,59	Hermes, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen		3.10.1999
11,30	Rensen, Sandra		1976 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
11,03	Penning, Christina		1987 SC Osterbrock	Delmenhorst	20.09.
10,62	Niers, Claudia		1983 SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	11.10.
9,95	Völker, Nadine		1994 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06.
9,34	Grönniger, Renate		1965 SV Germania Twist	Groß Hesepe	11.10.
8,35	Kruth-Heege, Marianne		1970 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
8,27	Krallmann, Stephanie		1978 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
7,39	Pott, Traute		1957 VfL Lingen	Lingen	03.07.
6,66	Brink, Elke		1963 VfL Lingen	Lingen	03.07.
5,89	Bickers, Heike		1966 VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,37	Niemann, Martina		1956 VfL Lingen	Lingen	03.07.

Diskuswurf 1 kg

	Bestl. 2013:	33,03	Rensen, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	44,40	Braun, Renate 1965 -- SV Groß Hesepe		2.06.1990
35,09	Penning, Christina		1987 SC Osterbrock	Wilhelmshaven	24.05.
31,18	Rensen, Sandra		1976 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
30,60	Grönniger, Renate		1965 SV Germania Twist	Papenburg	26.09.
26,29	Pott, Traute		1957 VfL Lingen	Lingen	06.09.
15,10	Brockhaus, Susanne		1968 VfL Lingen	Lingen	03.07.

Hammerwurf 4 kg

	Bestl. 2013:	48,29	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	49,22	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen		1.07.2012
46,06	Angermann, Adelheid		1994 LAV Meppen	Meppen	19.01.
34,31	Penning, Christina		1987 SC Osterbrock	Delmenhorst	20.09.

Speerwurf 600 g

	Bestl. 2013:	32,25	Wittenberg, Monika 1976 -- SV Groß Hesepe		
	Kreisrekorde Emsland:	38,93	Janssen, Marion 1967 -- LG Papenburg/Aschendorf		12.05.2001
31,74	Völker, Nadine		1994 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.
29,52	Kruth-Heege, Marianne		1970 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
25,79	Penning, Christina		1987 SC Osterbrock	Meppen	14.09.
25,61	Rensen, Sandra		1976 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
25,49	Brauer, Martina		1978 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
25,09	Krallmann, Stephanie		1978 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

7-Kampf

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

	Kreisrekorde Emsland:	5.265	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf		21.06./22.06.1997
2.542	Völker, Nadine		1994 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06./
	21,03(+0,4)-1,40-9,95-31,84(-0,3)/4,21(+0,0)-31,74-3:47,13				29.06.

7-Kampf Ma.

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

	Kreisrekorde Emsland:	13.490	LG Papenburg/Aschendorf		7.08./08.08.1997
9.554	LG Papenburg/Aschendorf			Papenburg	28.06./
	Klumpe, Elisabeth (1995) - 3.814; Schmitz, Verena (1996) - 3.198; Völker, Nadine (1994) - 2.542				29.06.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (4kg)-Kugel (4kg)-Diskus (1kg)-Speer (600g)-Gewicht (9.08kg)

2.564	Penning, Christina		1987 SC Osterbrock	Meppen	14.09.
	32,24-10,65-33,53-25,79-10,51				

Männliche Jugend U20

100 m Lauf

	Bestl. 2013:	11,55	Plogmann, Rafael 1995 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	10,71	Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen	9.08.1980	
	Kreisrekorde Emsland:	10,4	Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup	12.09.1965	
11,76	+0,2	Krämer, Niklas	1995 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
11,83		Jaske, Dario	1995 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
12,17		Meyring, Jannes	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
12,39	-1,1	Lake, Jens	1995 SC Osterbrock	Wilhelmshaven	24.05.
12,40		Gerbrand, Steffen	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

200 m Lauf

	Bestl. 2013:	22,52	Plogmann, Rafael 1995 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	21,67	Röttger, Stephan 1987 -- VfL Lingen	2.07.2006	
23,41	-0,3	Krämer, Niklas	1995 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
24,00	-1,8	Plogmann, Rafael	1995 VfL Lingen	Wilhelmshaven	20.07.
24,75	-1,3	Lake, Jens	1995 SC Osterbrock	Wilhelmshaven	24.05.
24,83	-0,3	Jaske, Dario	1995 SC Osterbrock	Papenburg	26.09.

400 m Lauf

	Bestl. 2013:	50,43	Plogmann, Rafael 1995 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	48,64	Röttger, Stephan 1987 -- VfL Lingen	20.08.2006	
	Kreisrekorde Emsland:	48,0	Klus, Heinz 1957 -- VfL Lingen	2.07.2006	
55,70		Gerbrand, Steffen	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	10.09.
58,09		Jaske, Dario	1995 SC Osterbrock	Papenburg	28.06.

800 m Lauf

	Bestl. 2013:	1:57,66	Muke, Kilian 1994 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	1:51,99	Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen	26.07.2008	
2:07,66		Meyring, Jannes	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	24.05.
2:08,30		Gerbrand, Steffen	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	24.05.
2:08,60		Volmer, Felix	1996 SV Union Meppen	Rheine	03.05.
2:10,07		Jansen, Merlyn	1995 SV Union Meppen	Rheine	03.05.

1000 m Lauf

	Bestl. 2013:	2:44,47	Muke, Kilian 1994 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	2:24,51	Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen	30.07.2008	
2:54,01		Gerbrand, Steffen	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
3:13,8		Ameln, Henning	1996 SV Union Meppen	Lingen	09.07.

3000 m Lauf

	Kreisrekorde Emsland:	8:27,30	Klingenberg, Sadik 1989 -- LG Emstal Dörpen	20.07.2008	
10:28,78		Gerbrand, Steffen	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	30.07.

10 km Str.

	Bestl. 2013:	35:26	Muke, Kilian 1994 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	32:05	Otting, Thomas 1987 -- SV Concordia Emsbüren	15.10.2006	
42:00		Lohe, Benedikt	1996 Haselünner SV	Lingen	24.05.

Halbmarathon

	Kreisrekorde Emsland:	1:27:59	Varnhorn, Michael 1983 -- Haselünner SV	30.03.2002	
1:35:17		Jansen, Merlyn	1995 SV Union Meppen	Bawinkel	19.04.

4 x 400 m Staffel

Bestl. 2013: 3:40,8 SV Union Meppen
Kreisrekorde Emsland: 3:25,20 LG Emstal Dörpen 1.06.2003

3:43,40 VfL Lingen Osnabrück 11.05.
Lonnemann, Philip (1997); Conring, Lasse (1996); Börner, Ole (1997); Plogmann, Rafael (1995)

3 x 1000 m Staffel

Bestl. 2013: 8:27,42 SV Union Meppen
Kreisrekorde Emsland: 7:55,70 LSG Hümmling 8.06.1994

9:13,81 LG Papenburg/Aschendorf Delmenhorst 26.04.
Kusber, Marek (1995); Meyring, Jannes (1995); Gerbrand, Steffen (1996)

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,84 Büter, Fabian 1994 -- SC Osterbrock
Kreisrekorde Emsland: 2,20 Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen 6.06.1998

1,52 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Papenburg 28.06.

Weitsprung

Bestl. 2013: 5,93 Schulte-Huxel, Nils 1994 -- SC Osterbrock
Kreisrekorde Emsland: 7,21 Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup 29.08.1965

5,84 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Papenburg 18.05.

5,42 +0,0 Lake, Jens 1995 SC Osterbrock Delmenhorst 05.09.

Dreisprung

Bestl. 2013: 12,18 Schulte-Huxel, Nils 1994 -- SC Osterbrock
Kreisrekorde Emsland: 13,61 Wilkens, Holger 1973 -- LG Papenburg/Aschendorf 27.09.1992

11,37 -1,9 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Schortens 04.05.

Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2013: 12,01 Vinke, Jan 1995 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 14,84 Robin, Oliver (mit 6,25 kg) 1979 -- LG Emstal Dörpen 6.06.1998

9,44 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Groß Hesepe 11.10.

Diskuswurf 1.75kg

Bestl. 2013: 38,54 Vinke, Jan 1995 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 44,24 Robin, Oliver 1979 -- LG Emstal Dörpen 14.09.1997

25,65 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Groß Hesepe 11.10.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2013: 44,41 Jansen, Max 1994 -- SC Osterbrock
Kreisrekorde Emsland: 58,23 Robin, Oliver 1979 -- LG Emstal Dörpen 24.05.1998

36,57 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Papenburg 18.05.

5-Kampf

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

Bestl. 2013: 2.410 Jaske, Dario 1995 -- SC Osterbrock
Kreisrekorde Emsland: 3.557 Röttger, Stephan 1987 -- VfL Lingen 17.06.2006

2.398 Jaske, Dario 1995 SC Osterbrock Papenburg 28.06.
12,35(-1,7)-5,74(+0,0)-8,55-1,52-58,09

Weibliche Jugend U20

100 m Lauf

Bestl. 2013:	13,16	Gerdas, Sonja 1995 -- SV Sparta Wertre		
Kreisrekorde Emsland:	12,07	Linke, Janine 1983 -- SC Osterbrock		15.07.2000
13,28	+0,5 Niemann, Wemke	1996 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
13,34	-1,1 Gerdas, Sonja	1995 SV Sparta Wertre	Wilhelmshaven	24.05.
13,46	Klumpe, Elisabeth	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	10.09.
13,65	+0,0 Fockenbrock, Lena	1995 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
13,73	-0,9 Flum, Saskia	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Verden	26.04.
13,75	+0,5 Flender, Pia	1996 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
14,22	+0,5 Schulte, Lara	1996 LAV Meppen	Papenburg	18.05.

200 m Lauf

Bestl. 2013:	27,08	Gerdas, Sonja 1995 -- SV Sparta Wertre		
Kreisrekorde Emsland:	24,71	Linke, Janine 1983 -- SC Osterbrock		29.06.2002
27,34	-0,4 Gerdas, Sonja	1995 SV Sparta Wertre	Papenburg	28.06.
27,37	+0,0 Niemann, Wemke	1996 VfL Lingen	Osnabrück	01.07.
27,40	-0,5 Fockenbrock, Lena	1995 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
27,62	-0,4 Jüngerink, Luisa	1995 SV Sparta Wertre	Papenburg	28.06.
27,96	-0,8 Flum, Saskia	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	24.05.
28,19	-1,1 Klumpe, Elisabeth	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.
28,55	+0,0 Janssen, Julia	1995 SV Sparta Wertre	Papenburg	28.06.
30,01	-0,3 Schmitz, Verena	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.

400 m Lauf

Bestl. 2013:	64,57	Klumpe, Elisabeth 1995 -- LG Papenburg/Aschendorf		
Kreisrekorde Emsland:	55,59	Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen		22.07.2006
60,18	Niemann, Wemke	1996 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	09.06.
61,94	Fockenbrock, Lena	1995 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	09.06.
67,07	Thole, Dorothee	1996 VfL Lingen	Osnabrück	01.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013:	2:33,02	Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Wertre		
Kreisrekorde Emsland:	2:04,49	Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen		26.05.1993
2:23,70	Niemann, Wemke	1996 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
2:30,67	Thole, Dorothee	1996 VfL Lingen	Bremen	05.07.
2:33,53	Schnauber, Carolin	1996 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
2:38,30	Niermann, Verena	1996 SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
2:40,37	Gerdas, Sonja	1995 SV Sparta Wertre	Papenburg	29.06.
2:40,43	Jüngerink, Luisa	1995 SV Sparta Wertre	Papenburg	29.06.
2:41,29	Janssen, Julia	1995 SV Sparta Wertre	Papenburg	29.06.
2:43,31	Klumpe, Elisabeth	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
3:01,49	Flum, Saskia	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.
3:15,56	Schmitz, Verena	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.

1500 m Lauf

Kreisrekorde Emsland:	4:18,42	Thieke, Stephanie 1986 -- LG Emstal Dörpen		16.07.2004
5:08,83	Thole, Dorothee	1996 VfL Lingen	Minden	08.08.
5:09,49	Niemann, Wemke	1996 VfL Lingen	Minden	08.08.
6:05,31	Ruhmke, Janet	1996 SV Union Meppen	Minden	08.08.

3000 m Lauf

Kreisrekorde Emsland:	9:22,73	Thieke, Stephanie 1986 -- LG Emstal Dörpen		4.06.2004
11:23,44	Thole, Dorothee	1996 VfL Lingen	Wilhelmshaven	20.07.

5000 m Lauf

Kreisrekorde Emsland: 16:41,9 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 11.09.1993

19:56,5	Schnauber, Carolin	1996 VfL Lingen	Lingen	29.04.
20:31,1	Thole, Dorothee	1996 VfL Lingen	Lingen	29.04.

10 km Str.

Bestl. 2013: 52:41 Moeken, Linda 1995 -- SC Spelle-Venhaus
Kreisrekorde Emsland: 36:45 Schwennen, Cornelia 1987 -- SV Concordia Emsbüren 17.03.2005

43:05	Thole, Dorothee	1996 VfL Lingen	Hamburg	07.09.
45:44	Niemann, Wemke	1996 VfL Lingen	Lingen	30.03.
57:56	Moeken, Linda	1995 SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
57:56	Wilmes, Katharina	1996 SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.

10 km Str. Ma.

Kreisrekorde Emsland: 2:05:09 VfL Lingen 24.05.2003

2:17:16	VfL Lingen	Lingen	30.03.
Thole, Dorothee (1996) - 45:03; Niemann, Wemke (1996) - 45:44; Santel, Marlene (1998) - 46:29			

100 m Hürden 0.838m

Bestl. 2013: 16,27 Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werite
Kreisrekorde Emsland: 14,63 Spiller, Christina 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf 26.06.1998
Kreisrekorde Emsland: 14,3 Ganseforth, Annette 1970 -- LG Emstal Dörpen 15.05.1988

15,36	+1,0 Klumpe, Elisabeth	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Berlin	03.08.
16,10	-0,4 Jüngerink, Luisa	1995 SV Sparta Werite	Papenburg	28.06.
16,65	-0,1 Schierholt, Johanna	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
16,97	+0,4 Schmitz, Verena	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06.
17,11	-0,4 Gerdes, Sonja	1995 SV Sparta Werite	Papenburg	28.06.
17,81	-0,4 Janssen, Julia	1995 SV Sparta Werite	Papenburg	28.06.
21,35	+0,4 Flum, Saskia	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06.

4 x 100 m Staffel

Kreisrekorde Emsland: 48,96 TV Papenburg 16.06.1997

55,63	StG Lingen-Meppen	Papenburg	18.05.
Kettler, Eva (1998); Flender, Pia (1996); Köhler, Christina (1997); Wulf, Jasmin (1997)			

4 x 400 m Staffel

Bestl. 2013: 4:16,8 VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 3:48,76 LG Emstal Dörpen 22.07.2007

3:51,35	StG Lönningen-Ankum-Werite	Ulm	27.07.
Bähler, L. (); Schulte, J. (); Wigbers, Johanna (1998); Schäfer, M. ()			
4:12,28	StG Lingen-Meppen	Osnabrück	11.05.
Fockenbrock, Lena (1995); Ruhmke, Denise (1997); Schnauber, Carolin (1996); Niemann, Wemke (1996)			

3 x 800 m Staffel

Kreisrekorde Emsland: 6:33,07 LG Emstal Dörpen 16.06.2002

8:16,8	SV Union Meppen	Lingen	09.07.
Gloddek, Laurence (1999); Wichtrup, Mara (1997); Ruhmke, Janet (1996)			

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,56 Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werite
Kreisrekorde Emsland: 1,77 Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf 19.06.1996

1,64	Schmitz, Verena	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Zeven	07.06.
1,52	Klumpe, Elisabeth	1995 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.
1,52	Jüngerink, Luisa	1995 SV Sparta Werite	Papenburg	28.06.
1,45	Flum, Saskia	1996 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
1,44	Janssen, Julia	1995 SV Sparta Werite	Papenburg	28.06.
1,40	Gerdes, Sonja	1995 SV Sparta Werite	Papenburg	28.06.

Weitsprung

Bestl. 2013:	5,04	Gerdes, Sonja 1995 -- SV Sparta Werlte	
Kreisrekorde Emsland:	6,48	Ganseforth, Annette 1979 -- LG Emstal Dörpen	12.08.1989

5,08	+0,0	Janssen, Julia	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	29.06.
5,00	-1,0	Schmitz, Verena	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
4,91	-0,6	Fockenbrock, Lena	1995	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
4,90	+0,5	Gerdes, Sonja	1995	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	24.05.
4,88	+0,5	Klumpe, Elisabeth	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Zeven	07.06.
4,80	+1,1	Jüngerink, Luisa	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	29.06.
4,43	+0,4	Flum, Saskia	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.
3,93	+0,0	Kruse, Bianca	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013:	10,44	Völker, Nadine 1994 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	13,75	Hermes, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen	30.09.1994

9,12		Klumpe, Elisabeth	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.
8,94		Gerdes, Sonja	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
8,68		Jüngerink, Luisa	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
7,77		Schmitz, Verena	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.
7,62		Janssen, Julia	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
7,30		Schulte, Lara	1996	LAV Meppen	Papenburg	18.05.
6,98		Rosen, Hanna	1996	SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
6,09		Flum, Saskia	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013:	33,04	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen	
Kreisrekorde Emsland:	41,31	Niers, Claudia 1983 -- SV Groß Hesepe	8.06.2002

16,01		Rosen, Hanna	1996	SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
-------	--	--------------	------	-------------	-------------	--------

Speerwurf 600 g

Bestl. 2013:	36,37	Völker, Nadine 1994 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	38,75	Völker, Nadine 1994 -- LG Papenburg/Aschendorf	30.06.2012

30,82		Jüngerink, Luisa	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	29.06.
29,56		Gerdes, Sonja	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	29.06.
29,38		Klumpe, Elisabeth	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
28,59		Laake, Nina	1997	VfL Lingen	Papenburg	26.09.
28,05		Janssen, Julia	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	29.06.
23,20		Schmitz, Verena	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	29.06.
18,66		Rosen, Hanna	1996	SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.

4-Kampf

100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m

Bestl. 2013:	2,480	Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werlte	
Kreisrekorde Emsland:	3,077	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf	31.08.1996

2.450		Jüngerink, Luisa	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
		16,10(-0,4)-1,52-8,68-27,62(-0,4)				
2.440		Klumpe, Elisabeth	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.
		15,98(+0,4)-1,52-9,12-28,31(-0,3)				
2.240		Gerdes, Sonja	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
		17,11(-0,4)-1,40-8,94-27,34(-0,4)				
2.202		Schmitz, Verena	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	27.06.
		16,97(+0,4)-1,60-7,77-30,01(-0,3)				
2.026		Janssen, Julia	1995	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
		17,81(-0,4)-1,44-7,62-28,55(+0,0)				

7-Kampf

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

	Bestl. 2013:	4.066	Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werthe		
	Kreisrekorde Emsland:	5.265	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf		21.06./22.06.1997
4.016	Jüngerink, Luisa	1995	SV Sparta Werthe	Papenburg	28.06./29.06.
	16,10(-0,4)-1,52-8,68-27,62(-0,4)/4,80(+1,1)-30,82-2:40,43				
3.884	Klumpe, Elisabeth	1995	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./05.10.
	15,93-1,48-8,79-28,19(-1,1)/4,76(+0,0)-29,38-2:43,31				
3.759	Gerdas, Sonja	1995	SV Sparta Werthe	Papenburg	28.06./29.06.
	17,11(-0,4)-1,40-8,94-27,34(-0,4)/4,71(+0,0)-29,56-2:40,37				
3.605	Janssen, Julia	1995	SV Sparta Werthe	Papenburg	28.06./29.06.
	17,81(-0,4)-1,44-7,62-28,55(+0,0)/5,08(+0,0)-28,05-2:41,29				
3.198	Schmitz, Verena	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06./29.06.
	16,97(+0,4)-1,60-7,77-30,01(-0,3)/4,44(+0,0)-23,20-3:15,56				
2.463	Flum, Saskia	1996	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.06./29.06.
	21,35(+0,4)-1,44-6,09-28,49(-0,3)/4,43(+0,4)-8,32-3:01,49				

7-Kampf Ma.

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

	Bestl. 2013:	10.018	SV Sparta Werthe		
	Kreisrekorde Emsland:	13.490	LG Papenburg/Aschendorf		7.06./08.06.1997
11.380	SV Sparta Werthe			Papenburg	28.06./29.06.
	Jüngerink, Luisa (1995) - 4.016; Gerdas, Sonja (1995) - 3.759; Janssen, Julia (1995) - 3.605				

Männliche Jugend U18

100 m Lauf

	Bestl. 2013:	11,93	Hansmann, Jan 1997 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	11,24	Röttger, Stephan 1987 -- VfL Lingen		7.09.2004
	Kreisrekorde Emsland:	11,24	Schnieders, Dirk 1982 -- SV Union Meppen		30.05.1999
	Kreisrekorde Emsland:	10,8	Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen		1.07.1978
11,75	+0,2	Hansmann, Jan	1997	VfL Lingen	Papenburg 28.06.
12,01	+0,6	Renken, Stefan	1998	SV Sparta Werthe	Papenburg 18.05.
12,14		Siemer, Niklas	1997	LG Papenburg/Aschendorf	Meppen 12.06.
12,28	+0,6	Krone, Richard	1997	SC Osterbrock	Papenburg 18.05.
12,1		Bauer, Simon	1997	VfL Lingen	Lingen 03.07.
12,52	-1,8	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werthe	Papenburg 28.06.
12,63	+0,6	Piechatzek, Lukas	1998	VfL Lingen	Papenburg 18.05.
12,74	+0,2	Hater, Jannes	1997	VfL Lingen	Papenburg 28.06.
13,04	+0,2	Börsting, Jan	1997	VfL Lingen	Papenburg 28.06.
13,07	+0,0	Langen, Timo	1997	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 26.09.
13,14	-1,4	Krone, Georg	1998	SC Osterbrock	Delmenhorst 05.09.
13,23	+1,4	Magel, Kai	1998	VfL Lingen	Papenburg 28.06.
13,35	+1,4	Hueske, Lennart	1997	VfL Lingen	Papenburg 28.06.
13,79	+1,4	Frericks, Paul	1997	VfL Lingen	Papenburg 28.06.

200 m Lauf

	Bestl. 2013:	24,17	Hansmann, Jan 1997 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	21,8	Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen		30.07.1978
23,41	+1,3	Hansmann, Jan	1997	VfL Lingen	Bremen 06.07.
24,68	-0,4	Schröer, Steffen	1999	SC Osterbrock	Wilhelmshaven 24.05.
24,85	+1,0	Renken, Stefan	1998	SV Sparta Werthe	Papenburg 18.05.
25,18	-0,2	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werthe	Papenburg 26.09.
25,60	-0,4	Krone, Richard	1997	SC Osterbrock	Wilhelmshaven 24.05.
26,88	-0,3	Hinrichs, Christoph	1999	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 26.09.
27,17	-0,3	Langen, Timo	1997	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 26.09.
27,93	-0,3	Frericks, Paul	1997	VfL Lingen	Papenburg 26.09.

400 m Lauf

Bestl. 2013: 54,26 Gerbrand, Steffen 1996 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 50,52 Hinrichs, Günther 1965 -- SV Sparta Werlte 6.09.1981

54,19	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
56,32	Renken, Stefan	1998	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
58,72	Hater, Jannes	1997	VfL Lingen	Papenburg	28.06.
63,97	Börsting, Jan	1997	VfL Lingen	Papenburg	28.06.
64,15	Magel, Kai	1998	VfL Lingen	Papenburg	28.06.
64,67	Frericks, Paul	1997	VfL Lingen	Papenburg	28.06.
65,33	Bauer, Simon	1997	VfL Lingen	Papenburg	28.06.
71,60	Hueske, Lennart	1997	VfL Lingen	Papenburg	28.06.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:04,34 Gerbrand, Steffen 1996 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 1:55,2 Lenfert, Kai 1966 -- TV Meppen 31.08.1983

2:12,43	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
2:13,10	Greis, Noah	1997	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:13,74	Sorge, Paul	1997	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:17,76	Börner, Ole	1997	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:17,96	Piechatzek, Lukas	1998	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:22,11	Hennecke, Jan	1998	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:33,5	Kuper, Steffen	1997	VfL Lingen	Lingen	03.07.
2:45,8	Frericks, Paul	1997	VfL Lingen	Lingen	03.07.

3000 m Lauf

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

11:49,26	Gerbrand, Kai	1998	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	06.09.
----------	---------------	------	-------------------------	------	--------

5000 m Lauf

Kreisrekorde Emsland: 15:03,2 Funke, Wilhelm 1959 -- TuS Haren 7.08.1976

20:02,64	Gerbrand, Kai	1998	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
----------	---------------	------	-------------------------	-----------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 42:31 Lohe, Benedikt 1996 -- Haselünner SV
Kreisrekorde Emsland: 32:13 Schneiders, Ingo 1988 -- SV Concordia Emsbüren 13.03.2005

42:22	Haase, Rudolph	1997	VfL Lingen	Lingen	30.03.
43:06	Langen, Philipp	1997	Haselünner SV	Haselünne	09.05.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 2:12:24 Peters, Jost 1997 -- SC Osterbrock

1:35:34	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werlte	Hannover	27.04.
---------	----------------	------	------------------	----------	--------

110 m Hürden 0.914m

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

16,90	-0,5 Renken, Stefan	1998	SV Sparta Werlte	Zeven	08.06.
18,63	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
20,42	Jüngerink, Jan	1998	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
20,64	Janssen, Jonas	1998	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.

400 m Hürden 0.838m

Kreisrekorde Emsland: 56,02 Kösters, Jens 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf 10.06.2006

57,87	Hanekamp, Nils	1998	SV Sparta Werlte	Bremen	05.07.
-------	----------------	------	------------------	--------	--------

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2013: 51,2 VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 43,86 LG Emstal Dörpen 6.07.2001

48,7 VfL Lingen Lingen 03.07.
Hueske, Lennart (1997); Hater, Jannes (1997); Börsting, Jan (1997); Hansmann, Jan (1997)

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,70 Hater, Jannes 1997 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2,12 Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen 8.09.1996

1,76	Hater, Jannes	1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,76	Renken, Stefan	1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
1,72	Hansmann, Jan	1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,68	Hanekamp, Nils	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
1,66	Börsting, Jan	1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
1,60	Krone, Richard	1997 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
1,60	Kuper, Steffen	1997 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
1,56	Hauschildt, Moritz	1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,55	Jüngerink, Jan	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
1,52	Bauer, Simon	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,50	Merschendorf, Tobias	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
1,48	Frericks, Paul	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,44	Hueske, Lennart	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,40	Magel, Kai	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.

Stabhochsprung

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

1,86 Hanekamp, Nils 1998 SV Sparta Werlte Papenburg 26.09.

Weitsprung

Bestl. 2013: 5,81 Wittrock, Florian 1996 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 6,68 Vey, Alexander 1973 -- LG Emstal Dörpen 30.09.1990
Kreisrekorde Emsland: 6,68 Barlage, Bernd 1947 -- SV Lengerich-Handrup 13.06.1964

5,68	Renken, Stefan	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
5,65	-0,1 Hater, Jannes	1997 VfL Lingen	Wilhelmshaven	24.05.
5,62	Siemer, Niklas	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Meppen	12.06.
5,49	+0,0 Hanekamp, Nils	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
5,38	+1,2 Piechatzek, Lukas	1998 VfL Lingen	Wilhelmshaven	24.05.
5,36	Hansmann, Jan	1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
5,33	Börsting, Jan	1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
5,04	Krone, Richard	1997 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
5,00	Greis, Noah	1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
4,92	+0,0 Bauer, Simon	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
4,38	Magel, Kai	1998 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
4,33	-0,1 Krone, Georg	1998 SC Osterbrock	Delmenhorst	05.09.
4,26	Frericks, Paul	1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
4,24	+0,0 Hueske, Lennart	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
4,09	Struck, Marian	1998 VfL Lingen	Lingen	03.07.

Dreisprung

Bestl. 2013: 10,39 Krone, Richard 1997 -- SC Osterbrock
Kreisrekorde Emsland: 12,91 Hinrichs, Wilfried 1963 -- LG Emstal Dörpen 13.08.1980

11,15	-0,1 Renken, Stefan	1998 SV Sparta Werlte	Bremen	05.07.
11,04	+0,0 Krone, Richard	1997 SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
9,59	-0,5 Jüngerink, Jan	1998 SV Sparta Werlte	Schortens	04.05.

Kugelstoß 5 kg

	Bestl. 2013:	10,42	Hueske, Lennart 1997 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	15,31	Stahl, Tobias 1974 -- TV Meppen		12.09.1990
11,20	Hueske, Lennart		1997 VfL Lingen	Lingen	03.07.
10,89	Hater, Jannes		1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
10,65	Renken, Stefan		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
9,81	Hansmann, Jan		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
9,79	Hennecke, Jan		1998 VfL Lingen	Meppen	12.06.
9,62	Knuth, Hannes		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
9,24	Kuper, Steffen		1997 VfL Lingen	Lingen	03.07.
9,11	Merschendorf, Tobias		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
8,80	Hanekamp, Nils		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
7,90	Magel, Kai		1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
7,70	Börsting, Jan		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
7,40	Bauer, Simon		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
6,69	Frericks, Paul		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.

Diskuswurf 1.5 kg

	Bestl. 2013:	23,22	Hueske, Lennart 1997 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	44,76	Robin, Oliver 1979 -- LG Emstal Dörpen		28.06.1994
27,15	Hueske, Lennart		1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
22,86	Knuth, Hannes		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
17,84	Struck, Marian		1998 VfL Lingen	Papenburg	18.05.

Speerwurf 700 g

	Bestl. 2013:	41,29	Hater, Jannes 1997 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	45,87	Hater, Jannes 1997 -- VfL Lingen		12.06.2014
45,87	Hater, Jannes		1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
37,43	Greis, Noah		1997 VfL Lingen	Meppen	12.06.
34,83	Renken, Stefan		1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
34,67	Knuth, Hannes		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
34,50	Hueske, Lennart		1997 VfL Lingen	Wilhelmshaven	24.05.
30,57	Janssen, Jonas		1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
29,50	Brinker, Steffen		1998 VfL Lingen	Meppen	12.06.
29,39	Kuper, Steffen		1997 VfL Lingen	Wilhelmshaven	24.05.
28,74	Jüngerink, Jan		1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
28,24	Hanekamp, Nils		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
26,96	Börsting, Jan		1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
24,48	Frericks, Paul		1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
23,52	Struck, Marian		1998 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
21,65	Magel, Kai		1998 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
20,24	Hanekamp, Kai		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	26.09.

5-Kampf

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

	Bestl. 2013:	2.186	Hansmann, Jan 1997 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	3.242	Kösters, Jens 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf		5.05.2007
2.738	Renken, Stefan		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
	12,22(-1,3)-5,42(+0,0)-10,65-1,76-56,32				
2.592	Hanekamp, Nils		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
	12,52(-1,8)-5,49(+0,0)-8,80-1,68-54,49				
2.521	Hater, Jannes		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	12,74(+0,2)-5,51(+0,0)-10,36-1,72-58,72				
1.927	Börsting, Jan		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	13,04(+0,2)-4,74(+0,0)-7,70-1,64-63,97				
1.892	Bauer, Simon		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	12,59(-1,8)-4,92(+0,0)-7,40-1,52-65,33				
1.649	Magel, Kai		1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	13,23(+1,4)-4,32(+0,2)-7,90-1,40-64,15				

1.623	Hueske, Lennart 13,35(+1,4)-4,24(+0,0)-10,52-1,44-71,60	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1.501	Frericks, Paul 13,79(+1,4)-4,13(+0,0)-6,69-1,48-64,67	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.

5-Kampf Ma.

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

Kreisrekorde Emsland: 13.642 VfL Lingen 10.06.2006

9.612	VfL Lingen Hater, Jannes (1997) - 2.521; Börsting, Jan (1997) - 1.927; Bauer, Simon (1997) - 1.892 Magel, Kai (1998) - 1.649; Hueske, Lennart (1997) - 1.623		Papenburg	28.06.
-------	--	--	-----------	--------

DJMM Gruppe 3

Bestl. 2013: 4.280 VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 5.501 VfL Lingen 4.07.2005

5.116	VfL Lingen		Lingen	03.07.
-------	------------	--	--------	--------

Weibliche Jugend U18

100 m Lauf

Bestl. 2013: 12,40 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 12,07 Linke, Janine 1983 -- SC Osterbrock 15.07.2000

12,14	+1,8 Wulf, Jasmin	1997 VfL Lingen	Wattenscheid	09.08.
12,89	+1,5 Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
13,09	+0,2 Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
13,23	+0,0 Schierholt, Johanna	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Verden	26.04.
13,23	+1,5 Trouw, Sophie	1998 LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	23.07.
13,31	+0,7 Ahlers, Hilke	1998 LG Emstal Dörpen	Oldenburg	30.07.
14,13	+0,2 Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
14,14	+1,7 Gravel, Hannah	1998 LG Emstal Dörpen	Oldenburg	30.07.
14,19	+1,5 Köhler, Christina	1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
14,20	+1,7 Gerdes, Anna	1997 LG Emstal Dörpen	Oldenburg	30.07.

14,24	+0,2 Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
14,26	-0,5 Kuduk, Pamela	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
14,29	+0,2 Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
14,36	+0,5 Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
14,42	+0,2 Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
14,71	Beusing, Judith	1997 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
14,99	+0,5 Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.

200 m Lauf

Bestl. 2013: 25,58 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 24,78 Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen 9.07.2005

25,21	+1,5 Wulf, Jasmin	1997 VfL Lingen	Wattenscheid	10.08.
27,01	+1,0 Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
27,13	-1,5 Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	24.05.
27,23	+1,1 Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
27,37	-1,4 Schierholt, Johanna	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	20.07.
27,80	-1,1 Ahlers, Hilke	1998 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	24.05.
28,50	-1,5 Trouw, Sophie	1998 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	24.05.
29,18	+1,0 Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
30,22	+1,1 Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
30,26	-0,3 Konen, Sabine	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	26.09.

400 m Lauf

Bestl. 2013: 59,55 Niemann, Wenke 1996 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 55,59 Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen 22.07.2006

61,37	Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
62,27	Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	24.05.
68,12	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	18.05.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:23,30 Niemann, Wenke 1996 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2:06,98 Bruns, Anne 1974 -- LAV Meppen 7.07.1990

2:23,86	Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
2:29,45	Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	29.06.
2:30,47	Matzat, Anna	1998 LAV Meppen	Papenburg	18.05.
2:34,83	Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Rheine	03.05.
2:37,23	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	29.06.
2:37,38	Plüster, Kathrin	1997 SV Sparta Werlte	Bremen	05.07.
2:41,70	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	29.06.
2:44,03	Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	29.06.
2:44,95	Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	29.06.
2:48,29	Gravel, Hannah	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
2:49,52	Trouw, Sophie	1998 LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	23.07.
2:58,75	Wilke, Julia	1997 SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.

1500 m Lauf

Bestl. 2013: 5:14,20 Schnauber, Carolin 1996 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 4:21,05 Thieke, Stephanie 1986 -- LG Emstal Dörpen 22.06.2003

5:58,88	Gravel, Hannah	1998 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	24.05.
---------	----------------	-----------------------	---------------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 41:18 Schnauber, Carolin 1996 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 37:19 Schwennen, Cornelia 1987 -- SV Concordia Emsbüren 29.11.2003

46:29	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Lingen	30.03.
55:13	Bohlin, Lara	1997 SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.

100 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 15,67 Schierholt, Johanna 1997 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 14,64 Spiller, Christina 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf 16.06.1996
Kreisrekorde Emsland: 14,64 Kruth, Daniela 1974 -- LG Emstal Dörpen 15.07.1990

15,08	+0,6 Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	24.05.
15,75	+0,2 Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
16,10	+0,9 Schierholt, Johanna	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Bremen	06.07.
16,23	+1,9 Wulf, Jasmin	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
16,44	+0,4 Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
17,29	-2,9 Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
18,11	-0,1 Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
18,96	+0,4 Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
19,23	-2,9 Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
19,42	+0,4 Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.

21,06	+0,4 Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
21,29	Plüster, Kathrin	1997 SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.

400 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 73,79 Schierholt, Johanna 1997 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 62,05 Jüngerink, Luisa 1995 -- SV Sparta Werlte 18.06.2011

69,76	Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Schortens	04.05.
70,24	Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Zeven	08.06.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2013:	54,86	LG Emstal Dörpen	
Kreisrekorde Emsland:	50,14	LG Emstal Dörpen	14.09.1986

52,34	LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	24.05.
	Kuduk, Pamela (1998); Sievers, Jennifer (1998); Heitker, Lara (1998); Ahlers, Hilke (1998)		
52,88	LG Papenburg/Aschendorf	Bremen	05.07.
	Trouw, Sophie (1998); Kötter, Fiona (1999); Assies, Christina (1999); Schierholt, Johanna (1997)		

Hochsprung

Bestl. 2013:	1,74	Schmitz, Verena 1996 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	1,76	Schmitz, Verena 1996 -- LG Papenburg/Aschendorf	7.07.2012
Kreisrekorde Emsland:	1,76	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf	13.06.1995

1,60	Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Meppen	12.06.
1,56	Wulf, Jasmin	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,52	Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
1,52	Schierholt, Johanna	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Leer	06.09.
1,44	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
1,44	Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
1,44	Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,44	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,40	Gerdes, Anna	1997 LG Emstal Dörpen	Meppen	12.06.
1,40	Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
1,40	Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
1,35	Köhler, Christina	1997 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
1,28	Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.

Weitsprung

Bestl. 2013:	5,41	Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	6,34	Ganseforth, Annette 1970 -- LG Emstal Dörpen	12.09.1987

5,36	+1,2	Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Hamburg	12.07.
5,06	+1,9	Schierholt, Johanna	1997 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	24.05.
4,95	+0,8	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	24.05.
4,90	+0,0	Wulf, Jasmin	1997 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
4,70		Konen, Sabine	1998 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
4,69	+0,0	Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
4,63	+0,0	Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	29.06.
4,62		Gerdes, Anna	1997 LG Emstal Dörpen	Meppen	12.06.
4,59		Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
4,53	+0,5	Grönniger, Laura	1997 SV Germania Twist	Papenburg	18.05.
4,46	+0,0	Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	29.06.
4,34	+0,0	Gravel, Hannah	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
4,32		Ahlers, Hilke	1998 LG Emstal Dörpen	Meppen	12.06.
4,24	+0,0	Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Papenburg	29.06.
4,09	+1,0	Plüster, Katrin	1997 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
3,99	+0,0	Kuduk, Pamela	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
3,93	+0,5	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	29.06.

Dreisprung

Bestl. 2013:	10,19	Ruhmke, Denise 1997 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	11,66	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf	17.06.1995

11,20	+2,0	Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	19.07.
10,56	+1,1	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Bremen	06.07.
10,26	+1,6	Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Bremen	06.07.
10,09	+0,0	Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	26.09.
9,70	+0,0	Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	26.09.
9,65		Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	09.06.
9,41	-1,2	Köhler, Christina	1997 VfL Lingen	Schortens	04.05.
9,11	-1,4	Heitker, Katrin	1997 LG Emstal Dörpen	Schortens	04.05.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013:	10,40	Grönniger, Laura 1997 -- SV Germania Twist		
Kreisrekorde Emsland:	13,59	De Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf		3.10.1996
10,91	Grönniger, Laura	1997 SV Germania Twist	Papenburg	18.05.
10,72	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Groß Hesepe	11.10.
9,90	Kuduk, Pamela	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
9,69	Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
9,25	Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
8,96	Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Oldenburg	30.07.
8,40	Konen, Sabine	1998 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
8,40	Wulf, Jasmin	1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
8,25	Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
8,20	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
7,59	Griep, Tabea	1997 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
7,35	Meemann, Pia	1997 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
6,92	Wigbers, Johanna	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
6,72	Borgmann, Anne	1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
6,66	Gerdés, Anna	1997 LG Emstal Dörpen	Oldenburg	30.07.
6,60	Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013:	21,48	Heitker, Katrin 1997 -- LG Emstal Dörpen		
Kreisrekorde Emsland:	39,05	Niers, Claudia 1983 -- SV Groß Hesepe		10.07.2000
23,55	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
23,10	Grönniger, Laura	1997 SV Germania Twist	Groß Hesepe	11.10.
20,65	Griep, Tabea	1997 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
20,11	Heitker, Katrin	1997 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
18,46	Meeman, Pia	1997 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.

Hammerwurf 3 kg

Kreisrekorde Emsland:	46,18	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen		13.06.2011
23,31	Kuduk, Pamela	1998 LG Emstal Dörpen	Meppen	27.04.
22,02	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Meppen	27.04.
18,31	Heitker, Katrin	1997 LG Emstal Dörpen	Meppen	27.04.

Speerwurf 500 g

Bestl. 2013:	32,72	Mrosk, Ulrike 1997 -- LG Papenburg/Aschendorf		
Kreisrekorde Emsland:	37,71	Klumpe, Elisabeth (mit 600g Speer) 1995 -- SV Sparta Werlte		9.10.2011
33,01	Laake, Nina	1997 VfL Lingen	Lingen	06.09.
28,33	Kamlage, Judith	1998 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	24.05.
28,13	Heitker, Lara	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	29.06.
27,05	Kuduk, Pamela	1998 LG Emstal Dörpen	Leer	06.09.
24,92	Sievers, Jennifer	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	29.06.
24,48	Grönniger, Laura	1997 SV Germania Twist	Wilhelmshaven	24.05.
24,18	Griep, Tabea	1997 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
23,80	Sievers, Stefanie	1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
23,30	Ruhmke, Denise	1997 VfL Lingen	Papenburg	29.06.
23,13	Heitker, Katrin	1997 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
20,63	Gerdés, Anna	1997 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
20,60	Meemann, Pia	1997 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
20,47	Santel, Marlene	1998 VfL Lingen	Meppen	12.06.
18,08	Krüßel, Elisa	1998 VfL Lingen	Papenburg	29.06.

4-Kampf

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

	Bestl. 2013:	1.925	Heitker, Katrin 1997 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	2.979	Spiller, Christiane 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf		22.06.1996
2.687	Heitker, Lara		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
	15,43(+0,5)-1,56-8,90-13,09(+0,2)				
2.639	Wulf, Jasmin		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	16,23(+1,9)-1,56-8,40-12,61(+0,2)				
2.326	Sievers, Jennifer		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
	16,44(+0,4)-1,44-9,95-14,13(+0,2)				
2.194	Borgmann, Anne		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
	15,75(+0,2)-1,28-6,72-13,15(-0,4)				
1.969	Ruhmke, Denise		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	18,96(+0,4)-1,44-9,25-14,42(+0,2)				
1.890	Sievers, Stefanie		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06.
	19,42(+0,4)-1,44-8,25-14,24(+0,2)				
1.878	Wigbers, Johanna		1998 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.06.
	18,11(-0,1)-1,40-6,92-14,29(+0,2)				
1.738	Santel, Marlene		1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	19,87(+0,4)-1,44-8,20-14,99(+0,5)				
1.590	Krüßel, Elisa		1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06.
	21,06(+0,4)-1,40-6,60-14,36(+0,5)				

7-Kampf

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

	Bestl. 2013:	2.984	Heitker, Katrin 1997 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	4.818	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf		26.08./27.08.1995
4.406	Heitker, Lara		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06./ 29.06.
	15,43(+0,5)-1,56-8,90-13,09(+0,2)/5,07(+0,0)-28,13-2:29,45				
3.767	Sievers, Jennifer		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06./ 29.06.
	16,44(+0,4)-1,44-9,95-14,13(+0,2)/4,80(+0,0)-24,92-2:41,70				
3.229	Ruhmke, Denise		1997 VfL Lingen	Papenburg	28.06./ 29.06.
	18,96(+0,4)-1,44-9,25-14,42(+0,2)/4,24(+0,0)-23,30-2:42,40				
3.225	Sievers, Stefanie		1998 LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.06./ 29.06.
	19,42(+0,4)-1,44-8,25-14,24(+0,2)/4,63(+0,0)-23,04-2:44,03				
2.778	Krüßel, Elisa		1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06./ 29.06.
	21,06(+0,4)-1,40-6,60-14,36(+0,5)/4,46(+0,0)-18,08-2:44,95				
2.635	Santel, Marlene		1998 VfL Lingen	Papenburg	28.06./ 29.06.
	19,87(+0,4)-1,44-8,20-14,99(+0,5)/3,93(+0,5)-o.g.V.-2:37,23				

7-Kampf Ma.

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

	Kreisrekorde Emsland:	12.769	LG Papenburg/Aschendorf		21.08./22.08.1996
11.398	LG Emstal Dörpen			Papenburg	28.06./ 29.06.
	Heitker, Lara (1998) - 4.406; Sievers, Jennifer (1998) - 3.767; Sievers, Stefanie (1998) - 3.225				
8.642	VfL Lingen			Papenburg	28.06./ 29.06.
	Ruhmke, Denise (1997) - 3.229; Krüßel, Elisa (1998) - 2.778; Santel, Marlene (1998) - 2.635				

Männliche Jugend U16

3 x 800 m Staffel

7:41,4	SV Union Meppen		Lingen	09.07.
	Ricke, Jan-Niklas (2000); Ahrens, Julian (1999); Klaas, Jan-Bernd (1999)			

3 x 1000 m Staffel

Bestl. 2013: 10:01,49 SV Union Meppen
Kreisrekorde Emsland: 8:25,30 VfL Lingen 8.05.1986

10:02,01 SV Union Meppen Dörpen 13.06.
Ricke, Jan-Niklas (2000); Ahrens, Julian (1999); Klaas, Jan-Bernd (1999)

10:14,24 TuS Haren Dörpen 13.06.
Bolle, David (2000); Achter, Tim (2002); Hagen, Lukas (2001)

3-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (4kg)

Bestl. 2013: 6.321 SV Sparta Werite
Kreisrekorde Emsland: 7.310 VfL Lingen (Ball 200g) 8.06.2005
Kreisrekorde Emsland: 6.321 SV Sparta Werite (Kugel) 25.08.2013

6.225 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 25.05.
Pohl, Henrik (1999) - 1.556; Benker, Stefan (1999) - 1.233; Dobelmann, Marten (1999) - 1.195
Schmitz, Fabian (1999) - 1.175; Schmitz, Christian (1999) - 1.066

4-Kampf Ma.

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

Bestl. 2013: 8.845 SV Sparta Werite
Kreisrekorde Emsland: 10.496 LG Papenburg/Aschendorf 28.08.2005

8.567 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 25.05.
Pohl, Henrik (1999) - 2.025; Dobelmann, Marten (1999) - 1.724; Benker, Stefan (1999) - 1.702
Schmitz, Fabian (1999) - 1.623; Schmitz, Christian (1999) - 1.493

Jugend M15

100 m Lauf

Bestl. 2013: 12,13 Piechatzek, Lukas 1998 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 11,60 Stevens, Hannes 1988 -- LG Emstal Dörpen 22.06.2003
Kreisrekorde Emsland: 11,0 Gloger, Martin 1962 -- TV Meppen 13.08.1977

11,88 -0,3 Schröder, Steffen 1999 SC Osterbrock Bremen 05.07.
12,57 +0,4 Pohl, Henrik 1999 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 26.09.
12,81 Hinrichs, Christoph 1999 SV Sigilträ Sögel Dörpen 03.07.
13,95 +0,0 Schmitz, Fabian 1999 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 25.05.
13,96 +0,0 Benker, Stefan 1999 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 25.05.
14,47 +0,9 Roosmann, Paul 1999 SV Sparta Werite Papenburg 21.09.
14,77 +0,0 Dobelmann, Marten 1999 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 25.05.
15,28 +0,0 Schmitz, Christian 1999 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 25.05.

300 m Lauf

Bestl. 2013: 39,31 Piechatzek, Lukas 1998 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 37,01 Stevens, Hannes 1988 -- LG Emstal Dörpen 21.06.2003

41,67 Schröder, Steffen 1999 SC Osterbrock Papenburg 18.05.
42,90 Pohl, Henrik 1999 LG Papenburg/Aschendorf Leer 06.09.
45,81 Hinrichs, Christoph 1999 SV Sigilträ Sögel Papenburg 18.05.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:09,63 Hanekamp, Nils 1998 -- SV Sparta Werite
Kreisrekorde Emsland: 1:58,96 Gruber, Daniel 1989 -- LG Emstal Dörpen 6.06.2004

2:24,71 Klaas, Jan-Bernd 1999 SV Union Meppen Meppen 06.06.
2:34,02 Ahrens, Julian 1999 SV Union Meppen Meppen 12.06.

1000 m Lauf

Bestl. 2013: 2:57,27 Piechatzek, Lukas 1998 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2:35,7 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 5.10.1983

3:15,96 Pohl, Henrik 1999 LG Papenburg/Aschendorf Schortens 05.10.

5 km Str.

Bestl. 2013:	20:39	Piechatzek, Lukas 1998 -- VfL Lingen		
Kreisrekorde Emsland:	15:48	Klingenberg, Sadik 1989 -- LG Emstal Dörpen		4.05.2004

24:42	Patria, Dominic	1999 SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.
25:24	Loh, Timo	1999 SV Alemannia Salzbergen	Lingen	24.05.
26:59	Gutschner, Jonas	1999 SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.
28:06	Kaiser, Moritz	1999 SV Alemannia Salzbergen	Lingen	24.05.

80 m Hürden 0.838m

Bestl. 2013:	11,97	Renken, Stefan 1998 -- SV Sparta Werite		
Kreisrekorde Emsland:	11,20	Kösters, Jens 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf		2.07.2005

12,44	+1,2 Pohl, Henrik	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	21.09.
15,06	-0,1 Hinrichs, Christoph	1999 SV Sigiltra Sögel	Papenburg	18.05.

Hochsprung

Bestl. 2013:	1,68	Renken, Stefan 1998 -- SV Sparta Werite		
Kreisrekorde Emsland:	1,92	Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen		25.06.1994

1,60	Dobelmann, Marten	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,56	Pohl, Henrik	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
1,52	Klaas, Jan-Bernd	1999 SV Union Meppen	Meppen	12.06.
1,48	Benker, Stefan	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,44	Schmitz, Fabian	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,40	Schmitz, Christian	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,36	Hinrichs, Christoph	1999 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	25.05.

Stabhochsprung

Kreisrekorde Emsland:	3,40	Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen		12.06.1994
-----------------------	------	---	--	------------

2,06	Pohl, Henrik	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	21.09.
------	--------------	------------------------------	-----------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013:	5,75	Piechatzek, Lukas 1998 -- VfL Lingen		
Kreisrekorde Emsland:	6,23	Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen		3.09.2005

5,30	+2,0 Pohl, Henrik	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
4,76	Schröer, Steffen	1999 SC Osterbrock	Meppen	12.06.
4,70	Hinrichs, Christoph	1999 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
4,60	+0,0 Dobelmann, Marten	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
4,43	+0,0 Benker, Stefan	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
4,39	+0,1 Roosmann, Paul	1999 SV Sparta Werite	Papenburg	21.09.
4,16	+0,0 Schmitz, Fabian	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
4,09	+0,0 Meis, Jannis	1999 SV Sparta Werite	Papenburg	18.05.
3,67	+0,0 Schmitz, Christian	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013:	11,12	Renken, Stefan 1998 -- SV Sparta Werite		
Kreisrekorde Emsland:	15,45	Stahl, Tobias 1974 -- TV Meppen		8.09.1999

11,68	Pohl, Henrik	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
9,57	Schröer, Steffen	1999 SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
8,47	Hinrichs, Christoph	1999 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
8,39	Dobelmann, Marten	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
8,27	Schmitz, Christian	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
8,05	Benker, Stefan	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
7,43	Schmitz, Fabian	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013:	31,83	Knuth, Hannes 1998 -- LG Emstal Dörpen		
Kreisrekorde Emsland:	51,82	Dröge, Carsten 1977 -- LG Rapid 88		29.05.1992

28,18	Schröer, Steffen	1999 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
25,52	Pohl, Henrik	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Speerwurf 600 g

	Bestl. 2013:	36,21	Knuth, Hannes 1998 -- LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland:	43,78	Schütt, Christian 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf	23.04.2005
36,57	Pohl, Henrik		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens 05.10.
30,96	Schröder, Steffen		1999 SC Osterbrock	Groß Hesepe 11.10.
23,95	Dobelmann, Marten		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 21.06.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)

	Bestl. 2013:	1.558	Piechatzek, Lukas 1998 -- VfL Lingen	
	Kreisrekorde Emsland:	1.558	Piechatzek, Lukas (Kugel 4kg) 1998 -- VfL Lingen	25.08.2013
	Kreisrekorde Emsland:	1.708	Höckner, Jonas (Ball 200g) 1990 -- VfL Lingen	8.06.2005
1.556	Pohl, Henrik		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	12,91(+0,0)-5,22(+0,0)-11,60			
1.377	Hinrichs, Christoph		1999 SV Sigilträ Sögel	Dörpen 03.07.
	12,81-4,70-8,47			
1.233	Benker, Stefan		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	13,96(+0,0)-4,43(+0,0)-8,05			
1.195	Dobelmann, Marten		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	14,77(+0,0)-4,46(+0,0)-8,39			
1.175	Schmitz, Fabian		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	13,95(+0,0)-4,16(+0,0)-7,43			
1.066	Schmitz, Christian		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	15,28(+0,0)-3,67(+0,0)-8,27			

4-Kampf

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

	Bestl. 2013:	2.057	Renken, Stefan 1998 -- SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland:	2.269	Kösters, Sven 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf	10.07.2005
2.061	Pohl, Henrik		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens 04.10.
	12,62-5,30(+2,0)-10,67-1,56			
1.739	Hinrichs, Christoph		1999 SV Sigilträ Sögel	Dörpen 25.05.
	13,23(+0,0)-4,69(+0,0)-8,35-1,36			
1.724	Dobelmann, Marten		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	14,77(+0,0)-4,46(+0,0)-8,39-1,60			
1.702	Benker, Stefan		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	13,96(+0,0)-4,43(+0,0)-8,05-1,48			
1.623	Schmitz, Fabian		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	13,95(+0,0)-4,16(+0,0)-7,43-1,44			
1.493	Schmitz, Christian		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
	15,28(+0,0)-3,67(+0,0)-8,27-1,40			

9-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-80m H.-Diskus (1kg)-Stab-Speer (600g)-1000m

	Kreisrekorde Emsland:	4.404	Pohl, Henrik 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf	4.10./05.10.2014
4.404	Pohl, Henrik		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens 04.10./
	12,62-5,30(+2,0)-10,67-1,56/12,73(-0,1)-24,88-1,90-36,57-3:15,96			05.10.

Jugend M14

100 m Lauf

	Bestl. 2013:	11,86	Tegeder, Tobias 1999 -- VfL Lingen	
	Kreisrekorde Emsland:	11,86	Tegeder, Tobias 1999 -- VfL Lingen	16.06.2013
	Kreisrekorde Emsland:	11,4	Plagge, Andreas 1961 -- VfL Lingen	30.09.1975
12,93	+0,6 Ricke, Jan-Niklas		2000 SV Union Meppen	Papenburg 21.09.
14,38	+0,0 Wiggerthale, Julius		2000 VfL Lingen	Dörpen 25.05.
14,39	+0,0 Hanekamp, Dirk		2000 SV Sparta Werlte	Dörpen 25.05.
14,71	Beyer, Tobias		2000 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 21.06.
14,87	+0,0 Bornhorst, David		2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
15,31	Whitmire, Jeremy		2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen 03.07.

15,61	von Hebel, Lukas	2000	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
17,52	Mücke, Peter	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
300 m Lauf					
	Bestl. 2013:	42,2	Schröder, Steffen 1999 -- SC Osterbrock		
	Kreisrekorde Emsland:	39,88	Stevens, Hannes 1988 -- LG Emstal Dörpen		3.10.2002
42,27	Ricke, Jan-Niklas	2000	SV Union Meppen	Lingen	21.06.
800 m Lauf					
	Bestl. 2013:	2:31,31	Ahrens, Julian 1999 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	2:15,72	Hanekamp, Nils 1998 -- SV Sparta Werlte		30.06.2012
2:20,44	Ricke, Jan-Niklas	2000	SV Union Meppen	Wilhelmshaven	19.07.
2:25,32	Hanekamp, Dirk	2000	SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
2:26,31	Bolle, David	2000	TuS Haren	Meppen	06.06.
2:38,86	Siemer, Patrick	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Meppen	12.06.
2000 m Lauf					
	Kreisrekorde Emsland:	6:08,5	Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen		8.10.1983
7:15,69	Bolle, David	2000	TuS Haren	Papenburg	21.09.
5 km Str.					
	Kreisrekorde Emsland:	17:45	Dust, Stefan 1986 -- SV Concordia Emsbüren		16.04.2000
19:01	Ricke, Jan-Niklas	2000	SV Union Meppen	Lingen	24.05.
19:45	Bolle, David	2000	TuS Haren	Lingen	29.04.
21:52	Foppe, Maximilian	2000	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
23:39	Krämer, Luca	2000	VfL Lingen	Salzbergen	30.08.
37:00	Pohlmann, Severin	2000	SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.
Hochsprung					
	Bestl. 2013:	1,51	Hinrichs, Christoph 1999 -- SV Sigiltra Sögel		
	Kreisrekorde Emsland:	1,84	Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen		4.07.1993
1,58	Wiggerthale, Julius	2000	VfL Lingen	Wilhelmshaven	20.07.
1,50	Ricke, Jan-Niklas	2000	SV Union Meppen	Lingen	21.06.
1,48	Hanekamp, Dirk	2000	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
1,40	Bornhorst, David	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
Stabhochsprung					
	Kreisrekorde Emsland:	3,10	Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen		18.09.1993
	Kreisrekorde Emsland:	3,10	Liesen, Peter 1967 -- LG Emstal Dörpen		28.06.1981
2,26	Hanekamp, Dirk	2000	SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
Weitsprung					
	Bestl. 2013:	5,02	Tegeder, Tobias 1999 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	6,09	Ulrich, Jens (100m-Weit-Ball) 1969 -- VfL Lingen		10.10.1983
	Kreisrekorde Emsland:	6,09	Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen		10.10.1983
5,27	+0,0 Ricke, Jan-Niklas	2000	SV Union Meppen	Lingen	21.06.
5,26	Siemer, Patrick	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Meppen	12.06.
4,72	+0,0 Wiggerthale, Julius	2000	VfL Lingen	Papenburg	26.09.
4,17	Beyer, Tobias	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
4,09	+0,0 Hanekamp, Dirk	2000	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
3,81	+0,0 Bornhorst, David	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
3,72	Whitmire, Jeremy	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,56	von Hebel, Lukas	2000	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,13	Mücke, Peter	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.

Kugelstoß 4 kg

	Bestl. 2013:	10,67	Pohl, Henrik 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf		
	Kreisrekorde Emsland:	13,49	Stahl, Tobias 1974 -- TV Meppen		10.09.1988
9,07	Hanekamp, Dirk		2000 SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
7,28	Bornhorst, David		2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
7,23	Whitmire, Jeremy		2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
6,93	Wiggerthale, Julius		2000 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
5,59	von Hebel, Lukas		2000 SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,77	Mücke, Peter		2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.

Diskuswurf 1 kg

	Bestl. 2013:	29,84	Pohl, Henrik 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf		
	Kreisrekorde Emsland:	43,54	Schauf, Thorsten 1978 -- VfL Lingen		10.10.1992
18,85	Hanekamp, Dirk		2000 SV Sparta Werlte	Papenburg	26.09.

Speerwurf 600 g

	Bestl. 2013:	30,92	Pohl, Henrik 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf		
	Kreisrekorde Emsland:	38,76	Schütt, Christian 1990 -- LG Papenburg/Aschendorf		4.09.2004
35,59	Hanekamp, Dirk		2000 SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
23,71	Bolle, David		2000 TuS Haren	Lingen	21.06.
21,32	Wiggerthale, Julius		2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)

	Bestl. 2013:	1.387	Pohl, Henrik 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf		
	Kreisrekorde Emsland:	1.406	Hartwig, Marlon (Kugel) 1998 -- LG Papenburg/Aschendorf		15.07.2012
	Kreisrekorde Emsland:	1.646	Ulrich, Jens (Ball) 1969 -- VfL Lingen		10.10.1983
1.156	Wiggerthale, Julius		2000 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,38(+0,0)-4,51(+0,0)-6,93				
1.155	Hanekamp, Dirk		2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	14,39(+0,0)-4,09(+0,0)-7,85				
1.062	Bornhorst, David		2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,87(+0,0)-3,81(+0,0)-7,28				
1.020	Whitmire, Jeremy		2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	15,31-3,72-7,23				
894	von Hebel, Lukas		2000 SuS Rhede	Dörpen	03.07.
	15,61-3,56-5,59				
623	Mücke, Peter		2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	17,52-3,13-3,77				

4-Kampf

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

	Bestl. 2013:	1.747	Hinrichs, Christoph 1999 -- SV Sigiltra Sögel		
	Kreisrekorde Emsland:	2.175	Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen		29.08.2004
1.645	Wiggerthale, Julius		2000 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,38(+0,0)-4,51(+0,0)-6,93-1,52				
1.624	Hanekamp, Dirk		2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	14,39(+0,0)-4,09(+0,0)-7,85-1,48				
1.489	Bornhorst, David		2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,87(+0,0)-3,81(+0,0)-7,28-1,40				

Weibliche Jugend U16

5 km Str. Ma.

	Bestl. 2013:	1:07:15	VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	59:16	LG Emstal Dörpen		28.08.2005
1:04:51	VfL Lingen		Lingen		29.04.
	Santel, Klara (2000) - 19:59; Meißner, Mia-Sophie (2000) - 21:38; Weeme, Marie (1999) - 23:14				

4 x 100 m Staffel

	Bestl. 2013:	52,08	LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland:	51,04	SC Osterbrock	26.06.2004
52,4	VfL Lingen I		Lingen	04.07.
	Hansmann, Patricia (2000); Hater, Mattea (2000); Voges, Lena (2000); Forstreuter, Zoe (1999)			
52,74	StG Lingen-Meppen I		Wilhelmshaven	19.07.
	Forstreuter, Zoe (1999); Voges, Lena (2000); Hater, Mattea (2000); Hansmann, Patricia (2000)			
53,73	LG Papenburg/Aschendorf		Dörpen	28.09.
	Aeilts, Franziska (1999); Assies, Christina (1999); Wiemker, Hannah (1999); Dobelmann, Sarah (2000)			
54,22	SV Sparta Werlte		Wilhelmshaven	10.05.
	Kleinhuis, Mara (1999); Jansen, Carolin (1999); Brinkmann, Maria (2000); Borgmann, Ute (2000)			
56,99	StG Lingen-Meppen II		Verden	21.09.
	Santel, Klara (2000); Frenzer, Juline (1999); Frericks, Meta (2001); Koers, Anna-Lena (1999)			
59,0	VfL Lingen II		Lingen	03.06.
	Frenzer, Juline (1999); Krämer, Julia (2000); Feldmann, Jana (2000); Kadell, Jana (2000)			

3 x 800 m Staffel

	Bestl. 2013:	7:30,38	SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland:	7:04,43	LG Emstal Dörpen	6.05.2000
7:27,24	StG Lingen-Meppen		Osnabrück	11.05.
	Santel, Klara (2000); Weeme, Marie (1999); Koers, Anna-Lena (1999)			
8:12,08	LG Papenburg/Aschendorf		Dörpen	13.06.
	Assies, Christina (1999); Heidelberg, Nele (2000); Aeilts, Franziska (1999)			

3-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (3kg)

	Bestl. 2013:	7.091	LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland:	7.091	LG Emstal Dörpen (Kugel)	5.10.2013
	Kreisrekorde Emsland:	7.293	SV Sparta Werlte (Ball)	19.06.2010
6.658	VfL Lingen		Dörpen	25.05.
	Hansmann, Patricia (2000) - 1.391; Hater, Mattea (2000) - 1.346; Voges, Lena (2000) - 1.327 Forstreuter, Zoe (1999) - 1.306; Staudenmeyer, Judith (1999) - 1.288			
6.650	LG Papenburg/Aschendorf		Dörpen	25.05.
	Dobelmann, Sarah (2000) - 1.482; Heidelberg, Nele (2000) - 1.299; Sinnigen, Laura (2000) - 1.296 Wiemker, Hannah (1999) - 1.287; Assies, Christina (1999) - 1.286			
6.363	SV Sparta Werlte		Dörpen	25.05.
	Brinkmann, Maria (2000) - 1.412; Borgmann, Ute (2000) - 1.356; Kleinhuis, Mara (1999) - 1.337 Jansen, Carolin (1999) - 1.278; Shamo, Maria (2000) - 980			
5.192	LG Emstal Dörpen		Dörpen	03.07.
	Brand, Insa (1999) - 1.343; Wübbold, Verena (2000) - 1.203; Sievers, Jessica (2000) - 978 Meinardus, Lea (2000) - 836; Antons, Nina (2000) - 832			

4-Kampf Ma.

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

	Bestl. 2013:	9.284	LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland:	9.285	LG Papenburg/Aschendorf	29.08.2009
8.965	SV Sparta Werlte		Braunschweig	26.07.
	Brinkmann, Maria (2000) - 1.937; Jansen, Carolin (1999) - 1.871; Erken, Sina (2001) - 1.796 Borgmann, Ute (2000) - 1.788; Janssen, Maria (2001) - 1.573			
8.867	VfL Lingen		Braunschweig	26.07.
	Hansmann, Patricia (2000) - 1.859; Hater, Mattea (2000) - 1.844; Voges, Lena (2000) - 1.741 Feldmann, Jana (2000) - 1.717; Forstreuter, Zoe (1999) - 1.706			
8.710	LG Papenburg/Aschendorf		Dörpen	25.05.
	Heidelberg, Nele (2000) - 1.792; Sinnigen, Laura (2000) - 1.789; Kötter, Fiona (1999) - 1.743 Wiemker, Hannah (1999) - 1.706; Assies, Christina (1999) - 1.680			

7-Kampf Ma.

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

	Bestl. 2013:	8.886	VfL Lingen	
	Kreisrekorde Emsland:	9.834	SV Sparta Werlte	2.05./03.05.2010
9.766	SV Sparta Werlte		Braunschweig	26.07./ 27.07.
	Brinkmann, Maria (2000) - 3.461; Erken, Sina (2001) - 3.159; Jansen, Carolin (1999) - 3.146			

8.803	LG Papenburg/Aschendorf I Heidelberg, Nele (2000) - 3.056; Kötter, Fiona (1999) - 2.914; Aeilts, Franziska (1999) - 2.833	Schortens	04.10./ 05.10.
8.189	LG Papenburg/Aschendorf II Assies, Christina (1999) - 2.759; Sinnigen, Laura (2000) - 2.755; Wiemker, Hannah (1999) - 2.675	Schortens	04.10./ 05.10.

Block Mannschaft

	Bestl. 2013: 11.927	SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland: 11.927	SV Sparta Werlte	2.06.2013
11.728	SV Sparta Werlte Brinkmann, Maria (2000) - 2.493; Erken, Sina (2001) - 2.366; Jansen, Carolin (1999) - 2.364 Borgmann, Ute (2000) - 2.334; Kleinhuis, Mara (1999) - 2.171	Edemissen	14.06.

DJMM DSMM Gruppe 2

	Bestl. 2013: 7.686	LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland: 7.985	StG VfL Lingen/SC Osterbrock	25.09.2011
7.749	VfL Lingen	Lingen	04.07.
7.348	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.

DJMM DSMM Gruppe 3

	Bestl. 2013: 4.846	LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland: 5.627	LG Papenburg/Aschendorf	16.09.2011
4.537	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	10.05.
4.343	VfL Lingen III	Lingen	03.06.
4.333	VfL Lingen I	Lingen	03.06.
3.897	VfL Lingen II	Lingen	03.06.
2.435	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.

Jugend W15

100 m Lauf

	Bestl. 2013: 12,93	Borgmann, Anne 1998 -- SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland: 12,40	Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen	26.06.2004
13,72	-0,2 Jansen, Carolin	1999 SV Sparta Werlte	Edemissen 14.06.
13,84	+0,0 Assies, Christina	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
13,87	+0,0 Habers, Anna-Lena	1999 SV Germania Twist	Lingen 21.06.
13,90	+0,8 Staudenmeyer, Judith	1999 VfL Lingen	Papenburg 18.05.
13,90	+0,0 Esders, Maria	1999 SV DJK Geeste	Lingen 21.06.
14,00	+0,0 Forstreuter, Zoe	1999 VfL Lingen	Braunschweig 26.07.
14,01	+0,8 Aeilts, Franziska	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 18.05.
14,27	-0,2 Kleinhuis, Mara	1999 SV Sparta Werlte	Edemissen 14.06.
14,29	+0,0 Kötter, Fiona	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
14,35	+0,5 Griep, Nina	1999 SC Osterbrock	Papenburg 21.09.
14,39	Brand, Insa	1999 LG Emstal Dörpen	Dörpen 03.07.
14,40	+0,0 Wiemker, Hannah	1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 25.05.
14,46	+0,0 Weeme, Marie	1999 VfL Lingen	Dörpen 25.05.
14,54	+0,8 Frenzer, Juline	1999 VfL Lingen	Papenburg 18.05.
14,93	+0,0 Schmees, Anna-Sophie	1999 SV Germania Twist	Lingen 21.06.
15,48	+0,0 Roskam, Neeske	1999 VfL Lingen	Lingen 21.06.
15,8	Kücüktas, Derya	1999 VfL Lingen	Lingen 03.06.
16,3	Witsken, Anna	1999 VfL Lingen	Lingen 03.06.

300 m Lauf

	Bestl. 2013: 43,24	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen	
	Kreisrekorde Emsland: 40,16	Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen	8.05.2004
42,47	Koers, Anna-Lena	1999 LAV Meppen	Papenburg 18.05.
44,60	Staudenmeyer, Judith	1999 VfL Lingen	Papenburg 18.05.
45,39	Weeme, Marie	1999 VfL Lingen	Papenburg 18.05.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:29,32 Santel, Marlene 1998 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2:10,13 Bruns, Anne 1974 -- TV Meppen 5.07.1989

2:18,10	Koers, Anna-Lena	1999	LAV Meppen	Rheine	03.05.
2:31,44	Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	23.07.
2:33,15	Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	10.05.
2:33,3	Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Lingen	04.07.
2:39,59	Müller, Hanna	1999	LAV Meppen	Rheine	03.05.
2:43,18	Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Braunschweig	27.07.
2:43,4	Staudenmeyer, Judith	1999	VfL Lingen	Lingen	04.07.
2:43,90	Habers, Anna-Lena	1999	SV Germania Twist	Meppen	06.06.
2:45,2	Roskam, Neeske	1999	VfL Lingen	Lingen	04.07.
2:49,41	Kemmer, Kim	1999	SC Spelle-Venhaus	Lingen	21.06.
3:00,3	Frenzer, Juline	1999	VfL Lingen	Lingen	04.07.
3:05,71	Schmees, Anna-Sophie	1999	SV Germania Twist	Meppen	06.06.
3:06,02	Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
3:19,12	Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.

1500 m Lauf

5:59,15 Kemmer, Kim 1999 SC Spelle-Venhaus Rheine 03.05.

2000 m Lauf

Bestl. 2013: 7:42,12 Wigbers, Johanna 1998 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 6:16,07 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 3.09.2005

8:11,34 Möller, Lea 1999 SC Osterbrock Papenburg 21.09.

5 km Str.

Bestl. 2013: 20:10 Santel, Marlene 1998 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 17:14 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 13.05.2005

22:13	Kemmer, Kim	1999	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
23:14	Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Lingen	29.04.
28:03	Drosten, Maike	1999	TuS Haren	Salzbergen	30.08.

80 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 12,28 Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen
Kreisrekorde Emsland: 11,8 Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen 5.06.2004
Kreisrekorde Emsland: 12,19 Gruber, Vanessa 1982 -- LG Emstal Dörpen 12.07.1997

14,35	+1,2 Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Braunschweig	27.07.
14,67	+0,0 Kleinhuis, Mara	1999	SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
15,22	-0,3 Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
15,76	-0,3 Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
15,98	Frenzer, Juline	1999	VfL Lingen	Verden	21.09.
17,37	-0,3 Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
17,44	-0,2 Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.

300 m Hürden 0.762m

Kreisrekorde Emsland: 45,64 Wessling, Judith 1997 -- VfL Lingen 30.06.2012

47,28 Brinkmann, Maria 2000 SV Sparta Werlte Bremen 13.09.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,65 Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen
Kreisrekorde Emsland: 1,74 Schulte, Alexandra 1993 -- LAV Meppen 15.06.2008

1,60	Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
1,56	Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	23.07.
1,44	Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,40	Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
1,40	Staudenmeyer, Judith	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,40	Koers, Anna-Lena	1999	LAV Meppen	Meppen	12.06.

1,40	Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
1,36	Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,36	Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
1,32	Esders, Maria	1999	SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
1,32	Kleinhuys, Mara	1999	SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
1,32	Kücüktas, Derya	1999	VfL Lingen	Lingen	21.06.
1,32	Frenzer, Juline	1999	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
1,28	Griep, Nina	1999	SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
1,28	Forstreuter, Zoe	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,28	Roskam, Neeske	1999	VfL Lingen	Lingen	21.06.

Weitsprung

Bestl. 2013:		5,35	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		
Kreisrekorde Emsland:		5,55	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf		8.08.1993
4,90	+0,0 Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
4,74	+0,0 Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
4,66	+0,0 Forstreuter, Zoe	1999	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
4,60	+0,0 Griep, Nina	1999	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
4,60	+1,1 Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
4,54	+0,0 Habers, Anna-Lena	1999	SV Germania Twist	Lingen	21.06.
4,50	+0,0 Staudenmeyer, Judith	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
4,46	+0,0 Esders, Maria	1999	SV DJK Geeste	Lingen	21.06.
4,43	+0,0 Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
4,31	+0,0 Kleinhuys, Mara	1999	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
4,28	Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
4,26	+0,0 Schmees, Anna-Sophie	1999	SV Germania Twist	Lingen	21.06.
4,19	+0,0 Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
4,19	-0,2 Frenzer, Juline	1999	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
4,11	Kücüktas, Derya	1999	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3,93	+0,0 Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
3,88	Witsken, Anna	1999	VfL Lingen	Lingen	03.06.

Dreisprung

Bestl. 2013:		10,85	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		
Kreisrekorde Emsland:		11,36	Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf		18.09.1993
9,14	+1,4 Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Leer	06.09.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013:		9,72	Kuduk, Pamela 1998 -- LG Emstal Dörpen		
Kreisrekorde Emsland:		9,63	Brand, Insa 1999 -- LG Emstal Dörpen		25.05.2014
9,63	Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Dörpen	25.05.
8,52	Kleinhuys, Mara	1999	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
8,49	Schmees, Anna-Sophie	1999	SV Germania Twist	Papenburg	26.09.
8,27	Borth, Nicole	1999	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
7,93	Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
7,80	Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
7,71	Griep, Nina	1999	SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
7,66	Forstreuter, Zoe	1999	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
7,23	Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
7,21	Esders, Maria	1999	SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
7,02	Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
6,52	Frenzer, Juline	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
6,50	Staudenmeyer, Judith	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
6,48	Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
6,44	Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.

Diskuswurf 1 kg

	Bestl. 2013:	20,97	Sievers, Jennifer 1998 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	35,60	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen	13.06.2009	
23,39	Borth, Nicole	1999	VfL Lingen	Papenburg	26.09.
23,35	Griep, Nina	1999	SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
16,25	Schmees, Anna-Sophie	1999	SV Germania Twist	Groß Hesepe	11.10.

Hammerwurf 3 kg

	Kreisrekorde Emsland:	44,74	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen	30.08.2009	
26,29	Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Meppen	27.04.

Speerwurf 500 g

	Bestl. 2013:	29,38	Kuduk, Pamela 1998 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	35,70	Völker, Nadine (mit 600 g Speer) 1994 -- LG Papenburg/Aschendorf	30.08.2009	
31,54	Borth, Nicole	1999	VfL Lingen	Lingen	04.07.
26,33	Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Meppen	12.06.
23,55	Forstreuter, Zoe	1999	VfL Lingen	Lingen	04.07.
23,42	Kleinhuis, Mara	1999	SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
22,79	Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Meppen	12.06.
22,15	Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
19,77	Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
15,42	Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
13,58	Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
12,82	Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
12,37	Griep, Nina	1999	SC Osterbrock	Lingen	21.06.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)

	Bestl. 2013:	1.560	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	1.579	Klumpe, Elisabeth (Ball) 1995 -- SV Sparta Werlte	19.06.2010	
1.343	Brand, Insa	1999	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	14,39-4,07-9,47				
1.337	Kleinhuis, Mara	1999	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	14,32(+0,0)-4,31(+0,0)-8,52				
1.318	Esders, Maria	1999	SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
	13,99(+0,0)-4,44(+0,0)-7,21				
1.306	Forstreuter, Zoe	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,26(+0,0)-4,58(+0,0)-7,05				
1.288	Staudenmeyer, Judith	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,03(+0,0)-4,50(+0,0)-6,50				
1.287	Wiemker, Hannah	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,40(+0,0)-4,34(+0,0)-7,48				
1.286	Assies, Christina	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	13,84(+0,0)-3,89(+0,0)-7,68				
1.278	Jansen, Carolin	1999	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	13,81(+0,0)-4,64(+0,0)-5,67				
1.270	Aeilts, Franziska	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,17(+0,0)-4,22(+0,0)-7,02				
1.250	Kötter, Fiona	1999	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,29(+0,0)-4,42(+0,0)-6,30				
1.217	Weeme, Marie	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,46(+0,0)-4,19(+0,0)-6,44				
1.200	Griep, Nina	1999	SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
	14,64(+0,0)-4,37(+0,0)-5,95				
1.173	Frenzer, Juline	1999	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,63(+0,0)-3,89(+0,0)-6,52				

4-Kampf

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

	Bestl. 2013:	2.153	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	2.153	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		5.10.2013
1.871	Jansen, Carolin		1999 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
	14,10(+1,2)-4,72(-1,0)-1,60-6,48				
1.777	Brand, Insa		1999 LG Emstal Dörpen	Dörpen	25.05.
	14,72(+0,0)-4,13(+0,0)-1,40-9,63				
1.756	Kötter, Fiona		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
	14,32(-2,6)-4,60(+1,1)-1,40-7,23				
1.732	Staudenmeyer, Judith		1999 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,03(+0,0)-4,50(+0,0)-1,40-6,50				
1.712	Esders, Maria		1999 SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
	13,99(+0,0)-4,44(+0,0)-1,32-7,21				
1.706	Forstreuter, Zoe		1999 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	14,00(+0,0)-4,66(+0,0)-1,24-7,66				
1.706	Wiemker, Hannah		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,40(+0,0)-4,34(+0,0)-1,36-7,48				
1.686	Weeme, Marie		1999 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,46(+0,0)-4,19(+0,0)-1,44-6,44				
1.680	Assies, Christina		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	13,84(+0,0)-3,89(+0,0)-1,32-7,68				
1.679	Kleinhuis, Mara		1999 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	14,32(+0,0)-4,31(+0,0)-1,24-8,52				
1.664	Aeilts, Franziska		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,17(+0,0)-4,22(+0,0)-1,32-7,02				
1.585	Frenzer, Juline		1999 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	14,74(+0,0)-4,19(-0,2)-1,32-6,33				
1.568	Griep, Nina		1999 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
	14,64(+0,0)-4,37(+0,0)-1,28-5,95				

7-Kampf

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

	Bestl. 2013:	3.607	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	3.661	Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen		6.06./07.06.2004
3.146	Jansen, Carolin		1999 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07./ 27.07.
	14,10(+1,2)-4,72(-1,0)-6,48-1,60/14,35(+1,2)-17,68-2:43,18				
2.914	Kötter, Fiona		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./ 05.10.
	14,32(-2,6)-4,60(+1,1)-7,23-1,40/15,76(-0,3)-21,33-3:06,02				
2.833	Aeilts, Franziska		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./ 05.10.
	14,80(-2,6)-4,55(+1,1)-6,45-1,36/15,22(-0,3)-13,58-2:43,80				
2.759	Assies, Christina		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./ 05.10.
	14,66(-2,6)-3,93(+2,2)-7,20-1,40/17,37(-0,3)-12,82-2:39,39				
2.675	Wiemker, Hannah		1999 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./ 05.10.
	14,61(-2,6)-4,42(+1,7)-7,80-1,32/17,44(-0,2)-15,42-3:19,12				

Block S/S

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

	Bestl. 2013:	2.497	Heitker, Lara 1998 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	2.606	Nögel, Judith 1991 -- TuS Haren		17.06.2006
2.364	Jansen, Carolin		1999 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
	13,72(-0,2)-14,63(+0,0)-4,62(-0,8)-1,52-19,77				
2.171	Kleinhuis, Mara		1999 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
	14,27(-0,2)-14,67(+0,0)-4,06(-0,1)-1,32-23,42				

Jugend W14

100 m Lauf

Bestl. 2013:	13,16	Hansmann, Patricia 2000 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	12,52	Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen	2.07.2011
Kreisrekorde Emsland:	12,2	Ripperda, Hanni 1963 -- VfL Lingen	25.09.1977

12,94	+1,0	Hansmann, Patricia	2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
13,02	+1,0	Dobelmann, Sarah	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
13,29	+0,1	Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
13,50	+0,1	Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
13,67	-0,2	Bohmann, Maike	2000 TuS Haren	Papenburg	21.09.
13,71	+0,0	Hater, Mattea	2000 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
13,85	+0,0	Voges, Lena	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
13,95	+0,0	Sannen, Lena	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
14,29	+0,4	Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
14,39		Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
14,51	-1,2	Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Verden	26.04.
14,64	+0,0	Akin, Aylin	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
14,72	+0,4	Feldmann, Jana	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
14,87	+0,0	Wübbold, Verena	2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
15,08	+1,4	Vehring, Pia	2000 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
15,18	+0,0	Jansen, Luisa	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
15,21	+1,4	Krämer, Julia	2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
15,6		Riddering, Celia	2001 VfL Lingen	Lingen	03.06.
15,89		Antons, Nina	2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
15,8		Frericks, Meta	2001 VfL Lingen	Lingen	03.06.

300 m Lauf

Bestl. 2013:	43,5	Koers, Anna-Lena 1999 -- LAV Meppen	
Kreisrekorde Emsland:	41,30	Hunfeld, Karina 1989 -- LG Emstal Dörpen	6.09.2003

43,63		Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
47,64		Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
47,92		Hansmann, Patricia	2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.

800 m Lauf

Bestl. 2013:	2:21,12	Koers, Anna-Lena 1999 -- LAV Meppen	
Kreisrekorde Emsland:	2:16,40	Thieke, Stefanie 1986 -- LG Emstal Dörpen	22.07.2000

2:22,92		Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Zeven	08.06.
2:25,05		Santel, Klara	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
2:39,64		Meißner, Mia-Sophie	2000 VfL Lingen	Rheine	03.05.
2:42,98		Völker, Emma	2000 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
2:43,36		Sannen, Lena	2000 SC Osterbrock	Meppen	12.06.
2:45,77		Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	27.07.
2:49,40		Dobelmann, Sarah	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
2:52,60		Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Meppen	12.06.
3:03,85		Krämer, Julia	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
3:04,25		Sandmann, Anne	2000 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
3:05,56		Hagen, Emely	2000 TuS Haren	Meppen	06.06.
3:13,49		Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	23.07.
3:19,82		Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.

2000 m Lauf

Bestl. 2013:	7:56,77	Aeilts, Franziska 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf	
Kreisrekorde Emsland:	6:23,59	Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen	21.08.2004

6:56,66		Santel, Klara	2000 VfL Lingen	Wilhelmshaven	20.07.
7:30,68		Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.

5 km Str.

Bestl. 2013: 23:08 Roskam, Neeske 1999 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 17:50 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 11.09.2004

19:59	Santel, Klara	2000 VfL Lingen	Lingen	29.04.
21:38	Meißner, Mia-Sophie	2000 VfL Lingen	Lingen	29.04.
29:24	Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.

80 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 13,88 Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 12,64 Hermes, Theresa 1989 -- LG Emstal Dörpen 21.06.2003

12,65	-0,1 Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Papenburg	18.05.
12,73	-0,1 Hansmann, Patricia	2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
12,74	-0,1 Dobelmann, Sarah	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
13,47	-0,1 Hater, Mattea	2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
13,65	-1,3 Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
14,45	-0,2 Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
15,17	-0,3 Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Papenburg	26.09.
17,98	-0,2 Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,52 Jansen, Carolin 1999 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 1,69 Schulte, Alexandra 1993 -- LAV Meppen 25.08.2007

1,57	Feldmann, Jana	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
1,57	Hater, Mattea	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
1,52	Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	18.06.
1,48	Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	10.05.
1,48	Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
1,40	Hansmann, Patricia	2000 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,40	Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
1,32	Sannen, Lena	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
1,32	Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
1,28	Steinhorst, Lina	2000 SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
1,28	Voges, Lena	2000 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,25	Vehring, Pia	2000 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
1,24	Jansen, Luisa	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
1,12	Shamo, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,70 Aeilts, Franziska 1999 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 5,43 Schülting, Mareike 1977 -- SC Osterbrock 7.10.1990

4,94	+0,0 Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
4,86	+0,0 Dobelmann, Sarah	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
4,80	+1,3 Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
4,76	+0,0 Sannen, Lena	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
4,76	-0,4 Hansmann, Patricia	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
4,70	+0,0 Feldmann, Jana	2000 VfL Lingen	Lingen	04.07.
4,56	+1,7 Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Mönchengladbach	05.07.
4,56	+1,1 Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
4,51	+0,0 Hater, Mattea	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
4,41	+0,0 Santel, Klara	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
4,33	+0,2 Voges, Lena	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
4,31	+0,0 Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
4,21	Wübbold, Verena	2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
4,07	Akin, Aylin	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Meppen	12.06.
4,04	Schnelten, Hanna	2000 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
3,89	+0,0 Krämer, Julia	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
3,85	+0,0 Steinhorst, Lina	2000 SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
3,81	+0,0 Jansen, Luisa	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
3,80	+0,0 Vehring, Pia	2000 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.

3,51	Shamo, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
------	--------------	-----------------------	--------	--------

Dreisprung

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

10,15	+0,0 Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Papenburg	26.09.
-------	--------------------	-----------------------	-----------	--------

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013:	9,38	Brand, Insa 1999 -- LG Emstal Dörpen		
Kreisrekorde Emsland:	12,50	de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf		17.09.1995

8,96	Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
8,92	Hagen, Emely	2000 TuS Haren	Papenburg	21.09.
8,83	Schnelten, Hanna	2000 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.
8,64	Voges, Lena	2000 VfL Lingen	Lingen	03.06.
8,42	Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
8,39	Vehring, Pia	2000 SC Osterbrock	Lingen	21.06.
8,28	Dobelmann, Sarah	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
8,26	Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
8,24	Hater, Mattea	2000 VfL Lingen	Lingen	03.06.
8,04	Shamo, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	18.06.

7,80	Meißner, Mia-Sophie	2000 VfL Lingen	Lingen	21.06.
7,71	Sievers, Jessica	2000 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
7,32	Sannen, Lena	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
7,18	Hansmann, Patricia	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
7,05	Wübbold, Verena	2000 LG Emstal Dörpen	Papenburg	21.09.
6,97	Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
6,78	Meinardus, Lea	2000 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
6,74	Akin, Aylin	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Meppen	12.06.
6,46	Feldmann, Jana	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
6,07	Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Braunschweig	26.07.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013:	22,09	Borth, Nicole 1999 -- VfL Lingen		
Kreisrekorde Emsland:	32,95	Angermann, Adelheid 1994 -- LAV Meppen		30.08.2008

22,33	Vehring, Pia	2000 SC Osterbrock	Lingen	21.06.
20,21	Sievers, Jessica	2000 LG Emstal Dörpen	Lingen	21.06.
19,59	Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
14,43	Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.

Speerwurf 500 g

Bestl. 2013:	31,06	Borth, Nicole 1999 -- VfL Lingen		
Kreisrekorde Emsland:	33,38	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte		31.08.2014

33,38	Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Bernhausen	31.08.
26,74	Heidelberg, Nele	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
24,30	Borgmann, Ute	2000 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
24,09	Sievers, Jessica	2000 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
22,86	Dobelmann, Sarah	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
22,40	Feldmann, Jana	2000 VfL Lingen	Lingen	04.07.
18,78	Sinnigen, Laura	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	05.10.
13,29	Kadell, Jana	2000 VfL Lingen	Papenburg	18.05.

Ballwurf 200g

Kreisrekorde Emsland:	51,00	Sandmann, Margret 1961 -- SV Sparta Werlte		7.06.1975
-----------------------	-------	--	--	-----------

43,00	Brinkmann, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
36,00	Feldmann, Jana	2000 VfL Lingen	Meppen	12.06.
35,00	Shamo, Maria	2000 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
34,00	Sandmann, Anne	2000 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
31,00	Voges, Lena	2000 VfL Lingen	Meppen	12.06.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)

	Bestl. 2013:	1.341	Hansmann, Patricia 2000 -- VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	1.482	Dobelmann, Sarah (Kugel) 2000 -- LG Papenburg-Aschendorf		25.05.2014
	Kreisrekorde Emsland:	1.482	Klumpe, Elisabeth (Ball) 1995 -- SV Sparta Werlte		19.08.2009
1.482	Dobelmann, Sarah	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	13,16(+0,0)-4,86(+0,0)-8,28				
1.412	Brinkmann, Maria	2000	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	13,63(+0,0)-4,53(+0,0)-8,43				
1.391	Hansmann, Patricia	2000	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	13,24(+0,0)-4,71(+0,0)-6,82				
1.363	Sannen, Lena	2000	SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
	13,95(+0,0)-4,76(+0,0)-7,32				
1.356	Borgmann, Ute	2000	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	13,54(+0,0)-4,94(+0,0)-6,11				
1.346	Hater, Mattea	2000	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	13,71(+0,0)-4,31(+0,0)-7,64				
1.327	Voges, Lena	2000	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	13,93(+0,0)-4,12(+0,0)-8,11				
1.299	Heidelberg, Nele	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,56(+0,0)-4,29(+0,0)-8,09				
1.296	Sinnigen, Laura	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,54(+0,0)-4,14(+0,0)-8,42				
1.203	Wübbold, Verena	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	14,94-4,21-6,82				
1.180	Feldmann, Jana	2000	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,82(+0,0)-4,30(+0,0)-5,96				
1.130	Kadell, Jana	2000	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	14,67(+0,0)-4,07(+0,0)-5,33				
1.098	Jansen, Luisa	2000	SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
	15,18(+0,0)-3,81(+0,0)-5,99				
994	Steinhorst, Lina	2000	SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
	16,82(+0,0)-3,85(+0,0)-5,77				
993	Shamo, Maria	2000	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
	17,29(+0,0)-3,51-7,12				
978	Sievers, Jessica	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	17,22(+0,0)-3,30-7,29				
836	Meinardus, Lea	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	18,95(+0,0)-3,03-6,78				
832	Antons, Nina	2000	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
	15,89-2,74-4,55				

4-Kampf

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

	Bestl. 2013:	1.754	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte		
	Kreisrekorde Emsland:	2.005	Kamlage, Judith 1998 -- SV Sparta Werlte		23.06.2012
1.937	Brinkmann, Maria	2000	SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
	13,50(+0,1)-4,52(+0,0)-1,48-8,96				
1.863	Hater, Mattea	2000	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	13,71(+0,0)-4,31(+0,0)-1,52-7,64				
1.859	Hansmann, Patricia	2000	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	13,23(+0,6)-4,76(-0,4)-1,40-7,18				
1.836	Heidelberg, Nele	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10.
	14,82(-2,6)-4,80(+1,3)-1,48-8,24				
1.789	Sinnigen, Laura	2000	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	14,54(+0,0)-4,14(+0,0)-1,48-8,42				
1.788	Borgmann, Ute	2000	SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
	13,29(+0,1)-4,71(+0,0)-1,32-6,97				
1.757	Sannen, Lena	2000	SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
	13,95(+0,0)-4,76(+0,0)-1,32-7,32				
1.741	Voges, Lena	2000	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	13,92(+0,6)-4,33(+0,2)-1,28-8,61				
1.717	Feldmann, Jana	2000	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	14,72(+0,4)-4,41(+0,0)-1,48-6,46				
1.658	Kadell, Jana	2000	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	14,29(+0,4)-4,22(+0,0)-1,40-6,07				

1.482	Dobelmann, Sarah 13,16(+0,0)-4,86(+0,0)-aufg.-8,28	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1.440	Jansen, Luisa 15,18(+0,0)-3,81(+0,0)-1,24-5,99	2000 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
1.362	Steinhorst, Lina 16,82(+0,0)-3,85(+0,0)-1,28-5,77	2000 SV DJK Geeste	Dörpen	25.05.
1.241	Shamo, Maria 17,28(+0,0)-3,47(+0,0)-1,12-6,93	2000 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.

7-Kampf

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

	Bestl. 2013:	3.133	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland:	3.461	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte	26.07./27.07.2014
3.461	Brinkmann, Maria 13,50(+0,1)-4,52(+0,0)-8,96-1,48/12,86(+0,0)-28,33-2:31,77	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07./ 27.07.
3.078	Borgmann, Ute 13,29(+0,1)-4,71(+0,0)-6,97-1,32/13,81(-0,7)-17,62-2:45,77	2000 SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07./ 27.07.
3.056	Heidelberg, Nele 14,82(-2,6)-4,80(+1,3)-8,24-1,48/14,45(-0,2)-26,08-3:19,82	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./ 05.10.
2.755	Sinnigen, Laura 14,80(-2,6)-4,56(+1,1)-7,98-1,40/17,98(-0,2)-18,78-3:19,83	2000 LG Papenburg/Aschendorf	Schortens	04.10./ 05.10.

Block S/S

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

	Bestl. 2013:	2.187	Borgmann, Ute 2000 -- SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland:	2.522	Klumpe, Elisabeth (Speer 600g) 1995 -- SV Sparta Werlte	27.06.2009
2.334	Borgmann, Ute 13,53(+1,0)-13,65(-1,3)-4,44(-0,7)-1,32-24,30	2000 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.

Block Lauf

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

	Bestl. 2013:	2.476	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte	
	Kreisrekorde Emsland:	2.493	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte	14.06.2014
2.493	Brinkmann, Maria 13,53(+0,1)-12,78(-0,5)-4,14(+0,3)-43,00-7:30,68	2000 SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.

Männliche Jugend U14

4 x 75 m Staffel

	Bestl. 2013:	43,34	TuS Haren	
	Kreisrekorde Emsland:	40,09	VfL Lingen	26.06.2011
47,8	VfL Lingen Werner, Noah (2002); Niedling, Luca (2002); Brockhaus, Moritz (2002); Kettler, Tim (2001)		Lingen	03.06.

3 x 800 m Staffel

	Bestl. 2013:	7:47,63	TuS Haren	
	Kreisrekorde Emsland:	7:30,5	TV Meppen	30.06.1981
9:12,5	SC Spelle-Venhaus Brüning, Luca (2001); Wilke, Patrick (2001); Ginten, David (2001)		Lingen	09.07.

DJMM DSMM Gruppe 3

	Bestl. 2013:	2.992	TuS Haren	
2.642	VfL Lingen		Lingen	03.06.

Jugend M13

75 m Lauf

Bestl. 2013: 10,09 Ricke, Jan-Niklas 2000 -- SV Union Meppen
Kreisrekorde Emsland: 9,65 Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen 5.07.2003

10,28	Strehl, Leon	2001	SC Osterbrock	Papenburg	21.09.
10,80	Weidner, Julian	2001	SV Germania Twist	Meppen	13.07.
10,84	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
10,94	Benker, Niklas	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
11,23	Hagen, Lukas	2001	TuS Haren	Meppen	13.07.
11,0	Ginten, David	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
11,0	Brüning, Luca	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
11,6	Müer, Elias	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
12,07	Temmen, Niels	2001	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
12,1	Wilke, Patrick	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
12,85	Brak, Jonas	2001	SuS Rhede	Papenburg	12.07.

300 m Lauf

Bestl. 2013: 43,53 Ricke, Jan-Niklas 2000 -- SV Union Meppen

51,07	Hagen, Lukas	2001	TuS Haren	Papenburg	18.05.
-------	--------------	------	-----------	-----------	--------

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:16,56 Siemer, Patrick 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf
Kreisrekorde Emsland: 2:16,56 Siemer, Patrick 2000 -- LG Papenburg/Aschendorf 15.09.2013

2:30,46	Ginten, David	2001	SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.
2:32,64	Hagen, Lukas	2001	TuS Haren	Papenburg	21.09.
2:44,74	Höcker, Marvin	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:45,96	Benker, Niklas	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
2:50,67	Weidner, Julian	2001	SV Germania Twist	Meppen	06.06.
2:50,96	Nuesse, Axel	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
3:01,21	Brüning, Luca	2001	SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.
3:02,90	Temmen, Niels	2001	SC Osterbrock	Meppen	06.06.
3:06,39	Jansen, Maik	2001	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:12,82	Müer, Elias	2001	SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.
3:25,17	Wilke, Patrick	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	21.06.

5 km Str.

Kreisrekorde Emsland: 18:25 Wagemaker, Andreas 1981 -- Sportverein Listrup e.V. 1949 18.04.1993

24:45	Ginten, David	2001	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
25:50	Brüning, Luca	2001	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
26:52	Rekers, Julius	2001	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
26:57	Wilke, Patrick	2001	SC Spelle-Venhaus	Salzbergen	30.08.
30:32	Patria, Tibo	2001	SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 11,58 Hanekamp, Dirk 2000 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 9,80 Schauf, Thorsten 1978 -- VfL Lingen 30.06.1991

12,53	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Lingen	21.06.
-------	---------------	------	-----------------	--------	--------

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,52 Wiggerthale, Julius 2000 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 1,68 Zumsande, Hannes 1979 -- LG Emstal Dörpen 15.08.1992

1,45	Hagen, Lukas	2001	TuS Haren	Papenburg	18.05.
1,36	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Meppen	12.06.
1,36	Ginten, David	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1,28	Nuesse, Axel	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,24	Jansen, Maik	2001	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.

1,24	Benker, Niklas	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,24	Kettler, Tim	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,20	Wilke, Patrick	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1,20	Müer, Elias	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1,12	Brüning, Luca	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1,06	Brak, Jonas	2001	SuS Rhede	Papenburg	12.07.
1,05	Temmen, Niels	2001	SC Osterbrock	Meppen	01.06.

Weitsprung

	Bestl. 2013:	5,14	Ricke, Jan-Niklas 2000 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	5,41	Korte, Günter 1960 -- TV Meppen		22.09.1973
4,34	Hagen, Lukas	2001	TuS Haren	Meppen	13.07.
4,33	Benker, Niklas	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
4,15	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Meppen	13.07.
4,14	Weidner, Julian	2001	SV Germania Twist	Meppen	13.07.
3,84	Ginten, David	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
3,84	Müer, Elias	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
3,80	Jansen, Maik	2001	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
3,76	Brüning, Luca	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
3,67	Temmen, Niels	2001	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
3,41	Kettler, Tim	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3,28	Wilke, Patrick	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
3,04	Brak, Jonas	2001	SuS Rhede	Dörpen	03.07.

Kugelstoß 3 kg

	Bestl. 2013:	7,68	Heege, Jonas 2000 -- LG Emstal Dörpen		
	Kreisrekorde Emsland:	12,48	Schau, Thorsten 1978 -- VfL Lingen		12.10.1991
11,06	Strehl, Leon	2001	SC Osterbrock	Papenburg	21.09.

Speerwurf 400 g

	Bestl. 2013:	28,38	Ulfers, Lukas 2000 -- SV Sparta Werlte		
	Kreisrekorde Emsland:	41,14	Gerdes, Holger 1979 -- VfL Lingen		21.06.1992
14,54	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Papenburg	21.09.

Ballwurf 200g

	Bestl. 2013:	47,00	Hanekamp, Dirk 2000 -- SV Sparta Werlte		
	Kreisrekorde Emsland:	62,20	Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen		26.09.1981
50,00	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
44,50	Benker, Niklas	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
36,00	Temmen, Niels	2001	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
34,50	Kettler, Tim	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
31,00	Weidner, Julian	2001	SV Germania Twist	Meppen	01.06.
31,00	Müer, Elias	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
29,50	Wilke, Patrick	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
29,00	Brüning, Luca	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
28,00	Ginten, David	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
27,00	Hagen, Lukas	2001	TuS Haren	Meppen	13.07.
26,00	Jansen, Maik	2001	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
25,50	Brak, Jonas	2001	SuS Rhede	Papenburg	12.07.

3-Kampf

75m-Weit-Ball

	Bestl. 2013:	1.292	Ricke, Jan-Niklas 2000 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	1.551	Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen		26.09.1981
1.179	Benker, Niklas	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	10,94-4,22-40,00				
1.172	Flägel, Silas	2001	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
	10,6-3,98-41,50				

1.112	Weidner, Julian 10,80-4,14-29,50	2001	SV Germania Twist	Meppen	13.07.
1.076	Hagen, Lukas 11,23-4,34-27,00	2001	TuS Haren	Meppen	13.07.
1.026	Ginten, David 11,0-3,84-28,00	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.025	Brüning, Luca 11,0-3,76-29,00	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
997	Müer, Elias 11,6-3,84-31,00	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
994	Temmen, Niels 12,07-3,67-36,00	2001	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
879	Wilke, Patrick 12,1-3,28-29,50	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
776	Brak, Jonas 12,85-2,99-25,50	2001	SuS Rhede	Papenburg	12.07.

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

	Bestl. 2013:	1.719	Ricke, Jan-Niklas 2000 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	2.025	Höckner, Jonas 1990 -- VfL Lingen		5.07.2003
1.534	Flägel, Silas 10,6-3,98-1,28-41,50	2001	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.519	Benker, Niklas 10,94-4,22-1,24-40,00	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1.432	Ginten, David 11,0-3,84-1,36-28,00	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.315	Müer, Elias 11,6-3,84-1,20-31,00	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.296	Brüning, Luca 11,0-3,76-1,12-29,00	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.197	Wilke, Patrick 12,1-3,28-1,20-29,50	2001	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.011	Brak, Jonas 12,85-2,99-1,06-25,50	2001	SuS Rhede	Papenburg	12.07.

Jugend M12

75 m Lauf

	Bestl. 2013:	11,14	Sandmann, Konstantin 2001 -- SV Sparta Werlte		
	Kreisrekorde Emsland:	9,99	Tegeeder, Tobias 1999 -- VfL Lingen		15.05.2011
11,17	Achter, Tim	2002	TuS Haren	Meppen	01.06.
11,1	Werner, Noah	2002	VfL Lingen	Lingen	03.06.
11,49	Gravel, Max	2002	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
11,74	Graf, Vincent	2002	SV Sigiltra Sögel	Werlte	17.05.
11,81	Hermesen, Claas	2002	LAV Meppen	Meppen	01.06.
11,88	Nintemann, Daniel	2002	SuS Rhede	Papenburg	12.07.
11,89	Flickner, Nikolai	2002	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
12,07	Niemüller, Lukas	2002	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
12,12	Hart, Jan	2002	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
12,3	Brockhaus, Moritz	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
12,61	Niermann, Jonas	2002	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
12,7	Niedling, Luca	2002	VfL Lingen	Lingen	03.06.

800 m Lauf

	Bestl. 2013:	2:35,4	Ginten, David 2001 -- SC Spelle-Venhaus		
	Kreisrekorde Emsland:	2:24,2	Mogge, Stefan 1970 -- TV Meppen		15.05.2011
2:31,39	Achter, Tim	2002	TuS Haren	Rheine	03.05.
2:48,07	Gravel, Max	2002	LG Emstal Dörpen	Lingen	21.06.
3:04,00	Hart, Jan	2002	SV Sigiltra Sögel	Meppen	12.06.
3:04,97	Niermann, Jonas	2002	SC Osterbrock	Meppen	06.06.
3:12,26	Nintemann, Daniel	2002	SuS Rhede	Werlte	02.05.

5 km Str.

Kreisrekorde Emsland: 18:25 Wagemaker, Andreas 1981 -- Sportverein Listrup e.V. 1949 18.04.1993

30:41 Maue, Alexander 2002 SV Lengerich-Handrup Spelle 15.08.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,35 Hagen, Lukas 2001 -- TuS Haren
Kreisrekorde Emsland: 1,52 Kruth, Hans 1974 -- LG Emstal Dörpen 7.09.1986

1,32 Werner, Noah 2002 VfL Lingen Meppen 12.06.
1,30 Achter, Tim 2002 TuS Haren Meppen 01.06.
1,30 Nintemann, Daniel 2002 SuS Rhede Papenburg 12.07.
1,30 Niemüller, Lukas 2002 SV Sparta Werlte Papenburg 21.09.
1,28 Graf, Vincent 2002 SV Sigilträ Sögel Werlte 17.05.
1,20 Gravel, Max 2002 LG Emstal Dörpen Werlte 17.05.
1,20 Flickner, Nikolai 2002 SV Sigilträ Sögel Papenburg 21.09.
1,16 Hart, Jan 2002 SV Sigilträ Sögel Dörpen 25.05.
1,08 Niedling, Luca 2002 VfL Lingen Lingen 24.07.
1,08 Brockhaus, Moritz 2002 VfL Lingen Lingen 24.07.

1,05 Hermesen, Claas 2002 LAV Meppen Meppen 01.06.

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,50 Sandmann, Konstantin 2001 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 5,29 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 14.09.1981

4,36 Werner, Noah 2002 VfL Lingen Meppen 12.06.
4,07 Achter, Tim 2002 TuS Haren Meppen 01.06.
4,03 Gravel, Max 2002 LG Emstal Dörpen Werlte 17.05.
4,01 Hermesen, Claas 2002 LAV Meppen Meppen 13.07.
3,91 Flickner, Nikolai 2002 SV Sigilträ Sögel Dörpen 03.07.
3,81 Hart, Jan 2002 SV Sigilträ Sögel Werlte 17.05.
3,81 Nintemann, Daniel 2002 SuS Rhede Werlte 17.05.
3,54 Brockhaus, Moritz 2002 VfL Lingen Lingen 03.06.
3,41 Niedling, Luca 2002 VfL Lingen Lingen 03.06.
3,37 Niemann, Jonas 2002 SC Osterbrock Meppen 13.07.

3,20 Niemüller, Lukas 2002 SV Sparta Werlte Dörpen 03.07.

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekorde Emsland: 11,22 Hammerla, Thomas 1974 -- SV Groß Hesepe 12.10.1986

5,19 Hart, Jan 2002 SV Sigilträ Sögel Papenburg 21.09.

Ballwurf 200g

Bestl. 2013: 43,50 Flägel, Silas 2001 -- SV Union Meppen
Kreisrekorde Emsland: 60,20 Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen 26.09.1981

38,00 Brockhaus, Moritz 2002 VfL Lingen Lingen 24.07.
36,00 Graf, Vincent 2002 SV Sigilträ Sögel Werlte 17.05.
31,00 Achter, Tim 2002 TuS Haren Meppen 01.06.
31,00 Flickner, Nikolai 2002 SV Sigilträ Sögel Dörpen 03.07.
28,50 Werner, Noah 2002 VfL Lingen Dörpen 25.05.
27,50 Gravel, Max 2002 LG Emstal Dörpen Dörpen 03.07.
27,50 Hermesen, Claas 2002 LAV Meppen Meppen 13.07.
27,00 Niemann, Jonas 2002 SC Osterbrock Meppen 01.06.
26,50 Nintemann, Daniel 2002 SuS Rhede Papenburg 12.07.
25,00 Hart, Jan 2002 SV Sigilträ Sögel Werlte 17.05.

20,50 Niedling, Luca 2002 VfL Lingen Lingen 24.07.
20,00 Niemüller, Lukas 2002 SV Sparta Werlte Dörpen 03.07.

3-Kampf

75m-Weit-Ball

	Bestl. 2013:	1.162	Flägel, Silas 2001 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	1.551	Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen		26.09.1981
1.056	Werner, Noah 11,45-4,23-28,50		2002 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1.001	Flickner, Nikolai 11,89-3,91-31,00		2002 SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
987	Hermesen, Claas 11,89-4,01-27,50		2002 LAV Meppen	Meppen	13.07.
980	Gravel, Max 11,49-3,67-27,50		2002 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
967	Achter, Tim 11,95-3,66-31,00		2002 TuS Haren	Meppen	13.07.
936	Nintemann, Daniel 11,88-3,63-26,50		2002 SuS Rhede	Papenburg	12.07.
932	Brockhaus, Moritz 12,81-3,49-38,00		2002 VfL Lingen	Lingen	30.09.
917	Hart, Jan 12,12-3,73-25,00		2002 SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
850	Niermann, Jonas 12,61-3,37-26,50		2002 SC Osterbrock	Meppen	13.07.
813	Niemüller, Lukas 12,07-3,20-20,00		2002 SV Sparta Wertle	Dörpen	03.07.
735	Niedling, Luca 13,0-3,20-20,50		2002 VfL Lingen	Lingen	24.07.

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

	Bestl. 2013:	1.546	Flägel, Silas 2001 -- SV Union Meppen		
	Kreisrekorde Emsland:	1.951	Ulrich, Jens 1969 -- VfL Lingen		26.09.1981
1.396	Werner, Noah 11,45-4,23-1,24-28,50		2002 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1.309	Nintemann, Daniel 11,88-3,63-1,30-26,50		2002 SuS Rhede	Papenburg	12.07.
1.266	Gravel, Max 11,73-3,70-1,18-27,00		2002 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.184	Hart, Jan 12,12-3,74-1,14-23,00		2002 SV Sigilträ Sögel	Papenburg	12.07.
1.177	Brockhaus, Moritz 12,3-3,32-1,08-38,00		2002 VfL Lingen	Lingen	24.07.
982	Niedling, Luca 13,0-3,20-1,08-20,50		2002 VfL Lingen	Lingen	24.07.

Weibliche Jugend U14

5 km Str. Ma.

	Bestl. 2013:	1:03:20	VfL Lingen		
	Kreisrekorde Emsland:	1:02:17	VfL Lingen		24.04.2007
1:06:01	VfL Lingen Greiving, Eva (2002) - 21:59; Koopmann, Lotte (2001) - 22:00; Wiegmann, Paulina (2002) - 22:02			Lingen	29.04.

4 x 75 m Staffel

	Bestl. 2013:	40,85	SV Sparta Wertle		
	Kreisrekorde Emsland:	40,11	LG Papenburg/Aschendorf		2.10.2005
41,8	VfL Lingen I Rohde, Annika (2002); Kampel, Paulina (2001); Junk, Katharina (2001); Weeme, Greta (2001)			Lingen	09.07.
42,34	STG Lingen-Meppen Rohde, Annika (2002); Weeme, Greta (2001); Kampel, Paulina (2001); Junk, Katharina (2001)			Lingen	21.06.
42,1	LG Papenburg/Aschendorf I Kuhr, Frieda (2001); Snieders, Rahel (2001); Sprengel, Melissa (2002); Wacker, Inka (2001)			Borkum	26.07.

43,1	VfL Lingen II Wiegmann, Paulina (2002); Greiving, Eva (2002); Reiners, Marie (2002); Koopmann, Lotte (2001)	Lingen	09.07.
43,51	SV Union Meppen Menke, Maarla (2002); Schütte, Roberta (2001); Stroot, Caarla (2002); Klaas, Katharina (2001)	Meppen	06.06.
43,71	SV Sparta Werlte Sanders, Theresa (2002); Brinkmann, Hanna (2002); Klaßen, Katrin (2002); Erken, Sina (2001)	Dörpen	28.09.
43,9	TuS Haren Albers, Sophia (2001); Jansing, Lea (2002); Schmidtmeier, Sarah (2002); Heymann, Nele (2003)	Lingen	09.07.
45,06	SC Osterbrock Suer, Christina (2001); Rhode, Alina (2001); Bleumer, Kirsten (2002); Tönjes, Anna-Lena (2002)	Lingen	21.06.
46,29	TV Rütenbrock Teiken, Kathrin (2003); Einspanier, Melanie (2003); Rütter, Meike (2002); Koop, Jasmin (2002)	Meppen	06.06.
50,05	LAV Meppen Knobloch, Lena (2003); Smit, Nina (2003); Alsmeyer, Julia (2002); Schwindeler, Carla (2001)	Dörpen	28.09.

3 x 800 m Staffel

	Bestl. 2013:	7:52,33	VfL Lingen	
	Kreisrekorde Emsland:	7:34,9	VfL Lingen	14.07.1999
8:08,1	VfL Lingen Wiegmann, Paulina (2002); Koopmann, Lotte (2001); Greiving, Eva (2002)	Lingen	09.07.	
8:11,67	TuS Haren Albers, Sophia (2001); Schmidtmeier, Sarah (2002); Heymann, Nele (2003)	Dörpen	13.06.	
8:39,8	LG Papenburg/Aschendorf I Snieders, Rahel Hannah (2001); Heyen, Imke (2002); Wacker, Inka (2001)	Lingen	09.07.	
9:04,43	LG Papenburg/Aschendorf II Wienken, Elisa (2002); Sprengel, Melissa (2002); Kuhr, Frieda (2001)	Dörpen	13.06.	
9:08,25	LG Emstal Dörpen Caffier, Luca (2002); Ahlers, Rieke (2001); Reimann, Jennifer (2003)	Dörpen	13.06.	
9:11,9	SC Spelle-Venhaus Beckmann, Michelle (2001); Brüning, Merle (2003); Segger, Nele (2002)	Lingen	09.07.	
10:55,6	LAV Meppen Lake, Franka (2002); Schwindeler, Carla (2001); Alsmeyer, Julia (2002)	Lingen	09.07.	

3-Kampf Ma.

75m-Weit-Ball

	Bestl. 2013:	6.467	VfL Lingen	
	Kreisrekorde Emsland:	6.780	SV Sparta Werlte (Ball 80g)	22.06.2008
	Kreisrekorde Emsland:	6.467	VfL Lingen (Ball 200g)	25.08.2013
6.367	SV Sparta Werlte Erken, Sina (2001) - 1.471; Janssen, Maria (2001) - 1.399; Brinkmann, Hanna (2002) - 1.184 Sanders, Theresa (2002) - 1.167; Klaßen, Kathrin (2002) - 1.146	Papenburg	12.07.	
6.063	VfL Lingen I Junk, Katharina (2001) - 1.341; Greiving, Eva (2002) - 1.216; Reiners, Marie (2002) - 1.206 Kampel, Paulina (2001) - 1.155; Weeme, Greta (2001) - 1.145	Lingen	24.07.	
5.926	SV Union Meppen Rohling, Nadine (2001) - 1.244; Teiken, Lana (2003) - 1.243; Todt, Julia (2003) - 1.207 Stroot, Carla (2002) - 1.133; Menke, Maarla (2002) - 1.099	Dörpen	25.05.	
5.826	LG Papenburg/Aschendorf Kuhr, Frieda (2001) - 1.210; Wacker, Inka (2001) - 1.188; Snieders, Rahel (2001) - 1.150 Wienken, Elisa (2002) - 1.146; Lenger, Nele (2002) - 1.132	Dörpen	03.07.	
5.448	SV Bawinkel Triphaus, Hanna (2001) - 1.198; Witschen, Charlene (2001) - 1.111; Menke, Eva (2001) - 1.081 Merscher, Ida (2001) - 1.035; Rensmann, Charlotte (2002) - 1.023	Lingen	30.09.	
5.336	SC Osterbrock Sur, Christina (2001) - 1.184; Rhode, Alina (2001) - 1.096; Tönjes, Annalena (2002) - 1.046 Leigers, Nadine (2002) - 1.042; Bleumer, Kirsten (2002) - 968	Lingen	13.07.	
5.210	VfL Lingen II Koopmann, Lotte (2001) - 1.091; Rohde, Annika (2002) - 1.082; Wiegmann, Paulina (2002) - 1.075 Frericks, Meta (2001) - 1.025; Bücken, Alina (2001) - 937	Dörpen	25.05.	

4-Kampf Ma.

75m-Weit-Hoch-Ball

	Bestl. 2013:	8.323	VfL Lingen	
	Kreisrekorde Emsland:	9.004	SV Sparta Werlte (Ball 80g)	22.06.2008
	Kreisrekorde Emsland:	8.359	SV Sparta Werlte (Ball 200g)	12.07.2014
8.359	SV Sparta Werlte Erken, Sina (2001) - 1.940; Janssen, Maria (2001) - 1.818; Sanders, Theresa (2002) - 1.561	Papenburg	12.07.	

7.668	Brinkmann, Hanna (2002) - 1.526; Kjaßen, Kathrin (2002) - 1.514 VfL Lingen I	Lingen	24.07.
	Junk, Katharina (2001) - 1.709; Reiners, Marie (2002) - 1.521; Weeme, Greta (2001) - 1.487 Greiving, Eva (2002) - 1.477; Riddering, Celia (2001) - 1.474		
7.508	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
	Kuhr, Frieda (2001) - 1.648; Snieders, Rahel Hannah (2001) - 1.515; Lenger, Nele (2002) - 1.462 Heyen, Imke (2002) - 1.451; Sprengel, Melissa (2002) - 1.432		
7.446	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	Rohling, Nadine (2001) - 1.586; Todt, Julia (2003) - 1.522; Teiken, Lana (2003) - 1.476 Stroot, Carla (2002) - 1.448; Menke, Maarla (2002) - 1.414		
6.669	VfL Lingen II	Dörpen	25.05.
	Wiegmann, Paulina (2002) - 1.363; Riddering, Celia (2001) - 1.344; Rohde, Annika (2002) - 1.343 Frericks, Meta (2001) - 1.340; Bücken, Alina (2001) - 1.279		
6.602	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
	Triphaus, Hanna (2001) - 1.469; Witschen, Charlene (2001) - 1.407; Menke, Eva (2001) - 1.385 Rensmann, Charlotte (2002) - 1.263; Triphaus, Julia (2001) - 1.078		

DJMM DSMM Gruppe 2

Bestl. 2013: 6.168 SV Sparta Werlte

5.779	SV Union Meppen	Dörpen	28.09.
5.563	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	10.05.
4.724	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.

DJMM DSMM Gruppe 3

Bestl. 2013: 3.545 VfL Lingen

3.546	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
3.386	VfL Lingen I	Lingen	03.06.
3.190	VfL Lingen II	Lingen	03.06.
3.130	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	10.05.
2.676	LAV Meppen	Dörpen	28.09.

Jugend W13

75 m Lauf

Bestl. 2013:	10,01	Hansmann, Patricia 2000 – VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	10,01	Hansmann, Patricia 2000 – VfL Lingen	16.06.2013
Kreisrekorde Emsland:	9,6	Rohling, Birgit 1976 -- SC Osterbrock	28.05.1989

10,32	Albers, Sophia	2001	TuS Haren	Lingen	21.06.
10,33	Junk, Katharina	2001	VfL Lingen	Lingen	21.06.
10,51	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
10,73	Klaas, Katharina	2001	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
10,6	Weeme, Greta	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
10,86	Roling, Nadine	2001	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
10,90	Vedder, Amelie	2001	SV Germania Twist	Meppen	01.06.
10,90	Sur, Christina	2001	SC Osterbrock	Lingen	13.07.
10,98	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
10,8	Wacker, Inka	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
11,07	Kampel, Paulina	2001	VfL Lingen	Papenburg	21.09.
10,9	Snieders, Rahel	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
10,9	Kuhr, Frieda	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
11,26	Mösker, Laura	2001	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
11,31	Ahlers, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
11,1	Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
11,41	Schütte, Roberta	2001	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
11,2	Riddering, Celia	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
11,2	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
11,2	Zander, Laura	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:24,59 Santel, Klara 2000 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 2:21,9 Brinker, Annette 1966 -- SV Sparta Werlte 27.06.1981

2:26,14	Vedder, Amelie	2001	SV Germania Twist	Wilhelmshaven	19.07.
2:37,21	Albers, Sophia	2001	TuS Haren	Rheine	03.05.
2:40,57	Wacker, Inka	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	21.09.
2:40,71	Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Wilhelmshaven	18.06.
2:41,28	Olthoff, Ines	2001	SV Germania Twist	Meppen	12.06.
2:47,21	Suer, Christina	2001	SC Osterbrock	Lingen	21.06.
2:47,45	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Braunschweig	27.07.
2:53,98	Ahlers, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
2:55,04	Hüsken, Carla	2001	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
2:55,54	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Braunschweig	27.07.
2:59,85	Beckmann, Michelle	2001	SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.
3:03,21	Snieders, Rahel	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Meppen	12.06.
3:03,60	Kaers, Josephine	2001	LAV Meppen	Meppen	12.06.
3:10,16	Schaper, Stefanie	2001	SV Sigiltra Sögel	Werlte	02.05.
3:18,7	Riddering, Celia	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3:21,6	Bücker, Alina	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3:28,64	Janzen, Jana	2001	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:33,40	Pötker, Vanessa	2001	LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.

2000 m Lauf

Bestl. 2013: 7:01,60 Santel, Klara 2000 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 6:35,9 Hanekamp, Annette 1966 -- SV Sparta Werlte 29.06.1979

7:09,13	Vedder, Amelie	2001	SV Germania Twist	Lingen	30.09.
8:48,55	Sur, Christina	2001	SC Osterbrock	Lingen	30.09.

5 km Str.

Bestl. 2013: 19:43 Santel, Klara 2000 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 19:10 Kock, Maren 1990 -- LG Emstal Dörpen 6.05.2003

22:00	Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Lingen	29.04.
26:15	Beckmann, Michelle	2001	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 10,20 Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 10,10 Klumpe, Katharina 1988 -- SV Sparta Werlte 22.09.2001
Kreisrekorde Emsland: 10,10 Gruber, Vanessa 1982 -- LG Emstal Dörpen 29.09.1995

10,84	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
10,95	Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Lingen	21.06.
11,00	Kuhr, Frieda	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
11,09	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
11,34	Mösker, Laura	2001	SV Sigiltra Sögel	Lingen	21.06.
11,53	Schütte, Roberta	2001	SV Union Meppen	Dörpen	28.09.
12,98	Wacker, Inka	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,50 Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 1,62 Reiners, Jennifer 1978 -- LG Papenburg/Aschendorf 23.06.1991

1,49	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
1,43	Abeln, Verena	2001	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	21.09.
1,43	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
1,40	Rhode, Alina	2001	SC Osterbrock	Meppen	12.06.
1,40	Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,40	Kuhr, Frieda	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1,40	Otten, Pia	2001	SV Union Meppen	Papenburg	21.09.
1,40	Snieders, Rahel	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
1,36	Vedder, Amelie	2001	SV Germania Twist	Meppen	01.06.
1,32	Schütte, Roberta	2001	SV Union Meppen	Meppen	12.06.

1,28	Schaper, Stefanie	2001	SV Sigilträ Sögel	Werlte	17.05.
1,28	Klaas, Katharina	2001	SV Union Meppen	Werlte	17.05.
1,28	Kampel, Paulina	2001	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,28	Ahlers, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Dörpen	25.05.
1,28	Koch, Lena	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,28	Junk, Katharina	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1,28	Rahel, Snieders	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	21.09.
1,24	Weeme, Greta	2001	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,24	Bücker, Alina	2001	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,24	Roling, Nadine	2001	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1,24	Wehming, Ellen	2001	VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,24	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
1,24	Witschen, Charlene	2001	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
1,24	Riddering, Celia	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1,24	Frericks, Meta	2001	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.

Weitsprung

Bestl. 2013:	4,87	Borgmann, Ute 2000 -- SV Sparta Werlte			
Kreisrekorde Emsland:	5,43	Schülting, Mareike 1977 -- SC Osterbrock		7.10.1990	
4,72	Junk, Katharina	2001	VfL Lingen	Lingen	21.06.
4,71	Klaas, Katharina	2001	SV Union Meppen	Meppen	12.06.
4,63	+0,0 Albers, Sophia	2001	TuS Haren	Papenburg	18.05.
4,53	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
4,53	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
4,43	Wacker, Inka	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
4,41	Roling, Nadine	2001	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
4,41	Vedder, Amelie	2001	SV Germania Twist	Meppen	01.06.
4,41	Schütte, Roberta	2001	SV Union Meppen	Meppen	12.06.
4,29	Kuhr, Frieda	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
4,22	+0,5 Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Wilhelmshaven	18.06.
4,21	Mösker, Laura	2001	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
4,21	Menke, Eva	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
4,08	Weeme, Greta	2001	VfL Lingen	Lingen	03.06.
4,05	Snieders, Rahel	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
4,03	Hüsken, Carla	2001	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
3,99	Merscher, Ida	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
3,99	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
3,98	Ahlers, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Lingen	21.06.
3,95	Schaper, Stefanie	2001	SV Sigilträ Sögel	Werlte	17.05.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013:	8,26	Hagen, Emely 2000 -- TuS Haren			
Kreisrekorde Emsland:	10,71	de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf		11.06.1994	
8,48	Frericks, Meta	2001	VfL Lingen	Lingen	21.06.
7,67	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
7,14	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.
6,56	Zander, Laura	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
6,48	Klaas, Katharina	2001	SV Union Meppen	Papenburg	21.09.
6,18	Abeln, Verena	2001	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	21.09.
5,49	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Braunschweig	26.07.

Diskuswurf 750 g

Bestl. 2013:	24,25	Sievers, Jessica 2000 -- LG Emstal Dörpen			
Kreisrekorde Emsland:	27,56	Roling, Birgit 1976 -- SC Osterbrock		7.10.1989	
19,33	Frericks, Meta	2001	VfL Lingen	Papenburg	26.09.

Speerwurf 400 g

Bestl. 2013:	25,32	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte	
Kreisrekorde Emsland:	32,38	Lätzel, Simone 1979 -- SV Union Meppen	10.10.1992

29,42	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
22,63	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
16,62	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
15,61	Frericks, Meta	2001	VfL Lingen	Papenburg	18.05.

Ballwurf 200g

Bestl. 2013:	41,00	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte	
Kreisrekorde Emsland:	50,00	Erken, Sina 2001 -- SV Sparta Werlte	25.05.2014

50,00	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
41,00	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
37,50	Albers, Sophia	2001	TuS Haren	Lingen	21.06.
32,50	Junk, Katharina	2001	VfL Lingen	Lingen	30.09.
31,00	Rhode, Alina	2001	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
30,50	Vedder, Amelie	2001	SV Germania Twist	Meppen	01.06.
30,50	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
30,00	Köster, Anika	2001	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
30,00	Kuhr, Frieda	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
29,50	Roling, Nadine	2001	SV Union Meppen	Meppen	01.06.

28,50	Snieders, Rahel	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
28,00	Ahlens, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Dörpen	25.05.
28,00	Witschen, Charlene	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
27,50	Klaas, Katharina	2001	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
27,00	Abeln, Verena	2001	SV Sigilträ Sögel	Werlte	17.05.
27,00	Schütte, Roberta	2001	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
27,00	Weeme, Greta	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
26,50	Spiekermann, Insa	2001	SV Groß Hesepe	Meppen	01.06.
26,00	Koch, Lena	2001	VfL Lingen	Lingen	21.06.
26,00	Cordes, Luisa	2001	SuS Rhede	Papenburg	12.07.

3-Kampf

75m-Weit-Ball

Bestl. 2013:	1.418	Hansmann, Patricia 2000 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	1.487	Erken, Sina (Ball 200g) 2001 -- SV Sparta Werlte	3.07.2014
Kreisrekorde Emsland:	1.517	Kleemann, Christin (Ball 80g) 1990 -- LG Emstal Dörpen	31.05.2003

1.487	Erken, Sina 10,66-4,53-48,00	2001	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
1.399	Janssen, Maria 10,98-4,47-41,00	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.371	Junk, Katharina 10,74-4,62-32,50	2001	VfL Lingen	Lingen	30.09.
1.367	Albers, Sophia 10,52-4,42-32,00	2001	TuS Haren	Lingen	13.07.
1.302	Klaas, Katharina 10,5-4,40-27,50	2001	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.244	Roling, Nadine 10,86-4,20-25,00	2001	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1.213	Schütte, Roberta 11,41-4,21-27,00	2001	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
1.212	Kuhr, Frieda 11,33-4,14-27,00	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1.208	Mösker, Laura 11,26-4,21-25,00	2001	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
1.198	Triphaus, Hanna 11,65-3,99-30,50	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
1.188	Wacker, Inka 11,16-4,31-21,00	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.184	Sur, Christina 10,90-3,90-23,00	2001	SC Osterbrock	Lingen	13.07.
1.178	Rhode, Alina	2001	SC Osterbrock	Lingen	30.09.

1.167	11,80-3,89-31,00 Ahlers, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.155	11,31-3,68-28,00 Kampel, Paulina	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.155	10,9-3,76-24,00 Köster, Anika	2001	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
1.150	11,58-3,63-30,00 Snieders, Rahel	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.145	11,53-4,05-23,50 Weeme, Greta	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.142	11,4-3,81-27,00 Riddering, Celia	2001	VfL Lingen	Lingen	30.09.
1.111	11,57-3,88-25,00 Witschen, Charlene	2001	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
	12,31-3,88-28,00				

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

	Bestl. 2013:	1.856	Brinkmann, Maria 2000 -- SV Sparta Werlte		
	Kreisrekorde Emsland:	1.940	Erken, Sina (Ball 200g) 2001 -- SV Sparta Werlte		12.07.2014
	Kreisrekorde Emsland:	1.937	Klumpe, Elisabeth (Ball 80g) 1995 -- SV Sparta Werlte		22.06.2008
1.940	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
	10,51-4,44-1,44-45,00				
1.818	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
	10,98-4,47-1,36-41,00				
1.709	Junk, Katharina	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
	10,2-4,60-1,28-26,00				
1.648	Kuhr, Frieda	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
	11,25-4,05-1,40-26,50				
1.590	Klaas, Katharina	2001	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
	10,5-4,40-1,16-27,50				
1.586	Roling, Nadine	2001	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	10,86-4,20-1,24-25,00				
1.518	Ahlers, Rieke	2001	LG Emstal Dörpen	Dörpen	25.05.
	11,66-3,78-1,28-28,00				
1.515	Snieders, Rahel Hannah	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
	11,45-3,77-1,28-26,00				
1.513	Frericks, Meta	2001	VfL Lingen	Braunschweig	26.07.
	15,52(+0,4)-3,67(+0,1)-1,24-8,38				
1.487	Weeme, Greta	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
	11,4-3,81-1,24-27,00				
1.486	Kampel, Paulina	2001	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	11,17-3,53-1,28-23,50				
1.474	Riddering, Celia	2001	VfL Lingen	Lingen	24.07.
	11,2-3,79-1,24-24,00				
1.470	Köster, Anika	2001	SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
	11,58-3,63-1,20-30,00				
1.469	Triphaus, Hanna	2001	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
	11,2-3,49-1,24-27,50				
1.461	Abeln, Verena	2001	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
	12,14-3,42-1,36-25,50				
1.459	Koopmann, Lotte	2001	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	11,38-3,75-1,28-20,00				
1.437	Wacker, Inka	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	11,13-4,13-1,16-19,00				
1.407	Witschen, Charlene	2001	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
	11,8-3,54-1,24-25,50				
1.385	Menke, Eva	2001	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
	11,8-3,77-1,20-23,00				
1.375	Zander, Laura	2001	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
	11,61-3,41-1,20-23,00				

Block S/S

75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)

Kreisrekorde Emsland: 2.480 Klumpe, Elisabeth 1995 -- SV Sparta Werlte 12.06.2008

2.366	Erken, Sina	2001	SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
	13,80(+1,0)-13,83(+0,9)-4,48(-0,1)-1,40-25,27				
2.128	Janssen, Maria	2001	SV Sparta Werlte	Edemissen	14.06.
	14,80(+0,6)-16,14(-1,3)-4,23(-0,1)-1,40-22,32				

Jugend W12

75 m Lauf

Bestl. 2013: 10,40 Junk, Katharina 2001 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 10,35 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen 29.08.2009
Kreisrekorde Emsland: 9,8 Töller, Sandra 1975 -- SV Haselünne 26.09.1987

10,90	Koop, Jasmin	2002	TV Rütenbrock	Lingen	13.07.
10,7	Rohde, Annika	2002	VfL Lingen	Lingen	03.06.
11,07	Reiners, Marie	2002	VfL Lingen	Papenburg	21.09.
11,08	Sanders, Theresa	2002	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
11,12	Schmidtmeier, Sarah	2002	TuS Haren	Meppen	01.06.
11,24	Kossen, Jule	2002	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
11,0	Sprengel, Melissa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
11,27	Brinkmann, Hanna	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
11,1	Heyen, Imke	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.
11,36	Teiken, Lana	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
11,43	Greiving, Eva	2002	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
11,45	Stroot, Carla	2002	SV Union Meppen	Werlte	17.05.
11,45	Wiegmann, Paulina	2002	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
11,46	Tönjes, Annalena	2002	SC Osterbrock	Lingen	21.06.
11,49	Wienken, Elisa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
11,3	Prigge, Eva	2002	SV DJK Geeste	Lingen	24.07.
11,3	Degenhardt, Hanna	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
11,56	Jansing, Lea	2002	TuS Haren	Meppen	01.06.
11,59	Pommer, Eva	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
11,71	Feller, Ellice	2002	SuS Rhede	Dörpen	03.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:35,95 Vedder, Amelie 2001 -- SV Germania Twist
Kreisrekorde Emsland: 2:29,7 Müller, Nicole 1972 -- VfL Lingen 27.05.1984

2:35,76	Greiving, Eva	2002	VfL Lingen	Lingen	21.06.
2:40,65	Segger, Nele	2002	SC Spelle-Venhaus	Wilhelmshaven	18.06.
2:41,25	Wiegmann, Paulina	2002	VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:43,56	Schmidtmeier, Sarah	2002	TuS Haren	Rheine	03.05.
2:55,18	Heyen, Imke	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
2:55,96	Caffier, Luca-Elisabeth	2002	LG Emstal Dörpen	Lingen	21.06.
2:56,95	Reiners, Marie	2002	VfL Lingen	Lingen	30.09.
2:58,66	Klaßen, Kathrin	2002	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	10.05.
2:58,73	Wienken, Elisa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:03,86	Degenhardt, Hanna	2002	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:07,98	Roosmann, Eva	2002	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	10.05.
3:10,31	Sprengel, Melissa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:11,49	Esders, Greta	2002	SV DJK Geeste	Meppen	06.06.
3:12,49	Pommer, Eva	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:13,64	Albers, Laura	2002	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:13,69	Rüther, Meike	2002	TV Rütenbrock	Meppen	06.06.
3:13,83	Sanders, Theresa	2002	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:14,12	Knape, Vera	2002	VfL Lingen	Wilhelmshaven	18.06.
3:14,62	Prigge, Eva	2002	SV DJK Geeste	Meppen	06.06.
3:14,74	Koop, Jasmin	2002	TV Rütenbrock	Meppen	06.06.

5 km Str.

Bestl. 2013: 22:52 Koopmann, Lotte 2001 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 19:57 Lögering, Nina 1992 -- SC Osterbrock 4.05.2004

21:59	Greiving, Eva	2002 VfL Lingen	Lingen	29.04.
22:02	Wiegmann, Paulina	2002 VfL Lingen	Lingen	29.04.
24:19	Segger, Nele	2002 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2013: 12,52 Mösker, Laura 2001 -- SV Sigiltra Sögel
Kreisrekorde Emsland: 10,71 Hogeback, Tanja 1979 -- Haselünner SV 4.05.2004

12,00	Greiving, Eva	2002 VfL Lingen	Lingen	21.06.
12,51	Wienken, Elisa	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
12,94	Menke, Maarla	2002 SV Union Meppen	Dörpen	28.09.
13,63	Sanders, Theresa	2002 SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
14,29	Klaßen, Kathrin	2002 SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,42 Janssen, Maria 2001 -- SV Sparta Werlte
Kreisrekorde Emsland: 1,55 de Vries, Nicole 1981 -- LG Papenburg/Aschendorf 12.09.1993

1,34	Sanders, Theresa	2002 SV Sparta Werlte	Papenburg	21.09.
1,32	Wienken, Elisa	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,32	Reiners, Marie	2002 VfL Lingen	Meppen	12.06.
1,32	Brinkmann, Hanna	2002 SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
1,28	Menke, Maarla	2002 SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1,28	Klaßen, Kathrin	2002 SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
1,28	Heyen, Imke	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1,28	Lenger, Nele	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
1,24	Koop, Jasmin	2002 TV Rütenbrock	Meppen	01.06.
1,24	Wiegmann, Paulina	2002 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1,21	Prigge, Eva	2002 SV DJK Geeste	Meppen	01.06.
1,20	Caffier, Luca-Elisabeth	2002 LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
1,20	Stroot, Carla	2002 SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1,20	Meenke, Maarla	2002 SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1,20	Leigers, Nadine	2002 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
1,20	Sprengel, Melissa	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,20	Todt, Julia	2003 SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1,16	Deters, Sophie-Marie	2002 SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
1,16	Greiving, Eva	2002 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,12	Pommer, Eva	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1,12	Rohde, Annika	2002 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1,12	Boosmann, Eva	2002 SV Sparta Werlte	Dörpen	25.05.
1,12	Rensmann, Charlotte	2002 SV Bawinkel	Lingen	24.07.

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,47 Junk, Katharina 2001 -- VfL Lingen
Kreisrekorde Emsland: 5,17 Wulf, Jasmin 1997 -- VfL Lingen 19.08.2009

4,32	Schmidtmeier, Sarah	2002 TuS Haren	Lingen	21.06.
4,27	Sanders, Theresa	2002 SV Sparta Werlte	Meppen	12.06.
4,24	Greiving, Eva	2002 VfL Lingen	Meppen	12.06.
4,22	Heyen, Imke	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	21.06.
4,20	Reiners, Marie	2002 VfL Lingen	Papenburg	21.09.
4,09	Brinkmann, Hanna	2002 SV Sparta Werlte	Lingen	21.06.
4,08	Menke, Maarla	2002 SV Union Meppen	Lingen	13.07.
4,06	Rohde, Annika	2002 VfL Lingen	Lingen	03.06.
4,03	Sprengel, Melissa	2002 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
4,02	Wiegmann, Paulina	2002 VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,94	Jansing, Lea	2002 TuS Haren	Papenburg	21.09.
3,86	Todt, Julia	2003 SV Union Meppen	Dörpen	25.05.

3,85	Kossen, Jule	2002	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
3,82	Lenger, Nele	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
3,81	Teiken, Lana	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
3,78	Esders, Greta	2002	SV DJK Geeste	Lingen	13.07.
3,77	Koop, Jasmin	2002	TV Rütenbrock	Lingen	13.07.
3,76	Tönjes, Annalena	2002	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
3,75	Meenke, Maarla	2002	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
3,74	Wienken, Elisa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Borkum	26.07.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013:	7,21	Frericks, Meta 2001 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	9,59	Sentker, Kathrin 1989 -- LG Papenburg/Aschendorf	9.09.2001

7,72	Leigers, Nadine	2002	SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
------	-----------------	------	---------------	-------------	--------

Diskuswurf 750 g

Bestl. 2013:	19,21	Frericks, Meta 2001 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	24,08	Fuhr, Julia 1980 -- SV Groß Hesepe	10.10.1992

22,10	Leigers, Nadine	2002	SC Osterbrock	Papenburg	21.09.
-------	-----------------	------	---------------	-----------	--------

Ballwurf 200g

Bestl. 2013:	46,00	Erken, Sina 2001 -- SV Sparta Werlte	
Kreisrekorde Emsland:	46,00	Erken, Sina 2001 -- SV Sparta Werlte	28.09.2013

36,50	Teiken, Lana	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
35,00	Todt, Julia	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
32,50	Lenger, Nele	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
32,50	Klaßen, Kathrin	2002	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
31,00	Stroot, Carla	2002	SV Union Meppen	Werlte	17.05.
30,50	Greiving, Eva	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
29,00	Wienken, Elisa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
29,00	Jansing, Lea	2002	TuS Haren	Lingen	21.06.
29,00	Leigers, Nadine	2002	SC Osterbrock	Lingen	21.06.
28,50	Menke, Maarla	2002	SV Union Meppen	Meppen	01.06.

27,00	Reiners, Marie	2002	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
27,00	Koop, Jasmin	2002	TV Rütenbrock	Lingen	13.07.
26,50	Meenke, Maarla	2002	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
26,50	Brinkmann, Hanna	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
26,00	Segger, Nele	2002	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
25,50	Kossen, Jule	2002	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
25,50	Tönjes, Annalena	2002	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
24,00	Sanders, Theresa	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
23,50	Heyen, Imke	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
23,50	Schröer, Maike	2002	SC Osterbrock	Meppen	01.06.

23,50	Rüther, Meike	2002	TV Rütenbrock	Meppen	01.06.
23,50	Degenhardt, Hanna	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
23,50	Prigge, Eva	2002	SV DJK Geeste	Lingen	24.07.

3-Kampf

75m-Weit-Ball

Bestl. 2013:	1.315	Junk, Katharina 2001 -- VfL Lingen	
Kreisrekorde Emsland:	1.323	Brinkmann, Maria (Ball 200g) 2000 -- SV Sparta Werlte	8.09.2012
Kreisrekorde Emsland:	1.416	Sentker, Lena (Ball 80g) 1992 -- LG Papenburg/Aschendorf	18.09.2004

1.243	Teiken, Lana 11,36-3,81-35,50	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1.216	Greiving, Eva 11,3-4,06-30,50	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.207	Sanders, Theresa 11,08-4,23-23,00	2002	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
1.207	Todt, Julia 11,76-3,86-34,50	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1.206	Reiners, Marie	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.

1.206	11,0-4,02-27,00 Koop, Jasmin	2002	TV Rütenbrock	Lingen	13.07.
1.184	10,90-3,77-27,00 Brinkmann, Hanna	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.171	11,27-3,90-26,50 Kossen, Jule	2002	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
1.146	11,24-3,85-25,50 Klaßen, Kathrin	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.146	11,87-3,68-31,00 Wienken, Elisa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.145	11,60-3,71-28,00 Menke, Maarla	2002	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
1.133	12,00-4,08-26,50 Tönjes, Annalena	2002	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
1.133	11,54-3,76-25,50 Stroot, Carla	2002	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
1.132	11,48-3,60-27,00 Lenger, Nele	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.131	11,79-3,72-28,00 Schmidtmeier, Sarah	2002	TuS Haren	Lingen	13.07.
1.120	11,30-4,21-18,00 Wiegmann, Paulina	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.120	11,3-4,02-21,00 Heyen, Imke	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
1.117	11,59-3,84-23,50 Sprengel, Melissa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.108	11,26-3,87-20,00 Segger, Nele	2002	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.107	11,6-3,71-26,00 Jansing, Lea	2002	TuS Haren	Lingen	13.07.
	11,75-3,58-27,00				

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2013:	1.729	Janssen, Maria 2001 -- SV Sparta Werlte			
Kreisrekorde Emsland:	1.804	Brinkmann, Maria (Ball 200g) 2000 -- SV Sparta Werlte	8.09.2012		
Kreisrekorde Emsland:	1.860	Sentker, Lena (Ball 80g) 1992 -- LG Papenburg/Aschendorf	18.09.2004		
1.561	Sanders, Theresa	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
	11,29-3,97-1,32-24,00				
1.535	Wienken, Elisa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	11,49-3,59-1,32-28,00				
1.533	Reiners, Marie	2002	VfL Lingen	Dörpen	25.05.
	11,20-3,66-1,28-27,00				
1.526	Brinkmann, Hanna	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
	11,27-3,90-1,24-26,50				
1.522	Todt, Julia	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	11,76-3,86-1,20-34,50				
1.514	Klaßen, Kathrin	2002	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
	11,87-3,68-1,28-31,00				
1.512	Menke, Maarla	2002	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	11,5-3,90-1,28-26,50				
1.477	Greiving, Eva	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
	11,3-4,06-1,12-30,50				
1.476	Teiken, Lana	2003	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	11,36-3,81-1,08-35,50				
1.462	Wiegmann, Paulina	2002	VfL Lingen	Lingen	24.07.
	11,3-4,02-1,24-21,00				
1.462	Lenger, Nele	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
	11,76-3,31-1,24-32,50				
1.462	Heyen, Imke	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	25.05.
	11,59-3,84-1,24-23,50				
1.448	Stroot, Carla	2002	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	11,48-3,60-1,20-27,00				
1.432	Sprengel, Melissa	2002	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
	11,26-3,87-1,20-20,00				
1.414	Meenke, Maarla	2002	SV Union Meppen	Dörpen	25.05.
	12,07-3,75-1,20-26,50				

1.385	Prigge, Eva 11,3-3,62-1,16-23,50	2002 SV DJK Geeste	Lingen	24.07.
1.353	Leigers, Nadine 12,60-3,47-1,20-28,00	2002 SC Osterbrock	Dörpen	25.05.
1.343	Rohde, Annika 11,15-3,56-1,12-19,50	2002 VfL Lingen	Dörpen	25.05.
1.263	Rensmann, Charlotte 12,1-3,49-1,12-22,00	2002 SV Bawinkel	Lingen	24.07.
1.249	Caffier, Luca 12,09-3,45-1,16-17,00	2002 LG Emstal Dörpen	Dörpen	25.05.

Männliche Kinder U12

4 x 50 m Staffel

Bestl. 2013: 32,58 LG Papenburg/Aschendorf

31,92	LG Papenburg/Aschendorf Köchling, Paul (2005); Schmees, Soeren (2005); Lüken, Aaron (2003); Hellmann, Jannis (2003)	Dörpen	28.09.
32,52	LG Emstal Dörpen Blüschke, Marcel (2006); Leerkes, Thom (2003); Terfehr, Erik (2004); Rindler, Micha (2004)	Dörpen	28.09.
33,77	LAV Meppen Hirnstein, Niclas (2005); Wekenborg, Julius (2005); Schwindeler, Julian (2003); Koers, Simon (2004)	Dörpen	28.09.

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2013: 8:56,27 LG Emstal Dörpen

8:59,01	LG Emstal Dörpen Rindler, Micha (2004); Gerdas, Ben (2004); Wübbold, Marius (2003)	Dörpen	13.06.
9:20,56	SV Sigilträ Sögel Finke, Thorben (2004); Musolf, Tim (2004); Jansen, Heinrich (2003)	Dörpen	13.06.
9:44,8	LAV Meppen Alsmeier, Niels (2004); Schwindeler, Julian (2003); Koers, Simon (2004)	Lingen	09.07.

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 3.798 LG Papenburg/Aschendorf

4.226	LG Papenburg/Aschendorf Hellmann, Jannis (2003) - 956; Köchling, Paul (2005) - 906; Schmees, Soeren (2005) - 809 Ziolkowski, Maximilian (2003) - 796; Reinert, Carlos (2005) - 759	Papenburg	12.07.
3.691	VfL Lingen Kettler, Luc (2003) - 993; Harbecke, Jannis (2004) - 757; Dietrich, Lukas (2004) - 671 Determann, Simon (2003) - 636; Pflöging, Finn (2004) - 634	Lingen	24.07.

4-Kampf Ma.

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2013: 4.909 SV Sigilträ Sögel

5.284	LG Papenburg/Aschendorf Köchling, Paul (2005) - 1.177; Hellmann, Jannis (2003) - 1.154; Ziolkowski, Maximilian (2003) - 1.091 Schmees, Soeren (2005) - 956; Reinert, Carlos (2005) - 906	Papenburg	12.07.
-------	--	-----------	--------

DSMM Gruppe 1

3.925	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
-------	-------------------------	--------	--------

DSMM Gruppe 2

Bestl. 2013: 2.480 LG Emstal Dörpen

2.523	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
2.301	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
1.587	VfL Lingen	Lingen	03.06.

Weibliche Kinder U12

4 x 50 m Staffel

Bestl. 2013: 30,43 VfL Lingen

30,20	SV Union Meppen I Leigers, Imke (2003); Kartzinski, Viola (2003); Todt, Julia (2003); Teiken, Lana (2003)	Meppen	06.06.
30,95	LG Papenburg/Aschendorf I Kuhr, Grete (2004); Fennen, Judith (2003); Lucht, Merle (2003); Weißling, Jelka (2003)	Papenburg	20.09.
31,0	VfL Lingen I Böttcher, Anna (2003); Schiwietz, Noemi (2003); Koopmann, Merle (2004); Eder, Charlotte (2003)	Lingen	03.06.
32,79	SV Sparta Werlte I Menke, Alexandra (2003); Haring, Leona (2004); Finke, Hannah (2003); Hanekamp, Ina (2004)	Dörpen	28.09.
33,11	LAV Meppen I Martens, Paula (2004); Brümmer, Lara (2004); Schute, Marit (2003); Sur, Charlotte (2003)	Meppen	06.06.
33,11	SC Osterbrock Havekost, Samira (2004); Korolenko, Alica (2004); Bleumer, Judith (2004); Griep, Jule (2003)	Meppen	06.06.
33,20	LG Emstal Dörpen Gerdes, Alina (2005); Springfeld, Jasmin (2006); Albers, Lore (2004); Reimann, Jennifer (2003)	Dörpen	28.09.
33,38	SV Union Meppen II Cordes, Alina (2003); Böckermann, Maja (2004); Speller, Linn (2004); Hessel, Selma (2003)	Meppen	06.06.
34,05	TV Rütenbrock Schütte, Johanna (2003); Bentlage, Lea (2004); Teiken, Kathrin (2003); Einspanier, Melanie (2003)	Meppen	06.06.
34,51	LG Papenburg/Aschendorf II von Hagen, Emma (2004); Kruse, Alina (2004); Terveer, Pia-Marie (2003); Vesper, Anneke (2003)	Papenburg	20.09.
34,4	LAV Meppen II Holtmann, Mia (2004); Knobloch, Lena (2003); Smit, Nina (2003); Oestreicher, Sarah (2004)	Lingen	09.07.
35,38	SV Union Meppen III Wessling, Clara (2003); Steffens, Wiebke (2004); Bayer, Jule (2004); Blaauw, Fiona (2004)	Meppen	06.06.
35,2	VfL Lingen II Kettler, Mia (2003); Feldmann, Judith (2003); Heetlage, Anna (2004); Eder, Annalena (2005)	Lingen	03.06.
39,96	LAV Meppen III Tangen, Mara (2006); Imhoff, Finja (2006); Einspanier, Fenja (2007); Lemcke, Svenja (2005)	Meppen	06.06.

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2013: 8:29,0 VfL Lingen

8:44,9	VfL Lingen Eder, Charlotte (2003); Kettler, Mia (2003); Böttcher, Anna (2003)	Lingen	09.07.
9:16,51	SV Union Meppen Leigers, Imke (2003); Kartzinski, Viola (2003); Teiken, Lana (2003)	Dörpen	13.06.
9:28,32	LG Papenburg/Aschendorf Lucht, Merle (2003); Grever, Paula (2004); Fennen, Judith (2003)	Dörpen	13.06.
9:28,97	SV Sparta Werlte Menke, Alexandra (2003); Hanekamp, Ina (2004); Niehoff, Mia (2003)	Dörpen	13.06.
9:36,6	LAV Meppen Sur, Charlotte (2003); Lampe, Janna (2003); Schute, Marit (2003)	Lingen	09.07.
9:42,15	DJK GW Spahnharrenstätte Deters, Caroline (2004); Stüver, Anke (2004); Albers, Elisa (2004)	Dörpen	13.06.
10:18,2	LAV Meppen Martens, Paula (2004); Knobloch, Lena (2003); Holtmann, Mia (2004)	Lingen	09.07.
10:19,13	LG Emstal Dörpen I Grüger, Esther (2004); Albers, Lore (2004); Boven, Nora (2004)	Dörpen	13.06.
10:53,63	SV Sigiltra Sögel Santel, Emma (2005); Leis, Meike (2004); Lippport, Paula (2005)	Dörpen	13.06.
10:57,60	LG Emstal Dörpen II Plock, Emma (2004); Tebbert, Josefa (2005); Leerkes, Nora (2005)	Dörpen	13.06.
11:55,7	LAV Meppen Nilius, Rike (2005); Feldhaus, Zoe (2003); Albers, Mia (2004)	Lingen	09.07.

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 5.860 VfL Lingen

5.451	LG Papenburg/Aschendorf Fennen, Judith (2003) - 1.133; Lücht, Merle (2003) - 1.107; Weßling, Jelka (2003) - 1.097 Kuhr, Grete (2004) - 1.069; Vesper, Anneke (2003) - 1.045	Dörpen	03.07.
5.422	VfL Lingen Eder, Charlotte (2003) - 1.215; Frewer, Wiebke (2003) - 1.181; Kettler, Mia (2003) - 1.056 Feldmann, Judith (2003) - 998; Schnitker, Hannah (2003) - 972	Lingen	24.07.
5.394	SV Union Meppen Teiken, Lana (2003) - 1.310; Todt, Julia (2003) - 1.263; Hessel, Selma (2003) - 1.011 Kartzinski, Viola (2003) - 918; Böckermann, Maja (2004) - 892	Lingen	13.07.
5.180	LG Emstal Dörpen I Reimann, Jennifer (2003) - 1.157; Albers, Lore (2004) - 1.083; Plock, Emma (2004) - 1.047 Pötker, Isabell (2003) - 961; Lissner, Emily (2004) - 932	Dörpen	03.07.
5.076	SV Sparta Werlte Niehoff, Mia (2003) - 1.071; Jüngerink, Eva (2003) - 1.042; Finke, Hannah (2003) - 1.024 Menke, Alexandra (2003) - 989; Hanekamp, Ina (2004) - 950	Papenburg	12.07.
4.798	LAV Meppen I Seiler, Maira (2003) - 1.020; Sur, Charlotte (2003) - 1.006; Lampe, Janna (2003) - 993 Smit, Nina (2003) - 899; Schute, Marit (2003) - 880	Lingen	13.07.
4.537	SV Bawinkel Triphaus, Franziska (2003) - 1.070; Reicksman, Lena (2005) - 1.028; Kraemer, Emily (2005) - 847 Beel, Anna (2004) - 798; Triphaus, Annika (2003) - 794	Lingen	30.09.
4.493	SuS Rhede Mödden, Judith (2003) - 1.058; Holthaus, Emma (2003) - 996; Brak, Christina (2004) - 861 Schade, Hanna (2003) - 804; Läken, Carolin (2003) - 774	Dörpen	03.07.
4.140	DJK GW Spahnharrenstätte Sanders, Christina (2003) - 1.073; Albers, Elisa (2004) - 895; Deters, Caroline (2004) - 807 Stüver, Anke (2004) - 781; Lau, Theresa (2004) - 584	Dörpen	03.07.
3.717	LAV Meppen II Martens, Paula (2004) - 810; Albers, Mia (2004) - 780; Brümmer, Lara (2004) - 735 Theisling, Leonie (2004) - 714; Oestreicher, Sarah (2004) - 678	Lingen	13.07.
3.675	LG Emstal Dörpen II Franzen, Lisa (2004) - 833; Caffier, Mara (2004) - 768; Boven, Nora (2004) - 742 Krallmann, Lia (2004) - 725; Liesen, Emily (2004) - 607	Dörpen	03.07.

4-Kampf Ma.

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2013: 6.866 VfL Lingen

6.372	LG Papenburg/Aschendorf Kuhr, Grete (2004) - 1.405; Lücht, Merle (2003) - 1.338; Vesper, Anneke (2003) - 1.234 Kuhr, Ann-Kathrin (2005) - 1.226; Terveer, Pia Marie (2003) - 1.169	Papenburg	12.07.
6.354	VfL Lingen Eder, Charlotte (2003) - 1.530; Kettler, Mia (2003) - 1.260; Schnitker, Hannah (2003) - 1.205 Feldmann, Judith (2003) - 1.202; Schiewitz, Noemi (2003) - 1.157	Lingen	24.07.
6.180	SV Sparta Werlte Niehoff, Mia (2003) - 1.332; Jüngerink, Eva (2003) - 1.303; Menke, Alexandra (2003) - 1.193 Hanekamp, Ina (2004) - 1.183; Finke, Hannah (2003) - 1.169	Papenburg	12.07.
5.375	LG Emstal Dörpen Reimann, Jennifer (2003) - 1.301; Albers, Lore (2004) - 1.269; Emma, Plock (2004) - 1.258 Boven, Nora (2004) - 782; Grüger, Esther (2004) - 765	Papenburg	12.07.

DSMM Gruppe 1

Bestl. 2013: 4.646 SV Union Meppen

4.391	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
4.133	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
3.917	LAV Meppen	Dörpen	28.09.

DSMM Gruppe 2

Bestl. 2013: 3.423 VfL Lingen

3.021	VfL Lingen I	Lingen	03.06.
2.966	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.

Kinder M11

50 m Lauf

Bestl. 2013:		7,6	Werner, Noah 2002 -- VfL Lingen	
7,92	Steenken, Lutz	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg 20.09.
7,9	Kettler, Luc	2003	VfL Lingen	Lingen 24.07.
8,20	Bawinski, Leon	2003	SC Osterbrock	Meppen 01.06.
8,21	Fänger, Jakob	2003	LAV Meppen	Meppen 01.06.
8,30	Jansen, Heinrich	2003	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 12.07.
8,1	Ginten, Jakob	2003	VfL Lingen	Lingen 24.07.
8,43	Lüken, Aaron	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
8,44	Hellmann, Jannis	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
8,69	+0,0 Schwindeler, Julian	2003	LAV Meppen	Meppen 13.07.
8,72	Leerkes, Thom	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen 03.07.
8,73	Braun, Thomas	2003	SC Osterbrock	Meppen 01.06.
8,80	Jänen, Lukas	2003	TV Rütenbrock	Meppen 01.06.
8,80	Steffens, Daniel	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
8,95	Ziolkowski, Maximilian	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 17.05.
8,99	+0,0 Hamm, Jannik	2003	TuS Haren	Papenburg 12.07.
9,2	Müer, Marius	2003	SC Spelle-Venhaus	Lingen 24.07.
9,47	Jordan, David	2003	SV Sparta Werlte	Dörpen 03.07.
9,6	Determann, Simon	2003	VfL Lingen	Lingen 24.07.
10,37	+0,0 Hennekes, Tim	2003	SC Osterbrock	Meppen 13.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013:		2:34,84	Achter, Tim 2002 -- TuS Haren	
2:38,12	Wübbold, Marius	2003	LG Emstal Dörpen	Werlte 02.05.
2:41,34	Ziolkowski, Maximilian	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 02.05.
2:47,0	Kettler, Luc	2003	VfL Lingen	Lingen 03.06.
2:48,57	Steenken, Lutz	2003	SV Sparta Werlte	Werlte 02.05.
3:02,17	Hellmann, Jannis	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 02.05.
3:08,36	Strothmann, Nick	2003	SV Union Meppen	Meppen 06.06.
3:14,15	Jordan, David	2003	SV Sparta Werlte	Werlte 02.05.
3:24,35	Müller, Marten	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 02.05.
3:32,29	Müer, Marius	2003	SC Spelle-Venhaus	Rheine 03.05.

5 km Str.

21:34	Kettler, Luc	2003	VfL Lingen	Lingen 29.04.
29:19	Blank, Julien	2003	SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen 30.08.

Hochsprung

Bestl. 2013:		1,16	Graf, Vincent 2002 -- SV Sigitra Sögel	
1,26	Jansen, Heinrich	2003	SV Sigiltra Sögel	Werlte 17.05.
1,16	Ziolkowski, Maximilian	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 12.07.
1,16	Steenken, Lutz	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg 12.07.
1,16	Kettler, Luc	2003	VfL Lingen	Lingen 24.07.
1,13	Lüken, Aaron	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
1,10	Hellmann, Jannis	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
0,95	Determann, Simon	2003	VfL Lingen	Lingen 24.07.

Weitsprung

Bestl. 2013:		4,18	Specken, Erik 2002 -- Tus Haren	
3,95	Kettler, Luc	2003	VfL Lingen	Lingen 30.09.
3,90	Fänger, Jakob	2003	LAV Meppen	Meppen 01.06.
3,88	Jansen, Heinrich	2003	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 12.07.
3,83	Bawinski, Leon	2003	SC Osterbrock	Meppen 01.06.
3,70	Lüken, Aaron	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 17.05.

3,62	Steenken, Lutz	2003	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
3,60	Hamm, Jannik	2003	TuS Haren	Papenburg	12.07.
3,58	Strothmann, Nick	2003	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
3,57	Leerkes, Thom	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,54	Ziolkowski, Maximilian	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
3,51	Ginten, Jakob	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,50	Hellmann, Jannis	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
3,49	Jänen, Lukas	2003	TV Rütenbrock	Meppen	01.06.
3,44	Schwindeler, Julian	2003	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,34	Steffens, Daniel	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
2,95	Jordan, David	2003	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
2,90	Hennekes, Tim	2003	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
2,78	Determann, Simon	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
2,58	Müer, Marius	2003	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 44,00 Brockhaus, Moritz 2002 -- VfL Lingen

46,50	Hellmann, Jannis	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
39,50	Strothmann, Nick	2003	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
39,50	Bawinski, Leon	2003	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
37,50	Hamm, Jannik	2003	TuS Haren	Papenburg	12.07.
36,50	Kettler, Luc	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
35,00	Fänger, Jakob	2003	LAV Meppen	Meppen	01.06.
34,00	Steenken, Lutz	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
33,50	Ziolkowski, Maximilian	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
31,50	Jordan, David	2003	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
29,00	Jänen, Lukas	2003	TV Rütenbrock	Meppen	01.06.
27,50	Leerkes, Thom	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
27,00	Schwindeler, Julian	2003	LAV Meppen	Meppen	13.07.
27,00	Müer, Marius	2003	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
26,50	Determann, Simon	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
26,00	Ginten, Jakob	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
23,00	Lüken, Aaron	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
22,00	Jansen, Heinrich	2003	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
19,50	Steffens, Daniel	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
18,50	Hennekes, Tim	2003	SC Osterbrock	Meppen	13.07.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 1.038 Werner, Noah 2002 -- VfL Lingen

993	Kettler, Luc 7,9-3,75-36,50	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
956	Hellmann, Jannis 8,53-3,50-41,00	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
954	Steenken, Lutz 8,18-3,62-34,00	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
946	Fänger, Jakob 8,30(+0,0)-3,90-30,50	2003	LAV Meppen	Meppen	13.07.
899	Hamm, Jannik 8,99(+0,0)-3,60-37,50	2003	TuS Haren	Meppen	13.07.
868	Jansen, Heinrich 8,30-3,88-22,00	2003	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
858	Ginten, Jakob 8,1-3,51-26,00	2003	SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
815	Ziolkowski, Maximilian 9,01-3,45-29,50	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
808	Leerkes, Thom 8,72-3,57-24,00	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
786	Schwindeler, Julian 8,69(+0,0)-3,15-27,00	2003	LAV Meppen	Meppen	13.07.
729	Jordan, David 9,47-2,95-31,50	2003	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.

643	Müer, Marius 9,2-2,58-27,00	2003 SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
636	Determann, Simon 9,6-2,78-26,50	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
537	Hennekes, Tim 10,37(+0,0)-2,90-18,50	2003 SC Osterbrock	Meppen	13.07.

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

	Bestl. 2013:	1.236	Werner, Noah 2002 -- VfL Lingen	
1.288	Kettler, Luc 7,9-3,75-1,16-36,50	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.249	Steenken, Lutz 8,18-3,62-1,16-34,00	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.186	Jansen, Heinrich 8,30-3,88-1,20-22,00	2003 SV Sigilträ Sögel	Papenburg	12.07.
1.154	Hellmann, Jannis 8,53-3,50-1,00-41,00	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.091	Ziolkowski, Maximilian 9,01-3,54-1,16-26,00	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
858	Ginten, Jakob 8,1-3,51-o.g.V.-26,00	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
803	Determann, Simon 9,6-2,78-0,95-26,50	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
643	Müer, Marius 9,2-2,58-o.g.V.-27,00	2003 SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.

Kinder M10

50 m Lauf

	Bestl. 2013:	7,87	Wübbold, Marius 2003 -- LG Emstal Dörpen	
8,04	Finke, Thorben	2004 SV Sigilträ Sögel	Papenburg	12.07.
8,27	Gerdas, Ben	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
8,31	Koers, Simon	2004 LAV Meppen	Meppen	01.06.
8,33	Hüsken, Paul	2004 SV Union Meppen	Meppen	01.06.
8,60	Musolf, Tim	2004 SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.
8,61	Rindler, Micha	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
8,67	Keimer, Julian	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
8,5	Pfleging, Finn	2004 VfL Lingen	Lingen	24.07.
8,74	Suer, Manuel	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
8,86	Ulfers, Leon	2004 SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
8,90	+0,0 Schmidchen, Lukas	2004 SV DJK Geeste	Lingen	13.07.
8,97	+0,0 Lügering, Ben	2004 SV Germania Twist	Lingen	13.07.
9,00	Leerkes, Thom	2004 LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
9,00	Schmitz, Kilian	2004 SV Neubörger	Dörpen	03.07.
9,00	+0,0 Schmidtmeier, Jonas	2004 TuS Haren	Lingen	13.07.
8,9	Harbecke, Jannis	2004 VfL Lingen	Lingen	24.07.
9,22	Robbers, Lennart	2004 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
9,24	Krüger, David	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
9,25	+0,0 Vogel, Joris	2004 TuS Haren	Lingen	13.07.
9,27	Terfehr, Erik	2004 LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.

800 m Lauf

	Bestl. 2013:	2:42,32	Wübbold, Marius 2003 -- LG Emstal Dörpen	
2:48,23	Koers, Simon	2004 LAV Meppen	Rheine	03.05.
2:51,56	Gerdas, Ben	2004 LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
2:54,93	Hüsken, Paul	2004 SV Union Meppen	Meppen	06.06.
2:55,55	Finke, Thorben	2004 SV Sigilträ Sögel	Werlte	02.05.
2:58,13	Schmidtmeier, Jonas	2004 TuS Haren	Meppen	06.06.
3:06,54	Alsmeier, Niels	2004 LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:09,62	Rindler, Micha	2004 LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
3:11,40	Vogel, Joris	2004 TuS Haren	Meppen	06.06.

3:12,63	Nortmann, Niklas	2004	TV Rütenbrock	Meppen	06.06.
3:17,15	Musolf, Tim	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	20.09.
3:20,0	Pfleging, Finn	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3:36,21	Gitzbrecht, Max	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:38,60	Harbecke, Jannis	2004	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:59,25	Kretschmer, Mark	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
4:18,58	Weidner, Henning	2004	SV Germania Twist	Meppen	06.06.

5 km Str.

Bestl. 2013: 22:35 Kettler, Luc 2003 -- VfL Lingen

37:26	Heilker, Justin	2004	SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.
-------	-----------------	------	-------------------------	------------	--------

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,22 Jansen, Heinrich 2003 -- SV Sigiltra Sögel

1,22	Rindler, Micha	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	20.09.
1,12	Köchling, Paul	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1,12	Gerdes, Ben	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1,06	Finke, Thorben	2004	SV Sigiltra Sögel	Werlte	17.05.
1,04	Musolf, Tim	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
0,92	Reinert, Carlos	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
0,92	Schmees, Soeren	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
0,80	Pfleging, Finn	2004	VfL Lingen	Lingen	24.07.

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,82 Müller, Marten 2003 -- LG Papenburg/Aschendorf

3,83	Hüsken, Paul	2004	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
3,81	Koers, Simon	2004	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,76	Finke, Thorben	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
3,75	Gerdes, Ben	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
3,68	Schmidtmeier, Jonas	2004	TuS Haren	Meppen	01.06.
3,60	Rindler, Micha	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
3,53	Ulfers, Leon	2004	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
3,47	Keimer, Julian	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3,42	Pfleging, Finn	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3,40	Schmidtchen, Lukas	2004	SV DJK Geeste	Lingen	13.07.

3,34	Musolf, Tim	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
3,28	Leerkes, Thom	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
3,27	Lügering, Ben	2004	SV Germania Twist	Lingen	13.07.
3,15	Robbers, Lennart	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
3,11	Schmitz, Kilian	2004	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
3,10	Alsmeyer, Niels	2004	LAV Meppen	Lingen	13.07.
3,05	Stahl, Ole	2004	TV Meppen	Meppen	01.06.
3,03	Dietrich, Lukas	2004	VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,02	Suer, Manuel	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3,02	Harbecke, Jannis	2004	VfL Lingen	Lingen	30.09.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 41,00 Strothmann, Nick 2003 -- SV Union Meppen

37,00	Koers, Simon	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
36,00	Keimer, Julian	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
34,50	Hüsken, Paul	2004	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
33,00	Harbecke, Jannis	2004	VfL Lingen	Lingen	30.09.
31,50	Ulfers, Leon	2004	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
31,00	Gerdes, Ben	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	20.09.
29,50	Alsmeyer, Niels	2004	LAV Meppen	Lingen	13.07.
28,00	Musolf, Tim	2004	SV Sigiltra Sögel	Werlte	17.05.
28,00	Rindler, Micha	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
27,00	Schmitz, Kilian	2004	SV Neubörger	Dörpen	03.07.

25,50	Schmidtmeier, Jonas	2004	TuS Haren	Meppen	01.06.
25,00	Dietrich, Lukas	2004	VfL Lingen	Lingen	24.07.
24,00	Finke, Thorben	2004	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
24,00	Terfehr, Erik	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
23,00	Leerkes, Thom	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
22,00	Stahl, Ole	2004	TV Meppen	Meppen	01.06.
21,00	Robbers, Lennart	2004	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
20,50	Lügering, Ben	2004	SV Germania Twist	Lingen	13.07.
18,00	Schmidtchen, Lukas	2004	SV DJK Geeste	Lingen	13.07.
17,00	Pfleging, Finn	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

	Bestl. 2013:	936	Steenken, Lutz 2003 -- SV Sparta Werlte		
918	Gerdas, Ben 8,27-3,74-29,00	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
917	Hüsken, Paul 8,48(+0,0)-3,60-33,50	2004	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
896	Koers, Simon 8,61(+0,0)-3,50-34,00	2004	LAV Meppen	Lingen	13.07.
880	Finke, Thorben 8,10-3,64-24,00	2004	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
859	Rindler, Micha 8,61-3,60-28,00	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
768	Musolf, Tim 8,65-3,34-22,00	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
762	Schmidtmeier, Jonas 9,00(+0,0)-3,60-21,50	2004	TuS Haren	Lingen	13.07.
757	Harbecke, Jannis 8,9-2,98-31,00	2004	VfL Lingen	Lingen	24.07.
752	Schmitz, Kilian 9,00-3,11-27,00	2004	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
715	Lügering, Ben 8,97(+0,0)-3,27-20,50	2004	SV Germania Twist	Lingen	13.07.
711	Schmidtchen, Lukas 8,90(+0,0)-3,40-18,00	2004	SV DJK Geeste	Lingen	13.07.
700	Alsmeier, Niels 9,89(+0,0)-3,10-29,50	2004	LAV Meppen	Lingen	13.07.
683	Robbers, Lennart 9,22-3,15-21,00	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
671	Dietrich, Lukas 9,4-3,03-25,00	2004	VfL Lingen	Lingen	24.07.
634	Pfleging, Finn 8,5-3,23-12,00	2004	VfL Lingen	Lingen	24.07.
611	Stahl, Ole 9,33(+0,0)-2,80-19,50	2004	TV Meppen	Lingen	13.07.
550	Krüger, David 9,24-2,98-11,50	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
532	Vogel, Joris 9,25(+0,0)-2,85-11,50	2004	TuS Haren	Lingen	13.07.

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

	Bestl. 2013:	1.077	Müller, Marten 2003 -- LG Papenburg/Aschendorf		
1.189	Gerdas, Ben 8,27-3,74-1,12-29,00	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.177	Köchling, Paul 8,53-3,79-1,12-30,00	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.106	Rindler, Micha 8,61-3,60-1,08-28,00	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.097	Finke, Thorben 8,04-3,76-1,04-21,00	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
991	Musolf, Tim 8,65-3,34-1,04-22,00	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
956	Schmees, Soeren 8,72-3,36-0,92-27,00	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.

906	Reinert, Carlos 8,65-3,27-0,92-22,00	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
700	Pfleging, Finn 8,5-3,23-0,80-12,00	2004 VfL Lingen	Lingen	24.07.
683	Robbers, Lennart 9,22-3,15-o.g.v.-21,00	2004 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.

Männliche Kinder U10

4 x 50 m Staffel

	Bestl. 2013:	36,81	LG Emstal Dörpen	
35,51	LG Papenburg/Aschendorf II Wucherpennig, Ben (2005); Bogena, Marten (2006); Moor, Kirill (2007); Schmees, Soeren (2005)		Papenburg	20.09.
36,08	SV Sigiltra Sögel III Moritz, Eric (2006); Klauf, Michael (2006); Santel, Leo (2006); Jansen, Anton (2006)		Werlte	17.05.
38,08	SV Union Meppen Janning, Noah (2005); Holtkamp, Jan (2005); Muke, Matti (2006); Schnaider, Samuel (2006)		Meppen	06.06.
41,25	SV Sparta Werlte I Banedt, Luis (2005); De Grave, Jean Pierre (2005); Thele, Richard (2005); Nortmann, Tim (2005)		Werlte	17.05.
41,80	LG Papenburg/Aschendorf I Bruns, Lennart (2007); Hoppenjans, Jonas (2007); Keimer, Alexander (2006); Moor, Nikita (2007)		Papenburg	20.09.
42,20	SV Sigiltra Sögel II Maier, Enrico (2006); Inholte, Jonas (2006); Keller, Johannes (2006); Hergert, Michael (2006)		Werlte	17.05.
44,75	SV Sparta Werlte II Schrandt, Kristof (2006); Rensen, John (2006); Eilers, Henrik (2006); Thoben, Hannes (2007)		Werlte	17.05.
48,27	SV Sigiltra Sögel I Strauch, Anton (2009); Düttmann, Lars (2007); Roundtree, Simon (2008); Leis, Florian (2007)		Werlte	17.05.

3 x 800 m Staffel

	Bestl. 2013:	9:46,76	SV Sigiltra Sögel	
9:17,74	LG Papenburg/Aschendorf Köchling, Paul (2005); Reinert, Carlos (2005); Schmees, Soeren (2005)		Dörpen	13.06.
9:40,63	SV Sigiltra Sögel III Moritz, Eric (2006); Santel, Leo (2006); Jansen, Anton (2006)		Dörpen	13.06.
10:03,7	LAV Meppen Wekenborg, Julius (2005); Augustin, Paul (2005); Koers, Noah (2007)		Lingen	09.07.
10:12,22	TuS Haren Albers, Nils (2005); Heymann, Luis (2006); Hamm, Matthis (2006)		Dörpen	13.06.
10:55,46	SV Sigiltra Sögel I Deyen, Malon (2006); von Wewel, Niklas (2005); Hergert, Michael (2006)		Dörpen	13.06.
11:14,79	LG Emstal Dörpen Wiebezieik, Janik (2005); Lissner, Robin (2006); Janssen, Bennet (2007)		Dörpen	13.06.
11:53,73	DJK GW Spahnharrenstätte Roosmann, Linus (2006); Hanekamp, Ulrich (2006); Schmitz, Justus (2006)		Dörpen	13.06.
12:45,44	SV Sigiltra Sögel II Soppa, Leon (2006); Düttmann, Lars (2007); Hart, Marc (2006)		Dörpen	13.06.

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

	Bestl. 2013:	3.168	LG Emstal Dörpen	
3.552	LG Papenburg/Aschendorf Schmees, Soeren (2005) - 735; Keimer, Alexander (2006) - 711 Moor, Kirill (2007) - 642; Moor, Nikita (2007) - 604		Papenburg	20.09.
3.529	VfL Lingen Brodhacker, Henning (2005) - 816; Watermeier, Tim (2005) - 801; Kumbrink, Jost (2005) - 701 Varel, Henner (2006) - 606; Berndt, Laurenz (2005) - 605		Lingen	24.07.
3.379	SV Sigiltra Sögel I Jansen, Anton (2006) - 759; Moritz, Eric (2006) - 698; Hergert, Michael (2006) - 646 Santel, Leo (2006) - 639; Klauf, Michael (2006) - 637		Dörpen	03.07.
2.801	SV Union Meppen Holtkamp, Jan (2005) - 571; Muke, Lasse (2006) - 566; Muke, Matti (2006) - 562 Blaauw, Jannis (2006) - 558; Amegashie, Finn (2007) - 544		Papenburg	20.09.
2.599	SV Sigiltra Sögel II Maier, Enrico (2006) - 559; Sprengel, Till (2006) - 542; von Wewel, Niklas (2005) - 518 Deyen, Marlon (2006) - 491; Keller, Johannes (2006) - 489		Dörpen	03.07.

Kinder M09

50 m Lauf

Bestl. 2013: 8,20 Bowe, Tobias 2004 -- DJK GW Spahnharrenstätte

8,23	Hirnstein, Niclas	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
8,46	Köchling, Paul	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
8,49	Schmees, Soeren	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
8,3	Brodhacker, Henning	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
8,58	Nordmann, Tim	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
8,65	Reinert, Carlos	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
8,72	Schade, Jan	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
8,72	+0,0 Wilmi, Jost	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
8,82	Läken, Andre	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
8,97	+0,0 Cosse, Sven	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
9,02	Wucherpfennig, Ben	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
8,8	Watermeier, Tim	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
9,04	Wekenborg, Julius	2005	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
9,06	+0,0 Augustin, Paul	2005	LAV Meppen	Lingen	13.07.
9,09	Nortmann, Tim	2005	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
9,11	Höppe, Felix	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
9,13	Gerdes, Joe	2005	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
9,21	+0,0 Albers, Nils	2005	TuS Haren	Lingen	13.07.
9,0	Kumbrink, Jost	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
9,26	Holtkamp, Jan	2005	SV Union Meppen	Papenburg	20.09.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:59,80 Gerdes, Ben 2004 -- LG Emstal Dörpen

2:55,27	Köchling, Paul	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
2:57,37	Schmees, Soeren	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3:09,31	Albers, Nils	2005	TuS Haren	Meppen	06.06.
3:12,44	Gerdes, Joe	2005	LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
3:14,33	Wekenborg, Julius	2005	LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:18,01	Läken, Andre	2005	SuS Rhede	Werlte	02.05.
3:22,49	van Wewel, Niklas	2005	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	20.09.
3:27,44	Wucherpfennig, Ben	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3:30,42	Rolfes, Eka-Jonathan	2005	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:33,54	Holtkamp, Jan	2005	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:41,29	Gis, Oliver	2005	LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
3:49,36	Dust, Luc	2005	VfL Lingen	Lingen	30.09.
4:01,88	Thele, Richard	2005	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
4:16,59	Hoops, Jannik	2005	LAV Meppen	Meppen	06.06.
4:26,53	Thien, Luca	2005	VfL Lingen	Lingen	30.09.
4:43,17	Skubizci, Sebastian	2005	SV Sigiltra Sögel	Werlte	02.05.

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,59 Bowe, Tobias 2004 -- DJK GW Spahnharrenstätte

3,79	Köchling, Paul	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
3,76	Schmees, Soeren	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
3,61	Läken, Andre	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,47	Hirnstein, Niclas	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,41	Brodhacker, Henning	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,40	Nordmann, Tim	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
3,33	Wekenborg, Julius	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,32	Augustin, Paul	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,32	Höppe, Felix	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
3,27	Reinert, Carlos	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
3,24	Cosse, Sven	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.

3,22	Watermeier, Tim	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,21	Gerdas, Joe	2005	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,20	Wiegmann, Florian	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,20	Wilmi, Jost	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
3,19	Schade, Jan	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,06	Nortmann, Tim	2005	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
3,05	Rolfes, Eka	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
3,05	Kumbrink, Jost	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,00	Holtkamp, Jan	2005	SV Union Meppen	Papenburg	20.09.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 34,00 Hüsken, Paul 2004 -- SV Groß Hesepe

31,50	Watermeier, Tim	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
30,00	Lampe, Luca	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
30,00	Köchling, Paul	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
29,00	Augustin, Paul	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
29,00	Hirstein, Niclas	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
28,00	Nordmann, Tim	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
27,50	Wucherpennig, Ben	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
27,00	Schmees, Soeren	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
27,00	Albers, Nils	2005	VfL Lingen	Lingen	13.07.
26,50	Nortmann, Tim	2005	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
26,50	Gerdas, Joe	2005	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
26,50	Cosse, Sven	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
26,50	Wilmlink, Jost	2005	SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	11.10.
26,00	Schade, Jan	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
25,00	Brodhacker, Henning	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
24,50	Wiegmann, Florian	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
24,50	Kumbrink, Jost	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
23,50	de Grave, Jean Pierre	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
23,00	Wilmi, Jost	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
22,50	Läken, Andre	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
22,50	Dust, Luc	2005	VfL Lingen	Lingen	30.09.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 851 Gerdas, Ben 2004 -- LG Emstal Dörpen

906	Köchling, Paul 8,53-3,79-30,00	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
860	Schmees, Soeren 8,65-3,75-26,50	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
837	Nordmann, Tim 8,58-3,40-28,00	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
816	Brodhacker, Henning 8,3-3,41-25,00	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
801	Watermeier, Tim 8,8-3,22-31,50	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
790	Läken, Andre 8,82-3,61-22,50	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
780	Schade, Jan 8,72-3,19-26,00	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
767	Cosse, Sven 8,97(+0,0)-3,24-26,50	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
759	Reinert, Carlos 8,65-3,27-22,00	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
753	Wilmi, Jost 8,72(+0,0)-3,20-23,00	2005	SV Groß Hesepe	Lingen	13.07.
735	Wucherpennig, Ben 9,02-2,95-27,50	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
725	Gerdas, Joe 9,30-3,21-25,50	2005	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
711	Wiegmann, Florian	2005	SuS Rhede	Dörpen	03.07.

	9,35-3,20-24,50			
708	Augustin, Paul 9,06(+0,0)-3,02-24,00	2005	LAV Meppen	Lingen 13.07.
704	Höppe, Felix 9,11-3,32-20,00	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 03.07.
701	Kumbrink, Jost 9,0-3,05-24,50	2005	VfL Lingen	Lingen 24.07.
684	Albers, Nils 9,21(+0,0)-2,74-27,00	2005	TuS Haren	Lingen 13.07.
654	Rolfes, Eka 9,53-3,05-22,00	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen 03.07.
648	de Grave, Jean Pierre 9,64-2,96-23,50	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen 03.07.
622	Dust, Luc 9,59-2,81-22,50	2005	VfL Lingen	Lingen 30.09.

Kinder M08 u.j.

50 m Lauf

	Bestl. 2013:	8,47	Hirnstein, Niclas 2005 -- LAV Meppen	
8,72	Meyering, Mathis	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen 03.07.
8,72	Jansen, Anton	2006	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 12.07.
8,75	Blüschke, Marcel	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen 03.07.
8,79	Moor, Kirill	2007	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 17.05.
8,93	Moor, Nikita	2007	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 03.07.
8,95	Hergert, Michael	2006	SV Sigiltra Sögel	Dörpen 03.07.
8,96	Moritz, Eric	2006	SV Sigiltra Sögel	Werlte 17.05.
8,96	Heymann, Luis	2006	TuS Haren	Papenburg 20.09.
8,99	Bogena, Marten	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 03.07.
9,08	Hermes, Paul	2006	SV Neubörger	Dörpen 03.07.
9,16	Blaauw, Jannis	2006	SV Union Meppen	Meppen 01.06.
9,18	+0,0 Thieke, Jean	2006	TV Meppen	Lingen 13.07.
9,18	Krüssel, Finn	2006	TuS Haren	Papenburg 20.09.
9,22	Keimer, Alexander	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 17.05.
9,27	Koers, Noah	2007	LAV Meppen	Meppen 01.06.
9,31	Hamm, Matthis	2006	TuS Haren	Papenburg 20.09.
9,33	Rindler, Justin	2006	LG Emstal Dörpen	Papenburg 12.07.
9,35	Muke, Matti	2006	SV Union Meppen	Papenburg 20.09.
9,38	Schrandt, Kristof	2006	SV Sparta Werlte	Papenburg 12.07.
9,38	+0,0 Lemper, Hannes	2006	SV Germania Twist	Lingen 13.07.

800 m Lauf

	Bestl. 2013:	3:09,55	Moritz, Eric 2006 -- SV Sigiltra Sögel	
2:59,65	Moritz, Eric	2006	SV Sigiltra Sögel	Werlte 02.05.
3:03,79	Heymann, Luis	2006	TuS Haren	Papenburg 20.09.
3:06,76	Koers, Noah	2007	LAV Meppen	Lingen 30.09.
3:15,62	Bogena, Marten	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
3:16,15	Blüschke, Marcel	2006	LG Emstal Dörpen	Werlte 02.05.
3:18,37	Santel, Leo	2006	SV Sigiltra Sögel	Werlte 02.05.
3:20,15	Klaß, Michael	2006	SV Sigiltra Sögel	Werlte 02.05.
3:23,76	Jansen, Anton	2006	SV Sigiltra Sögel	Werlte 02.05.
3:24,04	Hamm, Matthis	2006	TuS Haren	Papenburg 20.09.
3:27,13	Hoppenjans, Jonas	2007	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 20.09.
3:27,27	Hergert, Michael	2006	SV Sigiltra Sögel	Papenburg 20.09.
3:30,32	Beer, Henry	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 02.05.
3:30,63	Krüssel, Finn	2006	TuS Haren	Papenburg 20.09.
3:33,48	Schrandt, Kristof	2006	SV Sparta Werlte	Werlte 02.05.
3:33,98	Muke, Lasse	2006	SV Union Meppen	Meppen 06.06.
3:34,48	Albers, Luca	2008	DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg 20.09.
3:36,27	Rindler, Justin	2006	LG Emstal Dörpen	Werlte 02.05.
3:36,39	Steffens, Lennard	2006	SV Union Meppen	Meppen 06.06.
3:37,58	Bleumer, Matthias	2006	SC Osterbrock	Meppen 06.06.

3:38,42 Finke, Gedeon 2007 SV Sigilträ Sögel Papenburg 20.09.

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,21 Reinert, Carlos 2005 -- LG Papenburg/Aschendorf

3,42	Moritz, Eric	2006	SV Sigilträ Sögel	Werlte	17.05.
3,35	Blüschke, Marcel	2006	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
3,28	Jansen, Anton	2006	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
3,22	Meyering, Mathis	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,19	Keimer, Alexander	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3,09	Heymann, Luis	2006	TuS Haren	Lingen	13.07.
3,03	Koers, Noah	2007	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,02	Thieke, Jean	2006	TV Meppen	Lingen	13.07.
3,00	Moor, Kirill	2007	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
2,97	Hergert, Michael	2006	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.
2,97	Moor, Nikita	2007	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
2,96	Santel, Leo	2006	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.
2,93	Hirnstain, Julian	2007	LAV Meppen	Meppen	01.06.
2,92	Hart, Marc	2006	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
2,90	Amegashie, Finn	2007	SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
2,88	Blaauw, Jannis	2006	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
2,88	Hamm, Matthias	2006	TuS Haren	Papenburg	20.09.
2,87	Bleumer, Matthias	2006	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
2,87	Muke, Lasse	2006	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
2,87	Lemper, Hannes	2006	SV Germania Twist	Lingen	13.07.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 27,00 Wilmlink, Jost 2005 -- SV Groß Hesepe

33,00	Heymann, Luis	2006	TuS Haren	Lingen	13.07.
28,50	Blüschke, Marcel	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
27,50	Moritz, Eric	2006	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.
27,00	Jansen, Anton	2006	SV Sigilträ Sögel	Werlte	17.05.
25,50	Hamm, Matthias	2006	TuS Haren	Lingen	13.07.
25,00	Keimer, Alexander	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
25,00	Hermes, Paul	2006	SV Neubörger	Werlte	17.05.
25,00	Klaß, Michael	2006	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
25,00	Meyering, Mathis	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
24,00	Hergert, Michael	2006	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.
23,50	Santel, Leo	2006	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
22,50	Maier, Enrico	2006	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
22,00	Varel, Henner	2006	VfL Lingen	Lingen	24.07.
21,50	Lemper, Hannes	2006	SV Germania Twist	Lingen	13.07.
21,00	Koers, Noah	2007	LAV Meppen	Meppen	01.06.
21,00	Leis, Florian	2007	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	12.07.
20,00	Hirnstain, Julian	2007	LAV Meppen	Meppen	01.06.
20,00	Sprenkel, Till	2006	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
19,50	Moor, Kirill	2007	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
19,50	Röper, Tim	2007	SV Germania Twist	Lingen	13.07.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 797 Hirnstain, Niclas 2005 -- LAV Meppen

805	Blüschke, Marcel 8,75-3,25-28,50	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
800	Heymann, Luis 8,99(+0,0)-3,09-33,00	2006	TuS Haren	Lingen	13.07.
794	Jansen, Anton 8,72-3,24-27,00	2006	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	12.07.
775	Meyering, Mathis 8,72-3,22-25,00	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
767	Moritz, Eric 9,01-3,20-27,50	2006	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.

711	Keimer, Alexander 9,23-3,19-23,50	2006 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
690	Hergert, Michael 9,19-2,97-24,00	2006 SV Sigilträ Sögel	Papenburg	20.09.
656	Hamm, Matthis 9,39(+0,0)-2,74-25,50	2006 TuS Haren	Lingen	13.07.
642	Moor, Kirill 9,01-2,98-17,50	2007 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
639	Thieke, Jean 9,18(+0,0)-3,02-18,00	2006 TV Meppen	Lingen	13.07.
639	Santel, Leo 9,65-2,90-23,50	2006 SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
637	Lemper, Hannes 9,38(+0,0)-2,87-21,50	2006 SV Germania Twist	Lingen	13.07.
637	Klaß, Michael 9,51-2,70-25,00	2006 SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
620	Hermes, Paul 9,08-2,78-18,50	2006 SV Neubörger	Dörpen	03.07.
617	Bogena, Marten 8,99-2,74-18,00	2006 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
606	Varel, Henner 9,5-2,82-22,00	2006 VfL Lingen	Lingen	24.07.
604	Moor, Nikita 9,38-2,97-17,00	2007 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
585	Lissner, Robin 9,41-2,85-17,00	2007 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
583	Koers, Noah 9,49-2,80-18,00	2007 LAV Meppen	Lingen	13.07.
572	Brake, Thore 9,52-2,70-18,50	2006 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.

Senioren M30

100 m Lauf

Bestl. 2013: 13,36 Herbers, Wolfgang 1981 -- VfL Lingen

13,5	Herbers, Wolfgang	1981 VfL Lingen	Lingen	03.07.
------	-------------------	-----------------	--------	--------

Stundenlauf

Bestl. 2013: 13.314 Veltrup, Holger 1980 -- TuS Haren

12.680	Veltrup, Holger	1980 TuS Haren	Börger	12.09.
12.100	Stefens, Stefan	1984 SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
12.020	Mammes, Henning	1981 LG Papenburg/Aschendorf	Börger	12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013: 36:19 Wagemaker, Andreas 1981 -- SV Alemannia Salzbergen

34:10	Wagemaker, Andreas	1981 SV Alemannia Salzbergen	Papenburg	13.04.
36:45	Bach, Sebastian	1981 SV Concordia Emsbüren	Papenburg	13.04.
37:48	Boven, Michael	1984 TuS Haren	Papenburg	13.04.
41:36	Varnhorn, Michael	1983 Haselünner SV	Haselünne	09.05.
42:16	Andreas, Stephan	1980 LG Papenburg/Aschendorf	Haren	25.07.
44:10	Veltrup, Holger	1980 TuS Haren	Emlichheim	06.06.
47:22	Löcken, Christian	1980 SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
47:35	Mammes, Henning	1981 SV Neurhede	Papenburg	13.04.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:16:23 Wagemaker, Simon 1982 -- SV Alemannia Salzbergen

1:14:44	Wagemaker, Simon	1982 SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:15:07	Wagemaker, Andreas	1981 SV Alemannia Salzbergen	Steinbeck	19.04.
1:21:19	Wagemaker, Marc	1980 SV Alemannia Salzbergen	Palma de Mallorca/ESP	19.10.
1:22:52	Bach, Sebastian	1981 SV Concordia Emsbüren	Bawinkel	19.04.
1:38:32	Varnhorn, Michael	1983 Haselünner SV	Spelle	15.08.
1:49:24	Veltrup, Holger	1980 TuS Haren	Bawinkel	19.04.

Marathon

Bestl. 2013: 2:55:55 Wagemaker, Andreas 1981 -- SV Alemannia Salzbergen

2:34:01	Wagemaker, Simon	1982	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
2:45:20	Wagemaker, Marc	1980	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:20:40	Wagemaker, Andreas	1981	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:59:06	Veltrup, Holger	1980	TuS Haren	Hamburg	04.05.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2013: 52,5 VfL Lingen

50,1	VfL Lingen			Lingen	03.07.
	Krämer, Heiner (1964); Niehaus, Ralf (1977); Herbers, Wolfgang (1981); Theisling, Holger (1978)				

Weitsprung

Bestl. 2013: 5,40 Herbers, Wolfgang 1981 -- VfL Lingen

5,40	Herbers, Wolfgang	1981	VfL Lingen	Lingen	03.07.
------	-------------------	------	------------	--------	--------

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2013: 8,66 Herbers, Wolfgang 1981 -- VfL Lingen

9,38	Herbers, Wolfgang	1981	VfL Lingen	Lingen	03.07.
------	-------------------	------	------------	--------	--------

DAMM DSMM Gruppe 2

Bestl. 2013: 3.829 VfL Lingen

4.016	VfL Lingen			Lingen	03.07.
-------	------------	--	--	--------	--------

Senioren M35

100 m Lauf

Bestl. 2013: 12,49 Theisling, Holger 1978 -- VfL Lingen

12,70	+0,3	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
12,9		Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Lingen	03.07.

200 m Lauf

Bestl. 2013: 26,0 Theisling, Holger 1978 -- VfL Lingen

26,00	-1,8	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Meppen	20.07.
26,99	+0,6	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.

400 m Lauf

Bestl. 2013: 60,76 Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen

60,33		Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Lingen	06.09.
64,31		Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Lingen	06.09.

1500 m Lauf

Bestl. 2013: 5:23,67 Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen

5:22,70		Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
5:44,16		Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.

Stundenlauf

Bestl. 2013: 14.050 Nintemann, Mathias 1976 -- SV Neurhede

9.590		Lüken, Guido	1975	Lauffreunde Emsland	Börger	12.09.
-------	--	--------------	------	---------------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 32:14 Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen

31:56	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Ostbevern	09.08.
36:29	Gerdemann, Frank	1975	TuS Haren	Steinbeck	19.04.
37:36	Gerdemann, Dirk	1979	TuS Haren	Emlichheim	06.06.
43:26	Theune, Jörg	1978	SuS Darne	Lingen	24.05.
43:31	Sievert, Jan	1977	TV Meppen	Spelle	15.08.
45:43	Taphorn, Christian	1979	SV Union Meppen	Salzbergen	30.08.
49:50	Lohmann, Stefan	1978	SC Spelle-Venhaus	Spelle	15.08.
52:01	Müller, André	1976	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.
53:14	Greve, Marco	1977	TuS Haren	Haren	25.07.
58:08	Timmer, Daniel	1978	SC Spelle-Venhaus	Salzbergen	30.08.

58:58	Lüken, Guido	1975	Lauffreunde Emsland	Meppen	05.09.
66:50	Schnieders, Ralf	1975	TV Meppen	Meppen	05.09.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:10:18 Bruns, Thomas 1978 -- SV Union Meppen

1:09:49	Bruns, Thomas	1978	SV Union Meppen	Münster	15.03.
1:25:58	Fischer, Stefan	1978	SV Union Meppen	Münster	15.03.
1:27:50	Gerdemann, Dirk	1979	TuS Haren	Bawinkel	19.04.
1:47:46	Wehlage, Andreas	1979	SV Lengerich-Handrup	Bawinkel	19.04.
1:53:44	Gebken, Matthias	1975	SV Bawinkel	Bawinkel	19.04.
2:36:04	Lüken, Guido	1975	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.

Marathon

Bestl. 2013: 3:39:33 Beckering, Johannes 1977 -- SV Sigiltra Sögel

3:45:43	Drost, Sebastian	1978	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:58:46	van der Steege, Arjan	1978	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:22:40	Lüssing, Stefan	1977	TuS Haren	Hamburg	04.05.
5:30:35	Lüken, Guido	1975	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

110 m Hürden 0.991m

Bestl. 2013: 20,0 Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen

20,10	+0,9 Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Schortens	05.10.
-------	--------------------	------	------------	-----------	--------

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,84 Kruth, Hans 1974 -- LG Emstal Dörpen

1,72	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
1,69	Knief, Martin	1975	SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
1,53	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Lingen	06.09.

Stabhochsprung

Bestl. 2013: 2,96 Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen

2,96	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Papenburg	26.09.
------	---------------	------	------------	-----------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 5,55 Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen

5,71	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Lingen	03.07.
5,47	+0,0 Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Meppen	20.07.

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2013: 10,62 Kruth, Hans 1974 -- LG Emstal Dörpen

8,80	Niehaus, Ralf	1977	VfL Lingen	Lingen	03.07.
7,99	Theisling, Holger	1978	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2013: 30,68 Kruth, Hans 1974 -- LG Emstal Dörpen

24,71	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Meppen	20.07.
22,06	Theisling, Holger	1978 VfL Lingen	Meppen	20.07.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2013: 43,02 Kuhrs, Matthias 1974 -- SC Osterbrock

42,05	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
35,91	Theisling, Holger	1978 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.

5-Kampf

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

Bestl. 2013: 2.585 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

2.229	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
	5,34(+0,2)-42,05-26,99(+0,6)-23,08-5:22,70			
2.001	Theisling, Holger	1978 VfL Lingen	Meppen	20.07.
	5,47(+0,0)-32,72-26,00(-1,8)-22,06-6:00,86			

5-Kampf Ma.

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

6.876	VfL Lingen		Bad Oeynhausen	21.06.
	Finke, Georg (1967) - 2.726; Niehaus, Ralf (1977) - 2.229; Theisling, Holger (1978) - 1.921			

10-Kampf

100m-Weit-Kugel (7.26kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (2kg)-Stab-Speer (800g)-1500m

Bestl. 2013: 4.375 Niehaus, Ralf 1977 -- VfL Lingen

4.021	Niehaus, Ralf	1977 VfL Lingen	Schortens	04.10.
	13,43-5,65(+0,8)-7,92-1,72-62,29-20,10(+0,9)-21,75-2,80-36,34-5:57,91			

Wurf-Fünfkampf Ma.

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

Bestl. 2013: 1:53:17 TuS Haren

7.731	SC Osterbrock		Baunatal	28.09.
	Suer, Friedrich (1966) - 3.071; Krone, Ulrich (1971) - 2.531; Kuhr, Harald (1965) - 2.129			

Senioren M40

100 m Lauf

Bestl. 2013: 13,3 Frericks, Reinhard 1969 -- VfL Lingen

14,7	Höcker, Stefan	1964 VfL Lingen	Lingen	03.07.
14,9	Leopold, Heinz	1953 VfL Lingen	Lingen	03.07.

1000 m Lauf

3:40,25	Exeler, Christoph	1974 VfL Lingen	Lingen	30.09.
---------	-------------------	-----------------	--------	--------

Stundenlauf

Bestl. 2013: 12.000 Henzen, Jens 1973 -- SV DJK Eintracht Börger

12.410	Henzen, Jens	1973 SV DJK Eintracht Börger	Börger	12.09.
--------	--------------	------------------------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 38:06 Rolfes, Dieter 1972 -- TuS Haren

37:10	Rolfes, Dieter	1972 TuS Haren	Haselünne	09.05.
40:24	Schnebeck, Christian	1972 SuS Darne	Haselünne	09.05.
41:42	Rischling, Jens	1972 SV Bawinkel	Papenburg	13.04.

42:02	Lindemann, Gerrit	1971 VfL Lingen	Lingen	30.03.
42:13	Willen, Marko	1972 Haselünner SV	Haselünne	09.05.
43:35	Jüngerhans, Rainer	1972 TuS Haren	Salzbergen	30.08.
44:37	Tieke, Alfred	1973 SV Alemannia Salzbergen	Haren	25.07.
47:13	Henzen, Jens	1973 SV DJK Eintracht Börger	Haren	25.07.
47:37	Exeler, Christoph	1974 VfL Lingen	Nordhorn	13.09.
48:54	Herbers, Andreas	1971 SV Alemannia Salzbergen	Neuenkirchen	27.06.
49:13	Richterling, Frank	1973 VfL Lingen	Lingen	24.05.
49:21	Sompek, Eckehard	1973 TV Meppen	Lingen	24.05.
50:24	Barloh, Ralf	1972 SV Union Meppen	Meppen	05.09.
55:02	Reisüber, Michael	1970 Lauffreunde Emsland	Lingen	24.05.
55:46	Egbers, Ralf	1973 VfL Lingen	Haselünne	09.05.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:26:08 Rolfes, Dieter 1972 -- TuS Haren

1:26:09	Küpker, Edu	1970 SV Concordia Emsbüren	Löningen	28.06.
1:35:56	Rischling, Jens	1972 SV Bawinkel	Bawinkel	19.04.
1:39:42	Lindemann, Gerrit	1971 VfL Lingen	Bawinkel	19.04.
1:41:51	Hengemühle, Guido	1973 Haselünner SV	Bawinkel	19.04.
1:46:05	Tieke, Alfred	1973 SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:47:58	Moss, Peter	1970 Haselünner SV	Spelle	15.08.
1:50:45	Krieger, Dieter	1972 BV Clusorth-Bramhar	Bawinkel	19.04.
1:57:58	Henzen, Jens	1973 SV DJK Eintracht Börger	Löningen	28.06.
2:10:27	Finke, Thilo	1970 SV Sigiltra Sögel	Löningen	28.06.
2:14:27	Egbers, Ralf	1973 VfL Lingen	Löningen	28.06.

Marathon

Bestl. 2013: 3:12:03 Rolfes, Dieter 1972 -- TuS Haren

3:18:59	Küpker, Edu	1970 SV Concordia Emsbüren	Berlin	28.09.
3:38:54	Herbers, Andreas	1971 SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:43:20	Jüngerhans, Rainer	1972 TuS Haren	Hamburg	04.05.
3:53:32	Rischling, Jens	1972 SV Bawinkel	Löningen	28.06.
4:05:43	Strothmann, Frank	1970 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:08:52	Stadtherr, Andreas	1970 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2013: 52,5 VfL Lingen

58,7	VfL Lingen		Lingen	03.07.
	Frericks, Reinhard (1969); Lindemann, Stefan (1967); Luhm, Christian (1964); Höcker, Stefan (1964)			

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,41 Frericks, Reinhard 1969 -- VfL Lingen

1,92	Kruth, Hans	1974 LG Emstal Dörpen	Erfurt	13.07.
------	-------------	-----------------------	--------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,93 Frericks, Reinhard 1969 -- VfL Lingen

5,46	+0,2 Kruth, Hans	1974 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
------	------------------	-----------------------	-----------	--------

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2013: 11,54 Mastebroek, Rudolf 1970 -- SV Union Meppen

11,94	Mastebroek, Rudolf	1970 SV Union Meppen	Rütenbrock	13.04.
10,59	Obermüller, Andreas	1974 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
10,51	Kruth, Hans	1974 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
10,43	Krone, Ulrich	1971 SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
9,43	Suelmann, Gerd	1970 TV Rütenbrock	Papenburg	18.05.
8,66	Kuhrs, Matthias	1974 SC Osterbrock	Papenburg	26.09.
8,38	Bentlage, Ulrich	1972 TV Rütenbrock	Meppen	27.04.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2013: 30,29 Suelmann, Gerd 1970 -- TV Rütenbrock

32,22	Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
31,97	Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Papenburg	18.05.
31,20	Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Delmenhorst	20.09.
29,71	Obermüller, Andreas	1974	LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
26,03	Kuhrs, Matthias	1974	SC Osterbrock	Papenburg	26.09.

Hammerwurf 7.26kg

Bestl. 2013: 45,34 Krone, Ulrich 1971 -- SC Osterbrock

43,91	Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Delmenhorst	20.09.
40,92	Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
30,16	Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
28,69	Bentlage, Ulrich	1972	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
18,81	Kuhrs, Matthias	1974	SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2013: 32,29 Suelmann, Gerd 1970 -- TV Rütenbrock

49,32	Obermüller, Andreas	1974	LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
43,72	Kuhrs, Matthias	1974	SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
37,32	Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
32,21	Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Meppen	14.09.
29,15	Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Hannover-Herrenhausen	10.05.
24,79	Bentlage, Ulrich	1972	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.

Gewicht

Bestl. 2013: 13,08 Krone, Ulrich 1971 -- SC Osterbrock

13,00	Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Meppen	14.09.
12,12	Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
9,53	Bentlage, Ulrich	1972	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
9,19	Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Meppen	14.09.

Wurf-Fünfkampf

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

Bestl. 2013: 2.664 Krone, Ulrich 1971 -- SC Osterbrock

2.858	Mastebroek, Rudolf	1970	SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
	40,21-11,16-31,00-37,32-12,12				
2.565	Krone, Ulrich	1971	SC Osterbrock	Meppen	14.09.
	37,32-10,32-26,58-28,19-13,00				
2.214	Suelmann, Gerd	1970	TV Rütenbrock	Meppen	14.09.
	29,13-8,97-29,42-32,21-9,19				
1.561	Bentlage, Ulrich	1972	TV Rütenbrock	Meppen	27.04.
	28,69-8,38-o.g.V.-24,79-9,53				

Wurf-Fünfkampf Ma.

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

Bestl. 2013: 6.641 VfL Lingen

7.731	SC Osterbrock			Baunatal	27.09.
	Suer, Friedrich (1966) - 3.071; Krone, Ulrich (1971) - 2.531; Kuhr, Harald (1965) - 2.129				

DAMM Gruppe 2

3.426	VfL Lingen			Lingen	03.07.
-------	------------	--	--	--------	--------

Senioren M45

100 m Lauf

Bestl. 2013: 13,00 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

13,03 +1,6 Finke, Georg 1967 VfL Lingen Lingen 06.09.

200 m Lauf

Bestl. 2013: 26,55 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

26,12 +0,0 Finke, Georg 1967 VfL Lingen Bad Oeynhausen 21.06.

27,52 +0,1 Wilke, Ulrich 1968 SC Spelle-Venhaus Lingen 06.09.

27,83 -0,3 Krämer, Heiner 1964 VfL Lingen Bad Oeynhausen 21.06.

400 m Lauf

Bestl. 2013: 61,08 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

58,32 Finke, Georg 1967 VfL Lingen Schortens 04.10.

800 m Lauf

2:25,78 Wilke, Ulrich 1968 SC Spelle-Venhaus Rheine 03.05.

1000 m Lauf

Bestl. 2013: 3:12,9 Wilke, Ulrich 1968 -- SC Spelle-Venhaus

3:18,9 Wilke, Ulrich 1968 SC Spelle-Venhaus Lingen 09.07.

1500 m Lauf

Bestl. 2013: 5:05,55 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

5:07,53 Finke, Georg 1967 VfL Lingen Bad Oeynhausen 21.06.

6:33,11 Krämer, Heiner 1964 VfL Lingen Bad Oeynhausen 21.06.

5000 m Lauf

Bestl. 2013: 18:36,96 Wilke, Ulrich 1968 -- SC Spelle-Venhaus

19:27,46 Wilke, Ulrich 1968 SC Spelle-Venhaus Lingen 06.09.

Stundenlauf

Bestl. 2013: 14.350 Bergfeld, Peter 1966 -- LG Papenburg/Aschendorf

12.190 Korte, Lukas 1968 SV Surwold Börger 12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013: 37:52 Achter, Georg 1966 -- TuS Haren

38:35 Achter, Georg 1966 TuS Haren Papenburg 13.04.

39:02 Vorloeper, Klaus 1967 SV Germania Twist Papenburg 13.04.

39:38 Willen, Holger 1969 Haselünner SV Haselünne 09.05.

40:10 Lampen, Otto 1967 TuS Haren Emlichheim 06.06.

40:16 Dickmann, Friedhelm 1965 TuS Haren Haren 25.07.

40:23 Wilke, Ulrich 1968 SC Spelle-Venhaus Neuenkirchen 27.06.

40:45 Schüring, Manfred 1966 SV Concordia Emsbüren Spelle 15.08.

41:39 Olliges, Heinz 1968 Lauffreunde Emsland Papenburg 13.04.

41:52 Kämper, Stefan 1965 TV Meppen Papenburg 13.04.

42:07 Zintel, Andreas 1968 Lauffreunde Emsland Haselünne 09.05.

42:11 Dickmann, Clemens 1967 SV Grün-Weiß Dersum Papenburg 13.04.

43:45 Wiesner, Udo 1968 SV Alemannia Salzbergen Spelle 15.08.

43:59 Merting, Manfred 1968 SuS Dame Lingen 24.05.

44:11 Schmitz, Ludger 1966 BV Clusorth-Bramhar Haselünne 09.05.

44:26 Albers, Günter 1968 TuS Haren Haselünne 09.05.

44:28 Schoo, Heinz 1969 SV DJK Geeste Haselünne 09.05.

45:16 Strodt, Michael 1965 SV Sigiltra Sögel Haselünne 09.05.

45:21	Krummen-Bojer, Frank	1968	SuS Darne	Lingen	24.05.
45:25	Ruhmke, Norbert	1967	VfL Lingen	Spelle	15.08.
45:34	Els, Bernhard	1965	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 3:24:17 Achter, Georg 1966 -- TuS Haren

1:28:47	Willen, Holger	1969	Haselünner SV	Bawinkel	19.04.
1:33:25	Vorloeper, Klaus	1967	SV Germania Twist	Löningen	28.06.
1:35:37	Wilke, Ulrich	1968	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	18.10.
1:36:33	Kämper, Stefan	1965	TV Meppen	Spelle	15.08.
1:38:25	Zintel, Andreas	1968	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
1:39:59	Krummen-Bojer, Frank	1968	SuS Darne	Bawinkel	19.04.
1:40:03	Merting, Manfred	1968	SuS Darne	Bawinkel	19.04.
1:40:55	Lammers, Werner	1966	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:44:18	Hoffrogge, Dieter	1965	SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
1:44:19	Bölle, Andreas	1968	SV DJK Eintracht Börger	Bawinkel	19.04.
1:44:38	Bohlin, Gerd	1966	SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
1:44:39	Achter, Heinz	1965	SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
1:45:35	Droste, Christoph	1969	SV Bawinkel	Bawinkel	19.04.
1:49:28	Fels, Ansgar	1965	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:51:08	Kingal, Rolf	1965	SC Spelle-Venhaus	Emsdetten	09.05.
1:52:23	Hennecke, Michael	1967	VfL Lingen	Löningen	28.06.
1:56:46	Jansen, Karl-Heinz	1965	SV Dalum	Bawinkel	19.04.
1:57:21	Kerperien, Lothar	1967	SV Union Meppen	Spelle	15.08.
1:59:42	Gövert, Klaus	1966	BV Clusorth-Bramhar	Bawinkel	19.04.
2:16:42	Els, Bernhard	1965	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
2:16:42	Heidrich, Martin	1967	VfL Lingen	Spelle	15.08.

Marathon

Bestl. 2013: 3:19:02 Olliges, Heinz 1968 -- Lauffreunde Emsland

3:12:17	Dickmann, Friedhelm	1965	TuS Haren	Berlin	28.09.
3:17:14	Vorloeper, Klaus	1967	SV Germania Twist	Düsseldorf	09.05.
3:20:57	Olliges, Heinz	1968	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:27:23	Weiß, Hermann	1966	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
3:36:25	Schoo, Heinz	1969	SV DJK Geeste	Bremen	05.10.
3:39:21	Lammers, Werner	1966	Lauffreunde Emsland	Münster	14.09.
3:50:06	Zintel, Andreas	1968	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:52:13	Kämper, Stefan	1965	TV Meppen	Berlin	28.09.
3:58:46	Els, Bernhard	1965	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:09:24	Hennecke, Michael	1967	VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:19:38	Schmees, Helmut	1967	Lauffreunde Emsland	Münster	14.09.
4:42:21	Kampen, Martin	1965	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:51:43	Pengemann, Walter	1967	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
5:06:10	Fels, Ansgar	1965	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

110 m Hürden 0.991m

Bestl. 2013: 20,27 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

20,31	+0,9 Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	05.10.
-------	-------------------	------	------------	-----------	--------

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,49 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

1,52	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	04.10.
------	--------------	------	------------	-----------	--------

Stabhochsprung

Bestl. 2013: 2,56 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

2,70	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	05.10.
------	--------------	------	------------	-----------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 5,45 Suer, Friedrich 1966 -- SC Osterbrock

5,09	+0,8	Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
4,80		Frericks, Reinhard	1969	VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,27	+0,2	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2013: 12,90 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen

11,91		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
11,35		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Lingen	06.09.
10,81		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
9,10		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
8,82		Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Schortens	04.10.
8,71		Frericks, Reinhard	1969	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2013: 38,29 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen

38,76		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
36,63		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Meppen	14.09.
29,68		Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
27,40		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Papenburg	18.05.
24,68		Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
21,62		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.

Hammerwurf 7.26kg

Bestl. 2013: 41,29 Pahl, Ralf 1968 -- LG Emstal Dörpen

40,80		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
38,49		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Groß Hesepe	11.10.
29,67		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
28,04		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Lingen	06.09.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2013: 38,25 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen

36,75		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Meppen	27.04.
35,41		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Meppen	14.09.
33,46		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
33,05		Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Lingen	06.09.
24,55		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Lingen	06.09.
23,02		Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.

Gewicht

Bestl. 2013: 11,68 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen

12,24		Pahl, Ralf	1968	LG Emstal Dörpen	Meppen	27.04.
11,48		Suer, Friedrich	1966	SC Osterbrock	Baunatal	27.09.
8,85		Mogge, Oliver	1965	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
8,75		Kuhr, Harald	1965	SC Osterbrock	Baunatal	27.09.

5-Kampf

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

Bestl. 2013: 2.585 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

2.726		Finke, Georg	1967	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
		5,09(+0,8)-24,00-26,12(+0,0)-29,68-5:07,53				
1.889		Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Bad Oeynhausen	21.06.
		4,27(+0,2)-23,02-27,83(-0,3)-24,68-6:33,11				

10-Kampf

100m-Weit-Kugel (7.26kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (2kg)-Stab-Speer (800g)-1500m

Bestl. 2013: 4.930 Finke, Georg 1967 -- VfL Lingen

5.115	Finke, Georg	1967 VfL Lingen	Schortens	04.10.
13,08-4,66(+0,6)-8,82-1,52-58,32-20,31(+0,9)-24,41-2,70-30,40-5:16,91				

Wurf-Fünfkampf

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

Bestl. 2013: 3.280 Arkenau, Jens 1964 -- SV Union Meppen

3.144	Pahl, Ralf	1968 LG Emstal Dörpen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
40,80-11,24-32,66-32,96-12,11				
3.071	Suer, Friedrich	1966 SC Osterbrock	Baunatal	27.09.
35,47-10,69-35,68-35,48-11,48				
2.417	Mogge, Oliver	1965 SV Union Meppen	Meppen	27.04.
29,67-10,81-21,62-33,46-8,85				
2.129	Kuhr, Harald	1965 SC Osterbrock	Baunatal	27.09.
25,90-8,53-26,91-23,65-8,75				

Senioren M50

100 m Lauf

13,51	+1,6 Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Lingen	06.09.
14,7	Höcker, Stefan	1964 VfL Lingen	Lingen	03.07.
15,7	Luhm, Christian	1964 VfL Lingen	Lingen	03.07.

200 m Lauf

27,52	+0,1 Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Lingen	06.09.
-------	---------------------	-----------------	--------	--------

400 m Lauf

64,42	Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
-------	----------------	-----------------	-----------	--------

1000 m Lauf

3:54,7	Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Lingen	09.07.
--------	----------------	-----------------	--------	--------

1500 m Lauf

6:33,11	Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Bad oeynhaus	20.07.
---------	----------------	-----------------	--------------	--------

3000 m Lauf

Bestl. 2013: 10:48,25 Dreyer, Rolf 1963 -- LG Papenburg/Aschendorf

14:54,3	Krämer, Heiner	1964 VfL Lingen	Lingen	29.04.
---------	----------------	-----------------	--------	--------

5000 m Lauf

19:39,72	Dreyer, Rolf	1963 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
----------	--------------	------------------------------	-----------	--------

Stundenlauf

Bestl. 2013: 14.160 Dreyer, Rolf 1963 -- LG Papenburg/Aschendorf

12.920	Sievers, Martin	1961 Lauffreunde Emsland	Börger	12.09.
10.290	Jansen, Josef	1962 LG Papenburg/Aschendorf	Börger	12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013: 39:33 Dreyer, Rolf 1963 -- LG Papenburg/Aschendorf

38:59	Hanekamp, Christian	1964 SV Sparta Werlte	Haselünne	09.05.
39:02	Gries, Andreas	1963 SV Union Meppen	Haselünne	09.05.
39:17	Dreyer, Rolf	1963 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.
40:26	Revermann, Martin	1964 SC Spelle-Venhaus	Papenburg	13.04.
42:12	Pinkernell, Heinz	1962 TuS Haren	Papenburg	13.04.
44:11	Baudein, Dirk	1960 LG Emstal Dörpen	Papenburg	13.04.
44:19	Frister, Jörg	1964 VfL Lingen	Haselünne	09.05.

44:40	Hellhake, Klaus	1963	VfL Lingen	Haselünne	09.05.
44:54	Wilke-Ewert, Gernot	1963	VfL Lingen	Haren	25.07.
45:26	Cordes, Helmut	1961	TuS Haren	Haselünne	09.05.
46:14	Hecht, Axel	1960	VfL Lingen	Spelle	15.08.
46:26	Sievers, Martin	1961	Lauffreunde Emsland	Haren	25.07.
46:32	Richter, Paul	1963	VfL Lingen	Haselünne	09.05.
47:10	Lammers, Michael	1963	SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.
47:18	Krallmann, Jörg	1964	Lauffreunde Emsland	Haren	25.07.
48:32	Wevers, Herman	1960	VfL Lingen	Haselünne	09.05.
49:28	Sentker, Ralf	1962	VfL Lingen	Spelle	15.08.
50:03	Cordes, Hermann	1964	TuS Haren	Lingen	24.05.
52:07	Gerdes, Bernhard	1960	SV Sparta Werlte	Papenburg	13.04.
52:27	Schellbach, Frank	1962	Lauffreunde Emsland	Haren	25.07.

10 km Str. Ma.

2:11:42	LG Papenburg/Aschendorf			Lingen	30.03.
	Dreyer, Rolf (1963) - 40:23; Meyer, Günther (1958) - 42:32; Berlin, Henry (1957) - 48:47				

Halbmarathon

Bestl. 2013:	1:35:41	Wilbers, Andreas 1963	--	Lauffreunde Emsland	
1:34:12	Behnen, Werner	1962	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:39:30	Gries, Andreas	1963	SV Union Meppen	Löningen	28.06.
1:39:59	Wagner, Karsten	1963	SuS Darme	Bawinkel	19.04.
1:42:04	Wilke-Ewert, Gernot	1963	VfL Lingen	Bawinkel	19.04.
1:42:53	Rensmann, Bernhard	1964	SV Bawinkel	Münster	15.03.
1:42:56	Sebers, Bernd	1962	SV DJK Eintracht Börger	Bawinkel	19.04.
1:46:03	Germing, Martin	1964	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:46:27	Sievers, Martin	1961	Lauffreunde Emsland	Oldenburg	19.10.
1:47:36	Krallmann, Jörg	1964	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:53:25	Kruse, Hermann	1960	LG Emstal Dörpen	Bawinkel	19.04.
1:55:56	Sentker, Ralf	1962	VfL Lingen	Löningen	28.06.
1:57:20	Meemann, Helmut	1961	VfL Lingen	Bawinkel	19.04.
2:04:10	Niermann, Hermann	1960	SV Bawinkel	Bawinkel	19.04.
2:08:56	Unkenholz, Karl-Otto	1961	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
2:09:33	Hansman, Timo	1963	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
2:10:23	Schellbach, Frank	1962	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.

Marathon

Bestl. 2013:	3:28:28	Korte, Albrecht 1959	--	SV Surwold	
3:43:52	Sievers, Martin	1961	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:49:50	Klene, Günter	1964	Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
3:51:51	Rensmann, Bernhard	1964	SV Bawinkel	Löningen	28.06.
3:57:14	Geers, Hans-Jürgen	1961	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:57:20	Dr. Pollak, Christian	1962	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:09:32	Germing, Martin	1964	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
4:24:56	Janikowski, Slawomir	1964	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:25:22	Sentker, Ralf	1962	VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:25:22	Meemann, Helmut	1961	VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:28:17	Scheer, Stefan	1964	Lauffreunde Emsland	Düsseldorf	27.04.
4:52:37	Schellbach, Frank	1962	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:53:53	Unkenholz, Karl-Otto	1961	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:55:14	Grote, Jürgen	1964	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

Hochsprung

1,36	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Papenburg	18.05.
------	----------------	------	------------	-----------	--------

Weitsprung

4,58	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,36	Höcker, Stefan	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,93	Luhm, Christian	1964	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2013: 9,65 Angermann, Christian 1959 -- LAV Meppen

14,28	Arkenau, Jens	1964	SV Union Meppen	Erfurt	12.07.
9,43	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Papenburg	26.09.

Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2013: 34,24 Angermann, Christian 1959 -- LAV Meppen

47,67	Arkenau, Jens	1964	SV Union Meppen	Erfurt	01.03.
27,50	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Lingen	06.09.

Hammerwurf 6 kg

Bestl. 2013: 35,05 Angermann, Christian 1959 -- LAV Meppen

39,35	Arkenau, Jens	1964	SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
24,75	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Groß Hesepe	11.10.

Speerwurf 700 g

Bestl. 2013: 38,12 Angermann, Christian 1959 -- LAV Meppen

39,90	Arkenau, Jens	1964	SV Union Meppen	Papenburg	18.05.
26,39	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Meppen	20.07.

Gewicht

13,92	Arkenau, Jens	1964	SV Union Meppen	Meppen	27.04.
-------	---------------	------	-----------------	--------	--------

5-Kampf

Weit-Speer (700g)-200m-Diskus (1.5kg)-1500m

2.029	Krämer, Heiner	1964	VfL Lingen	Bad oeynhaus	20.07.
4,27(+0,2)-23,02-27,83(-0,3)-24,68-6:33,11					

Wurf-Fünfkampf

Hammer (6kg)-Kugel (6kg)-Diskus (1.5kg)-Speer (700g)-Gewicht (11.34kg)

3.556	Arkenau, Jens	1964	SV Union Meppen	Hannover-Herrenhausen	10.05.
39,35-13,57-46,30-39,42-13,89					

Senioren M55

1000 m Lauf

Bestl. 2013: 6:14,45 Meyer, Hermann-Josef 1955 -- LG Papenburg/Aschendorf

3:35,15	Baumung, Jürgen	1955	VfL Lingen	Lingen	30.09.
---------	-----------------	------	------------	--------	--------

5000 m Lauf

25:13,55	Berlin, Henry	1957	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
----------	---------------	------	-------------------------	-----------	--------

Stundenlauf

Bestl. 2013: 12.350 Meyer, Hermann-Josef 1955 -- LG Papenburg/Aschendorf

12.250	Meyer, Hermann-Josef	1955	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	12.09.
10.400	Düthmann, Josef	1956	SV Grün-Weiß Dersum	Börger	12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013: 43:54 Baumung, Jürgen 1955 -- VfL Lingen

41:29	Cistjakov, Vasilij	1958	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
42:32	Meyer, Günther	1958	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	30.03.
42:37	Baumung, Jürgen	1955	VfL Lingen	Haselünne	09.05.
46:41	Berlin, Henry	1957	LG Papenburg/Aschendorf	Haselünne	09.05.
47:56	Reiter, Hans	1957	Lauffreunde Emsland	Lingen	24.05.
48:41	Pohlmann, Klaus	1959	LAV Meppen	Meppen	05.09.

50:48	Meyer, Hermann-Josef	1955	LG Papenburg/Aschendorf	Haren	25.07.
53:18	Korte, Albrecht	1959	SV Surwold	Papenburg	13.04.
55:25	Rother, Joachim	1955	SC Spelle-Venhaus	Salzbergen	30.08.
56:32	Veenker, Hermann	1957	TuS Haren	Löningen	28.06.
65:39	Velt, Manfred	1957	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.
65:42	Lau, Ludger	1957	VfL Lingen	Spelle	15.08.
Halbmarathon					
	Bestl. 2013:	1:37:53	Brink, Detlef 1956 -- VfL Lingen		
1:44:33	Berlin, Henry	1957	LG Papenburg/Aschendorf	Löningen	28.06.
2:17:17	Uhlen, Karl Heinz	1958	SV Lengerich-Handrup	Löningen	28.06.
Marathon					
	Bestl. 2013:	3:52:19	Fels, Manfred 1954 -- Lauffreunde Emsland		
3:30:30	Korte, Albrecht	1959	SV Surwold	Berlin	28.09.
3:43:37	Cistjakov, Vasilij	1958	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
3:56:40	Reiter, Hans	1957	Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
4:22:20	Kollesch, Ingo	1958	Lauffreunde Emsland	Münster	14.09.
4:24:45	Durschlag, Klaus	1958	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
4:27:59	Schnelting, Uli	1955	Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
4:39:11	Partmann, Vincenz	1958	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:43:00	Pohlmann, Klaus	1959	LAV Meppen	Löningen	28.06.
4:46:26	Zintel, Roland	1958	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:51:32	Uhlen, Karl Heinz	1958	SV Lengerich-Handrup	Berlin	28.09.
4:53:48	Strothmann, Heinz	1959	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
Kugelstoß 6 kg					
	Bestl. 2013:	11,53	Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen		
11,19	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Papenburg	18.05.
7,44	Berlin, Henry	1957	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
Diskuswurf 1.5 kg					
	Bestl. 2013:	39,67	Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen		
39,64	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Celle	15.06.
Hammerwurf 6 kg					
	Bestl. 2013:	39,05	Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen		
38,24	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Celle	14.06.
Speerwurf 700 g					
	Bestl. 2013:	31,82	Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen		
32,13	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Lingen	06.09.
Gewicht					
	Bestl. 2013:	14,03	Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen		
14,55	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Meppen	14.09.
Wurf-Fünfkampf					
Hammer (6kg)-Kugel (6kg)-Diskus (1.5kg)-Speer (700g)-Gewicht (11.34kg)					
	Bestl. 2013:	3.367	Janning, Martin 1957 -- SV Union Meppen		
3.282	Janning, Martin	1957	SV Union Meppen	Meppen	14.09.
	35,94-10,80-35,83-31,26-14,55				

Senioren M60

100 m Lauf

Bestl. 2013: 15,3 Leopold, Heinz 1953 -- VfL Lingen

15,67	Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Kalefeld	12.10.
-------	----------------	-----------------	----------	--------

200 m Lauf

31,53	-0,7 Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Kalefeld	12.10.
-------	---------------------	-----------------	----------	--------

400 m Lauf

68,24	Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Lingen	06.09.
-------	----------------	-----------------	--------	--------

1000 m Lauf

3:28,22	Niemann, Horst	1954 VfL Lingen	Lingen	30.09.
---------	----------------	-----------------	--------	--------

5000 m Lauf

Bestl. 2013: 18:14,48 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus

18:44,75	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953 SC Spelle-Venhaus	Osnabrück	11.05.
----------	-------------------------	------------------------	-----------	--------

Stundenlauf

Bestl. 2013: 11.910 Veltrup, Hermann 1951 -- TuS Haren

15.090	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953 SC Spelle-Venhaus	Börger	12.09.
--------	-------------------------	------------------------	--------	--------

12.370	Over, Gerhard	1953 TV Meppen	Börger	12.09.
--------	---------------	----------------	--------	--------

12.070	Veltrup, Hermann	1951 TuS Haren	Börger	12.09.
--------	------------------	----------------	--------	--------

11.940	Hoffmann, Josef	1954 TuS Haren	Börger	12.09.
--------	-----------------	----------------	--------	--------

8.920	Jänen, Hermann	1954 SV Raspo Lathen	Börger	12.09.
-------	----------------	----------------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 37:53 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus

38:12	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953 SC Spelle-Venhaus	Haren	25.07.
-------	-------------------------	------------------------	-------	--------

46:47	Schwake, Bernhard	1953 SV Lengerich-Handrup	Lingen	24.05.
-------	-------------------	---------------------------	--------	--------

48:23	Over, Gerhard	1953 TV Meppen	Nordhorn	13.09.
-------	---------------	----------------	----------	--------

48:47	Veltrup, Hermann	1951 TuS Haren	Lingen	30.03.
-------	------------------	----------------	--------	--------

49:22	Hoffmann, Josef	1954 TuS Haren	Haselünne	09.05.
-------	-----------------	----------------	-----------	--------

50:08	Redweik, Jürgen	1950 TuS Haren	Papenburg	13.04.
-------	-----------------	----------------	-----------	--------

50:21	Siepkker, Gerhard	1952 SV Alemannia Salzbergen	Papenburg	13.04.
-------	-------------------	------------------------------	-----------	--------

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:22:45 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus

1:25:43	Grabowsky, Klaus-Dieter	1953 SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	18.10.
---------	-------------------------	------------------------	--------------	--------

1:39:19	Fels, Manfred	1954 Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
---------	---------------	--------------------------	----------	--------

1:45:42	Altehülsing, Laurenz	1951 SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
---------	----------------------	------------------------	-----------	--------

1:53:04	Veltrup, Hermann	1951 TuS Haren	Löningen	28.06.
---------	------------------	----------------	----------	--------

1:53:05	Siepkker, Gerhard	1952 SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
---------	-------------------	------------------------------	--------------	--------

Marathon

Bestl. 2013: 2:59:35 Grabowsky, Klaus-Dieter 1953 -- SC Spelle-Venhaus

3:28:43	Frohoff-Hülsmann, Ludwig	1951 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	--------------------------	--------------------------	--------	--------

3:56:13	Fels, Manfred	1954 Lauffreunde Emsland	Münster	14.09.
---------	---------------	--------------------------	---------	--------

4:11:43	Over, Gerhard	1953 TV Meppen	Enschede/NED	27.04.
---------	---------------	----------------	--------------	--------

4:13:50	Veltrup, Hermann	1951 TuS Haren	Berlin	28.09.
---------	------------------	----------------	--------	--------

4:17:44	Schwake, Bernhard	1953 SV Lengerich-Handrup	Berlin	28.09.
---------	-------------------	---------------------------	--------	--------

4:27:06	Siepkker, Gerhard	1952 SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
---------	-------------------	------------------------------	--------	--------

4:51:43	Mäsker, Heiner	1954 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	----------------	--------------------------	--------	--------

5:37:35	Kuper, Hans	1954 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	-------------	--------------------------	--------	--------

5:56:28	Hetmank, Günter	1952 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	-----------------	--------------------------	--------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,97 Leopold, Heinz 1953 -- VfL Lingen

4,15	Leopold, Heinz	1953 VfL Lingen	Lingen	03.07.
------	----------------	-----------------	--------	--------

Senioren M65

3000 m Lauf

12:48,5	Ortwig, Klaus	1947 TV Meppen	Lingen	29.04.
---------	---------------	----------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 45:10 Schmidt, Karl-Heinz 1945 -- VfL Lingen

44:52	Ortwig, Klaus	1947 TV Meppen	Norden	26.04.
-------	---------------	----------------	--------	--------

45:36	Schmidt, Karl-Heinz	1945 VfL Lingen	Spelle	15.08.
-------	---------------------	-----------------	--------	--------

50:51	Kingal, Rolf	1947 SC Spelle-Venhaus	Emlichheim	06.06.
-------	--------------	------------------------	------------	--------

56:22	Lösche, Werner	1946 Lauffreunde Emsland	Oldenburg	19.10.
-------	----------------	--------------------------	-----------	--------

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:55:01 Gossert, Dieter 1948 -- Lauffreunde Emsland

1:51:08	Kingal, Rolf	1947 SC Spelle-Venhaus	Emsdetten	09.05.
---------	--------------	------------------------	-----------	--------

Marathon

Bestl. 2013: 4:23:05 Bahlmann, Wilhelm 1945 -- Lauffreunde Emsland

4:32:47	Gossert, Dieter	1948 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	-----------------	--------------------------	--------	--------

4:55:14	Krage, Hermann	1948 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	----------------	--------------------------	--------	--------

Kugelstoß 5 kg

8,99	Jüttner, Wolfram	1948 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
------	------------------	------------------	-------------	--------

7,23	Meiners, Bernhard	1947 DJK GW Spahnharrenstätte	Meppen	27.04.
------	-------------------	-------------------------------	--------	--------

Diskuswurf 1 kg

21,32	Jüttner, Wolfram	1948 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
-------	------------------	------------------	-------------	--------

19,85	Meiners, Bernhard	1947 DJK GW Spahnharrenstätte	Meppen	27.04.
-------	-------------------	-------------------------------	--------	--------

Speerwurf 600 g

Bestl. 2013: 30,93 Meiners, Bernhard 1947 -- DJK GW Spahnharrenstätte

24,97	Meiners, Bernhard	1947 DJK GW Spahnharrenstätte	Meppen	27.04.
-------	-------------------	-------------------------------	--------	--------

22,56	Jüttner, Wolfram	1948 SV Bawinkel	Groß Hesepe	11.10.
-------	------------------	------------------	-------------	--------

Gewicht

7,78	Meiners, Bernhard	1947 DJK GW Spahnharrenstätte	Meppen	27.04.
------	-------------------	-------------------------------	--------	--------

Wurf-Fünfkampf

Hammer (5kg)-Kugel (5kg)-Diskus (1kg)-Speer (600g)-Gewicht (9.08kg)

1.611	Meiners, Bernhard	1947 DJK GW Spahnharrenstätte	Meppen	27.04.
-------	-------------------	-------------------------------	--------	--------

o.g.V.-7,23-19,85-24,97-7,78

Senioren M70

800 m Lauf

3:13,51	Remling, Dr. Ludwig	1942 VfL Lingen	Papenburg	18.05.
---------	---------------------	-----------------	-----------	--------

1500 m Lauf

6:39,31	Remling, Dr. Ludwig	1942 VfL Lingen	Celle	15.06.
---------	---------------------	-----------------	-------	--------

5000 m Lauf

25:07,52	Remling, Dr. Ludwig	1942 VfL Lingen	Osnabrück	11.05.
----------	---------------------	-----------------	-----------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 50,48 Remling, Dr. Ludwig 1942 -- VfL Lingen

51:04	Remling, Dr. Ludwig	1942	VfL Lingen	Lingen	30.03.
53:54	Kamphuis, Horst	1944	VfL Lingen	Lingen	24.05.
54:23	Schlüter, Udo	1944	SV Alemannia Salzbergen	Haselünne	09.05.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013: 9,52 Kuhnke, Gerd 1942 -- TV Rütenbrock

9,74	Kuhnke, Gerd	1942	TV Rütenbrock	Papenburg	18.05.
7,73	Remling, Dr. Ludwig	1942	VfL Lingen	Lingen	06.09.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013: 28,70 Kuhnke, Gerd 1942 -- TV Rütenbrock

27,30	Kuhnke, Gerd	1942	TV Rütenbrock	Papenburg	18.05.
-------	--------------	------	---------------	-----------	--------

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2013: 27,06 Kuhnke, Gerd 1942 -- TV Rütenbrock

27,08	Kuhnke, Gerd	1942	TV Rütenbrock	Celle	14.06.
-------	--------------	------	---------------	-------	--------

Speerwurf 500 g

Bestl. 2013: 19,75 Remling, Dr. Ludwig 1942 -- VfL Lingen

20,46	Kuhnke, Gerd	1942	TV Rütenbrock	Hannover-Herrenhausen	10.05.
19,26	Remling, Dr. Ludwig	1942	VfL Lingen	Lingen	06.09.

Gewicht

Bestl. 2013: 10,13 Kuhnke, Gerd 1942 -- TV Rütenbrock

10,50	Kuhnke, Gerd	1942	TV Rütenbrock	Hannover-Herrenhausen	10.05.
-------	--------------	------	---------------	-----------------------	--------

Wurf-Fünfkampf

Hammer (4kg)-Kugel (4kg)-Diskus (1kg)-Speer (500g)-Gewicht (7.26kg)

Bestl. 2013: 2.623 Kuhnke, Gerd 1942 -- TV Rütenbrock

2.609	Kuhnke, Gerd	1942	TV Rütenbrock	Hannover-Herrenhausen	10.05.
26,89-9,18-26,24-20,46-10,50					

Senioren M75

100 m Lauf

Bestl. 2013: 16,71 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

16,97	+0,0 Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Meppen	20.07.
-------	------------------------	------	------------	--------	--------

200 m Lauf

Bestl. 2013: 35,32 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

36,47	-0,7 Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Celle	14.06.
-------	------------------------	------	------------	-------	--------

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,23 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

1,23	Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Celle	14.06.
------	-------------------	------	------------	-------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,85 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

3,82	+0,0 Schneider, Martin	1937	VfL Lingen	Meppen	20.07.
------	------------------------	------	------------	--------	--------

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013: 9,78 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

9,35 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Meppen 27.04.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013: 29,54 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

30,29 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Hannover-Herrenhausen 10.05.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2013: 29,41 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

29,82 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Celle 14.06.

Speerwurf 500 g

Bestl. 2013: 21,18 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

20,25 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Hannover-Herrenhausen 10.05.

Gewicht

Bestl. 2013: 12,23 Schneider, Martin 1937 -- VfL Lingen

10,90 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Hannover-Herrenhausen 10.05.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)

2.038 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Meppen 20.07.
16,97(+0,0)-3,82(+0,0)-9,29

Wurf-Fünfkampf

Hammer (4kg)-Kugel (4kg)-Diskus (1kg)-Speer (500g)-Gewicht (7.26kg)

3.186 Schneider, Martin 1937 VfL Lingen Hannover-Herrenhausen 10.05.
29,14-9,26-30,29-20,25-10,90

Senioren M80

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013: 5,99 Vössing, Manfred 1932 -- VfL Lingen

6,55 Vössing, Manfred 1932 VfL Lingen Meppen 14.09.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013: 19,31 Vössing, Manfred 1932 -- VfL Lingen

18,90 Vössing, Manfred 1932 VfL Lingen Lingen 06.09.

Hammerwurf 3 kg

Bestl. 2013: 18,90 Vössing, Manfred 1932 -- VfL Lingen

22,74 Vössing, Manfred 1932 VfL Lingen Lingen 06.09.

Speerwurf 400 g

Bestl. 2013: 20,44 Vössing, Manfred 1932 -- VfL Lingen

18,31 Vössing, Manfred 1932 VfL Lingen Lingen 06.09.

Gewicht

Bestl. 2013: 8,18 Vössing, Manfred 1932 -- VfL Lingen

5,63 Vössing, Manfred 1932 VfL Lingen Meppen 14.09.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (3kg)-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)-Speer (400g)-Gewicht (5.45kg)

Bestl. 2013: 2.197 Vössing, Manfred 1932 -- VfL Lingen

2.127	Vössing, Manfred 18,77-6,55-17,97-18,06-5,63	1932 VfL Lingen	Meppen	14.09.
-------	---	-----------------	--------	--------

Kinder W11

50 m Lauf

Bestl. 2013: 7,4 Greiving, Eva 2002 -- VfL Lingen

7,68	Teiken, Lana	2003 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
7,6	Eder, Charlotte	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
7,6	Frewer, Wiebke	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
7,86	Reimann, Jennifer	2003 LG Emstal Dörpen	Papenburg	20.09.
8,04	Weßling, Jelka	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
8,12	Heymann, Nele	2003 TuS Haren	Papenburg	20.09.
8,14	Fennen, Judith	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
7,9	Todt, Julia	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
8,16	Leigers, Imke	2003 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
8,21	Lögering, Sophie	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
8,0	Kamlage, Linn	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
8,33	Böttcher, Anna	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
8,1	Triphaus, Franziska	2003 SV Bawinkel	Lingen	24.07.
8,38	Jüngerink, Eva	2003 SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
8,39	Menke, Alexandra	2003 SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
8,41	Lücht, Merle	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
8,42	Einspanier, Melanie	2003 TV Rütenbrock	Lingen	13.07.
8,43	Mödden, Judith	2003 SuS Rhede	Papenburg	12.07.
8,2	Schnitker, Hannah	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
8,2	Kartzinski, Viola	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
8,2	Feldmann, Judith	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:36,14 Greiving, Eva 2002 -- VfL Lingen

2:38,04	Heymann, Nele	2003 TuS Haren	Papenburg	20.09.
2:43,66	Eder, Charlotte	2003 VfL Lingen	Meppen	12.06.
2:45,45	Schute, Marit	2003 LAV Meppen	Rheine	03.05.
2:51,50	Böttcher, Anna	2003 VfL Lingen	Papenburg	20.09.
2:51,55	Leigers, Imke	2003 SV Union Meppen	Dörpen	28.09.
2:57,6	Kettler, Mia	2003 VfL Lingen	Lingen	03.06.
2:58,84	Lögering, Sophie	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:01,89	Teiken, Lana	2003 SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:01,96	Fennen, Judith	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:04,92	Sur, Charlotte	2003 LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:05,22	Hessel, Selma	2003 SV Union Meppen	Dörpen	28.09.
3:05,57	Niehoff, Mia	2003 SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:06,26	Kartzinski, Viola	2003 SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:06,93	Feldmann, Judith	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:08,52	Schiwietz, Noemi	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:10,09	Lücht, Merle	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:12,08	Brüning, Merle	2003 SC Spelle-Venhaus	Rheine	03.05.
3:14,79	Esders, Thea	2003 SV DJK Geeste	Meppen	06.06.
3:17,23	Menke, Alexandra	2003 SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:17,38	Reimann, Jennifer	2003 LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.

5 km Str.

Bestl. 2013: 22:51 Greiving, Eva 2002 -- VfL Lingen

22:55	Schute, Marit	2003 LAV Meppen	Haren	25.07.
24:41	Kettler, Mia	2003 VfL Lingen	Lingen	29.04.

60 m Hürden

13,10	Todt, Julia	2003 SV Union Meppen	Dörpen	29.08.
13,57	Hessel, Selma	2003 SV Union Meppen	Dörpen	29.08.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,32 Lobert, Maike 2002 -- SV Union Meppen

1,25	Teiken, Lana	2003 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
1,24	Todt, Julia	2003 SV Union Meppen	Werlte	17.05.
1,20	Eder, Charlotte	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1,20	Sur, Charlotte	2003 LAV Meppen	Dörpen	28.09.
1,19	Leigers, Imke	2003 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
1,18	Esders, Thea	2003 SV DJK Geeste	Meppen	01.06.
1,16	Jüngerink, Eva	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
1,16	Fennen, Judith	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
1,13	Niehoff, Mia	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
1,13	Reimann, Jennifer	2003 LG Emstal Dörpen	Papenburg	20.09.
1,12	Brüning, Merle	2003 SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1,12	Triphaus, Franziska	2003 SV Bawinkel	Lingen	24.07.
1,12	Schiewitz, Noemi	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1,08	Sanders, Christina	2003 DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg	12.07.
1,08	Vesper, Anneke	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1,08	Lücht, Merle	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1,08	Schnitker, Hannah	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1,08	Kartzinski, Viola	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1,06	Augustin, Amelie	2003 SV DJK Geeste	Meppen	01.06.
1,05	Terveer, Pia-Marie	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,34 Greiving, Eva 2002 -- VfL Lingen

4,39	Teiken, Lana	2003 SV Union Meppen	Lingen	30.09.
4,36	Eder, Charlotte	2003 VfL Lingen	Lingen	03.06.
4,08	Frewer, Wiebke	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
4,05	Weßling, Jelka	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
4,03	Reimann, Jennifer	2003 LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
3,97	Todt, Julia	2003 SV Union Meppen	Lingen	30.09.
3,95	Heymann, Nele	2003 TuS Haren	Lingen	13.07.
3,93	Sur, Charlotte	2003 LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,80	Leigers, Imke	2003 SV Union Meppen	Meppen	01.06.
3,80	Mödden, Judith	2003 SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,79	Lögering, Sophie	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
3,78	Böttcher, Anna	2003 VfL Lingen	Lingen	30.09.
3,76	Hessel, Selma	2003 SV Union Meppen	Lingen	30.09.
3,73	Lücht, Merle	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
3,73	Schnitker, Hannah	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,69	Menke, Alexandra	2003 SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
3,63	Feldmann, Judith	2003 VfL Lingen	Lingen	03.06.
3,62	Holthaus, Emma	2003 SuS Rhede	Dörpen	03.07.
3,62	Jüngerink, Eva	2003 SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
3,61	Sailer, Maira	2003 LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,61	Triphaus, Franziska	2003 SV Bawinkel	Lingen	30.09.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 37,00 Hagen, Melina 2002 -- TuS Haren

44,50	Teiken, Lana	2003	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
42,50	Todt, Julia	2003	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
31,50	Lücht, Merle	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
29,00	Sanders, Christina	2003	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
29,00	Fennen, Judith	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
29,00	Niehoff, Mia	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
29,00	Jüngerink, Eva	2003	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
28,50	Kettler, Mia	2003	VfL Lingen	Lingen	30.09.
28,00	Finke, Hannah	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
27,00	Vesper, Anneke	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
26,50	Pötker, Isabell	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
26,00	Triphaus, Franziska	2003	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
26,00	Hessel, Selma	2003	SV Union Meppen	Lingen	30.09.
25,50	Niermann, Marie	2003	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
25,50	Einspanier, Melanie	2003	TV Rütenbrock	Lingen	13.07.
25,00	Reimann, Jennifer	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
24,50	Seiler, Maira	2003	LAV Meppen	Lingen	13.07.
24,50	Lampe, Janna	2003	LAV Meppen	Lingen	13.07.
24,50	Esders, Thea	2003	SV DJK Geeste	Lingen	13.07.
24,50	Eder, Charlotte	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 1.309 Greiving, Eva 2002 -- VfL Lingen

1.404	Teiken, Lana 7,91-4,39-43,00	2003	SV Union Meppen	Lingen	30.09.
1.311	Todt, Julia 7,9-3,87-42,50	2003	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.215	Eder, Charlotte 7,6-4,28-24,50	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.181	Frewer, Wiebke 7,6-4,08-23,50	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.157	Reimann, Jennifer 7,93-3,83-25,00	2003	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
1.133	Fennen, Judith 8,14-3,49-29,00	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.128	Heymann, Nele 8,15-3,95-23,50	2003	TuS Haren	Lingen	13.07.
1.107	Lücht, Merle 8,41-3,73-26,50	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.097	Wefßling, Jelka 8,12-4,01-20,00	2003	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
1.075	Jüngerink, Eva 8,38-3,37-27,50	2003	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
1.073	Sanders, Christina 8,62-3,42-29,00	2003	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
1.071	Niehoff, Mia 8,63-3,54-27,50	2003	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.070	Böttcher, Anna 8,33-3,78-22,00	2003	VfL Lingen	Lingen	30.09.
1.070	Triphaus, Franziska 8,1-3,43-26,00	2003	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
1.059	Hessel, Selma 8,86-3,76-26,00	2003	SV Union Meppen	Lingen	30.09.
1.058	Mödden, Judith 8,58-3,80-23,00	2003	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
1.056	Kettler, Mia 8,5-3,51-27,50	2003	VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.052	Leigers, Imke 8,1-3,60-22,50	2003	SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.051	Einspanier, Melanie	2003	TV Rütenbrock	Lingen	13.07.

1.045	8,42-3,38-25,50 Vesper, Anneke 8,68-3,41-27,00	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
-------	--	------------------------------	--------	--------

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

	Bestl. 2013:	1.513	Greiving, Eva 2002 -- VfL Lingen	
1.730	Teiken, Lana 7,6-4,07-1,24-44,50	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.653	Todt, Julia 7,9-3,87-1,24-42,50	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.530	Eder, Charlotte 7,6-4,28-1,20-24,50	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.338	Lücht, Merle 8,42-3,59-1,08-28,00	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.332	Niehoff, Mia 8,63-3,54-1,12-27,50	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.331	Triphaus, Franziska 8,1-3,43-1,12-26,00	2003 SV Bawinkel	Lingen	24.07.
1.303	Jüngerink, Eva 8,55-3,42-1,12-25,50	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.301	Reimann, Jennifer 7,93-3,87-0,96-24,50	2003 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.289	Brüning, Merle 8,3-3,53-1,12-23,00	2003 SC Spelle-Venhaus	Lingen	24.07.
1.260	Kettler, Mia 8,5-3,51-1,04-27,50	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.259	Sanders, Christina 8,72-3,26-1,08-27,50	2003 DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg	12.07.
1.250	Mödden, Judith 8,43-3,73-1,04-21,50	2003 SuS Rhede	Papenburg	12.07.
1.234	Vesper, Anneke 8,81-3,27-1,08-26,00	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.227	Leigers, Imke 8,1-3,60-1,00-22,50	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.205	Schnitker, Hannah 8,2-3,73-1,08-16,00	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.202	Feldmann, Judith 8,2-3,51-1,04-20,00	2003 VfL Lingen	Lingen	24.07.
1.193	Menke, Alexandra 8,52-3,31-1,04-22,00	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.182	Kartzinski, Viola 8,2-3,34-1,08-18,00	2003 SV Union Meppen	Lingen	24.07.
1.169	Terveer, Pia Marie 8,78-3,42-1,04-21,00	2003 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.169	Finke, Hannah 8,60-3,37-0,96-25,00	2003 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.

Kinder W10

50 m Lauf

	Bestl. 2013:	7,97	Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen	
7,9	Koopmann, Merle	2004 VfL Lingen	Lingen	03.06.
8,16	Kuhr, Grete	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
8,40	Albers, Lore	2004 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
8,41	Haring, Leona	2004 SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
8,46	Albers, Elisa	2004 DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg	12.07.
8,52	Kollmitz, Inga	2004 SV Germania Twist	Lingen	13.07.
8,55	Korolenko, Alica	2004 SC Osterbrock	Lingen	13.07.
8,56	Müller, Liza-Marie	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
8,65	Leis, Meike	2004 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
8,72	Hanekamp, Ina	2004 SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
8,78	Bleumer, Judith	2004 SC Osterbrock	Lingen	30.09.

8,79	Böckermann, Maja	2004	SV Union Meppen	Meppen	01.06.
8,82	Plock, Emma	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
8,84	Klafß, Anna	2004	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
8,85	Blaauw, Fiona	2004	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
8,87	Stüver, Anke	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
8,87	Holtmann, Mia	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
8,88	Lissner, Emily	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
8,89	Brak, Christina	2004	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
8,91	Brinkmann, Anne	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 2:55,8 Kettler, Mia 2003 -- VfL Lingen

2:52,68	Albers, Elisa	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg	20.09.
3:01,00	Hanekamp, Ina	2004	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
3:02,09	Haring, Leona	2004	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
3:06,8	Koopmann, Merle	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3:07,91	Grever, Paula	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
3:08,14	Stüver, Anke	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Werlte	02.05.
3:12,04	Müller, Liza-Marie	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:15,29	Theisling, Leonie	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
3:16,40	Martens, Paula	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
3:18,32	Korolenko, Alica	2004	SC Osterbrock	Meppen	06.06.
3:18,79	Bentlage, Lea	2004	TV Rütenbrock	Meppen	06.06.
3:21,1	Heetlage, Anna	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3:23,02	von Hagen, Emma	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:23,30	Kollmitz, Inga	2004	SV Germania Twist	Lingen	30.09.
3:23,87	Grüger, Esther	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
3:28,85	Klapperich, Klara	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
3:29,26	Lübbbers, Marie	2004	TuS Haren	Meppen	06.06.
3:31,26	Steffens, Wiebke	2004	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:31,50	Bayer, Jule	2004	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:32,88	Deters, Caroline	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Werlte	02.05.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,25 Kettler, Mia 2003 -- VfL Lingen

1,32	Kuhr, Grete	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1,12	Albers, Lore	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
1,10	Hanekamp, Ina	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
1,08	Plock, Emma	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
1,08	Müller, Liza-Marie	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
1,08	Leis, Meike	2004	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
1,08	Brümmer, Lara	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
1,04	Haring, Leona	2004	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
1,04	Albers, Elisa	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg	12.07.
1,03	Korolenko, Alica	2004	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
1,00	von Hagen, Emma	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
1,00	Liesen, Emily	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1,00	Brinkmann, Anne	2004	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
0,96	Boven, Nora	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
0,96	Holtmann, Mia	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
0,95	Bleumer, Judith	2004	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
0,95	Kollmitz, Inga	2004	SV Germania Twist	Meppen	01.06.
0,92	Brak, Christina	2004	SuS Rhede	Papenburg	12.07.
0,80	Klitschke, Carmen	2004	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.

Weitsprung

Bestl. 2013: 4,06 Eder, Charlotte 2003 -- VfL Lingen

4,00	Koopmann, Merle	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3,93	Kuhr, Grete	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
3,65	Korolenko, Alica	2004	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
3,54	Haring, Leona	2004	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.

3,53	Müller, Liza-Marie	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
3,46	Bleumer, Judith	2004	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
3,45	Albers, Elisa	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
3,41	Hanekamp, Ina	2004	SV Sparta Werlte	Dörpen	28.09.
3,39	Lissner, Emily	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,36	Kollmitz, Inga	2004	SV Germania Twist	Lingen	30.09.
3,32	Albers, Lore	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,32	Plock, Emma	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	20.09.
3,30	Leis, Meike	2004	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
3,26	Speller, Lynn	2004	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
3,25	Böckermann, Maja	2004	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
3,18	Brümmer, Lara	2004	LAV Meppen	Dörpen	28.09.
3,13	Stüver, Anke	2004	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
3,12	Grüger, Esther	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
3,10	Martens, Paula	2004	LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,09	Lilli, Rave	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 38,50 Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen

34,50	Plock, Emma	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
32,00	Albers, Lore	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	28.09.
22,50	Hanekamp, Ina	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
22,50	Kollmitz, Inga	2004	SV Germania Twist	Groß Hesepe	11.10.
22,00	Caffier, Mara	2004	LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
20,50	Bleumer, Judith	2004	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
20,50	Beel, Anna	2004	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
20,00	Martens, Paula	2004	LAV Meppen	Meppen	01.06.
19,50	Lissner, Emily	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
19,00	Müller, Liza-Marie	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
19,00	Augustin, Anna-Lena	2004	LAV Meppen	Meppen	01.06.
19,00	von Hagen, Emma	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	28.09.
19,00	Korolenko, Alica	2004	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
18,50	Klaß, Anna	2004	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
18,00	Haring, Leona	2004	SV Sparta Werlte	Werlte	17.05.
18,00	Heetlage, Anna	2004	VfL Lingen	Lingen	03.06.
18,00	Franzen, Lisa	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
18,00	Böckermann, Maja	2004	SV Union Meppen	Lingen	13.07.
18,00	Grüger, Esther	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	20.09.
18,00	Kruse, Alina	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
18,00	Brinkmann, Anne	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 1.279 Teiken, Lana 2003 -- SV Union Meppen

1.083	Albers, Lore 8,40-3,32-29,00	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
1.054	Plock, Emma 8,94-3,21-33,00	2004	LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.011	Kuhr, Grete 8,16-3,62-17,50	2004	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
973	Korolenko, Alica 8,74-3,65-19,00	2004	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
971	Kollmitz, Inga 8,77-3,36-22,00	2004	SV Germania Twist	Lingen	30.09.
950	Hanekamp, Ina 8,87-3,23-22,50	2004	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
941	Haring, Leona 8,46-3,29-18,00	2004	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
932	Lissner, Emily 8,88-3,39-19,50	2004	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
925	Bleumer, Judith	2004	SC Osterbrock	Lingen	30.09.

895	8,78-3,46-17,50 Albers, Elisa 8,64-3,45-14,50	2004 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
892	Böckermann, Maja 8,89-3,25-18,00	2004 SV Union Meppen	Lingen	13.07.
880	Klaß, Anna 8,84-3,07-18,50	2004 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
861	Brak, Christina 8,89-3,06-17,50	2004 SuS Rhede	Dörpen	03.07.
834	Leis, Meike 8,65-3,30-12,00	2004 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
833	Franzen, Lisa 9,22-3,04-18,00	2004 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
830	von Hagen, Emma 9,20-2,95-18,50	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
827	Speller, Lynn 9,08-3,26-14,50	2004 SV Union Meppen	Lingen	13.07.
810	Martens, Paula 9,10-2,89-17,00	2004 LAV Meppen	Lingen	13.07.
807	Deters, Caroline 9,28-3,03-16,50	2004 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
798	Beel, Anna 9,90-2,95-20,50	2004 SV Bawinkel	Lingen	30.09.

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

	Bestl. 2013:	1.263	Reimann, Jennifer 2003 -- LG Emstal Dörpen	
1.405	Kuhr, Grete 8,16-3,62-1,32-17,50	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
1.269	Albers, Lore 8,59-3,12-1,08-29,00	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.258	Plock, Emma 8,94-3,21-1,04-33,00	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
1.183	Hanekamp, Ina 8,87-3,23-1,08-22,50	2004 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
1.082	Albers, Elisa 8,46-3,31-1,04-13,50	2004 DJK GW Spahnharrenstätte	Papenburg	12.07.
975	von Hagen, Emma 9,20-2,95-0,96-18,50	2004 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
936	Brak, Christina 8,97-2,93-0,92-16,50	2004 SuS Rhede	Papenburg	12.07.
922	Brinkmann, Anne 8,91-2,90-0,96-13,50	2004 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
782	Boven, Nora 10,57-2,65-0,96-15,50	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
765	Grüger, Esther 9,61-2,93-o.g.V.-16,50	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
747	Leis, Meike 8,70-o.g.V.-1,08-14,00	2004 SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
727	Wessels, Franziska 9,45-2,63-o.g.V.-16,00	2004 SuS Rhede	Papenburg	12.07.
713	Liesen, Emily 10,88-2,42-1,00-12,50	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.
707	Caffier, Mara 10,21-2,45-o.g.V.-21,00	2004 LG Emstal Dörpen	Papenburg	12.07.

Weibliche Kinder U10

4 x 50 m Staffel

	Bestl. 2013:	34,54	LG Papenburg/Aschendorf	
32,79	LG Papenburg/Aschendorf II Kuhlmann, Lina (2006); Terveer, Anna (2005); Kuhr, Ann-Kathrin (2005); Evering, Hannah (2005)		Papenburg	20.09.
34,9	SV Union Meppen I Wilms, Marie Fee (2005); Germing, Jette Marit (2006); Strothmann, Mia (2005); Funke, Johanna (2006)		Lingen	09.07.

35,76	SC Osterbrock Spies, Lotta (2005); Korolenko, Victoria (2006); Merkers, Alina (2006); Dana, Alteviers (2006)	Meppen	06.06.
36,15	SV Union Meppen II Schulte, Elisa (2005); Masch, Franziska (2005); Otten, Sarah (2005); Grote, Leonie (2005)	Meppen	06.06.
36,35	LAV Meppen I Kirchkesner, Kristina (2006); Brümmer, Lotta (2006); Yaygan, Felek (2005); Bernsen, Rieke (2005)	Meppen	06.06.
38,15	LG Papenburg/Aschendorf I Gurda, Malgorzata (2006); Gurda, Katarzyna (2006); Harms, Finja (2006); Goldenstein, Lotte (2006)	Papenburg	20.09.
38,20	LG Emstal Dörpen Schade, Maya (2006); Gerdes, Alina (2005); Sievers, Marie (2005); Springfield, Jasmin (2006)	Papenburg	20.09.
38,49	TV Rütenbrock Schütte, Paula (2005); Rüther, Lara (2005); Sasu-Adarkwa, Megestner (2005); Wulfekuhl, Carla (2006)	Meppen	06.06.
38,56	SV Sparta Werlte I Friedemann, Nike (2005); von Garrel, Sophie (2005); Cording, Emily (2006); Kaczmarek, Johanna (2006)	Werlte	17.05.
39,10	LG Papenburg/Aschendorf IV Evering, Paula (2007); Klapperich, Charlotte (2007); Mensler, Hanna (2005); Engelberts, Mirja (2006)	Papenburg	20.09.
41,04	SV Sigiltra Sögel Manns, Daniela (2007); Tholen, Meike (2007); Strauch, Fenja (2007); Tholen, Sonja (2007)	Papenburg	20.09.
42,38	SV Union Meppen III Lakeberg, Marie (2007); Klafki, Leonie (2007); Heumann, Jette (2007); Herbers, Melina (2007)	Meppen	06.06.
43,15	LAV Meppen II Konen, Wiebke (2008); Martens, Frida (2007); Martens, Carla (2007); Schute, Teresa (2007)	Meppen	06.06.
43,25	SV Sparta Werlte III Stammermann, Verena (2006); Grönheim, Heidi (2006); Krone, Judith (2006); Hanneken, Nele (2006)	Werlte	17.05.

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2013: 10:05,35 DJK GW Spahnharrenstätte

10:05,1	SV Union Meppen Wilms, Marie Fee (2005); Germing, Jette Marit (2006); Funke, Johanna (2006)	Lingen	09.07.
10:15,38	LG Papenburg/Aschendorf Machatsch, Svea (2005); Goldenstein, Lotte (2006); Kuhlmann, Lina (2006)	Dörpen	13.06.
10:33,08	SV Sparta Werlte II Friedemann, Nike (2005); Kaczmarek, Johanna (2006); Kuper, Charlotte (2007)	Dörpen	13.06.
10:37,79	DJK GW Spahnharrenstätte II Dopp, Charlotte (2006); Hermann-Többenotke, Emilie (2005); Steenken, Johanna (2005)	Dörpen	13.06.
10:41,3	LAV Meppen Einspanier, Fenja (2007); Keuter, Josefine (2005); Bernsen, Rieke (2005)	Lingen	09.07.
10:41,84	DJK GW Spahnharrenstätte I Korten, Hannah (2006); Eilermann, Ina (2006); Krüger, Sina (2005)	Dörpen	13.06.
10:47,40	TuS Haren Steffens, Luka (2006); Held, Sophia (2005); Achter, Luisa (2006)	Dörpen	13.06.
11:43,59	SV Sparta Werlte I Fortwengel, Lena (2006); Röwe, Caroline (2006); Hanneken, Nele (2006)	Dörpen	13.06.

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2013: 4.192 LG Papenburg/Aschendorf

4.286	LG Papenburg/Aschendorf I Evering, Hannah (2005) - 960; Kuhr, Ann-Kathrin (2005) - 922; Terveer, Anna (2005) - 815 Kuhlmann, Lina (2006) - 807; Harms, Finja (2006) - 782	Papenburg	20.09.
4.050	LG Emstal Dörpen Springfield, Jasmin (2006) - 888; Gerdes, Alina (2005) - 862; Wiegmann, Insa (2005) - 816 Gels, Hannah (2005) - 768; Sievers, Marie (2005) - 716	Dörpen	03.07.
4.026	LAV Meppen I Bernsen, Rieke (2005) - 964; Kirchkesner, Kristina (2006) - 807; Keuter, Josefine (2005) - 761 Wüstefeld, Ella (2005) - 753; Yaygan, Felek (2005) - 741	Meppen	13.07.
4.008	DJK GW Spahnharrenstätte Krüger, Sina (2005) - 960; Hermann-Többenotke, Emelie (2005) - 828; Steenken, Johanna (2005) - 806 Dopp, Charlotte (2006) - 762; Korten, Hannah (2006) - 652	Dörpen	03.07.
3.970	SV Union Meppen Wilms, Maia Fee (2005) - 859; Otten, Sarah (2005) - 806; Germing, Jette Marit (2006) - 793 Hugenberg, Luisa (2006) - 761; Strothmann, Mia (2005) - 751	Meppen	13.07.
3.752	SV Sparta Werlte Friedemann, Nike (2005) - 892; Kuper, Charlotte (2007) - 759; von Garrel, Sophie (2005) - 725 Grönheim, Heidi (2006) - 693; Kaczmarek, Johanna (2006) - 683	Papenburg	12.07.
3.728	SV Bawinkel Reicksmann, Lena (2005) - 989; Kraemer, Emily (2005) - 859; Zumbeel, Finja (2006) - 738 Gövert, Lara (2005) - 620; Keuter, Charlotte (2006) - 522	Lingen	24.07.

3.572	SC Osterbrock I Drees, Catharina (2005) - 782; Korolenko, Victoria (2006) - 750; Altevers, Dana (2006) - 746 Penning, Patricia (2006) - 673; Hennekes, Lena (2006) - 621	Meppen	06.06.
3.413	LG Papenburg/Aschendorf II Gurda, Katarzyna (2006) - 754; Mensler, Hanna (2005) - 703; Klapperich, Charlotte (2007) - 666 Goldenstein, Lotte (2006) - 655; Engelberts, Mirja (2006) - 635	Papenburg	20.09.
3.312	SV Sigiltra Sögel Santel, Emma (2005) - 919; Steinbild, Pauline (2005) - 696; Strauch, Fenja (2007) - 599 Lippert, Paula (2005) - 565; Manns, Daniela (2007) - 533	Papenburg	20.09.
3.155	TuS Haren Speller, Mia (2005) - 765; Greve, Emma (2006) - 659; Wessels, Gesa (2005) - 582 Steffens, Luka (2006) - 577; Held, Sophia (2005) - 572	Meppen	13.07.
2.928	LAV Meppen II Brümmer, Lotta (2006) - 730; Nilius, Rike (2005) - 641; Imhoff, Finja (2006) - 587 Wedel, Isabel (2005) - 553; Tangen, Mara (2006) - 417	Meppen	13.07.
2.790	LG Papenburg/Aschendorf III Kube, Maja (2008) - 623; Gurda, Malgorzata (2006) - 605; Müller, Zoe (2006) - 590 Nehe, Hannah (2007) - 486; Evering, Paula (2007) - 486	Papenburg	20.09.

Kinder W09

50 m Lauf

	Bestl. 2013:	7,9	Koopmann, Merle 2004 -- VfL Lingen		
8,32	Evering, Hannah	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
8,48	Kuhr, Ann-Kathrin	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
8,50	Santel, Emma	2005	SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
8,54	Bernsen, Rieke	2005	LAV Meppen	Meppen	13.07.
8,73	Friedemann, Nike	2005	SV Sparta Werlte	Dörpen	03.07.
8,82	Machatsch, Svea	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
8,6	Reicksmann, Lena	2005	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
8,84	Speller, Mia	2005	TuS Haren	Papenburg	20.09.
8,85	Wilms, Maia Fee	2005	SV Union Meppen	Meppen	13.07.
8,89	Gels, Hannah	2005	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
8,92	Otten, Sarah	2005	SV Union Meppen	Meppen	13.07.
8,92	Terveer, Anna	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
8,7	Eder, Annalena	2005	VfL Lingen	Lingen	24.07.
8,99	Walker, Talia	2005	SV Neubörger	Dörpen	03.07.
9,02	Rüther, Lara	2005	TV Rütenbrock	Meppen	01.06.
9,04	Schmees, Paula	2005	SV Germania Twist	Meppen	13.07.
8,8	Kraemer, Emily	2005	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
9,11	Schnieders, Nele	2005	LAV Meppen	Meppen	01.06.
9,11	Hermann-Töbenotke, Emelie	2005	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
9,12	Gerdas, Alina	2005	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.

800 m Lauf

	Bestl. 2013:	3:00,84	Abers, Elisa 2004 -- DJK GW Spahnharrenstätte		
3:07,83	Speller, Mia	2005	TuS Haren	Papenburg	20.09.
3:14,01	Brockhaus, Sina	2005	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:16,20	Spies, Lotta	2005	SC Osterbrock	Meppen	06.06.
3:16,7	Eder, Annalena	2005	VfL Lingen	Lingen	03.06.
3:18,86	Wilms, Marie Fee	2005	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:22,37	Yaygan, Felek	2005	LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:23,17	Santel, Emma	2005	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	20.09.
3:24,80	Reicksmann, Lena	2005	SV Bawinkel	Lingen	30.09.
3:25,44	Krüger, Sina	2005	DJK GW Spahnharrenstätte	Werlte	02.05.
3:29,81	Bernsen, Rieke	2005	LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:32,29	Machatsch, Svea	2005	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:32,51	Schmees, Paula	2005	SV Germania Twist	Meppen	06.06.
3:37,84	Niemeyer, Celine	2005	SV DJK Geeste	Meppen	06.06.
3:39,08	Strothmann, Mia	2005	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:40,75	Schulte, Elisa	2005	SV Union Meppen	Meppen	06.06.

3:41,06	Kraemer, Emily	2005 SV Bawinkel	Lingen	30.09.
3:42,93	Steinbild, Pauline	2005 SV Sigiltra Sögel	Werlte	02.05.
3:45,70	Lemcke, Svenja	2005 LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:46,49	Stresler, Katharina	2005 LG Emstal Dörpen	Werlte	02.05.
3:46,51	Rüther, Lara	2005 TV Rütenbrock	Meppen	06.06.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,20 Kuhr, Grete 2004 -- LG Papenburg/Aschendorf

1,16	Kuhr, Ann-Kathrin	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
------	-------------------	------------------------------	-----------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,91 Koopmann, Merle 2004 -- VfL Lingen

3,82	Kuhr, Ann-Kathrin	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3,70	Evering, Hannah	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
3,65	Reicksmann, Lena	2005 SV Bawinkel	Lingen	30.09.
3,62	Bernsen, Rieke	2005 LAV Meppen	Meppen	01.06.
3,60	Kraemer, Emily	2005 SV Bawinkel	Lingen	24.07.
3,40	Eder, Annalena	2005 VfL Lingen	Lingen	24.07.
3,40	Friedemann, Nike	2005 SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
3,36	Wiegmann, Insa	2005 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,34	Gerdas, Alina	2005 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,30	Walker, Talia	2005 SV Neubörger	Dörpen	03.07.

3,29	Machatsch, Svea	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
3,29	Terveer, Anna	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
3,24	Gels, Hannah	2005 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
3,24	Hermann-Töbenotke, Emelie	2005 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
3,22	Santel, Emma	2005 SV Sigiltra Sögel	Papenburg	20.09.
3,21	Schmees, Paula	2005 SV Germania Twist	Meppen	01.06.
3,20	Spies, Lotta	2005 SC Osterbrock	Meppen	01.06.
3,17	von Garrel, Sophie	2005 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
3,15	Steenken, Johanna	2005 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
3,14	Wilmes, Maia Fee	2005 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 31,00 Plock, Emma 2004 -- LG Emstal Dörpen

26,50	Reicksmann, Lena	2005 SV Bawinkel	Lingen	30.09.
24,00	Brockhaus, Sina	2005 VfL Lingen	Lingen	30.09.
23,50	Spies, Lotta	2005 SC Osterbrock	Meppen	01.06.
23,50	Bernsen, Rieke	2005 LAV Meppen	Meppen	13.07.
22,00	Schmees, Paula	2005 SV Germania Twist	Lingen	30.09.
21,00	Santel, Emma	2005 SV Sigiltra Sögel	Papenburg	20.09.
19,00	Strothmann, Mia	2005 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
19,00	Schulte, Elisa	2005 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
18,00	Tebbert, Josefa	2005 LG Emstal Dörpen	Werlte	17.05.
17,50	Kraemer, Emily	2005 SV Bawinkel	Lingen	30.09.

17,00	Schnieders, Nele	2005 LAV Meppen	Meppen	01.06.
17,00	Niemeyer, Celine	2005 SV DJK Geeste	Meppen	13.07.
17,00	Wilmes, Maia Fee	2005 SV Union Meppen	Meppen	13.07.
16,50	Gerdas, Alina	2005 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
16,00	Kuhr, Ann-Kathrin	2005 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
16,00	Yaygan, Felek	2005 LAV Meppen	Meppen	01.06.
16,00	Sasu-Adarkwa, Megestner	2005 TV Rütenbrock	Meppen	01.06.
16,00	Walker, Talia	2005 SV Neubörger	Dörpen	03.07.
16,00	Friedemann, Nike	2005 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
16,00	Speller, Mia	2005 TuS Haren	Meppen	13.07.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

	Bestl. 2013:	1.041	Koopmann, Merle 2004 -- VfL Lingen		
1.028	Reicksmann, Lena 9,10-3,65-26,50		2005 SV Bawinkel	Lingen	30.09.
964	Bernsen, Rieke 8,54-3,05-23,05		2005 LAV Meppen	Meppen	13.07.
960	Evering, Hannah 8,32-3,70-14,50		2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
938	Kuhr, Ann-Kathrin 8,48-3,61-15,00		2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
935	Santel, Emma 8,50-3,17-19,00		2005 SV Sigiltra Sögel	Dörpen	03.07.
917	Schmees, Paula 9,07-3,17-22,00		2005 SV Germania Twist	Lingen	30.09.
892	Friedemann, Nike 8,73-3,33-16,00		2005 SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
862	Walker, Talia 8,99-3,30-16,00		2005 SV Neubörger	Dörpen	03.07.
862	Gerdés, Alina 9,12-3,34-16,50		2005 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
859	Kraemer, Emily 8,8-3,60-13,50		2005 SV Bawinkel	Lingen	24.07.
859	Wilmes, Maia Fee 8,85-3,07-17,00		2005 SV Union Meppen	Meppen	13.07.
828	Hermann-Töbenotke, Emelie 9,11-3,24-15,00		2005 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
827	Eder, Annalena 8,7-3,40-12,50		2005 VfL Lingen	Lingen	24.07.
816	Wiegmann, Insa 9,52-3,36-15,50		2005 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
815	Terveer, Anna 8,92-3,29-12,50		2005 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
810	Strothmann, Mia 9,37-2,87-19,00		2005 SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
808	Brockhaus, Sina 9,4-2,62-23,50		2005 VfL Lingen	Lingen	24.07.
806	Otten, Sarah 8,92-3,00-14,50		2005 SV Union Meppen	Meppen	13.07.
806	Steenken, Johanna 9,30-3,15-15,50		2005 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
799	Machatsch, Svea 8,82-3,29-11,00		2005 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.

Kinder W08 u.j.

50 m Lauf

	Bestl. 2013:	8,57	Kuhr, Ann-Kathrin 2005 -- LG Papenburg/Aschendorf		
8,00	Evering, Paula		2007 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
8,62	Springfeld, Jasmin		2006 LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
8,77	Kuhlmann, Lina		2006 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
8,93	Strauch, Fenja		2007 SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
9,00	Dopp, Charlotte		2006 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
9,02	Germing, Jette Marit		2006 SV Union Meppen	Meppen	13.07.
9,05	Korten, Hannah		2006 DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
9,19	Brümmer, Lotta		2006 LAV Meppen	Meppen	13.07.
9,30	Krüger, Laura		2006 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
9,32	Altevers, Dana		2006 SC Osterbrock	Meppen	13.07.
9,37	Klapperich, Charlotte		2007 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
9,41	Greve, Emma		2006 TuS Haren	Meppen	13.07.
9,42	Achter, Luisa		2006 TuS Haren	Papenburg	20.09.
9,43	Mösker, Jana		2006 SV Sigiltra Sögel	Werlte	17.05.

9,44	Gehrs, Mara	2007	SV Sigiltra Sögel	Papenburg	12.07.
9,46	Harms, Finja	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
9,47	Gurda, Katarzyna	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
9,53	Kirchkesner, Kristina	2006	LAV Meppen	Meppen	13.07.
9,57	Holthaus, Madita	2006	SuS Rhede	Dörpen	03.07.
9,58	Kuper, Charlotte	2007	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.

800 m Lauf

Bestl. 2013: 3:11,07 Speller, Mia 2005 -- TuS Haren

3:19,90	Germing, Jette Marit	2006	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:24,33	Kuhlmann, Lina	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:25,25	Korolenko, Victoria	2006	SC Osterbrock	Meppen	06.06.
3:28,92	Goldenstein, Lotte	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:30,72	Einspanier, Fenja	2007	LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:30,95	Hugenberg, Luisa	2006	SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
3:31,35	Funke, Johanna	2006	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:33,12	Cording, Emily	2006	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:34,06	Eilermann, Ina	2006	DJK GW Spahnharrenstätte	Werlte	02.05.
3:34,28	Schadt, Ksenia	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	02.05.
3:34,80	Kirchkesner, Kristina	2006	LAV Meppen	Meppen	06.06.
3:35,01	Gehrs, Mara	2007	SV Sigiltra Sögel	Werlte	02.05.
3:35,37	Herbers, Melina	2007	SV Union Meppen	Meppen	06.06.
3:35,71	Jordan, Imke	2007	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.
3:37,51	Steffens, Luka	2006	TuS Haren	Meppen	06.06.
3:38,85	Dopp, Charlotte	2006	DJK GW Spahnharrenstätte	Werlte	02.05.
3:39,36	Havekost, Kira	2007	SC Osterbrock	Meppen	06.06.
3:39,89	Wulfekuhl, Carla	2006	TV Rütenbrock	Meppen	06.06.
3:41,07	Speller, Greta	2007	TuS Haren	Papenburg	20.09.
3:41,77	Kaczmarek, Johanna	2006	SV Sparta Werlte	Werlte	02.05.

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,37 Kuhr, Ann-Kathrin 2005 -- LG Papenburg/Aschendorf

3,27	Dopp, Charlotte	2006	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
3,11	Altevers, Dana	2006	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
3,04	Germing, Jette Marit	2006	SV Union Meppen	Papenburg	20.09.
3,02	Korolenko, Victoria	2006	SC Osterbrock	Meppen	01.06.
2,99	Nürnberg, Alexandra	2006	SV Groß Hesepe	Meppen	01.06.
2,97	Springfeld, Jasmin	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
2,94	Kirchkesner, Kristina	2006	LAV Meppen	Meppen	13.07.
2,93	Krüger, Laura	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
2,93	Kuhlmann, Lina	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	12.07.
2,91	Brümmer, Lotta	2006	LAV Meppen	Meppen	13.07.
2,91	Zumbeel, Finja	2006	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
2,90	Müller, Zoe	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
2,87	Harms, Finja	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
2,86	Goldenstein, Lotte	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
2,85	Gurda, Katarzyna	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	21.06.
2,84	Grönheim, Heidi	2006	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
2,82	Kuper, Charlotte	2007	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
2,80	Einspanier, Fenja	2007	LAV Meppen	Meppen	13.07.
2,80	Jänen, Pia	2007	TV Rütenbrock	Meppen	13.07.
2,80	Havekost, Kira	2007	SC Osterbrock	Meppen	13.07.

Schlagball 80g

Bestl. 2013: 22,00 Spies, Lotta 2005 -- SC Osterbrock

21,00	Korolenko, Victoria	2006	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
20,50	Hugenberg, Luisa	2006	SV Union Meppen	Meppen	13.07.
20,00	Kuhlmann, Lina	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
19,50	Harms, Finnja	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	21.06.
19,00	Kirchkesner, Kristina	2006	LAV Meppen	Meppen	13.07.
19,00	Harms, Finja	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.

18,50	Schade, Maya	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
18,50	Springfeld, Jasmin	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
17,50	Gurda, Katarzyna	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
17,50	Nürnberg, Alexandra	2006	SV Groß Hesepe	Meppen	13.07.
17,00	Goldenstein, Lotte	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
17,00	Kuper, Charlotte	2007	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
16,00	Krüger, Laura	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
16,00	Drost, Jana	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
16,00	Gehrs, Mara	2007	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
16,00	Kaczmarek, Johanna	2006	SV Sparta Werlte	Papenburg	20.09.
15,00	Schadt, Ksenia	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	17.05.
15,00	Penning, Patricia	2006	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
15,00	Zumbeel, Finja	2006	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
15,00	Achter, Luisa	2006	TuS Haren	Papenburg	20.09.
15,00	Germing, Jette Marit	2006	SV Union Meppen	Papenburg	20.09.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

	Bestl. 2013:	868	Reicksmann, Lena 2005 -- SV Bawinkel		
888	Springfeld, Jasmin 8,62-2,97-18,50	2006	LG Emstal Dörpen	Dörpen	03.07.
849	Kuhlmann, Lina 8,6-2,90-18,00	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	21.06.
807	Kirchkesner, Kristina 9,53-2,94-19,00	2006	LAV Meppen	Meppen	13.07.
793	Germing, Jette Marit 9,02-2,97-14,50	2006	SV Union Meppen	Meppen	13.07.
790	Korolenko, Victoria 10,02-2,92-21,00	2006	SC Osterbrock	Lingen	30.09.
782	Harms, Finja 9,46-2,72-19,00	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
762	Dopp, Charlotte 9,00-3,27-10,00	2006	DJK GW Spahnharrenstätte	Dörpen	03.07.
761	Hugenberg, Luisa 9,88-2,68-20,50	2006	SV Union Meppen	Meppen	13.07.
759	Kuper, Charlotte 9,58-2,82-17,00	2007	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.
754	Gurda, Katarzyna 9,47-2,82-16,00	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	20.09.
752	Krüger, Laura 9,30-2,81-15,00	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	03.07.
747	Harms, Finnja 9,5-2,60-19,50	2006	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	21.06.
746	Altevers, Dana 9,32-3,11-12,00	2006	SC Osterbrock	Meppen	13.07.
738	Zumbeel, Finja 9,4-2,91-15,00	2006	SV Bawinkel	Lingen	24.07.
734	Nürnberg, Alexandra 9,96-2,81-17,50	2006	SV Groß Hesepe	Meppen	13.07.
730	Brümmer, Lotta 9,19-2,91-12,05	2006	LAV Meppen	Meppen	13.07.
729	Gehrs, Mara 9,47-2,65-16,00	2007	SV Sigilträ Sögel	Dörpen	03.07.
717	Achter, Luisa 9,42-2,64-15,00	2006	TuS Haren	Papenburg	20.09.
704	Strauch, Fenja 8,93-2,63-11,50	2007	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	12.07.
693	Grönheim, Heidi 9,78-2,84-13,50	2006	SV Sparta Werlte	Papenburg	12.07.

Seniorinnen W30

10 km Str.

Bestl. 2013: 49:31 Heinig, Maike 1980 -- VfL Lingen

45:27	Vidal, Verena	1983	SV Alemannia Salzbergen	Neuenkirchen	27.06.
48:15	Cistjakov, Larisa	1981	Lauffreunde Emsland	Papenburg	13.04.
53:47	Zitzer, Kristina	1980	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.
58:38	Lohmann, Sabrina	1981	SC Spelle-Venhaus	Salzbergen	30.08.

10 km Str. Ma.

2:18:04	VfL Lingen			Lingen	24.05.
Niemann, Martina (1956) - 45:44; Werner, Daniela (1976) - 45:45; Dall, Anke (1964) - 46:35					

Halbmarathon

1:47:08	Vidal Murcia, Verena	1983	SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:51:40	Fehrrolfes, Sarah	1984	VfL Lingen	Berlin	30.03.
1:52:27	Cistjakov, Larisa	1981	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.

Marathon

Bestl. 2013: 4:29:24 Brauer, Martina 1979 -- LG Papenburg/Aschendorf

3:54:30	Vidal Murcia, Verena	1983	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
4:16:59	Cistjakov, Larisa	1981	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:39:40	Fehrrolfes, Sarah	1984	VfL Lingen	Münster	14.09.

Kugelstoß 4 kg

10,62	Niers, Claudia	1983	SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	11.10.
-------	----------------	------	----------------	-------------	--------

Seniorinnen W35

1000 m Lauf

Bestl. 2013: 3:43,8 Mülstegen, Tanja 1978 -- VfL Lingen

3:36,36	Werner, Daniela	1976	VfL Lingen	Lingen	30.09.
3:45,60	Mülstegen, Tanja	1978	VfL Lingen	Lingen	30.09.

1500 m Lauf

6:08,10	Mülstegen, Tanja	1978	VfL Lingen	Lingen	06.09.
---------	------------------	------	------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 40:33 Evers, Kerstin 1977 -- LG Papenburg/Aschendorf

40:17	Evers, Kerstin	1977	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	24.05.
45:44	Werner, Daniela	1976	VfL Lingen	Salzbergen	30.08.
49:44	Morhaus, Elke	1977	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	27.06.
50:45	Peters, Karin	1975	Haselünner SV	Haselünne	09.05.
53:25	Brauer, Martina	1979	LG Papenburg/Aschendorf	Haselünne	09.05.
53:56	Schiewe, Katrin	1976	VfL Lingen	Haselünne	09.05.
62:40	Schnabel, Nina	1976	VfL Lingen	Spelle	15.08.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:48:40 Heskamp, Katrin 1984 -- Lauffreunde Emsland

1:42:06	Werner, Daniela	1976	VfL Lingen	Neuenkirchen	18.10.
2:08:07	Bengtsson, Vanessa	1979	VfL Lingen	Löningen	28.06.
3:05:55	Sentker, Bianca	1976	VfL Lingen	Löningen	28.06.

Weitsprung

4,40	Krallmann, Stephanie	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
------	----------------------	------	-------------------------	-----------	--------

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013: 11,55 Rensen, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen

11,30	Rensen, Sandra	1976	LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
8,27	Krallmann, Stephanie	1978	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013: 33,03 Rensen, Sandra 1976 -- LG Emstal Dörpen

31,18	Rensen, Sandra	1976 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
-------	----------------	-----------------------	-----------	--------

Speerwurf 600 g

Bestl. 2013: 32,25 Wittenberg, Monika 1976 -- SV Groß Hesepe

25,61	Rensen, Sandra	1976 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
25,49	Brauer, Martina	1978 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
25,09	Krallmann, Stephanie	1978 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Seniorinnen W40

100 m Lauf

Bestl. 2013: 15,39 Kruth-Heege, Marianne 1970 -- LG Emstal Dörpen

15,54	+0,3 Kruth-Heege, Marianne	1970 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
16,71	+0,3 Kersten, Karin	1971 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.

800 m Lauf

3:29,3	Vehmeyer, Doris	1971 VfL Lingen	Lingen	03.07.
--------	-----------------	-----------------	--------	--------

5000 m Lauf

23:18,22	Pieper-Cordes, Margret	1970 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	26.09.
----------	------------------------	------------------------------	-----------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 46:46 Els, Andrea 1969 -- Lauffreunde Emsland

48:00	Lübbers, Sabine	1970 SuS Darne	Spelle	15.08.
50:07	Gentle, Michaela	1970 SV Alemannia Salzbergen	Spelle	15.08.
54:35	Over-Deymann, Sandra	1972 Lauffreunde Emsland	Haselünne	09.05.
57:55	Balcke, Heike	1972 TuS Haren	Meppen	05.09.
59:04	Weidlich, Edith	1972 SV Alemannia Salzbergen	Salzbergen	30.08.
61:16	Wagner, Heike	1970 VfL Lingen	Lingen	24.05.
61:35	Schoo, Kerstin	1971 VfL Lingen	Löningen	28.06.
63:00	Lüken, Petra	1970 Lauffreunde Emsland	Salzbergen	30.08.
63:09	Herbers, Elisabeth	1971 VfL Lingen	Spelle	15.08.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:42:25 Gravemann, Lydia 1972 -- LG Bawinkel/Clusorth/Bramhar

1:44:42	Gravemann, Lydia	1972 Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
1:51:47	Loxen, Ines	1974 Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
1:55:59	Gentle, Michaela	1970 SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
1:57:20	Kerperien, Ebbe	1972 SV Union Meppen	Spelle	15.08.
2:00:17	Strotmann, Inka	1972 Haselünner SV	Löningen	28.06.
2:04:09	Schoo, Kerstin	1971 VfL Lingen	Bonn	05.10.
2:11:38	Puls, Simone	1973 SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
2:17:24	Balcke, Heike	1972 TuS Haren	Löningen	28.06.
2:17:26	Darapel, Anke	1972 SV Alemannia Salzbergen	Spelle	15.08.
2:24:05	Foppe, Ela	1970 VfL Lingen	Löningen	28.06.

Marathon

Bestl. 2013: 4:08:16 Els, Andrea 1969 -- Lauffreunde Emsland

3:53:28	Gravemann, Lydia	1972 Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
4:08:53	Lambers, Ramona	1972 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:12:12	Gentle, Michaela	1970 SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
4:13:35	Nefe, Karin	1974 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:44:10	Wagner, Heike	1970 VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:59:34	Puls, Simone	1973 SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
5:07:55	Darapel, Anke	1972 SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2013: 65,8 VfL Lingen

65,2	VfL Lingen Brink, Elke (1963); Bickers, Heike (1966); Pott, Traute (1957); Brockhaus, Susanne (1968)	Lingen	03.07.
------	---	--------	--------

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013: 9,50 Kruth-Heege, Marianne 1970 -- LG Emstal Dörpen

9,14	Kruth-Heege, Marianne	1970 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
8,52	Kersten, Karin	1971 LG Emstal Dörpen	Papenburg	18.05.
7,39	Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	03.07.
6,97	Vehmeyer, Doris	1971 VfL Lingen	Lingen	03.07.
6,66	Brink, Elke	1963 VfL Lingen	Lingen	03.07.
5,89	Bickers, Heike	1966 VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,37	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	03.07.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2013: 24,13 Antons, Andrea 1969 -- LG Emstal Dörpen

23,64	Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	03.07.
15,10	Brockhaus, Susanne	1968 VfL Lingen	Lingen	03.07.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2013: 25,57 Kruth-Heege, Marianne 1970 -- LG Emstal Dörpen

29,52	Kruth-Heege, Marianne	1970 LG Emstal Dörpen	Papenburg	26.09.
-------	-----------------------	-----------------------	-----------	--------

DAMM Gruppe 1

Bestl. 2013: 52,5 VfL Lingen

4.626	VfL Lingen	Lingen	03.07.
-------	------------	--------	--------

Seniorinnen W45

100 m Lauf

Bestl. 2013: 16,3 Bickers, Heike 1966 -- VfL Lingen

15,96	-0,9 Wiemker, Annette	1966 SuS Rhede	Papenburg	18.05.
16,5	Bickers, Heike	1966 VfL Lingen	Lingen	03.07.
17,1	Brockhaus, Susanne	1968 VfL Lingen	Lingen	03.07.

Stundenlauf

13.900	Mersmann, Maria	1966 SV Lengerich-Handrup	Börger	12.09.
12.060	Lübbers, Claudia	1966 LAV Meppen	Börger	12.09.
10.860	Köbbe, Monika	1967 SV Lengerich-Handrup	Börger	12.09.

10 km Str.

Bestl. 2013: 39:17 Vedder, Elke 1967 -- SV Germania Twist

42:11	Mersmann, Maria	1966 SV Lengerich-Handrup	Haselünne	09.05.
42:14	Vedder, Elke	1967 SV Germania Twist	Haselünne	09.05.
46:09	Künnemann, Renate	1968 SV Alemannia Salzbergen	Haselünne	09.05.
46:24	Els, Andrea	1969 Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
46:25	Wilke, Sonja	1968 SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	27.06.
47:27	Lübbers, Claudia	1966 LAV Meppen	Haselünne	09.05.
49:56	Grothe, Ulrike	1969 Lauffreunde Emsland	Haselünne	09.05.
51:24	Flosdorf, Betty	1966 SC Spelle-Venhaus	Emsdetten	09.05.
53:47	Rensmann, Irmgard	1965 SV Bawinkel	Salzbergen	30.08.
54:17	Becker, Claudia	1967 VfL Lingen	Haselünne	09.05.

55:24	Bohlin, Annette	1969 SC Spelle-Venhaus	Salzbergen	30.08.
56:09	Schmitz, Andrea	1967 BV Clusorth-Bramhar	Haselünne	09.05.

57:12	Moeken, Marlies	1966	SC Spelle-Venhaus	Emsdetten	09.05.
57:53	Weiß, Brigitte	1969	TuS Haren	Meppen	05.09.
57:53	Steffens, Brigitte	1968	TuS Haren	Meppen	05.09.
58:52	Euskirchen, Conny	1966	VfL Lingen	Spelle	15.08.
80:05	Wilbers, Silke	1965	VfL Lingen	Spelle	15.08.
88:15	Sommer, Marion	1965	VfL Lingen	Spelle	15.08.
89:21	Overberg, Claudia	1967	VfL Lingen	Spelle	15.08.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:33:50 Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup

1:41:10	Wilke, Sonja	1968	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
1:45:11	Hoffrogge, Marita	1968	SC Spelle-Venhaus	Steinbeck	19.04.
1:49:44	Lübbers, Claudia	1966	LAV Meppen	Bawinkel	19.04.
2:01:13	Rensmann, Irmgard	1965	SV Bawinkel	Löningen	28.06.
2:01:14	Moll, Kristina	1965	SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
2:04:09	Nüsse, Marion	1968	VfL Lingen	Bonn	05.10.
2:04:44	Nägler, Birgit	1965	Lauffreunde Emsland	Spelle	15.08.
2:06:48	Brinkmann, Hanna	1968	SV Sparta Werlte	Löningen	28.06.
2:08:51	Grothe, Ulrike	1969	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
2:09:58	Gövert, Hedwig	1969	BV Clusorth-Bramhar	Bawinkel	19.04.

2:15:15	Czyzkowski, Gabi	1966	Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
2:16:41	Els, Andrea	1969	Lauffreunde Emsland	Bawinkel	19.04.
2:17:08	Bohlin, Annette	1969	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
2:17:09	Moeken, Marlies	1966	SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
2:17:23	Weiß, Brigitte	1969	TuS Haren	Löningen	28.06.
2:17:24	Steffens, Brigitte	1968	TuS Haren	Löningen	28.06.

Marathon

Bestl. 2013: 3:16:30 Mersmann, Maria 1966 -- SV Lengerich-Handrup

3:18:00	Mersmann, Maria	1966	SV Lengerich-Handrup	Bremen	05.10.
3:53:02	Künemann, Renate	1968	SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
3:58:46	Els, Andrea	1969	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
4:20:06	Grothe, Ulrike	1969	Lauffreunde Emsland	Düsseldorf	27.04.
4:44:11	Euskirchen, Conny	1966	VfL Lingen	Hamburg	04.05.
4:51:43	Czyzkowski, Gabi	1966	Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,68 Brockhaus, Susanne 1968 -- VfL Lingen

3,95	Bickers, Heike	1966	VfL Lingen	Lingen	03.07.
3,78	Brockhaus, Susanne	1968	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2013: 5,98 Bickers, Heike 1966 -- VfL Lingen

9,34	Grönniger, Renate	1965	SV Germania Twist	Groß Hesepe	11.10.
7,39	Pott, Traute	1957	VfL Lingen	Lingen	03.07.
6,93	Wiemker, Annette	1966	SuS Rhede	Papenburg	18.05.
6,66	Brink, Elke	1963	VfL Lingen	Lingen	03.07.
5,89	Bickers, Heike	1966	VfL Lingen	Lingen	03.07.
4,37	Niemann, Martina	1956	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Diskuswurf 1 kg

30,60	Grönniger, Renate	1965	SV Germania Twist	Papenburg	26.09.
15,10	Brockhaus, Susanne	1968	VfL Lingen	Lingen	03.07.

Seniorinnen W50

100 m Lauf

16,73	-0,9 Hinrichs, Thea	1963	SV Sigilträ Sögel	Papenburg	18.05.
16,9	Brink, Elke	1963	VfL Lingen	Lingen	03.07.

200 m Lauf

36,27	+0,1 Brink, Elke	1963 VfL Lingen	Lingen	06.09.
-------	------------------	-----------------	--------	--------

5000 m Lauf

30:21,60	Berlin, Simone	1963 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.
----------	----------------	------------------------------	-----------	--------

Stundenlauf

Bestl. 2013: 11.080 Friedrich-Meier, Susanne 1962 -- Lauffreunde Emsland

8.640	Schiering, Bernhardine	1963 SV Neubörger	Börger	12.09.
-------	------------------------	-------------------	--------	--------

8.640	Albers, Beatrix	1962 SV Surwold	Börger	12.09.
-------	-----------------	-----------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 50:10 Knoche, Elfriede 1959 -- SV Alemannia Salzbergen

46:35	Dall, Anke	1964 VfL Lingen	Lingen	24.05.
-------	------------	-----------------	--------	--------

54:54	Sander, Renate	1964 SC Spelle-Venhaus	Haselünne	09.05.
-------	----------------	------------------------	-----------	--------

55:24	Rietmann, Margret	1964 SC Spelle-Venhaus	Salzbergen	30.08.
-------	-------------------	------------------------	------------	--------

56:07	Schulte, Thea	1962 LG Emstal Dörpen	Haren	25.07.
-------	---------------	-----------------------	-------	--------

56:35	Hebbeler, Ingrid	1962 SC Spelle-Venhaus	Emsdetten	09.05.
-------	------------------	------------------------	-----------	--------

60:16	Berlin, Simone	1963 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.04.
-------	----------------	------------------------------	-----------	--------

62:35	Meyer, Bettina	1963 VfL Lingen	Meppen	05.09.
-------	----------------	-----------------	--------	--------

Halbmarathon

Bestl. 2013: 1:49:55 Hackmann, Ingrid 1962 -- Lauffreunde Emsland

1:43:22	Dall, Anke	1964 VfL Lingen	Löningen	28.06.
---------	------------	-----------------	----------	--------

1:53:00	Dembowski, Heike	1964 VfL Lingen	Berlin	30.03.
---------	------------------	-----------------	--------	--------

1:56:41	Friedrich-Meier, Susanne	1962 Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.
---------	--------------------------	--------------------------	----------	--------

2:10:28	Meemann, Claudia	1963 VfL Lingen	Löningen	28.06.
---------	------------------	-----------------	----------	--------

2:17:09	Rietmann, Margret	1964 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
---------	-------------------	------------------------	--------------	--------

2:17:09	Sander, Renate	1964 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
---------	----------------	------------------------	--------------	--------

2:17:09	Hebbeler, Ingrid	1962 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
---------	------------------	------------------------	--------------	--------

2:19:50	Berlin, Simone	1963 LG Papenburg/Aschendorf	Löningen	28.06.
---------	----------------	------------------------------	----------	--------

2:22:28	Dust, Petra	1964 VfL Lingen	Löningen	28.06.
---------	-------------	-----------------	----------	--------

2:22:54	Fastabend, Sabine	1963 VfL Lingen	Löningen	28.06.
---------	-------------------	-----------------	----------	--------

2:23:54	Bohnen, Cornelia	1964 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
---------	------------------	------------------------	--------------	--------

2:23:55	Uhlenbrock, Ute	1962 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
---------	-----------------	------------------------	--------------	--------

2:36:07	Welling, Karin	1962 VfL Lingen	Löningen	28.06.
---------	----------------	-----------------	----------	--------

Marathon

Bestl. 2013: 3:59:07 Knoche, Elfriede 1959 -- SV Alemannia Salzbergen

3:51:12	Dall, Anke	1964 VfL Lingen	London/GBR	13.04.
---------	------------	-----------------	------------	--------

3:52:10	Hackmann, Ingrid	1962 Lauffreunde Emsland	Hamburg	04.05.
---------	------------------	--------------------------	---------	--------

4:20:11	Dembowski, Heike	1964 VfL Lingen	Hamburg	04.05.
---------	------------------	-----------------	---------	--------

4:48:50	Speet, Angela	1960 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	---------------	--------------------------	--------	--------

4:51:42	Friedrich-Meier, Susanne	1962 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	--------------------------	--------------------------	--------	--------

4:58:27	Kosse, Wiltrud	1962 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	----------------	--------------------------	--------	--------

4:58:27	Schleiner, Karin	1961 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	------------------	--------------------------	--------	--------

Hochsprung

1,23	Brink, Elke	1963 VfL Lingen	Lingen	06.09.
------	-------------	-----------------	--------	--------

Weitsprung

Bestl. 2013: 3,47 Brink, Elke 1963 -- VfL Lingen

3,68	Brink, Elke	1963 VfL Lingen	Lingen	03.07.
------	-------------	-----------------	--------	--------

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013: 6,92 Brink, Elke 1963 -- VfL Lingen

8,30	Hinrichs, Thea	1963 SV Sigilträ Sögel	Papenburg	18.05.
7,63	Brink, Elke	1963 VfL Lingen	Lingen	06.09.
7,17	Berlin, Simone	1963 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	18.05.

Seniorinnen W55

100 m Lauf

Bestl. 2013: 16,3 Pott, Traute 1957 -- VfL Lingen

16,77	+1,6 Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	06.09.
17,28	+1,6 Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	06.09.

200 m Lauf

Bestl. 2013: 35,5 Pott, Traute 1957 -- VfL Lingen

36,81	-0,7 Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Kalefeld	12.10.
-------	-----------------------	-----------------	----------	--------

400 m Lauf

Bestl. 2013: 81,5 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen

80,01	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Minden	08.08.
-------	------------------	-----------------	--------	--------

800 m Lauf

Bestl. 2013: 47:06 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen

2:58,7	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	03.07.
--------	------------------	-----------------	--------	--------

1000 m Lauf

3:58,99	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Kalefeld	12.10.
---------	------------------	-----------------	----------	--------

1500 m Lauf

Bestl. 2013: 6:11,75 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen

6:05,85	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	06.09.
---------	------------------	-----------------	--------	--------

3000 m Lauf

12:54,5	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	29.04.
---------	------------------	-----------------	--------	--------

5000 m Lauf

Bestl. 2013: 21:47,48 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen

22:11,66	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Osnabrück	11.05.
----------	------------------	-----------------	-----------	--------

Stundenlauf

13.040	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Börger	12.09.
--------	------------------	-----------------	--------	--------

10 km Str.

Bestl. 2013: 47:06 Niemann, Martina 1956 -- VfL Lingen

45:18	Niemann, Martina	1956 VfL Lingen	Haren	25.07.
57:12	Reker, Hedwig	1959 SC Spelle-Venhaus	Emsdetten	09.05.
57:20	Heimann, Kornelia	1958 VfL Lingen	Papenburg	13.04.
57:35	Peters, Wilma	1955 Haselünner SV	Haselünne	09.05.
60:49	Koetsenruijter-Fritz, Ella	1955 VfL Lingen	Spelle	15.08.
73:36	Lau, Marianne	1959 VfL Lingen	Spelle	15.08.

Halbmarathon

Bestl. 2013: 2:06:59 Peters, Wilma 1955 -- Haselünner SV

1:45:20	Nieman, Martina	1956 VfL Lingen	Neuenkirchen	18.10.
2:11:38	Knoche, Elfriede	1959 SV Alemannia Salzbergen	Enschede/NED	27.04.
2:16:41	Peters, Wilma	1955 Haselünner SV	Bawinkel	19.04.
2:17:08	Reker, Hedwig	1959 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
2:18:34	Sentker, Birgit	1958 VfL Lingen	Löningen	28.06.
2:20:34	Koetsenruijter-Fritz, Ella	1955 VfL Lingen	Löningen	28.06.
2:22:01	Heimann, Kornelia	1958 VfL Lingen	Löningen	28.06.
2:52:36	Stoll, Marianne	1959 VfL Lingen	Löningen	28.06.

Marathon

Bestl. 2013: 4:31:19 Schnelting, Renate 1954 -- Lauffreunde Emsland

3:55:44	Nieman, Martina	1956 VfL Lingen	London/GBR	13.04.
3:58:25	Knoche, Elfriede	1959 SV Alemannia Salzbergen	Berlin	28.09.
5:03:43	Witte, Ruth	1958 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
5:12:32	Pieper-Wagner, Elisabeth	1958 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
5:37:35	Kuper, Ingrid	1956 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

Hochsprung

Bestl. 2013: 1,14 Pott, Traute 1957 -- VfL Lingen

1,14	Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	06.09.
------	--------------	-----------------	--------	--------

Weitsprung

3,09	Nieman, Martina	1956 VfL Lingen	Lingen	03.07.
------	-----------------	-----------------	--------	--------

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2013: 8,73 Pott, Traute 1957 -- VfL Lingen

8,08	Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	06.09.
------	--------------	-----------------	--------	--------

Diskuswurf 1 kg

26,29	Pott, Traute	1957 VfL Lingen	Lingen	06.09.
-------	--------------	-----------------	--------	--------

Seniorinnen W60

Halbmarathon

Bestl. 2013: 2:14:39 Jürgensen, Beate 1957 -- Lauffreunde Emsland

2:21:04	Krüssel, Doris	1954 VfL Lingen	Löningen	28.06.
---------	----------------	-----------------	----------	--------

Marathon

Bestl. 2013: 4:47:05 Jürgensen, Beate 1953 -- Lauffreunde Emsland

5:24:55	Jürgensen, Beate	1953 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
6:24:56	Jänen, Ingrid	1952 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.

Seniorinnen W65

10 km Str.

Bestl. 2013: 55:10 Kappel, Erika 1945 -- Lauffreunde Emsland

55:23	Kappel, Erika	1945 Lauffreunde Emsland	Papenburg	13.04.
-------	---------------	--------------------------	-----------	--------

Halbmarathon

2:00:01	Dieckmännken, Maria	1948 SC Spelle-Venhaus	Enschede/NED	27.04.
2:15:15	Kappel, Erika	1945 Lauffreunde Emsland	Löningen	28.06.

Marathon

Bestl. 2013: 4:21:46 Dieckmännken, Maria 1948 -- SC Spelle-Venhaus

4:51:43	Kappel, Erika	1945 Lauffreunde Emsland	Berlin	28.09.
---------	---------------	--------------------------	--------	--------

Erstellt mit COSA WIN 2.5.2 / 1.5.1 -- COSA-Software, Berggartenstr. 5a, D-38271 Baddeckenstedt
eMail: RenzieSoft@aol.com Home-PAGE: www.cosa-software.de
Lizenziert für: NI/7700 NLV-Kreis Emsland e.V.
