



## Region Südwest

Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V

# BESTLEISTUNGEN

## Masters

Freiluft

Stand: 01.01.2024

Zusammenstellung: Andreas Müller



## **Inhaltsverzeichnis**

### **Inhalt**

Inhaltsverzeichnis .....	1
Männer M30 .....	2
Männer M35 .....	3
Männer M40 .....	4
Männer M45 .....	6
Männer M50 .....	7
Männer M55 .....	8
Männer M60 .....	10
Männer M65 .....	11
Männer M70 .....	12
Männer M75 .....	13
Männer M80 .....	14
Männer M85 .....	15
Männer M90 .....	15
Frauen W30 .....	16
Frauen W35 .....	17
Frauen W40 .....	18
Frauen W45 .....	19
Frauen W50 .....	20
Frauen W55 .....	21
Frauen W60 .....	22
Frauen W65 .....	22
Frauen W70 .....	23
Frauen W75 .....	23
Frauen W80 .....	24
Nicht mehr gültige Wettkampfprogramm .....	25



## Männer M30

[ZURÜCK](#)

100m	11,06	Christoph Hansen, 1992, DJK Rasensport Aachen-Brand	29.05.2022	Aachen
200m	22,20	Bernhard Klinkenberg, 1967, DJK Frankenberg Aachen	12.07.1998	Konstanz
400m	49,9 49,9	Horst Göbel, 1938, Alemannia Aachen Danny Mommaerts, 1961, SG Düren 99	08.06.1969 01.05.1991	Aachen Mönchengladbach
800m	1:52,0	H.E. Schellenberg, 1942, Alemannia Aachen	05.08.1972	Aachen
1000m	2:27,0	Karl Hamacher, 1935, Alemannia Aachen	28.08.1967	Aachen
1500m	3:50,5	Karl Hamacher, 1935, Alemannia Aachen	25.08.1966	Boras (SWE)
Meile	4:41,3	Herbert Cordewener, 1940, VSV Grenzland Wegberg	22.07.1980	Dormagen
3.000m	8:19,0	Willi Scheeren, 1954, DJK Elmar Kohlscheid	06.09.1984	Mannheim
5.000m	14:23,57	Ralf Ulmer, 1990, Lauf-Club Euskirchen	21.05.2022	Karlsruhe
10.000m	29:06,10	Frank Käse, 1960, Lauf-Club Euskirchen	05.06.1991	Potsdam
5km (seit 2018)	14:25	Ralf Ulmer, 1990, Lauf-Club Euskirchen	29.04.2022	London (GBR)
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	30:45	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	
10km Mannschaft	1:36:44	Aachener TG Nawrocki, Philipp(77)31:28-Oude-Aost, Jan(79)32:29 -Thönnessen, Florian (77) 32:47	01.03.2009	Leverkusen
Halbmarathon	1:06:53	Michael Reuel, 1958, DJK Frankenberg Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	3:36:35	DJK Elmar Kohlscheid Rademacher (52) - Last (62) - Amann(65)	17.03.1996	Zülpich
Marathon	2:19:18	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.05.1984	Frankfurt am Main
Marathon-Mannschaft	7:38:06	DJK Elmar Kohlscheid Kleinfeld (54) - Veith (58) - Höster (57)	26.08.1989	Duisburg
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km-Mannschaft	22:09:57	DJK Elmar Kohlscheid Veith (58) - Kleinfeld (54) - Gülpen (57)	12.10.1991	Scheeßel
110m Hürden (1,067m/10)	15,10	Peter Lindner, 1967, DJK Rasensport Aachen-Brand	13.07.1997	Kevelaer
400m Hürden (0,914m/10)	53,96	Mario Harnack, 1960, Dürener TV 1847	07.07.1990	Kerkrade (NED)
3.000m Hindernis (0,914m)	9:25,39	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	25.08.2002	Potsdam
4x100m	44,49	Dürener TV 1847 Ulrich (61) - Wiltshcek (60) - Freyschmidt (60) - Harnack (60)	30.06.1991	Willich
4x400m	3:35,9	Dürener TV 1847 Ulrich (61) - Baack (58) - Harnack (60) - Dienstknecht (51)	30.06.1991	Willich
4x800m	8:16,1	Dürener TV 1847 Dienstknecht(51) - Harnack(60) - Baack(58) - Ulrich(61)	01.05.1991	Köln
3x1.000m	7:48,57	Dürener TV 1847 Harnack(60)-Baack(58)-Ulrich(61)	17.08.1991	Trier
4x1.500m	17:16,09	DJK Elmar Kohlscheid Servas(52) - Veith(58) - Scheeren(54) - Höster(57)	20.05.1993	Essen
5.000m Gehen	23:02,89	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.06.2012	Diez
5 km Gehen	23:31	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.06.2012	Echt (NED)
10.000m Gehen	48:15,6	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen-Mannschaft	2:36:12	DLC Aachen Geilen, Willi(38) 47:22 - Schumm, Peter(42) 53:46 - Schneider, Heinz(43) 55:04	31.05.1981	Aachen
20.000m Gehen	1:39:33,5	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	26.08.2012	Woerden (NED)
20km Gehen	1:32:34	Johann Schmitz, 1931, LGO Euskirchen/Erftstadt	27.08.1961	Essen
20km Gehen-Mannschaft	5:09:38	Alemannia Aachen Holtermann, Matthias(81) 1:39:59 - Strunk, Malte(73) 1:41:06 - Gaus, Peter(52) 1:48:33	07.10.2012	Tilburg (NED)
30km Gehen	2:40:36	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.09.2011	Naumburg
30km Gehen-Mannschaft	8:42:35	Alemannia Aachen Strunk, Malte(73) 2:40:36 - Holtermann, Matthias(81) 2:50:10 - Schumm, Pter(42) 3:11:49	24.09.2011	Naumburg
50km Gehen	4:44:09	Johann Schmitz, 1931, LGO Euskirchen/Erftstadt	30.06.1962	Altenrath
50km Gehen-Mannschaft	15:49:51	DLC Aachen Vluggen, Gerold(52) 4:52:13 - Plotzke, Dieter(32) 5:03:44 Frank, Wilhelm(34) 5:53:44	06.10.1985	Bielefeld
Hochsprung	2,05	Nicos Frangos, 1960, Aachener TG	17.06.1990	Giesenkirchen



Stabhochsprung	4,40	Hans Kopetsch, 1957, Aachener TG	11.07.1987	Aachen
Weitsprung	7,11	Bernhard Klinkenberg, 1967, DJK Frankenberg Aachen	25.04.1998	Aachen
Dreisprung	14,86	Martin Baranzke, 1963, LGO Euskirchen/Erftstadt	28.04.1993	Horrem
<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>	<b>17,54</b>	<b>Thomas Muschkat, 1989, SV Rotweiß Schlafhorst</b>	<b>25.03.2023</b>	<b>Düren</b>
Diskuswurf (2 kg)	51,64	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	26.07.1975	Bogen (Bayern)
Hammerwurf (7,26 kg)	65,12	Rudolf Dahl, 1946, DJK Löwe Hambach	30.05.1987	Kerkrade (NED)
Speerwurf (800 g)	63,66	Jonathan Powell (GBR), 1962, SC Myhl Leichtathletik	28.07.2001	Erkelenz
<b>Gewichtswurf (15,88 kg)</b>	<b>14,88</b>	<b>Thomas Muschkat, 1989, SV Rotweiß Schlafhorst</b>	<b>22.04.2023</b>	<b>Dissen am Teutoburger Wald</b>
Fünfkampf (int. Wertung) WEI-SPE(800gr)-200-DIS(2kg)-1.500	3.489	Frank Neuhaus, 1966, DJK Rasensport Aachen-Brand 6,75-55,12-23,67-41,70-4:45,37	07.06.1997	Hannover
Fünfkampf-Mannschaft	9.786	DJK Rasensport Aachen-Brand Christian Hund, 1968, 3.299 (6,64,-52,96-23,22-34,75-4:50,98) Thorsten Pulskamp, 1969, 3.274 (6,55-49,29-23,22-39,09-4:57,15) Frank Neuhaus, 1966, 3.213 (6,34-52,26-24,16-40,53-4:57,17)	19.06.1999	Koblenz
Zehnkampf (int. Wertung) 100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 110HÜ(1,067/10)-DIS(2kg)-STA-SPE(800gr)-1500	6.881	Frank Neuhaus, 1966, DJK Rasensport Aachen-Brand 11,76-6,73-14,02-1,76-52,73 15,95-41,62-4,30-53,74-4:47,40	01/02.05.1997	Wesel
Zehnkampf-Mannschaft	18.817	DJK Rasensport Aachen-Brand Thorsten Pulskamp, 1969, 6.610 (11,4-6,66-12,58-1,96-50,83-15,76-34,87-3,60-49,23-4:59,97) Christian Hund, 1968, 6.155 (11,2-6,60-11,88-1,76-51,32-17,04-32,25-3,20-52,84-5:00,43) Frank Neuhaus, 1966, 6.052 (11,4-6,39-13,75-1,76-61,00-16,72-40,47-3,90-50,88-5:19,99)	01/02.05.1999	Wesel
Wurf-Fünfkampf (Int.Wertung) HAM(7,26kg)-KUG(7,26kg)-DIS(2kg) SPE(800gr)-GEW(15,88kg)	3.566	M45 Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 40,10-13,47-41,41-42,12-13,04	22.08.2009	Stekene (BEL)

## ZURÜCK

### Männer M35

100m	11,26	Bernhard Klinkenberg, 1967, DJK Frankenberg Aachen	18.05.2002	Zeven
200m	23,4	Ulrich Schulz, 1960, Turnverein Erkelenz 1860	30.08.1997	Erkelenz
400m	51,7	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	23.09.1978	Aachen
800m	1:55,0	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	26.06.1976	Köln
1000m	2:29,9	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	10.07.1977	Duisburg
1500m	4:01,0	Bodo Krink, 1938, SG Düren 99	26.08.1973	Aachen
	4:01,0	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	16.09.1979	Düsseldorf
Meile	4:41,3	Herbert Cordewener, 1940, VSV Grenzland Wegberg	12.08.1980	Essen
3.000m	8:38,4	Wolfgang Glöde, 1942, Aachener TG	05.08.1973	Dülken
<b>5.000m</b>	<b>14:27,05</b>	<b>Andreas Keil-Forneck, 1987, Lauf-Club Euskirchen</b>	<b>17.06.2023</b>	<b>Nimwegen (NED)</b>
10.000m	30:31,7	Wolfgang Glöde, 1942, Aachener TG	25.07.1978	Troisdorf
<b>5km (seit 2018)</b>	<b>14:36</b>	<b>Andreas Keil-Forneck, 1987, Lauf-Club Euskirchen</b>	<b>19.03.2023</b>	<b>Lille (FRA)</b>
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	30:45	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	
10km Mannschaft	1:41:09	DJK Elmar Kohlscheid Rademacher, Heinz (53) - Kleinfeld (54) - Gülpen (57)	04.04.1998	Wegberg
Halbmarathon	1:06:53	Michael Reuel, 1958, DJK Frankenberg Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	3:39:21	DJK Frankenberg Aachen Reuel, Michael (58) - Waak, Hans (54) - Gansow, Diethard (44)	05.04.1994	Niederzier
Marathon	2:19:18	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.05.1984	Frankfurt am Main
Marathon Mannschaft	7:49:27	DJK Frankenberg Aachen Reuel, Michael (58) - Weber, Burkhard Ernst(51) - Gansow, Diethard (44)	18.04.1993	Hannover
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannsch.	22:33:02	DJK Frankenberg Aachen Waak, Hans(54) 7:00:00 - Gansow, Diethard(44) 7:43:36 Weber, Burkhard Ernst(51) 7:49:26	04.09.1993	Rheine
110m Hürden (0,991m/10)	15,3	Günter Ortmanns, 1936, Alemannia Aachen	22.06.1974	Aachen
400m Hürden (0,914m/10)	56,88	Mario Harnack, 1960, Dürener TV 1847	25.08.1995	Wetzlar
3.000m Hindernis (0,914m)	9:25,39	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	25.08.2002	Potsdam
4x100m	46,3	Aachener TG van Ameln (30) - Göbel, Horst (38) - Stenten (34) - Ortmanns, Günter (36)	15.07.1979	Lübeck
4x400m	3:49,00	LG Hückelhoven Peters (52) - Paulus, Wolfgang (52) - Schultz, Hans-Joachim(41) - Neumann, Hubertus(52)	28.08.1993	Minden
4x800m	9:04,0	Aachener TG Speckheuer(37) - Pelzer(44) - Stenten(34) - Hündgens(44)	23.05.1984	Aachen



3x1.000m	8:34,9	SC Myhl Leichtathletik Borgmann, Norbert (62) - Woytowicz, (61) - Königs, Reimund (58)	10.09.2002	Erkelenz
4x1.500m	17:16,09	DJK Elmar Kohlscheid Servas(52) - Veith(58) - Scheeren(54) - Höster(57)	20.05.1993	Essen
5.000m Gehen	23:02,89	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.06.2012	Diez
5 km Gehen	23:31	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.06.2012	Echt (NED)
10.000m Gehen	48:15,6	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Genau
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:36:12	DLC Aachen Geilen, Willi(38) 47:22 - Schlumm, Peter(42) 53:46 - Schneider, Heinz(43) 55:04	31.05.1981	Aachen
20.000m Gehen	1:39:33,5	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	26.08.2012	Woerden (NED)
20km Gehen	1:40:10	Willi Geilen, 1938, DLC Aachen	17.05.1981	Ahlen
20km Gehen Mannschaft	5:23:01	DLC Aachen Geilen, Willi(38) 1:41:51-Schlumm, Peter(42) 1:42:14 - Plotzke, Dieter(32) 1:58:56	18.04.1982	Kerpen
30km Gehen	2:40:36	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.09.2011	Naumburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:51:49	Gerold Vluggen, 1952, Alemannia Aachen	14.04.1987	St. Oedenrode
50km Gehen Mannschaft	16:22:30	DLC Aachen Geilen, Willi(38) - Beckers (32) - Plotzke, Dieter(32)	05.09.1982	Ahlen
Hochsprung	2,00	Karl-Dieter Müller, 1954, Aachener TG	06.05.1989	Aachen
Stabhochsprung	4,10	Tobias Kühlkamp, 1981, Team Voreifel	30.06.2018	Mönchengladbach
Weitsprung	6,90	Bernhard Klinkenberg, 1967, DJK Frankenberg Aachen	19.05.2002	Scheeßel
Dreisprung	14,48	Wolfram Walther, 1955, LGO Euskirchen/Erftstadt	08.04.1993	Horrem
Kugelstoß (7,26 kg)	16,07	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	22.05.1977	Erkelenz
Diskuswurf (2 kg)	51,64	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	26.07.1975	Bogen (Bayern)
Hammerwurf (7,26 kg)	65,12	Rudolf Dahl, 1946, DJK Löwe Hambach	30.05.1987	Kerkrade (NED)
Speerwurf (800 g)	63,66	Jonathan Powell (GBR), 1962, SC Myhl Leichtathletik	28.07.2001	Erkelenz
Gewichtswurf (15,88 kg)	13,36	Peter Holthuijsen (NED), 1961, SC Myhl Leichtathletik	03.09.2006	Weiblingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(800gr)-200-DIS(2kg)-1.500	3.183	Christian Hund, 1968, DJK Rasensport Aachen-Brand 6,39-50,92-24,51-32,27-4:54,40	26.06.2004	Hannover
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	* 5.942	TuS Chlodwig Zülpich <i>Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden</i> Frings 2.340 - Ramrath 1.805 - Erkes 1.797	03.09.1994	Euskirchen
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 110HÜ(0,991/10)-DIS(2kg)-STA-SPE(800gr)-1500	5.763	Norbert Brinkhues, 1953, Aachener TG 11,7-6,22-11,60-1,80-54,5 18,8-34,66-3,20-43,22-5:01,6	01/02.09.1988	Aachen
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	* 11.506	TuS Chlodwig Zülpich <i>Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden</i> Ramrath 4.088 - Wasmuth 3.747 - Peters 3.671	05./06.09.1987	Zülpich
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(7,26kg)-KUG(7,26kg)-DIS(2kg) SPE(800gr)-GEW(15,88kg)	3.566	M45 Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 40,10-13,47-41,41-42,12-13,04	22.08.2009	Stekene (BEL)

## Männer M40

100m	11,1	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	27.05.1979	Köln
200m	23,6	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	01.08.1978	Aachen
400m	51,7	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	23.09.1978	Aachen
800m	2:01,2	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hüchelhoven-Ratheim	15.06.1983	Viersen
1000m	2:36,34	Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	04.07.1986	Leverkusen
1500m	4:04,50	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	19.08.2002	Potsdam
Meile	4:41,3	Herbert Cordewener, 1940, VSV Grenzland Wegberg	12.07.1980	Dormagen
3.000m	8:43,5	Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	05.05.1985	Aachen
5.000m	14:43,3	Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	20.07.1984	Sittard (NED)
10.000m	31:33,72	Michael Reuel, 1958, DJK Armada Euchen-Würselen	25.04.1998	Köln
5km (seit 2018)	16:39	Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	26.05.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	30:45	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	

[ZURÜCK](#)



10km Mannschaft	1:41:09	DJK Elmar Kohlscheid Radermacher (53) - Kleinfeld (54) - Gülpen (57)	04.04.1998	Wegberg
Halbmarathon	1:08:36	Heinz Radermacher, 1953, DJK Elmar Kohlscheid	03.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	3:51:04	VSV Grenzland Wegberg Heinrichs (56) - Frings (55) - Barth (57)	27.03.1999	Xanten
	3:51:04	SC Myhl Leichtathletik Dossow (66) - Frings (55) - Großnick (65)	29.01.2006	Wegberg
Marathon	2:19:18	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.05.1984	Frankfurt am Main
Marathon Mannschaft	7:59:26	DJK Elmar Kohlscheid Radermacher (53) - Kleinfeld (54) - Nowak (57)	24.05.1998	Duisburg
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannschaft				
110m Hürden (0,991m/10)	15,5	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	21.05.1978	Köln
400m Hürden (0,914m/10)	58,4	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	10.07.1976	Aachen
3.000m Hindernis (0,914m)	9:25,39	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	25.08.2002	Potsdam
4x100m	46,3	Aachener TG van Ameln (30) - Göbek (38) - Stenten (34) - Ortmanns (36)	15.07.1979	Lübeck
4x400m	3:49,00	LG Hückelhoven Peters (52)-Paulus (52)- Schultz (41) - Neumann (52)	28.08.1993	Minden
4x800m	9:04,0	Aachener TG Speckheuer(37) - Pelzer(44) - Stenten(34) - Hündgens(44)	23.05.1984	Aachen
3x1.000m	8:34,9	SC Myhl Leichtathletik Borgmann (62) - Woytowicz (61) - Königs (58)	10.09.2002	Erkelenz
4x1.500m	19:29,1	Aachener TG de Hesselde(34) - Hansen(35) - Speckheuer(37) - Büsse(36)	25.06.1987	Aachen
5.000m Gehen	23:23,48	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	06.07.2003	Sittard (NED)
5 km Gehen	24:04	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	07.06.2013	Echt (NED)
10.000m Gehen	48:47,00	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	17.05.2003	Düsseldorf
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:39:31	DLC Aachen Schumm, Peter(42) 52:19 - Geilen, Willi(38) 52:34 - Plotzke, Dieter(32) 54:38	23.10.1982	Düsseldorf
20.000m Gehen	1:45:40,4	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	29.08.2020	Drunen (NED)
20km Gehen	1:40:10	Willi Geilen, 1938, DLC Aachen	17.05.1981	Ahlen
20km Gehen Mannschaft	5:23:01	DLC Aachen Geilen, Willi(38) 1:41:51-Schlumm, Peter(42) 1:42:14 - Plotzke, Dieter(32) 1:58:56	18.04.1982	Kerpen
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	Regensburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:53:27	Willi Geilen, 1938, DLC Aachen	05.09.1982	Ahlen
50km Gehen Mannschaft	16:22:30	DLC Aachen Geilen, Willi(38) 4:53:27 - Beckers (32) - Plotzke, Dieter(32)	05.09.1982	Ahlen
Hochsprung	1,88	Jan Serner, 1975, Dürener TV	20.06.2015	Oberhausen
Stabhochsprung	3,90	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	04.06.1977	Aachen
Weitsprung	6,41	Wolfram Walther, 1955, LGO Euskirchen/Erftstadt	06.06.1996	Erkelenz
Dreisprung	14,32	Wolfram Walther, 1955, LGO Euskirchen/Erftstadt	17.07.1997	Durban (RSA)
Kugelstoß (7,26 kg)	16,07	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	09.06.1977	Erkelenz
Diskuswurf (2 kg)	51,64	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	26.07.1975	Bogen (Bayern)
Hammerwurf (7,26 kg)	65,12	Rudolf Dahl, 1946, DJK Löwe Hambach	30.05.1987	Kerkrade (NED)
Speerwurf (800 g)	59,02	Jonathan Powell (GBR), 1962, SC Myhl Leichtathletik	16.05.2003	Erkelenz
Gewichtswurf (15,88 kg)	13,36	Peter Holthuijsen (NED), 1961, SC Myhl Leichtathletik	03.09.2006	Weiblingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(800gr)-200-DIS(2kg)-1.500	3.213	Jonathan Powell, 1962, SC Myhl Leichtathletik 5,60-59,02-25,2-31,85-5:12,9	16.05.2003	Erkelenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	* 7.122	TuS Chlodwig Zülpich Peters 2.449 - Ramrath 2.365 - Erkes 2.308	18.06.1992	Erfstadt
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 110HÜ(0,991/10)-DIS(2kg)-STA-SPE(800gr)-1500	5.111	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 12,79-5,30-9,42-1,61-59,39 17,86-27,57-2,70-34,85-5:10,17	20/21.09.2003	Gladbeck



Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	13.134		<b>Team Voreifel</b> Michael Frings, 1958, 4.711 (M45) (13,60-4,96-8,97-1,54-60,85-22,01-27,38-2,30-28,72-5:16,20) Hubert Schröder, 1963, 4.235 (12,22-5,93-9,44-1,46-62,20-22,49-27,62-2,40-29,33-6:31,67) Martin Baranzke, 1963, 4.188 (12,61-5,63-10,89-1,54-64,28-19,80-26,01-2,30-31,05-7:32,65)	11./12.10.2003	Euskirchen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(7,26kg)-KUG(7,26kg)-DIS(2kg) SPE(800gr)-GEW(15,88kg)	3.566	M45	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 40,10-13,47-41,41-42,12-13,04	22.08.2009	Stekene (BEL)

## Männer M45

[ZURÜCK](#)

100m	11,7		Horst Göbel, 1938, Aachener TG	04.09.1983	Aachen
200m	24,3		Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	20.09.1980	Leverkusen
	24,3		Günter Reese, 1942, Aachener TG	06.08.1987	Aachen
400m	54,1		Horst Göbel, 1938, Aachener TG	21.06.1983	Aachen
800m	2:01,6		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	06.07.1986	Kerkrade (NED)
1000m	2:36,34		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	04.07.1986	Leverkusen
1500m	4:04,4		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	29.06.1986	Veldhoven (NED)
Meile	4:55,0		Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	04.04.2009	Hückelhoven
3.000m	8:47,2		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	30.09.1986	St. Augustin
5.000m	15:04,0		Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	19.09.1987	Sittard (NED)
10.000m	32:29,9		Willy Roggenbach, 1934, LGO Euskirchen/Erftstadt	14.04.1979	Paderborn
5km (seit 2018)	16:39		Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	26.05.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)					
10km	31:21		Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1989	
10km Mannschaft	1:46:05		SV Rot-Weiß Schlafhorst Schmitz (42) - Schurse (41) - Wüllenweber (37)	1989	Wegberg
Halbmarathon	1:10:19		Heinz Rademacher, 1953, DJK Elmar Kohlscheid	28.03.1998	Paderborn
Halbmarathon Mannschaft	4:01:35		DJK Elmar Kohlscheid Nießen (47) - Thelen (43) - Hänel (40)	05.03.1995	Huchem-Stammeln
Marathon	2:29:42		Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	26.09.1987	Duisburg
Marathon Mannschaft	8:24:08		LGO Euskirchen/Erftstadt Gilles (56) - Spölgel (54) - Tauber (55)	02.10.1983	Echternach
100km	6:38:51		André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannschaft					
110m Hürden (0,991m/10)	15,7		Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	04.07.1981	Aachen
400m Hürden (0,914m/10)	62,3		Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	07.05.1981	Aachen
3.000m Hindernis (0,914m)	9:58,63		Norbert Borgmann, 1962, Turnverein Erkelenz 1860	15.09.2007	Riccione (ITA)
4x100m	48,22		Aachener TG Heckmann (42) - Göbel (38) - Bonnie - Reese (42)	29.08.1987	Köln
4x400m	3:53,1		Aachener TG Stenten (34) - Plaßmann (30) - van Ameln (30) - Ortmanns (36)	25.09.1986	Aachen
4x800m	9:33,0		Dürener TV 1847 Lensing(42) - Schäfer(41) - Beuel(39) - Schnitzler(43)	29.09.1994	Erkelenz
3x1.000m	8:54,99		TV Huchem-Stammeln Bönsch (45) - Steffens (43) - Hermes (46)	06.07.1996	Hagen
4x1.500m	19:29,1		Aachener TG de Hesselde(34) - Hansen(35) - Speckheuer(37) - Büsse(36)	25.06.1987	Aachen
5.000m Gehen	23:23,48		Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	06.07.2003	Sittard (NED)
5 km Gehen	25:58		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	30.04.2022	Frankfurt/Main
10.000m Gehen	48:47,00		Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	17.05.2003	Düsseldorf
10 km Gehen	47:16		Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45		Alemannia Aachen Gaus, Peter(52) 53:34 - Schumm, Peter(42) 60:34 - Maichin, Richard(46) 61:37	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen	1:45:40,4		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	29.08.2020	Drunen (NED)
20km Gehen	1:40:21		Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	27.09.2003	Gleina
20km Gehen Mannschaft	5:44:28		TV Huchem-Stammeln Frischkorn (38) - Kirfel (37) - Dekorsy (39)	28.04.1984	Dülmen



30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	Regensburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:56:38	Dr. Claus Frischkorn, 1938, TV Huchem-Stammeln	28.04.1984	Hahnstetten
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,71	Armin von Helden, 1960, LC Phönix Geilenkirchen Jan Serner, 1975, Dürener TV	07.06.2007 02.07.2022	Essen Euskirchen
Stabhochsprung	3,85	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	14.07.1981	Aachen
Weitsprung	6,34	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	21.06.1981	Leverkusen
Dreisprung	12,57	Martin Baranzke, 1963, Team Voreifel	28.06.2009	St. Wendel
Kugelstoß (7,26 kg)	15,09	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	03.09.1987	Öckinghausen
Diskuswurf (2 kg)	49,82	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	30.08.1980	Jünkerath
Hammerwurf (7,26 kg)	45,35	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	02.05.2009	Leichlingen
Speerwurf (800 g)	58,28	Horst Timmer, 1943, Aachener TG	12.05.1990	Aachen
Gewichtswurf (15,88 kg)	13,36	Peter Holthuijsen (NED), 1961, SC Myhl Leichtathletik	03.09.2006	Weiblingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(800gr)-200-DIS(2kg)-1.500	2.817	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 5,51-34,43-26,64-27,31-5:24,32	31.08.2007	Erkelenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	* 6.500	Dürener TV <i>Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden</i> Winkler (39) 2.310 - Beuel (39) 2.307 - Schnitzler (43) 1.883	24.09.1988	Düren
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 110HÜ(0,991/10)-DIS(2kg)-STA-SPE(800gr)-1500	5.546	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 12,78-5,03-9,40-1,58-58,44 19,13-29,39-2,80-35,12-5:17,18	01./02.10.2005	Meckenheim
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(7,26kg)-KUG(7,26kg)-DIS(2kg) SPE(800gr)-GEW(15,88kg)	3.566	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 40,10-13,47-41,41-42,12-13,04	22.08.2009	Stekene (BEL)

## Männer M50

## ZURÜCK

100m	11,8	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	17.09.1980	Leverkusen
200m	24,3	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	20.09.1980	Leverkusen
400m	55,8	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	21.07.1981	Aachen
800m	2:04,3	Hans-Joachim Schulz, 1941, LG Hückelhoven	04.09.1991	Ratingen
1000m	2:44,5 2:44,5	Hans-Joachim Schulz, 1941, LG Hückelhoven Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	27.08.1991 02.07.1996	Aachen Aachen
1500m	4:17,0	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	04.06.1997	Grefrath
Meile	5:03,27	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	03.08.2016	Tessengerlo (BEL)
3.000m	9:09,5	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	13.07.1996	Sittard (NED)
5.000m	15:51,2	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	21.05.1996	Aachen
10.000m	33:22,7	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	19.06.1997	Euskirchen
5km (seit 2018)	16:39	Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	26.05.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	32:54	Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	06.03.2022	Leverkusen
10km Mannschaft	1:50:40	SC Myhl Leichtathletik Frings (55) - Barten (54) - Hennig (55)	28.08.2005	Wegberg
Halbmarathon	1:12:38	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	22.03.1997	Neustadt
Halbmarathon Mannschaft	4:07:10	DLC Aachen Wilems (53) - Büngeler (57) - Theß (53)	05.04.2008	Reil
Marathon	2:32:30	Josef Hammes, 1934, SVS Merksteint	28.04.1984	Bremen
Marathon Mannschaft	8:27:01	DLC Aachen Wilems (53) - Büngeler (57) - Theß (53)	02.05.2007	Hamburg
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,914m/10)	15,44	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst	30.07.2011	Erkelenz
400m Hürden (0,838m/10)	65,41	Rainer Lensing, 1942, Dürener TV 1847	01.07.1995	Kerkrade (NED)





3.000m Hindernis (0,914m)	11:14,90	Josef Hammes, 1934, SVS Merkstein	05.06.1986	Aachen
4x100m	48,3	Aachener TG Heckmann (42) - Göbel (38) - Ortmanns (36) - Reese (42)	13.06.1992	Aachen
4x400m	3:53,1	Aachener TG Stenten (34) - Plaßmann (30) - van Ameln (30) - Ortmanns (36)	25.09.1986	Aachen
4x800m	9:33,0	Dürener TV 1847 Lensing(42) - Schäfer(41) - Beuel(39) - Schnitzler(43)	29.09.1994	Erkelenz
3x1.000m	8:54,99	TV Huchem-Stammeln Bönsch (45) - Steffens (43) - Hermes (46)	06.07.1996	Hagen
4x1.500m	19:29,1	Aachener TG de Hesselde(34) - Hansen(35) - Speckheuer(37) - Büsse(36)	25.06.1987	Aachen
5.000m Gehen	23:23,48	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	06.07.2003	Sittard (NED)
5 km Gehen	27:19	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.10.2012	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	48:47,00	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	17.05.2003	Düsseldorf
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen Gaus, Peter(52) 53:34 - Schumm, Peter(42) 60:34 - Maichin, Richard(46) 61:37	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen				
20km Gehen	1:40:21	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	27.09.2003	Gleina
20km Gehen Mannschaft	5:45:22	Alemannia Aachen Gaus, Peter(52) 1:40:21 - Schumm, Peter(42) 1:56:35 - Neubacher, Herbert(53) 2:08:26	27.09.2003	Gleina
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:56:45	Dieter Plotzke, 1932, DLC Aachen	07.10.1984	Hahnstätten
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,65	Josef Kurth, 1949, Dürener TV	21.06.2008	Köln
Stabhochsprung	3,71	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	20.09.1986	Aachen
Weitsprung	5,72	Martin Baranzke, 1963, Team Voreifel	22.09.2013	Brey
Dreisprung	12,23	Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	21.07.2010	Nyiregyhaza (HUN)
Kugelstoß (6 kg)	16,41	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	22.06.1985	Rom (ITA)
Diskuswurf (1,5 kg)	54,10	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	04.06.1989	Übach-Palenberg
Hammerwurf (6 kg)	47,90	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	11.06.2011	Hückelhoven
Speerwurf (700 g)	52,24	Christian Hund, 1968, DJK Rasensport Aachen-Brand	30.06.2018	Mönchengladbach
Gewichtswurf (11,34 kg)	16,99	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860	24.09.2011	Übach-Palenberg
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(700gr)-200-DIS(1,5kg)-1.500	2.815	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 5,12-34,01-26,68-27,08-5:36,94	04.09.2010	Erkelenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	5.333	SC Myhl Leichtathletik Leo Pelzer, 1951, 2.337 (4,77-31,98-28,6-26,16-6:11,7) Walter Settels, 1952, 1.939 (4,23-21,23-29,9-19,23-5:40,2) Wolfgang Paulus, 1952, 1.057 (4,17-17,26-38,8--14,35-6:49,0)	16.05.2003	Erkelenz
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(6kg)-HOC-400 100HÜ(0,914)-DIS(1,5kg)-STA-SPE(700gr)-1.500	4.356	Martin Baranzke, 1963, LGO Euskirchen/Erftstadt 13,01-5,47-11,35-1,48-65,90 19,61-o.g.V-2,60-29,04-aufg.	28./29.09.2013	Zülpich
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(6kg)-KUG(6kg)-DIS(1,5kg) SPE(700gr)-GEW(11,34kg)	3.851	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 44,10-14,45-47,76-41,60-16,99	24.09.2011	Übach-Palenberg

## Männer M55

[ZURÜCK](#)

100m	12,0	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	31.07.1993	Erkelenz
200m	25,6*	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	03.07.1993	Aachen
	25,85	Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß	20.06.2015	Oberhausen
400m	58,08	Karl-Heinz Lorbach, 1961, LC Euskirchen	09.07.2016	Leinefelde
800m	2:10,53	Hans-Joachim Schultz, 1941, LG Hückelhoven	14.09.1996	Recklinghausen
	2:10,53	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	13.09.2019	Jesolo (ITA)
1000m	2:52,24	Hans-Joachim Schultz, 1941, LG Hückelhoven	21.08.1996	Bergisch-Gladbach



1500m	4:37,52	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	19.06.2019	Oedt
<b>Meile</b>	<b>5:22,96</b>	<b>Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860</b>	<b>09.06.2023</b>	<b>Valkenswaard (NED)</b>
3.000m	9:56,56	Winfried Willems, 1957, Aachener TG	08.08.2013	Leverkusen
5.000m	17:20,4	Martin Willems, 1926, DLC Aachen	24.09.1981	Aachen
10.000m	35:49,7	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	03.10.1993	Aachen
5km (seit 2018)	18:22	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	16.11.2019	Hückelhoven
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	35:05	Jan Dreesen, 1949, TuS Kreuzweingarten-Rheder	18.07.2004	Wegberg
10km Mannschaft	1:56:03	Aachener TG Schlag (52) - Theß (53) - Willems (57)	04.03.2012	Leverkusen
Halbmarathon	1:17:01	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	4:15:50	Aachener TG Schlag (52) - Theß (53) - Willems (57)	15.04.2012	Griesheim
<b>Marathon</b>	<b>2:47:04</b>	<b>Stefan Gösgens, 1967, Alemannia Aachen</b>	<b>16.04.2023</b>	<b>Rotterdam (NED)</b>
Marathon Mannschaft	9:13:00	Aachener TG Willems, Winfried(57) 2:49:29 - Theß, Rainer(53) - 3:07:43 - Laeven, Herbert(56) 3:15:48	14.10.2012	München
100km	8:45:13	Wolfgang Braun, 1954, TV Eifeler Turnkraft Konzen	10.03.2018	Rheine
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,914m/10)	16,00	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	02.08.1994	Aachen
400m Hürden (0,838m/10)	69,81	Rainer Lensing, 1942, Dürener TV	15.08.1997	Schweinfurt
3.000m Hindernis (0,914m)	11:57,09	Norbert Borgmann, 1962, VSV Grenzland-Wegberg	31.07.2017	Aarhus (DEN)
4x100m	50,53	Aachener TG Stenten (34) - Plaßmann (30) - von Ameln (30) - Maroon (29)	27.05.1989	Aachen
4x400m				
4x800m				
3x1.000m	9:35,39	Aachener TG Theß, Rainer (53) - Büngeler, Herbert (57) - Willems, Winfried (57)	13.07.2012	Erfurt
4x1.500m				
5.000m Gehen	25:12,97	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	04.06.2012	Diez
5 km Gehen	27:19	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.10.2012	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	54:57,7	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.06.2004	Kaiserslautern
10 km Gehen	49:49	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	18.05.2007	Regensburg
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen Gaus, Peter(52) 53:34 - Schumm, Peter(42) 60:34 - Maichin, Richard(46) 61:37	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen				
20km Gehen	1:48:24	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	28.04.2007	Naumburg
20km Gehen Mannschaft				
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	Regensburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	5:33:23	Dieter Plotzke, 1932, Alemannia Aachen	04.10.1987	St. Odenrodt
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,65	Josef Kurth, 1949, Dürener TV	21.06.2008	Köln
Stabhochsprung	3,00	Dieter Tobies, 1951, SV Rot-Weiß Schlafhorst	10.09.2006	Übach-Palenberg
Weitsprung	5,57	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	04.07.1992	Aachen
Dreisprung	12,23	Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	21.07.2010	Nyiregyhaza (HUN)
Kugelstoß (6 kg)	15,95	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	01.07.1990	Budapest (HUN)
Diskuswurf (1,5 kg)	53,78	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	21.05.1991	Eppstein
Hammerwurf (6 kg)	44,01	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	21.04.2018	Leichlingen
Speerwurf (700 g)	44,27	Jonathan Powell (GBR), 1962, Turnverein Erkelenz 1860	25.03.2017	Übach-Palenberg



Gewichtswurf (11,34 kg)	15,75	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	10.11.2018 29.08.2020	Leichlingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(700gr)-200-DIS(1,5kg)-1.500	2.456	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel 4,19-34,48-32,25-35,94-6:25,14	10.08.2008	Darmstadt
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(6kg)-HOC-400 100HU(0,914)-DIS(1,5kg)-STA-SPE(700gr)-1.500				
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(6kg)-KUG(6kg)-DIS(1,5kg) SPE(700gr)-GEW(11,34kg)	3.159	Det Beckers, 1964, Aachener TG 36,61-10,65-34,85-38,48-12,68	10.08.2019	Zella-Mehlis

## Männer M60

## ZURÜCK

100m	12,85	-1,0 Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß	30.06.2018	Mönchengladbach
200m	25,8	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	03.08.1991	Erkelenz
400m	59,79	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	10.08.1991	Sittard (NED)
800m	2:20,97	Hans-Joachim Schulz, 1941, LAV Hückelhoven	17.08.2001	Potsdam
1000m	3:08,11	Hans-Joachim Schulz, 1941, LAV Hückelhoven	30.05.2001	Grefrath
1500m	4:56,4	Hans Olschweski, 1938, DLC Aachen	17.06.1998	Oedt
Meile	6:11,7	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	14.05.2002	Hückelhoven
3.000m	10:26,92	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	11.06.1998	Venlo (NED)
5.000m	17:56,84	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	01.05.1998	Süchteln
10.000m	37:01,75	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	25.04.1998	Köln
5km (seit 2018)	18:55	Herbert Büngeler, 1957, Aachener TG	10.02.2018	Mönchengladbach
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	37:05	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	21.02.1998	Mönchengladbach
10km Mannschaft	2:02:11	DJK Elmar Kohlscheid Heise (38) - Thelen (43) - Bischoff (40)	28.03.2004	Haltern
Halbmarathon	1:20:55 1:20:55	Mike Baker, 1936, LC Euskirchen Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	30.03.1996 25.01.1998	Kauserslautern Wegberg
Halbmarathon Mannschaft	4:30:02	DJK Elmar Kohlscheid Heise (38) - Thelen (43) - Bischoff (40)	14.03.2004	Siegburg
Marathon	3:00:56	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	15.02.1998	Herten
Marathon Mannschaft				
100km	8:45:13	Wolfgang Braun, 1954, TV Eifeler Turnkraft Konzen	10.03.2018	Rheine
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,838m/10)	16,35	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	16.08.1996	Leinfelden
300m Hürden (0,762m/7)	46,13	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	01.08.1999	Gateshead (GBR)
2.000m Hindernis (0,914m)	8:29,4	Rainer Lensing, 1942, Dürener TV	07.05.2003	Hückelhoven
4x100m	52,98	Aachener TG Stenten (34) - Plaßmann (30) - Ortmanns (36) - von Ameln (30)	06.06.1996	Erkelenz
4x400m				
4x800m				
3x1.000m	11:00,49	VSV Grenzland Wegberg Borgmann (34) - Steinhäuser (42) - Königs (39)	13.07.2002	Kevelaer
4x1.500m				
5.000m Gehen	25:12,97	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	04.06.2012	Diez
5 km Gehen	27:19	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.10.2012	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	54:57,7	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.06.2004	Kauserslautern
10 km Gehen	53:34	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	22.04.2012	Naumburg



10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen Gaus, Peter(52) 53:34 - Schumm, Peter(42) 60:34 - Maichin, Richard(46) 61:37	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen				
20km Gehen	1:48:33	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.10.2012	Tilburg (NED)
20km Gehen Mannschaft				
30km Gehen	3:09:44	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.09.2010	Gleina
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen				
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,62	Josef Kurth, 1949, Dürener TV	20.06.2009	Köln
Stabhochsprung	2,75	Dieter Tobies, 1951, SV Rot-Weiß Schlafhorst	12.07.2013	Mönchengladbach
Weitsprung	5,46	0,0 Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst	18.09.2021	Euskirchen
Dreisprung	11,13	Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	12.08.2015	Lyon (FRA)
Kugelstoß (5 kg)	16,25	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	17.06.1995	Stolberg
Diskuswurf (1,0 kg)	60,56	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	29.09.1996	Wuppertal
Hammerwurf (5 kg)	47,54	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	27.04.1996	Niederselters
Speerwurf (600 g)	45,30	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	28.08.2014	Izmir (TUR)
Gewichtswurf (9,08 kg)	17,67	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	19.09.1998	Cesenatico (ITA)
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(600gr)-200-DIS(1kg)-1.500	2.836	Karl-Heinz Moll, 1939, DJK Frankenberg Aachen 4,37-30,18-30,11-30,43-5:34,95	21.08.1999	Aachen
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	*7.082	VSV Grenzland Wegberg Josef Königs, 1939, 2.524 (4,00-21,72-30,18-27,33-5:30,30) Felix Hoppe, 1930, 2.446 M65 (4,14-21,64-29,65-24,05-6:59,76) Hans Borgmann, 1934, *1.092(Int.)M65 <i>Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden</i>	20.06.1999	Koblenz
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(5kg)-HOC-400 100HÜ(0,838)-DIS(1kg)-STA-SPE(600gr)-1.500	5.352	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel 15,12-4,18-10,45-1,46-72,09 20,51-39,39-2,30-42,10-6:42,35	12./13.09.2011	Lignano (ITA)
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(5kg)-KUG(5kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	4.341	M65 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 42,63-14,14-47,24-40,55-16,42	12.07.2001	Brisbane (AUS)

## Männer M65

[ZURÜCK](#)

100m	13,0 13,24	0,4 Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß	02.06.1983 12.08.2023	Aachen Mönchengladbach
<b>200m</b>	<b>27,11</b>	<b>1,3 Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß</b>	<b>03.06.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
400m	63,80	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	18.08.1995	Minden
800m	2:39,85	Helmut Groß, 1948, DJK Rasensport Aachen-Brand	15.09.2013	Aachen
1000m	3:17,5	Ludwig Schurt, 1920, Zollsportverein Aachen	05.07.1985	Aachen
1500m	5:17,9	Ludwig Schurt, 1920, Zollsportverein Aachen	12.06.1985	Aachen
Meile	6:53,2	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	14.05.2002	Hückelhoven
3.000m	11:05,08	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	20.05.2003	Aachen
5.000m	19:02,40	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	06.05.2003	Aachen
10.000m	39:41,0	Ludwig Schurt, 1920, Zollsportverein Aachen	09.05.1985	Aachen
5km (seit 2018)	20:57	Peter Honold, 1954, SC Myhl Leichtathletik	02.03.2019	Mönchengladbach
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	39:39	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	28.03.2004	Haltern
10km Mannschaft	2:23:20	VSV Grenzland Wegberg Steinhäuser(42) 47:03 - Königs(39) 47:44 - Sentsis(36) 48:33	20.09.2008	Wegberg
Halbmarathon	1:27:12	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	25.01.2004	Wegberg
Halbmarathon Mannschaft	5:44:37	VSV Grenzland Wegberg Sentsis(36) 1:49:44 - Borgmann(34) 1:55:42 - Beckers(34) 1:59:11	27.01.2002	Wegberg
Marathon	3:14:14	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	01.06.2003	Duisburg



## Marathon Mannschaft

100km	10:20:12	Konrad Sieben, 1944, LG Ameln/Linnich	03.10.2009	Bad Neuenahr
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,838m/10)	20,51	Herbert Mussinghoff, 1949, LGO Euskirchen/Erfstadt	07.09.2014	Zülpich
300m Hürden (0,762m/7)				
2.000m Hindernis (0,914m)	9:31,30	Rainer Lensing, 1942, TV Girebelsrath	15.06.2011	Hilden
4x100m	69,77	VSV Grenzland Wegberg Schwarz (35) - Borgmann, Hans(34) - Sentis (36) - Hoppe, Felix (30)	19.05.2007	Erkelenz
4x400m				
3x1.000m	12:08,4	VSV Grenzland Wegberg Steinhäuser (42) - Königs (39) - Sentis (36)	10.09.2008	Hückelhoven
5.000m Gehen	27:43,44	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	16.09.2017	Diez
5 km Gehen	27:40	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	20.03.2011	Gent (BEL)
10.000m Gehen	56:58,27	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	12.05.2007	Düsseldorf
10 km Gehen	56:35	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.05.2007	Regensburg
10 km Gehen Mannschaft				
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:00:41	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	28.05.2011	Bad Abach
20km Gehen Mannschaft				
30km Gehen	3:09:44	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.09.2010	Gleina
30km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,41	Rainer Lensing, 1942, TV Girebelsrath	02.09.2007	Aachen
Stabhochsprung	2,40	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	07.08.2014	Zülpich
Weitsprung	4,74	-0,9 Matthias Balduwein, 1953, Team Voreifel	31.05.2018	Mönchengladbach
Dreisprung	10,28	0,3 Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	06.09.2020	Düsseldorf
Kugelstoß (5 kg)	14,54	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.03.2001	Stolberg
Diskuswurf (1 kg)	54,84	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	18.03.2000	Übach-Palenberg
Hammerwurf (5 kg)	44,59	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	30.09.2000	Übach-Palenberg
Speerwurf (600 g)	45,30	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	28.08.2014	Izmir (TUR)
Gewichtswurf (9,08 kg)	16,50	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	22.07.2004	Aarhus (DEN)
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(600gr)-200-DIS(1kg)-1.500	2.446	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 4,14-21,64-29,65-24,05-6:59,76	20.06.1999	Koblenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(5kg)-HOC-400 100HÜ(0,838)-DIS(1kg)-STA-SPE(600gr)-1.500	5.528	Herbert Mussinghoff, 1949, LGO Euskirchen/Erfstadt 14,65-3,75-12,34-1,40-86,16 20,51-48,51-2,40-39,40-aufg.	06./07.09.2014	Zülpich
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(5kg)-KUG(5kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	4.341	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 42,63-14,14-47,24-40,55-16,42	12.07.2001	Brisbane (AUS)

## Männer M70

100m	13,54	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	12.08.2000	Aachen
200m	27,78	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	12.08.2000	Aachen
400m	69,81	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	12.07.2001	Brisbane (AUS)
800m	2:57,56	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	16.05.2009	Erkelenz
1000m	3:48,19	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	31.05.2009	Hückelhoven
1500m	5:55,24	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.05.2008	Oedt
Meile	7:17,3	Willi Hören, 1928, SC Myhl Leichtathletik	18.04.1998	Erkelenz

[ZURÜCK](#)



3.000m	11:48,5	Johann Schmitz, 1922, TV Konzen	03.06.1992	Aachen
5.000m	20:09,9	Johann Schmitz, 1922, TV Konzen	13.05.1992	Aachen
10.000m	42:33,24	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	28.08.2008	Mönchengladbach
5km (seit 2018)	27:00	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	30.09.2018	Hückelhoven
<b>5km Mannschaft (seit 2018)</b>				
10km	42:15	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	20.09.2008	Wegberg
Halbmarathon	1:30:31	Reiner Renner, 1940, DJK Gillrath	07.03.2010	Selfkant
Marathon	3:30:11	Johann Schmitz, 1922, TV Konzen	12.04.1992	Hannover
100km	12:46:27	Alfons Schöneborn, 1935, LC Euskirchen	29.04.2006	Hanau
80m Hürden (0,762m/8)				
300m Hürden (0,686m/7)				
2.000m Hindernis (0,914m)				
4x100m	69,77	VSV Grenzland Wegberg Schwarz (35) - Borgmann, Hans(34) - Sentis (36) - Hoppe, Felix (30)	19.05.2007	Erkelenz
4x400m				
3x1.000m	12:53,70	VSV Grenzland Wegberg Königs (39) - Sentis (36) - Borgmann, Hans (34)	02.05.2009	Bad Neuenahr-Ahrweiler
5.000m Gehen	29:08,9	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	29.09.2012	Diez
5 km Gehen	29:20	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.06.2014	Düsseldorf
10.000m Gehen	59:46,9	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:08	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.12.2013	Rotterdam (NED)
20km Gehen	2:04:13	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.05.2014	Naumburg
30km Gehen	3:32:10	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	19.05.2018	Alicante (ESP)
Hochsprung	1,38	Otto Theißen, 1940, TV Höfen	23.09.2011	Erkelenz
Stabhochsprung				
Weitsprung	4,40	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	12.08.1990	Budapest (HUN)
Dreisprung	8,54	0,8 Heribert Reinartz, 1949, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.07.2019	Leinefelde-Worbis
Kugelstoß (4 kg)	14,23	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	23.07.2006	Posen (POL)
Diskuswurf (1 kg)	49,70	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	27.02.2005	Düsseldorf
Hammerwurf (4 kg)	47,82	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	17.03.2006	Linz (AUT)
Speerwurf (500 g)	40,02	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	26.05.2019	Gladbeck
Gewichtswurf (7,26 kg)	18,95	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	10.09.2007	Riccione (ITA)
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(4kg)	1.904	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 14,6-3,71-9,55	06.05.2000	Leverkusen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(500gr)-200-DIS(1,0kg)-1.500	2.038	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 3,85-23,87-31,4-22,40-aufg.	16.05.2003	Wegberg
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(7,26kg)	4.149	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 43,22-13,62-46,13-29,42-17,63	31.07.2005	Edmonton (CAN)

## Männer M75

100m	14,1	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	16.07.1994	Erkelenz
200m	29,77	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	10.10.1993	Miyazaki (JPN)
400m	76,59	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	14.07.2007	Fulda
800m	3:11,02	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	11.05.2013	Aachen
1000m	4:04,50	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	07.06.2013	Troisdorf
1500m	6:13,42	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.06.2013	Troisdorf
Meile				
3.000m	12:59,37	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.05.2013	Aachen
5.000m	22:09,39	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	07.05.2013	Aachen
10.000m	44:17,08	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	21.04.2013	Essen
5km (seit 2018)	27:00	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	30.09.2018	Hückelhoven

[ZURÜCK](#)



#### 5km Mannschaft (seit 2018)

10km	44:11	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	12.01.2013	Nettetal
Halbmarathon	1:38:22	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	19.01.2014	Wegberg
Marathon	3:45:56	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	25.10.2015	Frankfurt am Main
100km				
80m Hürden (0,762m/8)				
300m Hürden (0,686m/7)				
2.000m Hindernis (0,914m)				
4x100m				
4x400m				
3x1.000m				
5.000m Gehen	30:41,03	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.07.2017	Best (NED)
5 km Gehen	31:40	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.10.2017	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	1:03:19,06	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	02.09.2017	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:03:22	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.10.2017	Tilburg (NED)
20km Gehen	2:10:55	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	03.08.2017	Aarhus (DEN)
30km Gehen	3:32:10	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	19.05.2018	Alicante (ESP)
Hochsprung	1,32	Otto Theißen, 1940, TV Höfen	21.07.2015	Mönchengladbach
Stabhochsprung				
Weitsprung	4,16	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	03.06.1994	Athen (GRE)
Dreisprung				
Kugelstoß (4 kg)	11,88	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	20.03.2010	Aachen
Diskuswurf (1 kg)	43,77	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.09.2011	Übach-Palenberg
Hammerwurf (4 kg)	43,62	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	02.10.2010	Hückelhoven
Speerwurf (500 g)	32,66	Klaus Maurus, 1943, Aachener TG	31.05.2018	Mönchengladbach
Gewichtswurf (7,26 kg)	17,07	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	16.07.2010	Nyiregyhaza (HUN)
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(4kg)	1.859	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 15,56-3,45-8,50	11.06.2006	Ahlen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(500gr)-200-DIS(1,0kg)-1.500	1.842	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg 2,61-23,14-38,34-19,40-7:44,84	13.06.2009	Ahlen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(7,26kg)	4.161	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 41,87-10,16-43,77-27,68-16,06	24.09.2011	Übach-Palenberg

#### Männer M80

100m	15,78	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	12.06.2010	Aichbach
200m	33,29	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	04.07.2010	Kavelaer
400m	93,17	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	01.10.2011	Aachen
800m	3:28,48	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	15.06.2018	Aachen
1000m	4:27,65	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	04.07.2018	Grefrath
1500m	6:42,09	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	30.06.2018	Mönchengladbach
3.000m	14:10,21	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	21.05.2018	Siegburg
5.000m	24:27,87	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	07.09.2018	Dormagen
10.000m	48:35,58	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.04.2018	Aachen
5km (seit 2018)	29:24	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	16.11.2019	Hückelhoven
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	47:10	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	13.01.2018	Nettetal
Halbmarathon	1:47:57	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	25.02.2018	Hamm
Marathon	3:57:10	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	11.03.2018	Kandel
5.000m Gehen	34:46,60	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	02.07.2022	Best (NED)

[ZURÜCK](#)



5 km Gehen	34:47	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	30.04.2022	Frankfurt/Main
10.000m Gehen				
10 km Gehen	1:09:13	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	06.03.2022	Rotterdam (NED)
20km Gehen				
30km Gehen				
Hochsprung	1,10	Paul Esser, 1937, Aachener TG	31.05.2018	Mönchengladbach
Weitsprung	3,32	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	12.06.2010	Aichbach
Kugelstoß (3 kg)	11,55	Dr. Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	25.03.2017	Übach-Palenberg
Diskuswurf (1 kg)	36,17	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	04.06.2016	Essen
Hammerwurf (3 kg)	44,38	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	15.08.2015	Lyon (FRA)
Speerwurf (400 g)	27,96	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	17.04.2016	Aachen
Gewichtswurf (5,45 kg)	18,50	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	07.08.2015	Lyon (FRA)
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(400gr)-GEW(5,45kg)	3.915	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 44,38-10,50-30,84-26,90-16,01	15.08.2015	Lyon (FRA)

## Männer M85

100m	18,72	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	10.07.2015	Zittau
200m	39,51	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	20.06.2015	Oberhausen
<b>400m</b>	<b>115,74</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>18.06.2023</b>	<b>Köln</b>
<b>800m</b>	<b>4:06,86</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>13.08.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
<b>1000m</b>	<b>5:14,09</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>27.08.2023</b>	<b>Aachen</b>
<b>1500m</b>	<b>7:54,30</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>12.08.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
<b>3000m</b>	<b>17:21,42</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>16.06.2023</b>	<b>Aachen</b>
<b>5000m</b>	<b>28:55,57</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>03.06.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
<b>10000m</b>	<b>62:27,81</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>22.04.2023</b>	<b>Dortmund-Hacheneey</b>
<b>5km (seit 2018)</b>	<b>28:34</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>21.10.2023</b>	<b>Köln-Porz</b>
5km Mannschaft (seit 2018)				
<b>10 km</b>	<b>57:53</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>05.03.2023</b>	<b>Leverkusen</b>
<b>Halbmarathon</b>	<b>2:41:23</b>	<b>Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid</b>	<b>19.03.2023</b>	<b>Bergisch Gladbach</b>
Hochsprung	0,92	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	16.06.2019	Euskirchen
Kugelstoß (3 kg)	9,51	Peter Krusche, 1922, Aachener TG	11.10.2008	Aachen
Diskuswurf (1 kg)	21,14	Paul Esser, 1937, Aachener TG	09.04.2022	Übach-Palenberg
Hammerwurf (3 kg)	26,34	Paul Esser, 1937, Aachener TG	09.04.2022	Übach-Palenberg
Speerwurf (400 g)	24,29	Peter Krusche, 1922, Aachener TG	17.08.2008	Aachen
Gewichtswurf (5,45 kg)	9,37	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	27.04.2019	Alzey
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(400gr)-GEW(5,45kg)	2.256	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg 20,36-6,72-14,51-16,67-9,37	27.04.2019	Alzey

## Männer M90

Kugelstoß (3 kg)	7,44	Peter Krusche, 1922, Aachener TG	29.04.2012	Villmar
------------------	------	----------------------------------	------------	---------

[ZURÜCK](#)





## Frauen W30

100m	11,64	Maja Asaraschwili, 1964, Eschweiler SG	07.06.1996	Nürnberg
200m	23,30	Maja Asaraschwili, 1964, Eschweiler SG	30.06.1996	Essen
400m	58,88	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	03.06.1999	Erkelenz
800m	2:17,43	Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	10.07.1999	Konstanz
1000m	3:25,9	Antoinette Jünger, 1956, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	4:42,56	Gerdrud Theißen, 1940, TV Konzen	14.08.1984	Mönchengladbach
Meile	5:44,0	Barbara Hillebrand, 1957, DJK Wassenberg	26.04.1997	Erkelenz
3.000m	9:55,5	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	12.06.1986	Aachen
5.000m	16:51,9	Monika Lövenich, 1955, DJK LC Vettweiß	08.08.1987	Sittard (NED)
10.000m	35:09,6	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	27.03.1993	Aachen
<b>5km (seit 2018)</b>	<b>18:22</b>	<b>Laura Laermann, 1993, Deutscher LA-Club Aachen</b>	<b>18.02.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
<b>5km Mannschaft (seit 2018)</b>	<b>1:14:18</b>	<b>DJK Jung-Siegfried Herzogenrath</b> Heike Herma (71) 23:20 - Sandra May (73) 23:42 - Tina Burghardt (73) 27:16	<b>28.10.2023</b>	<b>Herzogenrath</b>
10km	35:35	Birgit Rau, 1967, LC Euskirchen	03.03.2002	Leverkusen
10km Mannschaft	1:55:53	DJK Jung-Siegfried Herzogenrath Leschnik (81) - Offermanns (83) - Herma (71)	15.03.2014	Salzkotten
Halbmarathon	1:15:17	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammen
Halbmarathon Mannschaft	4:08:23	DLC Aachen Dunke (55) - Kieven (61) - Küpper (67)	01.03.1998	Huchem-Stammen
Marathon	2:36:13	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	01.10.1989	Berlin
Marathon Mannschaft	8:49:43	DLC Aachen Dunke, Angelika(55) 2:55:29 - Reiners, Gabriele(66) 2:56:39 - Kieven, Birgit(61) 2:57:35	05.10.1997	Köln
100km	7:58:23	Svetlana Waack (BLR), 1967, DJK Frankenberg Aachen	13.09.1997	Winschoten
100km Mannschaft	27:44:16	DLC Aachen Theissen, Maria(55) 8:47:25, Gerards, Marianne(41) 9:28:25 - Grawinkel, Resi(42) 9:28:26	05.09.1992	Rheine
100m Hürden (0,838m/10)	14,27	Christiane Wolff, 1965, DJK Rasensport Aachen-Brand	27.08.1997	Paris (FRA)
400m Hürden (0,762m/10)	65,44	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	29.05.2001	Hilden
3.000m Hindernis (0,762m)				
4x100m	53,20	Turnverein Erkelenz 1860 Müller (71) - Jaegers (51) - Korte (35) - Keuter (37)	10.06.2001	Erkelenz
4x400m	4:56,83	StG LA Team Heinsberg Deckers (69) - Derichs (67) - Joachims (62) - Krollkowsky (69)	23.09.2011	Erkelenz
3x800m	7:32,19	DJK Jung-Siegfried Herzogenrath Meer (74) - Herma (71) - Leschnik (81)	15.06.2014	Herzogenrath
5.000m Gehen	29:21,7	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	19.08.1992	Wert (NED)
5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:42	Renate Sturz, 1946, TV Germania Obermaubach	20.05.1990	Kerpen
10 km Gehen Mannschaft	3:15:53	Alemannia Aachen Schumm (55) - Plotzke (36) - Lauter (53)	27.04.1986	Herten
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:09:32	Cornelia Neubacher, 1956, Alemannia Aachen	09.04.1995	Paris (FRA)
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,65	Angelika Decker, 1951, SG Düren 99	03.10.1981	Sittard (NED)
<b>Stabhochsprung</b>	<b>1,80</b>	<b>Laura Friedeheim, 1991, DJK Rasensport Aachen-Brand</b>	<b>13.06.2023</b>	<b>Greve (DEN)</b>
Weitsprung	6,10	Edda Tocha, 1949, SG Düren 99	07.07.1979	Essen
Dreisprung	10,16	Hiltrud Schumacher, 1964, Team Voreifel	29.08.1998	Euskirchen
Kugelstoß (4 kg)	12,52	Elli Schwan, 1940, Alemannia Aachen	08.09.1993	München
Diskuswurf (1 kg)	45,72	Marita Schuran, 1949, Dürener TV	22.06.1979	Düren
Hammerwurf (4 kg)	40,22	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	20.06.2010	Hückelhoven
Speerwurf (600 g)	38,83	Dr. Monika Gube, 1974, DJK Elmar Kohlscheid	18.08.2006	Euskirchen
Gewichtwurf (9,08 kg)	12,98	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	26.09.2009	Übach-Palenberg
Fünfkampf (int. Wertung) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	3.148	Martina Steinbach, 1968, DJK Rasensport Aachen-Brand 12,93-1,52-8,90-5,26-2:34,86	19.06.1999	Koblenz

ZURÜCK



**Siebenkampf (int. Wertung)**  
100HÜ(0,838m/10)-HOC-KUG(4kg)-200  
WEI-SPE(600gr)-800

**4.184**

**Paula Lassner, 1993, DJK Frankenberg 1912 Aachen**  
16,20 (+0,1) - 1,48 - 9,77 - 27,40 (+0,1) - 5,08 (0,0) - 30,72 - 2:35,05

08./09.09.2023

**Euskirchen**

## Frauen W35

[ZURÜCK](#)

100m	12,6	Edda Tocha, 1949, SG Düren 99	16.06.1984	Düren
200m	26,2	Hildegard Mohnen, 1940, LG Pfeifer & Langen Ameln	13.07.1982	Willich
400m	60,46	Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	22.06.2000	Kevelaer
800m	2:17,5	Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	26.08.1978	Hösbach
1000m	3:25,9	Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	4:42,56	Gerdrud Theißen, 1940, TV Konzen	14.08.1984	Mönchengladbach
Meile	5:44,0	Barbara Hillebrand, 1957, DJK Wassenberg	26.04.1997	Erkelenz
3.000m	9:58,2	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	31.05.1994	Aachen
5.000m	17:21,2	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	13.05.1992	Aachen
10.000m	35:09,6	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	27.03.1993	Aachen
5km (seit 2018)	20:43	Christiane Meer, 1974, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	10.02.2018	Mönchengladbach
<b>5km Mannschaft (seit 2018)</b>	<b>1:14:18</b>	<b>DJK Jung-Siegfried Herzogenrath</b> Heike Herma (71) 23:20 - Sandra May (73) 23:42 - Tina Burghardt (73) 27:16	<b>28.10.2023</b>	<b>Herzogenrath</b>
10km	36:23	Birgit Rau, 1967, LC Euskirchen	13.11.2004	Langsur
10km Mannschaft	2:08:00	Dürener TV Havartz-Röhlich(66) 39:48 - Ruland(63) 41:29 - Maubach(57) 46:43	05.08.2006	Eschweiler
Halbmarathon	1:15:17	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	4:30:53	VSV Grenzland Wegberg Loenstad, Anni(53) 1:26:41 - Jünger, Antoinette(59) 1:27:36 - Zerrissen-Mikosch, Martina(60) 1:36:36	25.01.1998	Wegberg
Marathon	2:52:59	Birgit Rau, 1967, LC Euskirchen	10.10.2004	Essen
Marathon Mannschaft	10:37:30	DLC Aachen Theißen (55) - Spellerberg (61) - Klinckenberg (51)	04.05.1997	Regensburg
100km	8:13:22	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	29.04.2006	Rodenbach
100km Mannschaft	27:44:16	DLC Aachen Theissen, Maria(55) 8:47:25, Gerards, Marianne(41) 9:28:25 - Grawinkel, Resi(42) 9:28:26	05.09.1992	Rheine
100m Hürden (0,838m/10)	16,49	Nina Schoos, 1986, DJK Frankenberg Aachen	04.06.2022	Schwabach
400m Hürden (0,762m/10)	67,02	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	10.07.2005	Schweinfurt
2.000m Hindernis (0,762m)	8:48,90	Ulla Redenz, 1959, DJK Frankenberg Aachen	05.05.2005	Hückelhoven
4x100m	53,4	DJK Armada Euchen-Würselen Bauer - Paggen - Maidorn - Hermann	15.06.1985	Aachen
4x400m	4:56,83	StG LA Team Heinsberg Deckers, Anja (69) - Derichs, Beate (67) - Joachims, Martina (62) - Krolkowski, Kerstin (69)	23.09.2011	Erkelenz
3x800m	7:42,80	StG Nutrixion Masters (alle drei Athletinnen stammen aus Dürener TV) Vilvo, Birgit (83) - Wilhelmus, Judith (83) - van Dam, Simone (72)	04.08.2018	Zella-Mehlis
5.000m Gehen	29:22,18	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen
5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:42	Renate Sturz, 1946, TV Germania Obermaubach	20.05.1990	Kerpen
10 km Gehen Mannschaft	3:28:03	Alemannia Aachen Fuchs, Marion (60) - Neubacher, Cornelia (56) - Schumm, Gertrud (55)	04.06.2005	Kerpen
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:09:32	Cornelia Neubacher, 1956, Alemannia Aachen	09.04.1995	Paris (FRA)
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,55	Heidi Schmiedicke-Hintzen, 1967, Turnverein Erkelenz 1860	27.09.2002	Köngen
Stabhochsprung				
Weitsprung	5,65	Edda Tocha, 1949, SG Düren 99	21.07.1984	Itzehoe
Dreisprung	9,37	-1,2 Therese Jäger, 1975, SC Myhl Leichtathletik	01.07.2018	Mönchengladbach
Kugelstoß (4 kg)	12,20	Anja Fuchs-Muth, 1974, Team Voreifel	04.09.2010	Leichlingen
Diskuswurf (1 kg)	40,92	Angelika Kirkpatrick, 1954, Aachener TG	14.06.1989	Kerkrade (NED)
Hammerwurf (4 kg)	40,22	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	20.06.2010	Hückelhoven



Speerwurf (600 g)	38,70	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	15.05.2010	Düren
Gewichtwurf (9,08 kg)	12,98	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	26.09.2009	Übach-Palenberg
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	2.694	Anja Schrader, 1972, FC Germania Dürwiss 13,66-1,48-8,19-4,52-2:47,34	13.06.2009	Ahlen
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	6.809	SC Myhl Leichtathletik Anja Deckers, 1969 W40, 2.573 (14,94-1,26-9,32-4,32-2:47,54) Kerstin Krollikowski, 1969 W40, 1.986 (16,04-1,30-8,11-4,18-3:27,07) Beate Derichs, 1966 W45, 2.250 (15,55-1,14-6,95-3,75-2:56,06)	04.05.2013	Düren
Siebenkampf (WMA2023 AF) 100HÜ(0,838m/10)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr)-800	3.452	Anja Schrader, 1972, FC Germania Dürwiss 17,52-1,46-8,82-27,65 - 4,14-20,54-2:48,59	19./20.09.2009	Aachen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	2.756	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel 38,94-10,15-29,39-36,74-11,99	23.05.2010	Hückelhoven

## Frauen W40

## ZURÜCK

100m	12,97	<sup>1,6</sup> Anja Pütz, 1973, SV Germania Dürwiß	30.06.2018	Mönchengladbach
200m	26,2	Hildegard Mohnen, 1940, LG Pfeifer & Langen Ameln	13.07.1982	Willich
400m	61,91	Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	26.05.2005	Leverkusen
800m	2:17,82	Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	24.08.1984	Brighthon (GBR)
1000m	3:25,9	Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	4:42,56	Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	14.08.1984	Mönchengladbach
Meile	5:44,0	Barbara Hillebrand, 1957, DJK Wassenberg	26.04.1997	Erkelenz
3.000m	10:23,9	Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	12.06.1984	Mönchengladbach
5.000m	17:30,94	Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	20.07.1984	Itzehoe
10.000m	38:50,33	Astrid Schmitz, 1962, TuS Schleiden	08.04.2006	Aachen
5km (seit 2018)	20:43	Christiane Meer, 1974, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	10.02.2018	Mönchengladbach
<b>5km Mannschaft (seit 2018)</b>	<b>1:14:18</b>	<b>DJK Jung-Siegfried Herzogenrath</b> Heike Herma (71) 23:20 - Sandra May (73) 23:42 - Tina Burghardt (73) 27:16	<b>28.10.2023</b>	<b>Herzogenrath</b>
10km	38:42	Ulla Rosen, 1958, LG Eifel-Runners	18.01.1989	Porz
10km Mannschaft	2:08:00	Dürener TV Havartz-Röhlich(66) 39:48 - Ruland(63) 41:29 - Maubach(57) 46:43	05.08.2006	Eschweiler
Halbmarathon	1:19:15	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	05.03.1995	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	4:42:58	TV Huchem-Stammeln Reinartz (59) - Amthor (59) - Reisen (51)	14.03.1999	Niederzier
Marathon	2:55:15	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	05.10.1997	Köln
Marathon Mannschaft	10:37:47	Germania Dürwiß Kohlen (55) - Linnartz (61) - Liebscher (63)	05.10.2003	Köln
100km	8:13:22	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	29.04.2006	Rodenbach
80m Hürden (0,762m/8)	13,13(0,2)	Anja Bongen, 1973, Germania Dürwiß	12.07.2019	Leinefelde-Worbis
400m Hürden (0,762m/10)	67,35	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	28.06.2009	St. Wendel
2.000m Hindernis (0,762m)	8:48,90	Ulla Redenz, 1959, DJK Frankenberg Aachen	05.05.2005	Hückelhoven
4x100m	56,3	DJK Frankenberg Aachen Stump (45) - Rummier (54) - Dautzenberg (57) - Adamy (58)	19.07.2003	Erkelenz
4x400m	4:56,83	Deckers (69) - Derichs (67) StG LA Team Heinsberg - Joachims (62) - Krollikowski (69)	23.09.2011	Erkelenz
3x800m	8:03,66	DJK Jung-Siegfried Herzogenrath Herma (71) - Schoenen (70) - Meer (74)	03.05.2015	Bad Neuenahr
5.000m Gehen	29:22,18	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen
5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:42	Renate Sturz, 1946, TV Germania Obermaubach	20.05.1990	Kerpen
10 km Gehen Mannschaft	3:28:03	Alemannia Aachen Fuchs, Marion (60) - Neubacher, Cornelia (56) - Schumm, Gertrud (55)	04.06.2005	Kerpen
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:12:27	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	11.06.2011	Erfurt
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,46	Ruth Jansen, 1973, Turnverein Erkelenz 1860	13.07.2013	Mönchengladbach



Stabhochsprung				
Weitsprung	5,19		Hildegard Mohnen, 1940, LG Pfeiffer & Langen Ameln	23.09.1981 Leverkusen
Dreisprung	9,37	-1,2	Therese Jäger, 1975, SC Myhl Leichtathletik	01.07.2018 Mönchengladbach
Kugelstoß (4 kg)	11,27		Marlies Bechthold, 1965, DJK Armada Euchen-Würselen	02.06.2011 Aachen
Diskuswurf (1 kg)	33,22		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	31.09.1991 Apeldoorn (NED)
Hammerwurf (4 kg)	38,13		Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	12.06.2011 Hückelhoven
Speerwurf (600 g)	37,65		Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	13.05.2011 Euskirchen
Gewichtwurf (9,08 kg)	12,55		Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	17.08.2019 Alzey
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	2.903		Kerstin Knödler, 1980, Dürener TV 14,26(0,0)-1,36-9,44-4,87(-0,4)-2:52,02	23.08.2020 Zella-Mehlis
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	6.809		SC Myhl Leichtathletik Anja Deckers, 1969, 2.573 (14,94-1,26-9,32-4,32-2:47,54) Kerstin Krollikowski, 1969, 1.986 (16,04-1,30-8,11-4,18-3:27,07) Beate Derichs, 1966 W45, 2.250 (15,55-1,14-6,95-3,75-2:56,06)	04.05.2013 Düren
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr)-800	3.063		Rachel Bondy, 1975, Euskirchener TSC 15,98-1,28-9,79-32,06-3,89-30,40-3:28,15	26./27.09.2015 Zülpich
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	3.045		Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel 38,13-9,61-30,68-37,50-12,22	12.06.2011 Hückelhoven

## Frauen W45

[ZURÜCK](#)

100m	12,97	1,6	Anja Pütz, 1973, SV Germania Dürwiß	30.06.2018 Mönchengladbach
200m	27,64	0,0	Anja Pütz, 1973, SV Germania Dürwiß	04.07.2018 Grefrath
400m	63,43		Simone van Dam, 1972, Dürener TV	20.06.2018 Grefrath
800m	2:26,64		Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	03.06.2010 Leverkusen
1000m	3:25,9		Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006 Hückelhoven
1500m	5:11,58		Christa Schlockermann, 1940, Dürener TV	27.06.1985 Dormagen
Meile	5:44,3		Ulla Redenz, 1959, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	08.04.2000 Erkelenz
3.000m	10:48,77		Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	24.04.2004 Erkelenz
5.000m	19:20,89		Christa Schlockermann, 1940, Dürener TV	29.06.1985 Bonn
10.000m	39:16,30		Astrid Schmitz, 1962, TuS Schleiden	12.04.2008 Aachen
5km (seit 2018)	20:54		Heike Herma, 1971, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	02.03.2019 Mönchengladbach
<b>5km Mannschaft (seit 2018)</b>	<b>1:14:18</b>		<b>DJK Jung-Siegfried Herzogenrath</b> Heike Herma (71) 23:20 - Sandra May (73) 23:42 - Tina Burghardt (73) 27:16	<b>28.10.2023 Herzogenrath</b>
10km	39:12		Christa Schlockermann, 1940, Dürener TV	14.09.1985 Vettweiß
10km Mannschaft	2:15:19		Dürener TV Havertz-Röhlich(66) 42:16 - Hauck(41) 44:48 - Ulrich(67) 48:15	03.03.2013 Düren
Halbmarathon	1:26:41		Anni Loenstad, 1953, VSV Grenzland Wegberg	25.01.1998 Wegberg
Halbmarathon Mannschaft	5:09:56		Birkedorfer TV Tonnes(59) 1:41:51 - Miketta(41) 1:42:21 - Köhnen(59) 1:45:44	20.08.2005 Niederzier
Marathon	3:04:12		Ulla Rosen, 1958, LG Eifel-Runners	07.05.2005 Regensburg
Marathon Mannschaft	14:00:07		TV Huchem-Stammeln Bungart(50) 3:54:14 - Nücker(57) 5:00:06 - Nießen(53) 5:05:47	08.10.2006 Köln
100km	8:13:22		Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	29.04.2006 Rodenbach
80m Hürden (0,762m/8)	13,13	0,2	Anja Bongen, 1973, Germania Dürwiß	12.07.2019 Leinefelde-Worbis
400m Hürden (0,762m/10)	72,90		Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	12.07.2014 Erfurt
2.000m Hindernis (0,762m)	8:48,90		Ulla Redenz, 1959, DJK Frankenberg Aachen	05.05.2005 Hückelhoven
4x100m	56,3		DJK Frankenberg Aachen Stump (45) - Rummier (54) - Dautzenberg (57) - Adamy (58)	19.07.2003 Erkelenz
4x400m	4:58,23		StG LA-Team Heinsberg Krollikowski (69) - Derichs (66) - Deckers (69) - Joachims (62)	26.09.2014 Erkelenz
3x800m	9:03,16		StG LA-Team Heinsberg Derichs (66) - Deckers (69) - Kammer (66)	04.05.2014 Wesseling
5.000m Gehen	29:22,18		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012 Viersen
5 km Gehen	28:55		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011 Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012 Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:46		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	26.03.2011 Ahlen



10 km Gehen Mannschaft	3:28:03	Alemannia Aachen Fuchs, Marion (60) - Neubacher, Cornelia (56) - Schumm, Gertrud (55)	04.06.2005	Kerpen
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:12:27	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	11.06.2011	Erfurt
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,40	Bärbel Imdahl, 1964, Birkesdorfer TV	25.06.2011	Ahlen
Stabhochsprung				
Weitsprung	4,89	Ursula Eßer (Waldschmidt), 1943, Turnverein Erkelenz 1860	27.06.1988	Verona (ITA)
Dreisprung	9,33	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	12.09.2018	Malaga (ESP)
Kugelstoß (4 kg)	11,27	Marlies Bechthold, 1965, DJK Armada Euchen-Würselen	02.06.2011	Aachen
Diskuswurf (1 kg)	33,22	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	31.09.1991	Apeldoorn (NED)
Hammerwurf (4 kg)	36,93	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	17.08.2019	Alzey
Speerwurf (600 g)	35,06	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	10.11.2018	Leichlingen
Gewichtwurf (9,08 kg)	12,55	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	17.08.2019	Alzey
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	2.250	Beate Derichs, 1966, SC Myhl Leichtathletik 15,55-1,14-6,95-3,75-2:56,06	04.05.2013	Düren
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr)-800				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	2.951	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel 33,73-9,01-24,01-35,06-10,90	10.11.2018	Leichlingen

## Frauen W50

100m	13,4	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	04.07.2004	Düsseldorf
200m	29,69	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	23.05.2004	Mönchengladbach
400m	72,70	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	12.09.2007	Riccione (ITA)
800m	2:42,26	Ruth Lehmann, 1947, DJK Elmar Kohlscheid	23.08.1997	Aachen
1000m	3:48,17	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.06.2013	Oedt
1500m	5:21,4	Ruth Lehmann, 1947, DJK Elmar Kohlscheid	03.09.1997	Oedt
Meile	6:09,76	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.08.2012	Roermond (NED)
3.000m	11:29,0	Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	24.04.2010	Erkelenz
5.000m	19:33,2	Maria Bautz, 1930, SV Rot-Weiß Schlafhorst	12.05.1984	Mönchengladbach
10.000m	41:10,60	Marion Kuhn, 1956, Germania Dürwiß	08.04.2006	Aachen
5km (seit 2018)	22:09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
<b>5km Mannschaft (seit 2018)</b>	<b>1:14:18</b>	<b>DJK Jung-Siegfried Herzogenrath</b> Heike Herma 71 23:20 - Sandra May 73 23:42 - Tina Burghardt 73 27:16	<b>28.10.2023</b>	<b>Herzogenrath</b>
10km	40:38	Maria Bautz, 1930, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	?
10km Mannschaft	2:26:30	DJK Elmar Kohlscheid Kemper, Lisa(66) 47:35 - Kranz, Birgit(67) 48:40 - Pusch, Sabine(66) 50:15	08.10.2017	Gillrath
Halbmarathon	1:30:58	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	05.03.2006	Selkant
Halbmarathon Mannschaft	5:09:59	DLC Aachen Dunke (55) - Theißen (55) - Langanke (53)	20.10.2007	Wegberg
Marathon	3:13:53	Anni Loenstad, 1953, VSV Grenzland Wegberg	05.06.2005	Duisburg
100km	8:14:46	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	08.09.2007	Winschoten (NED)
80m Hürden (0,762m/8)	14,93	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	04.08.2006	Aachen
300m Hürden (0,762m/7)	55,77	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	06.09.2019	Jesolo (ITA)
2.000m Hindernis (0,762m)				
4x100m	65,0	Aachener TG Ott (36) - Crumbach (34) - Wirtz (37) - Feigenspan (37)	07.05.1988	Aachen
4x400m				
3x800m	10:18,63	SC Myhl Leichtathletik Straßburg (58) - Eifert (56) - Nöthlings (50)	01.05.2008	Erkelenz
5.000m Gehen	29:22,18	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen
10.000m Gehen	1:03:18,9	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau

[ZURÜCK](#)



5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10 km Gehen	1:00:46	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	26.03.2011	Ahlen
20 km Gehen	2:12:27	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	11.06.2011	Erfurt
Hochsprung	1,35	Kerstin Krolikowski, 1969, SC Myhl Leichtathletik	30.06.2019	Kevelaer
Weitsprung	4,57	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	17.07.2004	Herzogenrath
Dreisprung	8,55	<sup>0,4</sup> Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	06.09.2019	Caorle (ITA)
Kugelstoß (3 kg)	12,01	Marlies Bechthold, 1965, Aachener TG	26.08.2015	Herzogenrath
Diskuswurf (1 kg)	33,22	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	31.09.1991	Apeldoorn (NED)
Hammerwurf (3 kg)	40,87	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	19.06.2021	Leichlingen
Speerwurf (500 g)	32,37	Kerstin Krolikowski, 1969, SC Myhl Leichtathletik	15.06.2019	Euskirchen
Gewichtwurf (7,26 kg)	12,77	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	18.04.2022	Trier
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800	3.148	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen 14,30-1,27-8,48-4,37-2:58,96	27.06.2004	Hannover
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(3kg)-200 WEI-SPE(500gr)-800	3.889	Anne Rummler, 1954, Alemannia Aachen 15,10-1,24-7,95-29,91-3,94-18,31-3:01,71	16./17.09.2006	Euskirchen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(7,26kg)	2.837	<sup>W55</sup> Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg 31,73-9,01-22,30-22,42-11,04	24.09.2011	Übach-Palenberg

## Frauen W55

## ZURÜCK

100m	14,66	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	14.06.2009	Ahlen
200m	30,28	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	12.07.2009	Vaterstetten
400m	72,71	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	11.07.2009	Vaterstetten
800m	2:52,62	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	12.05.2012	Erkelenz
1000m	3:48,17	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.06.2013	Oedt
1.500m	5:40,09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	11.05.2012	Erkelenz
Meile	6:09,76	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.08.2012	Roermond (NED)
3.000m	11:50,48	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	07.06.2012	Mönchengladbach
5.000m	20:21,54	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.06.2012	Hückelhoven
10.000m	42:00,70	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	21.09.2011	Düsseldorf
5km (seit 2018)	22:09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)				
10 km	41:40	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	02.09.2012	Düsseldorf
10km Mannschaft				
Halbmarathon	1:32:43	Astrid Schmitz, 1962, TuS 1908 Schleiden	15.04.2018	Bonn
Marathon	3:22:38	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	09.10.2011	Essen
100km	8:39:51	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	06.10.2012	Hanau
5.000m Gehen	31:11,70	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	13.06.2015	Düsseldorf
5 km Gehen	31:40	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	04.10.2015	Tilburg (NED)
10km Gehen	1:03:10	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	10.10.2015	Andernach
20km Gehen	2:13:05	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	23.04.2017	Naumburg
Hochsprung	1,22	Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	20.08.1999	Hagen
Weitsprung	4,20	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	01.08.2009	Düsseldorf
Kugelstoß (3 kg)	11,02	Bärbel Imdahl, 1964, Birkesdorfer TV	23.07.2019	Zülpich
Diskuswurf (1 kg)	29,56	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	18.06.1997	Übach-Palenberg
Hammerwurf (3 kg)	33,70	Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg	30.07.2011	Minden
Speerwurf (500 g)	30,81	Bärbel Imdahl, 1964, Birkesdorfer TV	09.11.2019	Leichlingen
Gewichtwurf (7,26 kg)	11,29	Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg	02.06.2012	Aachen
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800	3.082	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen 14,66-1,21-7,77-4,06-3:15,47	14.06.2009	Ahlen



Siebenkampf (WMA2023 AF)  
80HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(3kg)-200  
WEI-SPE(500gr)-800

Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF)  
HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg)  
SPE(500gr)-GEW(7,26kg)

2.837

Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg  
31,73-9,01-22,30-22,42-11,04

24.09.2011 Übach-Palenberg

## Frauen W60

100m	15,21	0,0	Anne Rummler, 1954, Alemannia Aachen	05.05.2018	Lüdenscheid
200m	32,77		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	06.06.2009	Düsseldorf
400m	82,60		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	22.06.2016	Oedt
800m	2:57,90		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.06.2016	Aachen
1000m	3:48,67		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	22.06.2016	Oedt
1.500m	5:47,84		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	04.06.2016	Essen
Meile	9:12,2		Marlies Reiners, 1934, Turnverein Erkelenz 1860	21.04.1995	Erkelenz
3.000m	12:08,74		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.05.2016	Aachen
5.000m	21:12,72		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	11.05.2016	Aachen
10.000m	44:39,88		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	07.05.2016	Celle
5km (seit 2018)	22:09		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
10km	43:23		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	06.08.2016	Eschweiler-Dürwiß
Halbmarathon	1:37:50		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	23.04.2016	Liebenzell
Marathon	3:27:28		Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	04.05.2008	Mainz
100km	9:56:45		Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	10.03.2018	Rheine
5.000m Gehen	34:38,05		Wirths, Emmy, 1928, VSV Grezland Wegberg	25.06.1988	Verona (ITA)
10km Gehen	1:11:30		Wirths, Emmy, 1928, VSV Grezland Wegberg	01.07.1988	Verona (ITA)
20km Gehen	2:39:12		Wirths, Emmy, 1928, VSV Grezland Wegberg	24.06.1989	Brügge (BEL)
Hochsprung	1,22		Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	19.07.2003	Erkelenz
Weitsprung	3,89		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	25.04.2009	Aachen
Kugelstoß (3 kg)	10,07		Gisela Küper, 1948, Aachener TG	25.06.2008	Erkelenz
Diskuswurf (1 kg)	28,68		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	30.09.2000	Übach-Palenberg
Hammerwurf (3 kg)	31,03		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	26.09.2009	Übach-Palenberg
Speerwurf (500 g)	21,56		Gisela Küper, 1948, Aachener TG Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg	21.03.2015 21.04.2018	Aachen Leichlingen
Gewichtswurf (5,45 kg)	13,14		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	29.05.2010	Aachen
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(3kg)	1.730		Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860 16,8-3,59-8,45	19.07.2003	Erkelenz
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800	2.672		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen 16,02-1,12-7,48-3,51-3,46,34	17.06.2007	Bad Oeynhausen
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,686m/8)-HOC-KUG(3kg)-200 WEI-SPE(500gr)-800					
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(5,45kg)	2.733		Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg 28,32-8,10-20,67-19,19-10,60	10.09.2016	Leichlingen

[ZURÜCK](#)

[ZURÜCK](#)

## Frauen W65

100m	15,56		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	15.05.2010	Aachen
200m	33,27		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	01.05.2011	Aachen
400m	89,26		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.06.2022	Viersen-Süchteln
<b>800m</b>	<b>3:03,39</b>		<b>Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath</b>	<b>13.08.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
<b>1.000m</b>	<b>3:57,55</b>		<b>Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath</b>	<b>27.08.2023</b>	<b>Aachen</b>
<b>1.500m</b>	<b>5:58,82</b>		<b>Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath</b>	<b>03.06.2023</b>	<b>Mönchengladbach</b>
<b>3.000m</b>	<b>12:45,13</b>		<b>Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath</b>	<b>24.05.2023</b>	<b>Grefrath</b>
<b>5.000m</b>	<b>21:41,59</b>		<b>Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath</b>	<b>14.06.2023</b>	<b>Grefrath</b>
<b>10.000m</b>	<b>45:23,28</b>		<b>Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath</b>	<b>26.04.2023</b>	<b>Duisburg</b>



5km (seit 2018)	22:09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
10km	44:52	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	18.09.2022	Saarbrücken
Halbmarathon	1:38:51	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	23.08.2008	Niederzier
Marathon	3:27:28	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	04.05.2008	Mainz
Hochsprung	1,14	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	11.09.2011	Aachen
Weitsprung	3,89	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	24.04.2010	Aachen
Kugelstoß (3 kg)	10,18	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	11.09.2005	Übach-Palenberg
Diskuswurf (1 kg)	26,96	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	21.08.2005	Aachen
Hammerwurf (3 kg)	31,03	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	26.09.2009	Übach-Palenberg
Speerwurf (500 g)	21,24	Gisela Küper, 1948, Aachener TG	21.03.2015	Aachen
Gewichtswurf (5,45 kg)	13,14	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1862	29.05.2010	Aachen
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(3kg)	1.561	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860 18,2-2,78-8,94	06.09.2009	Übach-Palenberg
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(5,45kg)	2.724	Gisela Küper, 1948, Aachener TG 21,35-8,18-17,60-19,59-9,01	03.10.2015	Übach-Palenberg

## Frauen W70

100m	17,22(-0,1)	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	31.05.2018	Mönchengladbach
1.000m	5:18,0	Helga Feigenspan, 1937, Aachener TG	27.08.2007	Aachen
3.000m	14:18,04	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	08.05.2012	Zülpich
5.000m	24:04,36	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	21.05.2013	Zülpich
10.000m	56:09,68	Gisela Schulz, 1947, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	14.04.2018	Aachen
5km (seit 2018)	36:40	Eva Wilczek, 1946, IAC Düren	03.06.2018	Benrath
10km	47:05	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	10.04.2011	Bonn
Halbmarathon	1:40:31	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	18.09.2011	Köln
Marathon	3:35:15	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	13.10.2013	Essen
Hochsprung	1,10	Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	12.07.2013	Mönchengladbach
Weitsprung	3,17(0,3)	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	31.05.2018	Mönchengladbach
Kugelstoß (3 kg)	9,00	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	01.05.2010	Erkelenz
Diskuswurf (1 kg)	25,30	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	01.05.2011	Erkelenz
Hammerwurf (3 kg)	30,29	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	05.06.2010	Würselen
Speerwurf (500 g)	18,46	Gisela Küper, 1948, Aachener TG	29.06.2018	Mönchengladbach
Gewichtswurf (5,45 kg)	13,14	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	29.05.2010	Aachen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(5,45kg)	2.771	Gisela Küper, 1948, Aachener TG 18,78-7,82-16,14-17,45-7,67	29.09.2018	Übach-Palenberg

[ZURÜCK](#)

## Frauen W75

<b>100m</b>	<b>17,81</b> 0,0	<b>Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen</b>	<b>18.06.2023</b>	<b>Köln</b>
1.000m	7:04,1	Irmgard Völler, 1928, Aachener TG	28.06.2004	Aachen
5km (seit 2018)				
10km	68:07	Ursula Vilvo, 1939, TV Huchem-Stammeln	02.08.2014	Eschweiler
Halbmarathon	1:52:25	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	13.03.2016	Bergisch-Gladbach
Marathon	4:00:18	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	17.04.2016	Hamburg
Hochsprung	0,99	Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	30.06.2018	Mönchengladbach
<b>Weitsprung</b>	<b>3,18</b> -0,6	<b>Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen</b>	<b>18.06.2023</b>	<b>Köln</b>
Kugelstoß (2 kg)	9,48	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	08.07.2016	Leinefelde-Worbis
Diskuswurf (750 g)	25,52	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	14.11.2015	Leichlingen
Hammerwurf (2 kg)	33,13	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	14.11.2015	Leichlingen
Speerwurf (400 g)	23,63	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	26.04.2015	Düren

[ZURÜCK](#)





Gewichtswurf (4 kg)	12,60	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	19.09.2015 Aachen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(2kg)-KUG(2kg)-DIS(750g) SPE(400gr)-GEW(4kg)	3.819	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860 31,40-9,16-24,18-20,81-11,71	01.10.2016 Übach-Palenberg

## Frauen W80

100m

200m

5km (seit 2018)

<b>Kugelstoß (2 kg)</b>	<b>7,40</b>	<b>Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860</b>	<b>28.10.2023 Kerken</b>
<b>Diskuswurf (750 g)</b>	<b>17,60</b>	<b>Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860</b>	<b>28.10.2023 Kerken</b>

Hammerwurf (2 kg)

Speerwurf (400 g)

Gewichtswurf (4 kg)

Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF)  
HAM(2kg)-KUG(2kg)-DIS(750g)  
SPE(400gr)-GEW(4kg)

[ZURÜCK](#)



## Nicht mehr gültige Wettkampfprogramm

[ZURÜCK](#)

### **Männer M35**

Fünfkampf Mannschaft 7.421 SG Düren 99 15.09.1984 Düren  
Jansen(48) 2.581 - Küsgens(46) 2.426 - Kaiser(47) 2.414

### **Männer M40**

Fünfkampf 3.017 Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG 02.10.1977 Aachen  
WEI-SPE(800gr alt)-200-DIS(2kg)-1.500 6,35-47,60-24,3-33,57-4:49,7  
Fünfkampf Mannschaft 7.709 Aachener TG 12.08.1977 Göteborg (SWE)  
Ortmanns(36) - Teppel(30) - Stenten(28)  
Zehnkampf 7.709 Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG 16./17.09.1978 Aachen  
100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 12,4-6,15-10,89-1,65-55,7  
110HU(0,991)-DIS(2kg)-STA-SPE(800gr alt)-1.500 15,9-33,32-3,85-43,64-4:52,9

### **Männer M50**

Kugelstoß (6,25 kg) 16,10 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 07.09.1986 Radolfzell  
Kugelstoß (7,26 kg) 15,09 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 25.05.1987 Öckinghausen  
Diskuswurf (1,75 kg) 52,60 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 03.07.1986 Übach-Palenberg  
Diskuswurf (2 kg) 47,98 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 11.07.1987 Übach-Palenberg  
Hammerwurf (6,25 kg) 40,76 Harrie Zitzen, 1944, SV Rot-Weiß Schlafhorst 19.08.1998 Übach-Palenberg  
Speerwurf (800 g) 43,84 Wolfgang Flosdorff, 1936, LAZ Schleiden 17.05.1986 Zülpich  
Fünfkampf 2.329 Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 18.07.1982 Straßburg (FRA)  
WEI-SPE(800gr alt)-200-DIS(1,75kg)-1.500 5,40-39,56-25,97-31,58-5:28,0  
Fünfkampf Mannschaft 8224 Aachener TG 32035 Aachen  
Maronn (29) 2.955 - Plaßmann (30) 2.768 - von Ameln (30) 2.501  
Zehnkampf 5.025 Josef Beuel, 1939, Dürener TV 08./09.07.1989 Niederzier  
100-WEI-KUG(6,25kg)-HOC-400 13,9-4,42-8,25-1,38-60,9  
100HU(0,914)-DIS(1,5kg)-STA-SPE(800gr)-1.500 21,8-22,40-2,30-30,28-5:00,7

### **Männer M55**

Kugelstoß (6,25 kg) 15,83 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 23.06.1990 Köln  
Kugelstoß (7,26 kg) 14,77 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 05.07.1991 Übach-Palenberg  
Diskuswurf (2 kg) 46,46 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 06.07.1991 Übach-Palenberg  
Hammerwurf (6,25 kg) 38,82 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 23.04.1994 Niederzier  
Fünfkampf 2.285/3.546 Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 24.08.1984 Brighton (GBR)  
WEI-SPE(800gr alt)-200-DIS(1,75kg)-1.500 5,21-43,22-26,72-34,00-5:38,06

### **Männer M60**

Kugelstoß (6,25 kg) 14,35 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 07.05.1995 Wuppertal  
Kugelstoß (7,26 kg) 13,84 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 08.07.1995 Übach-Palenberg  
Diskuswurf (1,5 kg) 48,82 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 24.08.1996 Übach-Palenberg  
Diskuswurf (2 kg) 41,60 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 06.07.1996 Hagen  
Speerwurf (600 g alt/bis 31.03.1991 ) 45,70 Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 32635 Hambach  
Fünfkampf 2.099 Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG 08.06.1997 Hannover  
WEI-SPE(600gr alt/01.04.1991-31.12.1998)- 5,23-37,20-27,77-36,54-5:55,68  
200-DIS(1kg)-1.500  
Wurf-Fünfkampf 3.639 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 27.06.1998 Übach-Palenberg  
HAM(5kg)-KUG(5kg)-DIS(1kg)- 45,53-14,82-55,87-38,43-16,92  
SPE(600gr alt/01.04.1991-31.12.1998)-GEW(9,08kg)

### **Männer M65**

Diskuswurf (2,0 kg) 36,81 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 12.05.2001 Erkelenz  
Fünfkampf 3.172 Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 17.06.1994 Erkelenz  
WEI-SPE(600gr alt/01.04.1991-31.12.1998)- 4,34-40,20-32,6-29,54-7:18,3  
200-DIS(1kg)-1.500

### **Männer M75**

Speerwurf (600 g) 30,58 Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen 25.05.1995 Kevelaer

### **Männer M80**

Hammerwurf (4 kg) 37,62 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 24.03.2015 Torun (POL)



#### Frauen W30

Siebenkampf (int. Wertung)  
100HÜ-HOC-KUG(4kg)-200  
WEI-SPE(600gr alt/bis 31.03.1991)-800

4.446

Annerose Dreschko, 1956, Aachener TG  
14,9-9,29-1,57-25,8-5,42-19,06-2:29,7

04./05.07.1986 Aachen

#### Frauen W35

Siebenkampf  
100HÜ-HOC-KUG(4kg)-200  
WEI-SPE(600gr alt/bis 31.03.1991)-800

4.225

Gisela Hoffmann, 1948, Aachener TG  
17,2-1,38-10,20-28,4-4,70-35,42-2:25,1

15./16.06.1984 Aachen

#### Frauen W45

Siebenkampf  
100HÜ-HOC-KUG(4kg)-200  
WEI-SPE(600gr alt/01.04.1991 bis 1998)-800

2.831

Käthe Steinhausen, 1943, TuS Chlodwig Zülpich  
23,0-1,20-7,56-28,78-3,73-15,24-2:26,64

28./29.09.1991 Zülpich

#### Frauen W60

Wurf-Fünfkampf (Int.W)  
HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg)  
SPE(400gr)-GEW(5,45kg)

2.248

Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860  
28,75-9,10-23,63-25,41-11,37

04.09.2004 Ahlen

#### Frauen W65

Wurf-Fünfkampf (Int.W/M.2010)  
HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg)  
SPE(400gr)-GEW(5,45kg)

2.366/4.241

Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1862  
30,26-9,71-26,06-25,98-11,21

12.06.2005 Leverkusen

Speerwurf (400 gr)

29,78

Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860

18.06.2005 Erkelenz

#### Frauen W70

Speerwurf (400 gr)

27,15

Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860

01.05.2010 Erkelenz

Wurf-Fünfkampf (M.2010)  
HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg)  
SPE(400gr)-GEW(5,45kg)

4.654

Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860  
30,26-9,71-26,06-25,98-11,21

25.09.2010 Übach-Palenberg

[ZURÜCK](#)