

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M80**

Hochsprung	BL 2009: 1,10 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
1,16	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	02.07. Kevelaer
Kugelstoß 3,0 kg	BL 2009: 9,00 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
8,77	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	13.05. Minden
Gewichtswurf 5,450 kg	BL 2009: 10,56 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
11,23	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	09.10. Plettenberg
Diskuswurf 1,0 kg	BL 2009: 19,73 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
20,25	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	08.05. Ergste
Hammerwurf 3,0 kg	BL 2009: 26,15 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
26,86	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	04.07. Kevelaer
Speerwurf 400 g	BL 2009: 20,00 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
20,21	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	24.04. Witten
Werfer-Fünfkampf	BL 2009: 1487 Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte			
2688	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	25.09. Salzkotten
	24,62/8,00/18,07/15,65/9,55			

**Männer M70**

10 km	BL 2009: 49:35 Scholz, Manfred 39 Marathon-Club, Menden			
59:25	Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	24.01. Hamm
Halbmarathon	BL 2009: 1:47:40 Scholz, Manfred 39 Marathon-Club, Menden			
1:59:39	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	22.08. Iserlohn
4 x 100 m	BL2009:			
61,70	Startgem.SU Annen/ASV Iserlohn			13.05. Minden
	Pechtel 40, Lichau 40, Köhler 40, Pientka 39			
Hochsprung	BL 2009: 1,25 Schnadt, Ulrich 39, VfL Fröndenberg			
0,85	Potthoff, Fritz	38	VfL Fröndenberg	25.09. Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M70**

Kugelstoß 4,0 kg

BL 2009: 9,54 Bette, Heinz 36 LG Menden

10,02	Lang, Herbert	39	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
9,93	Reimann, Manfred	40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
8,77	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	13.05.	Minden
6,31	Potthoff, Fritz	38	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

Diskuswurf 1,0 kg

BL 2009:

23,16	Reimann, Manfred	40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
20,25	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	08.05.	Ergste

**Männer M65**

100 m

BL 2009:

13,88	1	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim
17,90	0,6	Ostermann, Klaus	44	TuS Lendringsen	13.05.	Minden

200 m

BL 2009:

28,07	0,7	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.06.	Aichach
-------	-----	--------------	----	--------------	--------	---------

400 m

BL 2009:

62,81		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	03.07.	Kevelaer
-------	--	--------------	----	--------------	--------	----------

800 m

BL 2009:

2:38,84		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.05.	Minden
---------	--	--------------	----	--------------	--------	--------

1500 m

BL 2009: 5:41,57 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn

5:43,77		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.06.	Aichach
---------	--	--------------	----	--------------	--------	---------

10 km

BL 2009: 47:41 Pollok, Dr.Ernest 42 Marathon-Club, Menden

50:00		Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
59:25		Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm

Marathon

BL 2009:

4:07:19		Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
---------	--	-------------------	----	-----------------------	--------	--------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M65**

110 m Hürden		BL 2009: 18,74 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn			
19,12	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	10.09.	Neheim	
300 m Hürden		BL 2009:			
47,48	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	02.07.	Kevelaer	
Hochsprung		BL 2009:			
1,40	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	10.09.	Neheim	
Stabhochsprung		BL 2009:			
2,10	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	11.09.	Neheim	
Weitsprung		BL 2009:			
4,25	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	10.09.	Neheim	
Kugelstoß 5,0 kg		BL 2009: 9,92 Saure, Friedhelm 42 VfL Fröndenberg			
10,28	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	10.09.	Neheim	
Diskuswurf 1,0 kg		BL 2009:			
27,99	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	23.04.	Neheim	
23,16	Reimann, Manfred	40 VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg	
20,25	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	08.05.	Ergste	
Speerwurf 600 gr		BL 2009:			
32,30	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	13.06.	Aichach	
Fünfkampf		BL 2009:			
3420	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	13.06.	Aichach	
		4,23(0,0)/32,30/28,07(+0,7)/26,86/5:43,77			
Zehnkampf		BL 2009:			
6667	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	10./11.09.	Neheim	
		13,88(+1,0)/4,25(0,0)/10,28/1,40/64,05 // 19,12(-1,6)/26,86/2,10/30,00/5:49,80			

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M60**

10 km			BL 2009: 42:49 Kemper, Erhard 48 Marathon-Club, Menden		
43:34	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:02	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
49:38	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
50:00	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
50:41	Menne, Heinz	49	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
54:50	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
59:25	Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm

Halbmarathon			BL 2009: 1:34:42 Kemper, Erhard 48 Marathon-Club, Menden		
--------------	--	--	----------------------------------------------------------	--	--

1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:56:11	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:59:39	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:05:47	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	21.08.	Oelde

Marathon			BL 2009: 3:27:41 Kemper, Erhard 48 Marathon-Club, Menden		
----------	--	--	----------------------------------------------------------	--	--

3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
4:37:31	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	26.04.	Bonn

**Männer M55**

100 m			BL 2009:		
15,1	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

200 m			BL 2009:		
31,3	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.08.	Oberaden

400 m			BL 2009:		
70,0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	06.08.	Oberaden

800 m			BL 2009:		
2:48,9	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	03.08.	Oberaden

10 km			BL 2009: 37:08 Kandora, Marian 53 ASV Iserlohn		
-------	--	--	------------------------------------------------	--	--

39:00	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	21. Mrz	Dinslaken
41:50	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
42:22	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	24.01.	Hamm
43:34	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:02	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
47:42	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
49:16	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.01.	Bönen

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M55**

Fortsetzung 10 km

BL 2009: 37:08 Kandora, Marian 53 ASV Iserlohn

49:38	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
50:00	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
50:41	Menne, Heinz	49	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
52:52	Behmer, Karl-Heinz	51	LG Schwerte	28.05.	Schwerte
54:50	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
59:25	Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm

Halbmarathon

BL 2009: 1:26:32 Schubert, Hans-Jürgen 51 LG Schwerte

1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:35:02	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:45:04	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:46:53	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
1:49:49	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	22.08.	Iserlohn
1:56:11	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:59:39	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:05:33	Kirchheiner, Rolf	54	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn
2:05:47	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	21.08.	Oelde

Marathon

BL 2009: 3:06:40 Schubert, Hans-Jürgen 51 LG Schwerte

3:36:44	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:45:12	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:54:56	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	12.09.	Münster
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
4:37:31	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	26.04.	Bonn
4:51:58	Maiss, Peter	53	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster

Hochsprung

BL 2009:

1,45	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
------	----------------	----	-----------------	--------	-------------

Weitsprung

BL 2009:

4,90	0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
------	---	----------------	----	-----------------	--------	----------

Kugelstoß 6,0kg

BL 2009:

8,36	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
------	----------------	----	-----------------	--------	-------------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M50**

10 km BL 2009: 40:29 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden

39:00	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	21.03.	Dinslaken
40:17	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
41:50	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
42:22	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	24.01.	Hamm
42:56	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
43:33	Kaderhandt, Walter	57	Marathon-Club, Menden	18.09.	Garrel
43:34	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:02	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:06	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
46:29	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	10.10.	Unna
47:42	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
47:45	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	10.10.	Unna
48:26	Paassen, Karel	60	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
49:07	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
49:16	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	10.01.	Bönen
49:38	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
50:00	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
50:41	Menne, Heinz	49	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
52:05	Borrack, Ralf	60	Marathon-Club, Menden	10.01.	Bönen

Halbmarathon BL 2009: 1:29:43 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden

1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:31:28	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:32:04	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	11.04.	Harsewinkel
1:35:02	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:40:15	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:43:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
1:45:04	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:45:29	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:46:53	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
1:49:11	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
1:49:34	Paassen, Karel	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:49:49	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	22.08.	Iserlohn
1:56:11	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:58:40	Marutschke, Michael	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:59:39	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:05:33	Kirchheiner, Rolf	54	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn
2:05:47	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	21.08.	Oelde

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M50**

Marathon BL 2009: 3:15:29 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden

3:15:11	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:36:44	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:45:12	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:45:49	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	02.05.	Düsseldorf
3:51:48	Marutschke, Michael	60	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:54:56	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	12.09.	Münster
3:57:36	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
4:02:25	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	26.09.	Berlin
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
4:37:31	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	26.04.	Bonn
4:51:58	Maiss, Peter	53	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster

Weitsprung BL 2009: 4,80\* Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

4,90	0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
4,65	0,2	Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	13.05.	Minden
4,25	0	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim

Kugelstoß 6,0 kg BL 2009: 10,61 Menke, Michael 56 VfL Fröndenberg

11,05		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
-------	--	----------------	----	-----------------	--------	----------

Diskuswurf 1,500 kg BL 2009: 21,72 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

27,79		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
-------	--	----------------	----	-----------------	--------	-------------

Speerwurf 700 g BL 2009: 43,20 Friederici-Daly, Norbert 58 ASV Iserlohn

42,00		Friederici-Daly, Norbert	58	ASV Iserlohn	05.09.	Attendorn
33,74		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

**Männer M45**

100 m BL 2009:

13,88	1	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim
13,92	-0,7	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
14,02	-0,7	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
15,62	-0,7	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
17,90	0,6	Ostermann, Klaus	44	TuS Lendringsen	13.05.	Minden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M45**

10 km BL 2009: 37:00 Schöne, Burkhard 64 Marathon-Club, Menden

38:52	Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
39:00	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	21.03.	Dinslaken
40:17	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
41:36	Eigen, Oliver	65	LG Schwerte	24.01.	Hamm
41:50	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
42:22	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	24.01.	Hamm
42:46	Döding, Jörg	62	LG Schwerte	28.05.	Schwerte
42:56	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
43:33	Kaderhandt, Walter	57	Marathon-Club, Menden	18.09.	Garrel
43:34	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
44:31	Otte, Uwe	65	LG Schwerte	24.01.	Hamm
45:02	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:06	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
45:33	Bruchmann, Burkhard	64	TuS Lendringsen	28.05.	Schwerte
46:29	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	10.10.	Unna
47:37	Bochynek, Ansgar	65	ESV Nighthawks, Iserl.	03.04.	Paderborn
47:42	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	20.06.	Möhnesee
47:45	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	10.10.	Unna
48:26	Paassen, Karel	60	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
49:07	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm

Halbmarathon BL 2009: 1:20:13 Schöne, Burkhard 64 Marathon-Club, Menden

1:20:21	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:22:58	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:31:28	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:32:04	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	11.04.	Harsewinkel
1:35:02	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:40:15	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:43:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
1:45:04	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:45:29	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:46:53	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
1:48:22	Pütt Schneider, Frank	63	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:48:34	Otte, Uwe	65	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:49:11	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
1:49:34	Paassen, Karel	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:49:49	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	22.08.	Iserlohn
1:55:55	Schroeder, Wolfgang	64	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:56:10	Kimm, Uli	64	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn



Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M45**

Marathon BL 2009: 2:53:13 Schöne, Burkhard 64 Marathon-Club, Menden

2:53:59	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
2:54:49	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	09.10.	Essen
3:15:11	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:17:08	Weier, Ralf	45	Marathon-Club, Menden	24.10.	Oldenburg
3:18:15	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:36:44	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:45:12	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:45:49	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	02.05.	Düsseldorf
3:51:48	Marutschke, Michael	60	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:54:56	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	12.09.	Münster
3:57:36	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
4:02:25	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	26.09.	Berlin
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
4:37:31	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	26.04.	Bonn
4:51:58	Maiss, Peter	53	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster

Weitsprung BL 2009:

5,22	-0,5	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	13.05.	Minden
5,17	-0,2	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	13.05.	Minden
4,90	0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
4,65	0,2	Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	13.05.	Minden
4,25	0	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim
3,93	-0,2	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Leistungen mit Rückenwind:

5,21	2,5	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
------	-----	-----------------	----	-----------------	--------	----------

Dreisprung BL 2009:

11,33	1,6	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	27.06.	Kaiserslautern
10,84	1,3	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	27.06.	Kaiserslautern

Kugelstoß 7,260 kg BL 2009:

8,45	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,20	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,27	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M40**

10 km

BL 2009: 35:50 Spiekermann, Stephan 65 LG Menden

38:28	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	24.01.	Hamm
38:48	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
38:52	Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
39:00	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	21.03.	Dinslaken
39:09	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	14.11.	Bochum
39:56	Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	28.05.	Haltern
40:17	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
40:17	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
41:36	Eigen, Oliver	65	LG Schwerte	24.01.	Hamm
41:50	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
42:22	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	24.01.	Hamm
42:23	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
42:46	Döding, Jörg	62	LG Schwerte	28.05.	Schwerte
42:56	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
43:20	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	01.05.	Kaiserau
43:33	Kaderhandt, Walter	57	Marathon-Club, Menden	18.09.	Garrel
43:34	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
43:54	Schadwill, Thomas	65	TuS Iserlohn	20.06.	Möhnesee
44:27	Börsken, Markus	69	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
44:31	Otte, Uwe	65	LG Schwerte	24.01.	Hamm

10 km Mannschaft

BL2009:

2:04:20	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
	Woeste 38:54, Just 40:59, Börsken 44:27		

Halbmarathon

BL 2009: 1:24:13 Wanske, Thomas 65 Marathon-Club, Menden

1:20:21	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:22:58	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:26:06	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:28:01	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	28.11.	Herten-Bertlich
1:29:20	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:31:28	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:32:04	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	11.04.	Harsewinkel
1:32:40	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:35:02	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:36:49	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:39:36	Kuschel, Thomas	70	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:40:15	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:41:00	Klein, Thorsten	68	Marathon-Club, Menden	26.04.	Bonn
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:43:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M40**

## Fortsetzung Halbmarathon

BL 2009: 1:24:13 Wanske, Thomas 65 Marathon-Club, Menden

1:44:16	Geuken, Jörg	67	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:45:04	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:45:29	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

## Marathon

BL 2009: 3:00:47 Wanske, Thomas 65 Marathon-Club, Menden

2:53:59	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
2:54:49	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	09.10.	Essen
3:14:51	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:15:11	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:17:08	Weier, Ralf	45	Marathon-Club, Menden	24.10.	Oldenburg
3:23:08	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:26:40	Remmert, Ulrich	67	LG Menden	12.09.	Münster
3:27:46	Kuschel, Thomas	70	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:33:51	Gerlach, Karl	67	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:45:12	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:45:49	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	02.05.	Düsseldorf
3:48:21	Börksen, Markus	69	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:54:56	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	12.09.	Münster
4:02:25	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	26.09.	Berlin
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
4:51:58	Maiss, Peter	53	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster

## Kugelstoß 7,260 kg

BL 2009: 10,50 Bendig, Udo 66 LG Schwerte

11,36	Bendig, Udo	66	LG Schwerte	08.05.	Ergste
9,47	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
8,45	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,20	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,27	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,79	Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	12.06.	Oberaden

## Diskuswurf 2,0 kg

BL 2009: 11,26 Kucklies, Udo 67 LG Schwerte

10,99	Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	09.10.	Plettenberg
-------	---------------	----	-------------	--------	-------------

## Hammerwurf 7,260 kg

BL 2009: 24,05 Potthoff, Andreas 68 VfL Fröndenberg

24,81	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	13.05.	Minden
-------	-------------------	----	-----------------	--------	--------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M35**

100 m BL 2009: 11,80\* Spieckermann, Sven 74 TV Deilinghofen

11,82	1,1	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	26.06.	Kaiserslautern
13,88	1	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim
13,92	-0,7	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
14,02	-0,7	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
15,62	-0,7	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
17,90	0,6	Ostermann, Klaus	44	TuS Lendringsen	13.05.	Minden

200 m BL 2009: 24,57\* Spieckermann, Sven 74 TV Deilinghofen

24,16	0	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
28,07	0,7	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.06.	Aichach

800 m BL 2009:

2:19,91		Blumberg, Bernhard	71	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
2:38,84		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.05.	Minden

10 km BL 2009: 40:07 Just, Michael 70 Marathon-Club, Menden

36:24		Leider, Lars	75	LG Menden	20.03.	Salzkotten
38:28		Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	24.01.	Hamm
38:48		Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
38:52		Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
39:00		Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	21.03.	Dinslaken
39:09		Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	14.11.	Bochum
39:56		Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	28.05.	Haltern
40:17		Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
40:17		Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
41:36		Eigen, Oliver	65	LG Schwerte	24.01.	Hamm
41:50		Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
42:02		Jesse, Matthias	73	LG Menden	09.10.	Coesfeld
42:22		Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	24.01.	Hamm
42:23		Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
42:46		Döding, Jörg	62	LG Schwerte	28.05.	Schwerte
42:56		Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	28.03.	Wickede
43:20		Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	01.05.	Kaiserau
43:33		Kaderhandt, Walter	47	Marathon-Club, Menden	18.09.	Garrel
43:34		Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
43:54		Schadwill, Thomas	65	TuS Iserlohn	20.06.	Möhnesee

10 km Mannschaft BL2009: 1:47:40 LG Menden

2:04:20		Marathon-Club, Menden			09.10.	Coesfeld
		Woeste 38:54, Just 40:59, Börsken 44:27				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M35**

Halbmarathon BL 2009: 1:25:52 Koehnemann, Mario 71 Marathon-Club, Menden

1:20:21	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:22:58	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:26:06	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:27:36	Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:28:01	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	28.11.	Herten-Bertlich
1:29:20	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:31:28	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:32:04	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	11.04.	Harsewinkel
1:32:40	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:35:02	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:36:49	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:39:36	Kuschel, Thomas	70	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:40:15	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:43:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
1:44:16	Geuken, Jörg	67	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:45:04	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:45:29	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

Weitsprung BL 2009:

6,02	-1	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,22	-0,5	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	13.05.	Minden
5,17	-0,2	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	13.05.	Minden
4,90	0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
4,65	0,2	Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	13.05.	Minden
4,25	0	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim
3,93	-0,2	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Kugelstoß 7,260 kg BL 2009: 10,80 Trimpe, Ulrich 71 LG Schwerte

11,36		Bendig, Udo	66	LG Schwerte	08.05.	Ergste
9,47		Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
8,60		Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,45		Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,20		Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,27		Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,79		Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	12.06.	Oberaden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M30**

10 km

BL 2009: 35:14 Leider, Lars 75 LG Menden

34:24	Prenger, Falk	79	LG Menden	30.04.	Nordkirchen
36:18	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
36:24	Leider, Lars	75	LG Menden	20.03.	Salzkotten
37:55	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
38:28	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	24.01.	Hamm
38:47	Tiago, Victor	77	TuS Iserlohn	27.11.	Essen
38:48	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
38:52	Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
39:00	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	21.03.	Dinslaken
39:01	Neugebauer, Andreas	80	LG Schwerte	24.01.	Hamm
39:09	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	14.11.	Bochum
39:56	Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	28.05.	Haltern
40:17	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
40:17	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
41:36	Eigen, Oliver	65	LG Schwerte	24.01.	Hamm
41:50	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
42:02	Jesse, Matthias	73	LG Menden	09.10.	Coesfeld
42:22	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	24.01.	Hamm
42:23	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
42:46	Döding, Jörg	62	LG Schwerte	28.05.	Schwerte

Halbmarathon

BL 2009: 1:16:45 Ahr, Benjamin 78 TuS 1846 Iserlohn

1:20:21	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:22:58	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:23:30	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:25:29	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:26:06	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:27:36	Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:28:01	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	28.11.	Herten-Bertlich
1:29:20	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:31:28	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:32:04	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	11.04.	Harsewinkel
1:32:40	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:35:02	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:36:49	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:37:14	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:39:36	Kuschel, Thomas	70	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:40:15	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:42:59	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:43:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
1:44:16	Geuken, Jörg	67	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer M30**

Marathon		BL 2009: 2:48:39 Prenger, Falk 79 LG Menden			
2:53:59	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
2:54:49	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	09.10.	Essen
3:05:09	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	28.11.	Herten-Bertlich
3:07:38	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:14:51	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:15:11	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:17:08	Weier, Ralf	45	Marathon-Club, Menden	24.10.	Oldenburg
3:23:08	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:26:40	Remmert, Ulrich	67	LG Menden	12.09.	Münster
3:27:46	Kuschel, Thomas	70	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:28:51	Schulte, Tobias	80	Marathon-Club, Menden	10.11.	München
3:33:51	Gerlach, Karl	67	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:45:12	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:45:49	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	02.05.	Düsseldorf
3:48:21	Börksen, Markus	69	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:54:35	Rinsche-Pingel	80	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:54:56	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	12.09.	Münster
4:02:25	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	26.09.	Berlin
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden

**Männer**

100 m

Rekord: 10,5 Leyendecker, Roman SV Menden

BL 2009: 12,60\* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

11,24	-0,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
11,28	0,8	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
11,29	-0,1	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	24.07.	Kreuztal
11,48	0,4	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
11,53	-0,3	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	19.06.	Gladbeck
11,59	1,4	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	24.05.	Recklinghausen
11,72	-0,4	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
11,82	1,1	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	26.06.	Kaiserslautern
11,84	0,5	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
11,84	0,1	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
11,87	1,5	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	06.06.	Hagen
12,02	-1,7	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
12,07	0	Hoffmann, Nils	89	LG Menden	02.07.	Menden
12,17	0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
12,22	0,9	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,27	0,1	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
12,36	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
12,51	0	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	25.04.	Hamm
12,63	-0,5	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	13.06.	Recklinghausen
12,71	0	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

200 m Rekord: 21,84 Leyendecker, Roman SV Menden  
BL 2009:

22,24	0,9	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	07.08.	Ulm
22,80	0,6	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
22,86	-0,5	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	19.06.	Gladbeck
22,93	0,6	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
23,60	0	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	07.05.	Menden
23,77	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,16	0	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
24,59	0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
24,67	-0,1	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	24.07.	Kreuztal
24,74	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
25,14	0,4	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
26,26	-0,3	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	25.04.	Hamm
26,75	1,4	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
27,21	1,4	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
28,07	0,7	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.06.	Aichach

400 m Rekord: 47,8 Friedrich, Hans-Walter LAV Menden  
BL 2009: 58,56 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

50,24		Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
50,57		Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	27.06.	Duisburg
53,87		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
54,48		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
54,82		Konopka, Torsten	87	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
54,84		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
55,02		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
55,21		Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	24.05.	Beckum
56,28		Schulte, Björn	90	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
56,40		Esser, Felix	94	LC Letmathe	06.06.	Hagen
56,68		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
56,70		Haurand, Tristan	93	LG Menden	20.06.	Gladbeck
58,74		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
58,86		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
60,42		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
61,90		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
62,73		Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
62,81		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	03.07.	Kevelaer



Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

800 m

Rekord: 1:48,76 Krüger, Hendrik SV Menden

BL 2009: 2:15,03 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

2:01,12	Quent, Fabian	90	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:02,18	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	18.09.	Kamen
2:02,20	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
2:03,90	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	19.06.	Gladbeck
2:06,31	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:06,98	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:07,82	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:13,00	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	12.08.	Berg.-Gladbach
2:13,18	Haurand, Tristan	93	LG Menden	25.05.	Wenden
2:19,11	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
2:19,91	Blumberg, Bernhard	71	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
2:20,46	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2:21,99	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:25,98	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	14.05.	Dortmund
2:38,84	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.05.	Minden

## Handzeitleistungen:

1:59,3	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
1:59,9	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	02.06.	Menden
2:06,6	Esser, Felix	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
2:12,3	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	02.06.	Menden
2:48,9	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	03.08.	Oberaden

1000 m

Rekord: 2:58,95 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

BL 2009: 2:58,95 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

2:39,99	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	17.06.	Dortmund
2:53,09	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	08.08.	Schiffflange/Lux
3:02,23	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
3:06,18	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:06,70	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:07,76	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:10,23	Littmann, Jan Enno	95	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:18,09	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,83	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

Fortsetzung 1000 m

Rekord: 2:58,95 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

BL 2009: 2:58,95 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

2:47,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	05.06.	Soest
3:01,7	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

1500 m

Rekord: 3:39,56 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009:

4:04,75	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	25.05.	Wenden
4:08,68	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	06.06.	Duisburg
4:14,17	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:14,35	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:17,96	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
4:18,83	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	25.05.	Wenden
4:21,92	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.06.	Gladbeck
4:25,91	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	14.07.	Essen
4:26,10	Quent, Fabian	90	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:39,65	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
4:42,30	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:09,80	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:14,49	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
5:22,33	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
5:43,77	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	13.06.	Aichach
5:44,83	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim

## Handzeitleistungen:

4:12,9	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
4:21,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.06.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

3000 m

Rekord: 7:53,51 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009: 10:44,75 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

8:48,9	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:05,2	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:08,7	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:12,4	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:38,81	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
9:45,3	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:58,94	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
10:24,6	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
10:38,47	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:02,56	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	24.03.	Menden
11:10,63	Schwarze, Robin	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:12,96	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:15,70	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
11:22,69	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden

5000 m

Rekord: 13:40,50 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009:

15:17,85	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	19.05.	Koblenz
15:39,51	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	19.05.	Koblenz
15:48,93	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	19.08.	Berg.-Gladbach
16:26,14	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
16:39,61	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
16:50,42	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
16:54,06	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	24.03.	Menden
17:54,11	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	17.04.	Menden
19:39,65	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	24.03.	Menden
20:28,0	Schulte, Björn	90	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde

10000 m

Rekord: 30:02,95 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009:

33:07,35	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
33:43,86	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	26.08.	Berg.-Gladbach

10 km

Rekord: 29:14 Edwards, Malcolm MC Menden

BL 2009: 34:40 Talbi, Zakaria 83 ASV Iserlohn

32:22	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
33:10	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
33:21	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
33:57	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	09.10.	Coesfeld
34:24	Prenger, Falk	79	LG Menden	30.04.	Nordkirchen
34:36	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
34:55	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

Fortsetzung 10 km

Rekord: 29:14 Edwards, Malcolm MC Menden

BL 2009: 34:40 Talbi, Zakaria 83 ASV Iserlohn

35:22	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
35:32	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	24.04.	Wintrich
35:52	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
36:02	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
36:18	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
36:24	Leider, Lars	75	LG Menden	20.03.	Salzkotten
36:27	Quent, Fabian	90	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
36:58	Niemietz, Stefan	82	Marathon-Club, Menden	28.05.	Schwerte
37:48	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	09.10.	Coesfeld
37:55	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
38:14	Woloszyn, Arthur	82	LG Schwerte	24.01.	Hamm
38:26	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	28.03.	Wickede
38:28	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	24.01.	Hamm

10 km Mannschaft

Rekord: 1:40:05 Marathon-Club Menden

BL2009: 1:44:38 ASV Iserlohn

1:40:05	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
	Neuhaus 32:22, S.Quent 33:50, Knode 33:53		
1:44:57	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Knode 33:52, Henseleit 35:16, Neuhaus 35:49		
1:46:28	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
	Schroeder 34:55, Heck 35:22, Henseleit 36:11		
1:49:45	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Poloschek 36:18, Quent 36:27, Meier 37:00		
1:52:36	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Niemietz 37:15, Kemper 37:26, Prause 37:55		
1:57:58	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Paassen 38:49, Weier 38:52, Just 40:17		
2:04:20	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
	Woeste 38:54, Just 40:59, Börsken 44:27		
2:15:51	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Kolonko 42:23, Sendatzki 45:06, Grondke 48:22		
2:26:00	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Paassen 48:26, Rinsche Pingel 48:46, Hoff 48:48		
2:30:59	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Völlkopf 49:07, Klar 49:38, Schroeder 52:14		
2:46:04	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
	Marutschke 52:57, Trinkwald 53:42, Lüdecke 59:25		

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

## Halbmarathon

Rekord: 1:03:15 Weyts,, Jean 55 LG Menden

BL 2009: 1:15:57 Talbi, Zakaria 83 ASV Iserlohn

1:15:18	Knodel, Felix	92	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:16:36	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:17:46	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:18:41	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:19:07	Niemietz, Stefan	82	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:19:31	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	03.10.	Köln
1:20:21	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:22:58	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.04.	Steinbeck
1:23:03	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:23:08	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:23:30	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:23:40	Woloszyn, Arthur	82	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:25:29	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:26:06	Krüger, Olaf	70	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:26:31	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:26:44	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	19.09.	Dortmund
1:27:36	Weier, Ralf	75	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:28:01	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	28.11.	Herten-Bertlich
1:29:20	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:31:28	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg

## Halbmarathon Mannschaft

Rekord: 3:30:00 LG Menden

BL2009: 4:06:08 Marathon-Club, Menden

3:50:22	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Knodel 1:15:18, Neuhaus 1:17:18, Quent 1:17:46		
3:59:08	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Henseleit 1:18:41, Niemietz 1:19:07, Schöne 1:21:20		
4:09:41	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Kemper 1:23:03, Meier 1:23:08, Poloschek 1:23:30		
4:19:36	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Prause 1:25:29, Paassen 1:26:31, Weier 1:27:36		
4:47:21	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Just 1:32:18, Schneider 1:34:48, Sendatzki 1:40:15		
5:13:31	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Pasic 1:41:06, Hoff 1:45:29, Völlkopf 1:46:56		
5:23:36	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Kolonko 1:47:01, Rinsche Pingel 1:47:18, Glasmeyer 1:49:17		
5:44:09	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Paassen 1:49:34, Schroeder 1:55:55, Marutschke 1:58:40		

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

## Marathon

Rekord: 2:13:41 Weyts, Jean 55 MC Menden

BL 2009: 2:58:49 Poloschek, Manfred 80 Marathon-Club, Menden

2:53:59	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
2:54:49	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	09.10.	Essen
3:05:09	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	28.11.	Herten-Bertlich
3:07:38	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:14:51	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:15:11	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:17:08	Weier, Ralf	45	Marathon-Club, Menden	24.10.	Oldenburg
3:23:08	Woeste, Torsten	70	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:26:40	Remmert, Ulrich	67	LG Menden	12.09.	Münster
3:27:46	Kuschel, Thomas	70	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:28:51	Schulte, Tobias	80	Marathon-Club, Menden	10.11.	München
3:33:51	Gerlach, Karl	67	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden
3:40:24	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	20.03.	Steinfurt
3:45:12	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:45:49	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	02.05.	Düsseldorf
3:48:21	Börsken, Markus	69	Marathon-Club, Menden	12.09.	Münster
3:54:35	Rinsche-Pingel, Jens	80	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
3:54:56	Rath, Wolfgang	52	TV Deilinghofen	12.09.	Münster
4:02:25	Schütz, Michael	60	Marathon-Club, Menden	26.09.	Berlin
4:07:19	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	06.06.	Menden

## Marathon Mannschaft

Rekord: 7:18:05 MC Menden

BL2009: 8:47:56 Marathon-Club, Menden

9:29:36	Marathon-Club, Menden			12.09.	Münster
	Schöne 2:59:34, Just 3:14:51, Schneider 3:15:11				
11:05:46	Marathon-Club, Menden			12.09.	Münster
	Kuschel 3:37:51, Kemper 3:42:43, Glasmeyer 3:45:12				
11:19:24	Marathon-Club, Menden			06.06.	Menden
	Gerlach 3:33:51, Prause 3:38:14, Pollok 4:07:19				
12:44:08	Marathon-Club, Menden			12.09.	Münster
	Börsken 3:48:21, Pasic 4:03:49, Maiss 4:51:58				

## 110 m Hürden

Rekord: 14,60\* Dröscher, Daniel 77 LG Menden

BL 2009: 18,42\* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

20,64	0,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
-------	-----	--------------------	----	-----------------	--------	----------

## 4 x 100 m

Rekord: 42,3 LAV Menden

BL2009: 45,88 LG Schwerte

43,45		TuS 1846 Iserlohn			08.08.	Ulm
		Erochok 91, Meise 92, Drossart 92, Witte 93				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

Fortsetzung	110 m Hürden	Rekord: 14,60* Dröscher, Daniel 77 LG Menden		
		BL 2009: 18,42* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen		
47,45	TV Deilinghofen		26.09.	Münster
	Friedewald 93, Lackner 93, Schulte 93, Limbach 95			
50,25	TV Deilinghofen		04.07.	Menden
	Gertischke 96, Limbach 95, Ernst 96, Herget 95			
61,70	Startgem.SU Annen/ASV Iserlohn		13.05.	Minden
	Pechtel 40, Lichau 40, Köhler 40, Pientka 39			
3 x 1000 m		Rekord: 7:28,45 SV Menden		
		BL2009:		
7:58,61	Marathon-Club, Menden		02.05.	Kreuztal
	Quent 90, Henseleit 88, Neuhaus 88			
8:07,71	Marathon-Club, Menden		02.05.	Kreuztal
	Knodel 92, Kemper 91, Meier 91			
9:00,23	Marathon-Club, Menden		02.05.	Kreuztal
	Schimmel 93, Paassen 93, Schroeder 94			
10:31,78	Marathon-Club, Menden		02.05.	Kreuztal
	Geuken 98, Geuken 97, Bawey 98			
10:41,26	ASV Iserlohn		02.05.	Kreuztal
	Köhne 98, Ritzmann 98, Budde 97			
Handzeitleistungen:				
9:01,0	Startgem. LCL/Nighthawks		07.05.	Oelde
	Schmidt 94, Deutscher 95, Esser 94			
10:13,6	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Rössel 97, Koster 97, Weissenberg 97			
10:19,9	ASV Iserlohn		03.09.	Schwerte
	Haude 99, Ritzmann 98, Haude 97			
10:50,0	LG Menden		03.09.	Schwerte
	Jostmann 97, Schulz 99, Rammert 97			
11:24,5	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Bednarek 98, Lesinski 98, Scherbring 98			
11:29,6	TuS 1846 Iserlohn		03.09.	Schwerte
	Ebel 00, Maus 00, Vogt 00			
11:34,8	Startgem. LCL/Nighthawks		07.05.	Oelde
	Hesse 99, Vogel 98, Brunnert 98			
12:13,2	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Techel 99, Koster 00, Römer 00			
12:14,2	SC 1912 Hennen		03.09.	Schwerte
	Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01			
12:16,5	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Feldhaus 99, Goeke 01, Bablich 99			
14:01,1	TuS 1846 Iserlohn		03.09.	Schwerte
	Miczka 00, Schittko 02, Schmidt 00			

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

Fortsetzung 3 x 1000 m                      Rekord: 7:28,45 SV Menden  
 Handzeitleistungen:                              BL2009:

14:12,9	LG Schwerte Böttner 00, Weissenberg 00, Riße 99		03.09.	Schwerte
14:20,3	LG Schwerte Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03		03.09.	Schwerte

Hochsprung                                      Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn  
                                                             BL 2009: 1,68 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

1,95	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
1,81	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,76	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	06.08.	Oberaden
1,72	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,71	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
1,70	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,68	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,55	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
1,52	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
1,50	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,50	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,46	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,46	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,46	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,40	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	06.08.	Oberaden
1,40	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	10.09.	Neheim

Stabhochsprung                                Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen  
                                                             BL 2009: 3,74 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

3,40	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
2,80	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,30	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
2,20	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,20	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,10	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	11.09.	Neheim
1,90	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn



Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

## Weitsprung

Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen

BL 2009: 5,60 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

6,48	-1,1	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	25.04.	Hamm
6,31	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
6,24	0,5	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
6,08	0	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
6,02	-1	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,82	-0,5	Haurand, Tristan	93	LG Menden	24.05.	Recklinghausen
5,75	0,1	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,67	-0,4	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,60	-0,6	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,44	-0,2	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,44	0	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,42	0	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
5,37	0,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
5,36	0,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
5,22	-0,5	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	13.05.	Minden
5,21	-0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,17	-0,2	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	13.05.	Minden
5,10	0,1	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,05	0,6	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,04	0,4	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn

## Leistungen mit Rückenwind:

6,77	3,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
5,87	4,5	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,81	3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,66	3,5	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,30	2,5	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,21	2,5	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

## Dreisprung

Rekord: 14,92 Giavalisco, Patrick 68 SG Eintracht Ergste

BL 2009: 11,33 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

13,88	0,7	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	07.08.	Ulm
11,33	1,6	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	27.06.	Kaiserslautern
10,84	1,3	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	27.06.	Kaiserslautern

## Kugelstoß 7,260 kg

Rekord: 18,28 König, Reinhold SV Menden

BL 2009: 12,54 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

12,58		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
11,36		Bendig, Udo	66	LG Schwerte	08.05.	Ergste
10,05		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Männer**

Fortsetz. Kugelstoß 7,260 kg Rekord: 18,28 König, Reinhold SV Menden

BL 2009: 12,54 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

9,47	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
8,60	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,45	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,20	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,27	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,04	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
4,79	Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	12.06.	Oberaden

Diskuswurf 2,0 kg Rekord: 51,37 Dröscher, Stefan 78 LG Menden

BL 2009:

34,59	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	08.05.	Ergste
28,68	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
10,99	Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	09.10.	Plettenberg

Speerwurf 800 g Rekord: 56,62 Ernst, Christian LG Menden

BL 2009: 49,92 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

47,83	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim
39,02	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	10.08.	Oberaden
36,94	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	08.05.	Ergste

Zehnkampf Rekord: 6526 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009: 4871 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

4429	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	15./16.05.	Iserlohn
12,21(-1,5)/6,20(+0,2)/9,47/1,66/58,74 // 20,64(+0,5)/25,60/2,30/37,74/5:14,49					

**Junioren**

100 m Rekord: 10,60 Dröscher, Daniel 77 LG Menden

BL 2009: 11,79\* Drossart, Alexander 88 TuS 1846 Iserlohn

11,24	-0,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
11,28	0,8	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
11,29	-0,1	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	24.07.	Kreuztal
11,48	0,4	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
11,53	-0,3	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	19.06.	Gladbeck
11,59	1,4	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	24.05.	Recklinghausen
11,72	-0,4	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
11,84	0,5	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
11,87	1,5	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	06.06.	Hagen
12,02	-1,7	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
12,07	0	Hoffmann, Nils	89	LG Menden	02.07.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Junioren**

Fortsetzung 100 m

Rekord: 10,60 Dröscher, Daniel 77 LG Menden

BL 2009: 11,79\* Drossart, Alexander 88 TuS 1846 Iserlohn

12,17	0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
12,22	0,9	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,27	0,1	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
12,36	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
12,51	0	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	25.04.	Hamm
12,63	-0,5	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	13.06.	Recklinghausen
12,71	0	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
12,80	0,1	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
12,82	1,8	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
12,82	0,9	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

200 m

Rekord: 21,87 Spieckermann, Sven 74 TV Deilinghofen

BL 2009: 23,52\* Drossart, Alexander 88 TuS 1846 Iserlohn

22,24	0,9	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	07.08.	Ulm
22,80	0,6	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
22,86	-0,5	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	19.06.	Gladbeck
22,93	0,6	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
23,60	0	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	07.05.	Menden
23,77	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,59	0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
24,67	-0,1	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	24.07.	Kreuztal
24,74	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
25,14	0,4	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
26,26	-0,3	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	25.04.	Hamm
26,75	1,4	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
27,21	1,4	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

400 m

Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn

BL 2009: 52,17 Rohde, Nils 89 ASV Iserlohn

50,24		Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
50,57		Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	27.06.	Duisburg
53,87		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
54,48		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
54,84		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
55,02		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
55,21		Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	24.05.	Beckum
56,28		Schulte, Björn	90	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
56,40		Esser, Felix	94	LC Letmathe	06.06.	Hagen
56,68		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
56,70		Haurand, Tristan	93	LG Menden	20.06.	Gladbeck
58,86		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
60,42		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
61,90		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
62,73		Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Junioren**

Handzeitleistungen 400 m:

53,4	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
55,8	Haurand, Tristan	93	LG Menden	02.06.	Menden

800 m

Rekord: 1:49,86 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2009: 1:59,81 Rohde, Nils 89 ASV Iserlohn

2:01,12	Quent, Fabian	90	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:02,18	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	18.09.	Kamen
2:02,20	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
2:03,90	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	19.06.	Gladbeck
2:06,31	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:06,98	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:07,82	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:13,18	Haurand, Tristan	93	LG Menden	25.05.	Wenden
2:19,11	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
2:20,46	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2:21,99	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:25,98	Siemiakowski, Armin	93	LC Letmathe	14.05.	Dortmund

Handzeitleistungen:

1:59,3	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
1:59,9	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	02.06.	Menden
2:06,6	Esser, Felix	94	LC Letmathe	02.06.	Menden

1000 m

Rekord: 2:23,28 Krüger, Jan 68 SV Menden

BL 2009: 2:36,84 Rohde, Nils 89 ASV Iserlohn

2:39,99	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	17.06.	Dortmund
3:02,23	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
3:06,18	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:06,70	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:07,76	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:10,23	Littmann, Jan Enno	95	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:18,09	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,83	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
3:29,64	Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Junioren**

## Handzeitleistungen 1000m:

2:47,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	05.06.	Soest
3:01,7	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

## 1500 m

Rekord: 3:48,36 Krüger, Jan 68 SV Menden

BL 2009: 4:12,09 Neuhaus, Christof 88 Marathon-Club, Menden

4:04,75	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	25.05.	Wenden
4:08,68	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	06.06.	Duisburg
4:12,04	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	09.06.	Kamen
4:12,9	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
4:14,17	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:14,35	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:17,96	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
4:21,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.06.	Menden
4:21,92	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.06.	Gladbeck
4:25,91	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	14.07.	Essen
4:26,10	Quent, Fabian	90	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:42,30	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:09,80	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:22,33	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
5:44,83	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim

## 3000 m

Rekord: 8:22,0 Welzel, , Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009: 8:58,13 Neuhaus, Christof 88 Marathon-Club, Menden

8:48,9	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:05,2	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:08,7	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:12,4	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:38,81	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
9:41,3	Quent, Fabian	90	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:45,1	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:45,3	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:58,94	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
10:24,6	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
10:38,47	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:02,56	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	24.03.	Menden
11:10,63	Schwarze, Robin	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:12,96	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:15,70	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
11:22,69	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden



Ausdruck vom 26.12.2010

**Junioren**

## Halbmarathon

Rekord: 1:12:25 Bourgiba, Mohammed 87 MC Menden

BL 2009: 1:22:09 Heck, Torben 89 Marathon-Club, Menden

1:15:18	Knodel, Felix	92	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:16:36	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:17:46	Quent, Simon	90	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:18:41	Henseleit, Philipp	88	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:19:31	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	03.10.	Köln
1:23:03	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:23:08	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:26:31	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

## 4 x 100 m

Rekord: 43,45 TuS Iserlohn

BL2009: 45,69 LG Schwerte

43,45	TuS 1846 Iserlohn Erochok 91, Meise 92, Drossart 92, Witte 93			08.08.	Ulm
47,45	TV Deilinghofen Friedewald 93, Lackner 93, Schulte 93, Limbach 95			26.09.	Münster
50,25	TV Deilinghofen Gertischke 96, Limbach 95, Ernst 96, Herget 95			04.07.	Menden

## Hochsprung

Rekord: 2,09 Kurella, , Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,75 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg

1,95	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
1,81	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,72	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,71	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
1,70	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,68	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,55	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
1,52	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
1,50	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,50	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,46	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,46	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,46	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,38	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,38	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,38	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Junioren**

Stabhochsprung		Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen			
		BL 2009: 2,10 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg			
3,40	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
2,80	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,20	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,20	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,90	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
o.g.V.	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Weitsprung		Rekord: 7,12 Marquis, Frank 68 TG Westhofen			
		BL 2009: 6,51* Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg			
6,31	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn
6,24	0,5	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	15.05. Iserlohn
6,08	0	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
5,82	-0,5	Haurand, Tristan	93	LG Menden	24.05. Recklinghausen
5,75	0,1	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn
5,67	-0,4	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06. Letmathe
5,60	-0,6	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09. Hemer
5,44	-0,2	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn
5,44	0	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06. Letmathe
5,42	0	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.09. Neheim
5,37	0,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05. Recklinghausen
5,36	0,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05. Iserlohn
5,21	-0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn
5,10	0,1	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06. Letmathe
5,05	0,6	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06. Letmathe
5,04	0,4	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn
5,01	0,9	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	20.06. Letmathe
4,88	0	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	01.05. Kaiserau
4,75	0,1	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn
4,71	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	07.05. Menden

## Leistungen mit Rückenwind:

5,87	4,5	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	03.06. Iserlohn
5,81	3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	03.06. Iserlohn
5,66	3,5	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06. Iserlohn
5,30	2,5	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	03.06. Iserlohn

Kugelstoß 7,260 kg		Rekord: 14,04 Dröschner, Stefan 78 LG Menden			
		BL 2009: 9,88 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg			
7,04		Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	15.05. Iserlohn

Speerwurf 800 g		Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte			
		BL 2009: 46,45 Gesing, Moritz 87 LG Menden			

36,94		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	08.05. Ergste
-------	--	-----------------	----	-----------------	---------------



Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

100 m		Rekord: 10,90 Leyendecker, Roman SV Menden				
		BL 2009: 11,50* Sommer, Matthias 91 LG Schwerte				
11,24	-0,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
11,28	0,8	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
11,29	-0,1	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	24.07.	Kreuztal
11,53	-0,3	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	19.06.	Gladbeck
11,59	1,4	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	24.05.	Recklinghausen
11,72	-0,4	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
11,84	0,5	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
11,87	1,5	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	06.06.	Hagen
12,02	-1,7	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
12,17	0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
12,22	0,9	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,27	0,1	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
12,36	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
12,51	0	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	25.04.	Hamm
12,63	-0,5	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	13.06.	Recklinghausen
12,71	0	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
12,82	1,8	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
12,82	0,9	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,85	1,9	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,86	1,9	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

200 m		Rekord: 21,88 Leyendecker, Roman SV Menden				
		BL 2009: 22,63* Sommer, Matthias 91 LG Schwerte				
22,24	0,9	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	07.08.	Ulm
22,80	0,6	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
22,86	-0,5	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	19.06.	Gladbeck
22,93	0,6	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
23,77	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,59	0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
24,67	-0,1	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	24.07.	Kreuztal
24,74	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
25,14	0,4	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
26,75	1,4	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
27,21	1,4	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

400 m		Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn				
		BL 2009: 51,78 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn				
50,24		Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
50,57		Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	27.06.	Duisburg
53,87		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
54,48		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
54,84		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
55,02		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

Fortsetzung 400 m

Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn

BL 2009: 51,78 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn

55,21	Schiffer, Sebastian	92	LG Schwerte	24.05.	Beckum
56,40	Esser, Felix	94	LC Letmathe	06.06.	Hagen
56,68	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
56,70	Haurand, Tristan	93	LG Menden	20.06.	Gladbeck
58,86	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
60,42	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
61,90	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
62,73	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn

## Handzeitleistungen:

53,4	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
55,8	Haurand, Tristan	93	LG Menden	02.06.	Menden

800 m

Rekord: 1:49,86 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2009: 1:52,7 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn

2:02,18	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	18.09.	Kamen
2:02,20	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
2:03,90	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	19.06.	Gladbeck
2:06,31	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:06,98	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:07,82	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:13,18	Haurand, Tristan	93	LG Menden	25.05.	Wenden
2:19,11	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
2:20,46	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2:21,99	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:25,98	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	14.05.	Dortmund

## Handzeitleistungen:

2:06,6	Esser, Felix	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
--------	--------------	----	-------------	--------	--------

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

1000 m

Rekord: 2:25,3 Welzel, , Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009: 2:29,45 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn

3:02,23	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
3:06,18	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:06,70	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:07,76	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:10,23	Littmann, Jan Enno	95	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:18,09	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,83	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
3:29,64	Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:31,49	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden

## Handzeitleistungen:

2:47,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	05.06.	Soest
3:01,7	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

1500 m

Rekord: 3:48,8 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide

BL 2009: 3:59,49 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn

4:14,35	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
4:17,96	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
4:21,92	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.06.	Gladbeck
4:25,91	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	14.07.	Essen
4:42,30	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:09,80	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:22,33	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
5:44,83	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

Handzeitleistungen 1500 m:

4:12,9	Knoder, Felix	92	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
4:21,0	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	02.06.	Menden

3000 m                      Rekord: 8:22,0 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide  
 BL 2009: 8:55,50 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn

9:08,7	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
9:12,4	Knoder, Felix	92	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:38,81	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
9:45,3	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
9:58,94	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
10:24,6	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
10:38,47	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:02,56	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	24.03.	Menden
11:10,63	Schwarze, Robin	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:12,96	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:15,70	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
11:22,69	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden

5000 m                      Rekord: 15:05,4 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide  
 BL 2009: 16:50,89 Quent, Simon 90 ASV Iserlohn

15:39,51	Knoder, Felix	92	Marathon-Club, Menden	19.05.	Koblenz
16:26,14	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
16:39,61	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
16:50,42	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
17:54,11	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	17.04.	Menden

10 km                        Rekord: 32:17 Bourgiba, Mohammed 87 MC Menden  
 BL 2009: 34:00 Quent, Simon 90 ASV Iserlohn

33:10	Knoder, Felix	92	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
34:55	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
35:32	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	24.04.	Wintrich
35:52	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
36:02	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
38:26	Hafenmayer, Steffen	91	LG Schwerte	28.03.	Wickede
39:26	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
45:28	Schimmel, Kai	93	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

Halbmarathon		Rekord: 1:12:25 Bourgiba, Mohammad 87 MC Menden BL 2009:			
1:15:18	Knodel, Felix	92	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:23:03	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:23:08	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:26:31	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
4 x 100 m		Rekord: 43,45 TuS 1846 Iserlohn BL2009: 44,67 TuS 1846 Iserlohn			
43,45	TuS 1846 Iserlohn Erochok 91, Meise 92, Drossart 92, Witte 93			08.08.	Ulm
47,45	TV Deilinghofen Friedewald 93, Lackner 93, Schulte 93, Limbach 95			26.09.	Münster
50,25	TV Deilinghofen Gertischke 96, Limbach 95, Ernst 96, Herget 95			04.07.	Menden
4 x 400 m		Rekord: 3:32,52 TV Deilinghofen BL2009: 3:53,96 TuS 1846 Iserlohn			
3:44,40	TuS 1846 Iserlohn Herzer 92, Witte 93, Meise 92, Erochok 91			02.05.	Kreuztal
3 x 1000 m		Rekord: 7:34,55 LG Iserlohn BL2009:			
8:07,71	Marathon-Club, Menden Knodel 92, Kemper 91, Meier 91			02.05.	Kreuztal
9:00,23	Marathon-Club, Menden Schimmel 93, Paassen 93, Schroeder 94			02.05.	Kreuztal
10:31,78	Marathon-Club, Menden Geuken 98, Geuken 97, Bawey 98			02.05.	Kreuztal
10:41,26	ASV Iserlohn Köhne 98, Ritzmann 98, Budde 97			02.05.	Kreuztal
Handzeitleistungen:					
9:01,0	Startgem. LCL/Nighthawks Schmidt 94, Deutscher 95, Esser 94			07.05.	Oelde
10:13,6	LG Schwerte Rössel 97, Koster 97, Weissenberg 97			03.09.	Schwerte
10:19,9	ASV Iserlohn Haude 99, Ritzmann 98, Haude 97			03.09.	Schwerte
10:50,0	LG Menden Jostmann 97, Schulz 99, Rammert 97			03.09.	Schwerte

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

Forts. 3 x 1000 m

Rekord: 7:34,55 LG Iserlohn

BL2009:

11:24,5	LG Schwerte Bednarek 98, Lesinski 98, Scherbring 98		03.09.	Schwerte
11:29,6	TuS 1846 Iserlohn Ebel 00, Maus 00, Vogt 00		03.09.	Schwerte
11:34,8	Startgem. LCL/Nighthawks Hesse 99, Vogel 98, Brunnert 98		07.05.	Oelde
12:13,2	LG Schwerte Techel 99, Koster 00, Römer 00		03.09.	Schwerte
12:14,2	SC 1912 Hennen Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01		03.09.	Schwerte
12:16,5	LG Schwerte Feldhaus 99, Goeke 01, Bablich 99		03.09.	Schwerte
14:01,1	TuS 1846 Iserlohn Miczka 00, Schittko 02, Schmidt 00		03.09.	Schwerte
14:12,9	LG Schwerte Böttner 00, Weissenberg 00, Riße 99		03.09.	Schwerte
14:20,3	LG Schwerte Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03		03.09.	Schwerte

Hochsprung

Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,80 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

1,95	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
1,81	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,72	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,71	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
1,70	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,68	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,55	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
1,52	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
1,50	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,50	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,46	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,46	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,46	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,38	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,38	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

## Weitsprung

Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen  
 BL 2009: 6,35\* Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

6,31	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
6,24	0,5	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
6,08	0	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
5,82	-0,5	Haurand, Tristan	93	LG Menden	24.05.	Recklinghausen
5,75	0,1	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,67	-0,4	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,60	-0,6	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,44	0	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,42	0	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
5,37	0,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
5,36	0,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
5,21	-0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,10	0,1	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,05	0,6	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,04	0,4	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,01	0,9	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,75	0,1	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
4,71	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	07.05.	Menden
4,60	-1,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,54	-0,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

## Leistungen mit Rückenwind:

5,87	4,5	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,81	3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,66	3,5	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,30	2,5	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

## Dreisprung

Rekord: 11,65 Gütler, Roman 85 ASV Iserlohn  
 BL 2009:

13,88	0,7	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	07.08.	Ulm
-------	-----	-----------------	----	-------------	--------	-----

## Kugelstoß 6,0 kg

Rekord: 17,24 Kersting, Peter LAV Menden  
 BL 2009: 11,68 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

11,84		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
10,59		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
10,37		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
9,01		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
7,78		Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
7,24		Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend A**

Diskuswurf 1,750 kg		Rekord: 53,04 Dröschler, Stefan 78 LG Menden BL 2009: 29,33 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
29,77	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim
Hammerwurf 6,0 kg		Rekord: BL 2009:			
41,32	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserl.	09.10.	Plettenberg
Speerwurf 800 g		Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte BL 2009: 39,82 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
36,94	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	08.05.	Ergste
Dreikampf		Rekord: 1710 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen BL 2009:			
1453	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	12,77(+0,1)/5,28(+0,2)/10,37				
Fünfkampf		Rekord: 3789 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn BL 2009: 2503 Erochok, Nikita 91 TuS 1846 Iserlohn			
3079	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
	12,02(-1,7)/6,03(-0,1)/11,84/1,82/55,02				
2823	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
	11,74(-1,7)/6,31(0,0)/10,59/1,70/60,38				
2544	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
	11,94(-1,7)/5,75(+0,1)/9,01/1,50/56,68				
2413	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	12,95(-1,7)/5,38(+0,3)/9,95/1,70/58,86				
2412	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
	12,01(-1,7)/5,21(-0,1)/7,24/1,46/53,53				
1894	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
	12,24(-1,7)/4,75(+0,1)/7,78/1,34/62,73				
Zehnkampf		Rekord: 7167 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn BL 2009:			
4384	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10./11.09.	Neheim
	12,71(0,0)/5,42(0,0)/10,09/1,60/59,47 // 19,68(-1,6)/29,77/3,40/36,63/5:44,83				



Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

100 m

Rekord: 11,23\* Drossart, Florian 92 LG Iserlohn

BL 2009: 11,23\* Drossart, Florian 92 TuS 1846 Iserlohn

11,24	-0,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	22.05.	Gladbeck
11,72	-0,4	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
12,22	0,9	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,27	0,1	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
12,36	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
12,63	-0,5	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	13.06.	Recklinghausen
12,82	1,8	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
12,82	0,9	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,85	1,9	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,86	1,9	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,92	-1,5	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
12,99	1,9	Esser, Felix	94	LC Letmathe	06.06.	Hagen
13,43	-1	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	06.06.	Hagen
13,76	-0,1	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
13,77	-0,4	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
13,82	0,5	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
13,92	-2,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
14,08	1,9	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
14,09	0	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
14,19	-0,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

200 m

Rekord: 22,65 Schirmer, Matthias Letmather TV

BL 2009: 22,83\* Drossart, Florian 92 TuS 1846 Iserlohn

22,80	0,6	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
23,77	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,74	0	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
26,75	1,4	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
27,21	1,4	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

400 m

Rekord: 49,05 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2009: 53,91 Drossart, Florian 92 TuS 1846 Iserlohn

54,48		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
54,84		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
56,40		Esser, Felix	94	LC Letmathe	06.06.	Hagen
56,70		Haurand, Tristan	93	LG Menden	20.06.	Gladbeck
60,42		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
61,90		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

Handzeitleistungen:

55,8		Haurand, Tristan	93	LG Menden	02.06.	Menden
------	--	------------------	----	-----------	--------	--------

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

800 m

Rekord: 1:52,54 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2009: 2:07,59 Paassen, Robert 93 Marathon-Club, Menden

2:06,31	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:06,98	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:07,82	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:13,18	Haurand, Tristan	93	LG Menden	25.05.	Wenden
2:19,11	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
2:20,46	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2:21,99	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Attendorn
2:25,98	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	14.05.	Dortmund

## Handzeitleistungen:

2:06,6	Esser, Felix	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
--------	--------------	----	-------------	--------	--------

1000 m

Rekord: 2:26,78 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2009: 2:54,33 Paassen, Robert 93 Marathon-Club, Menden

3:02,23	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
3:06,18	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:06,70	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:07,76	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:10,23	Littmann, Jan Enno	95	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:18,09	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,83	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
3:29,64	Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:31,49	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden

## Handzeitleistungen:

3:01,7	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

1500 m

Rekord: 3:58,10 Daniels, Eric LG Iserlohn

BL 2009: 4:23,83 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden

4:21,92	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.06.	Gladbeck
4:25,91	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	14.07.	Essen
4:42,30	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:09,80	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
5:22,33	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	11.09.	Neheim

3000 m

Rekord: 8:37,22 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 9:40,12 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden

9:38,81	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	19.06.	Gladbeck
9:45,3	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
10:24,6	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	02.06.	Menden
10:38,47	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:02,56	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	24.03.	Menden
11:10,63	Schwarze, Robin	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:12,96	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:15,70	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
11:22,69	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
11:44,3	Schimmel, Kai	93	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde

5000 m

Rekord: 15:02,1 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 16:44,00 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden

16:50,42	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
----------	--------------------	----	-----------------------	--------	--------

10 km

Rekord: 32:09 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 35:51 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden

34:55	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
35:52	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
39:31	Gorsek, Daniel	94	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:28	Schimmel, Kai	93	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld

10 km Mannschaft

Rekord: 1:50:22 ASV Iserlohn

BL2009: 2:07:25 Marathon-Club, Menden

1:51:38	Marathon-Club, Menden			09.10.	Coesfeld
	Schroeder 34:58, Paassen 37:03, Gorsek 39:37				

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

Halbmarathon

Rekord: 1:19:45 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden

BL 2009: 1:19:45 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden

1:26:31 Paassen, Robert 93 Marathon-Club, Menden 21.02. Hamm

110 m Hürden

Rekord: 14,94 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009: 15,40\* Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

14,81 -1,6 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen 20.06. Gladbeck

18,10 0,8 Schulte, Marcel 93 TV Deilinghofen 26.09. Münster

4 x 100 m

Rekord: 44,15 LG Iserlohn

BL2009: 44,50 TuS 1846 Iserlohn

47,45 TV Deilinghofen 26.09. Münster

Friedewald 93, Lackner 93, Schulte 93, Limbach 95

50,25 TV Deilinghofen 04.07. Menden

Gertischke 96, Limbach 95, Ernst 96, Herget 95

3 x 1000 m

Rekord: 7:56,0 Letmather TV

BL2009:

9:00,23 Marathon-Club, Menden 02.05. Kreuztal

Schimmel 93, Paassen 93, Schroeder 94

10:31,78 Marathon-Club, Menden 02.05. Kreuztal

Geuken 98, Geuken 97, Bawey 98

10:41,26 ASV Iserlohn 02.05. Kreuztal

Köhne 98, Ritzmann 98, Budde 97

Handzeitleistungen:

9:01,0 Startgem. LCL/Nighthawks 07.05. Oelde

Schmidt 94, Deutscher 95, Esser 94

10:13,6 LG Schwerte 03.09. Schwerte

Rössel 97, Koster 97, Weissenberg 97

10:19,9 ASV Iserlohn 03.09. Schwerte

Haude 99, Ritzmann 98, Haude 97

10:50,0 LG Menden 03.09. Schwerte

Jostmann 97, Schulz 99, Rammert 97

11:24,5 LG Schwerte 03.09. Schwerte

Bednarek 98, Lesinski 98, Scherbring 98

11:29,6 TuS 1846 Iserlohn 03.09. Schwerte

Ebel 00, Maus 00, Vogt 00

11:34,8 Startgem. LCL/Nighthawks 07.05. Oelde

Hesse 99, Vogel 98, Brunnert 98

12:13,2 LG Schwerte 03.09. Schwerte

Techel 99, Koster 00, Römer 00

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

Forts. 3 x 1000 m

Rekord: 7:56,0 Letmather TV

BL2009:

12:14,2	SC 1912 Hennen Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01			03.09.	Schwerte
12:16,5	LG Schwerte Feldhaus 99, Goeke 01, Bablich 99			03.09.	Schwerte
14:01,1	TuS 1846 Iserlohn Miczka 00, Schittko 02, Schmidt 00			03.09.	Schwerte
14:12,9	LG Schwerte Böttner 00, Weissenberg 00, Riße 99			03.09.	Schwerte
14:20,3	LG Schwerte Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03			03.09.	Schwerte

Hochsprung

Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,76 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

1,81	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
1,71	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
1,68	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
1,55	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
1,52	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
1,50	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,46	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,46	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,38	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,38	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,35	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,34	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,34	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,30	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden

Stabhochsprung

Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 3,20 Oberste, Julian 92 TV Deilinghofen

2,80	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,20	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,20	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,90	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

## Weitsprung

Rekord: 7,25 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen

BL 2009: 5,87\* Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

6,24	0,5	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
5,82	-0,5	Haurand, Tristan	93	LG Menden	24.05.	Recklinghausen
5,67	-0,4	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,60	-0,6	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,44	0	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,37	0,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
5,36	0,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
5,10	0,1	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,05	0,6	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,04	0,4	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
5,01	0,9	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,71	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	07.05.	Menden
4,60	-1,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,54	-0,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
4,53	-0,1	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,51	0,8	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	18.09.	Hemer
4,46	0	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
4,07	0,2	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,42	0,4	Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer

## Leistungen mit Rückenwind:

5,87	4,5	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,66	3,5	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,30	2,5	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

## Kugelstoß 5,0 kg

Rekord: 17,10 Dröscher, Stefan 78 LG Menden

BL 2009: 12,46 Drossart, Florian 92 TuS 1846 Iserlohn

11,80		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
11,80		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
11,62		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
9,46		Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

## Diskuswurf 1,500 kg

Rekord: 51,32 Dröscher, Stefan 78 LG Menden

BL 2009: 31,60 Oberste, Julian 92 TV Deilinghofen

29,63		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
22,50		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	08.05.	Ergste

## Hammerwurf 5,0 kg

Rekord: 42,00 Weber, Martin 70 TuS Iserlohn

BL 2009: 35,08 Schmitz, Yannick 93 ESV Nighthawks, Iserl.

46,98		Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserl.	05.09.	Hagen
-------	--	------------------	----	------------------------	--------	-------

Ausdruck vom 26.12.2010

**männliche Jugend B**

Speerwurf 700 g

Rekord: 56,72 Friederici-Daly, Dominique 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 56,72 Friederici-Daly, Dominique 93 ASV Iserlohn

63,33	Daly, Dominique	93	ASV Iserlohn	24.05.	Recklinghausen
41,48	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
38,98	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	08.05.	Ergste

**Dreikampf**

Rekord: 2080 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009:

1805	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	11,98(+0,1)/6,22(-0,4)/10,48				
1554	Köpke, Dennis	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	12,27(+0,1)/5,60(-0,6)/9,46				
931	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,15(-0,7)/o.g.V./10,04				

**Fünfkampf**

Rekord: 3891 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009: 3021 Drossart, Florian 92 TuS 1846 Iserlohn

2941	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
	11,88(+0,5)/6,02(0,0)/10,93/1,68/54,84				
2263	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
	13,23(+0,5)/4,84(0,0)/10,61/1,72/60,42				
2243	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	12,92(-1,5)/5,36(+0,1)/11,38/1,50/61,90				

**Zehnkampf**

Rekord: 7179 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009: 5123 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

5202	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	10./11.09.	Neheim
	11,88(+0,5)/6,02(0,0)/10,93/1,68/54,84 // 15,81(-1,6)/25,74/2,60/38,75/5:22,33				

**Schüler M15****100 m**

Rekord: 11,35 Jata, Michael 88 LG Iserlohn

BL 2009: 12,62\* Bremer, Thilo 94 ESV Nighthawks, Iserl.

12,22	0,9	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,63	-0,5	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	13.06.	Recklinghausen
12,82	0,9	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,85	1,9	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,86	1,9	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
13,76	-0,1	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
13,77	-0,4	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
13,82	0,5	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
13,92	-2,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
14,08	1,9	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
14,09	0	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
14,19	-0,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
14,9		Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

300 m

Rekord: 37,67 Mohr, Christopher 89 LG Menden

BL 2009: 41,7 Esser, Felix 94 LC Letmathe

40,10	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	13.06.	Recklinghausen
41,57	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
45,51	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	06.06.	Hagen

## Handzeitleistungen:

40,4	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
43,9	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	02.06.	Menden

1000 m

Rekord: 2:29,8 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn

BL 2009: 2:49,16 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen

3:02,23	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
3:06,18	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:06,70	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:07,76	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:10,23	Littmann, Jan Enno	95	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:18,09	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,83	Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
3:29,64	Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:31,49	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden

## Handzeitleistungen:

3:01,7	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

2000 m

Rekord: 5:50,09 Preuß, Andreas Letmather TV

BL 2009: 6:20,27 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen

7:00,61	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
7:15,15	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
7:16,86	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:31,62	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
7:41,83	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
7:51,25	Rammert, Timo	97	LG Menden	24.03.	Menden
8:04,32	Bruhn, Yannik	96	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
8:20,38	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:30,74	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:48,26	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	24.03.	Menden

3000 m

Rekord: 9:07,1 Preuß, Andreas Letmather TV

BL 2009: 9:44,86 Schroeder, Janosch 94 Marathon-Club, Menden

10:38,47	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:02,56	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	24.03.	Menden
11:10,63	Schwarze, Robin	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:12,96	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	24.03.	Menden
11:15,70	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
11:22,69	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden

5 km

Rekord: 16:13 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 16:57 Schroeder, Janosch 94 Marathon-Club, Menden

19:20	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	07.03.	Leverkusen
19:45	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
19:48	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
19:48	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
20:13	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:32	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	22.08.	Iserlohn
22:11	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	02.07.	Fröndenber
22:16	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenber	02.07.	Fröndenber
22:29	Görler, Mattes	97	VfL Fröndenber	10.10.	Unna
22:48	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	28.03.	Wickede
23:55	Apprecht, Christian	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenber	02.07.	Fröndenber
24:48	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	22.08.	Iserlohn
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenber	02.07.	Fröndenber
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenber
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenber
25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:10	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	17.07.	Norderney
26:51	Börskén, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
26:51	Pütttschneider, Jens	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

## 80 m Hürden

Rekord: 10,97\* Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 12,92\* Tentscher, Dominik 94 TV Deilinghofen

12,18	-1	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
12,63	-0,8	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	13.06.	Recklinghausen
13,56	-2,6	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
14,89	-2,6	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
15,08	-2,6	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
15,74	-0,6	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund

## Handzeitleistungen:

11,8	0	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	02.06.	Menden
------	---	--------------------	----	-----------------	--------	--------

## Leistungen mit Rückenwind:

11,8	2,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	24.07.	Schalksmühle
------	-----	--------------------	----	-----------------	--------	--------------

## 300 m Hürden

Rekord: 43,16 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

BL 2009:

45,20		Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
51,22		Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim

## 4 x 100 m

Rekord: 47,86 TV Deilinghofen

BL2009: 50,10 Startgem. LCL/Nighthawks

50,25		TV Deilinghofen			04.07.	Menden
		Gertischke 96, Limbach 95, Ernst 96, Herget 95				

## 3 x 1000 m

Rekord: 8:17,02 Letmather TV

BL2009: 10:22,07 Startgem. LCL/Nighthawks

10:31,78		Marathon-Club, Menden			02.05.	Kreuztal
		Geuken 98, Geuken 97, Bawey 98				
10:41,26		ASV Iserlohn			02.05.	Kreuztal
		Köhne 98, Ritzmann 98, Budde 97				

## Handzeitleistungen:

10:13,6		LG Schwerte			03.09.	Schwerte
		Rössel 97, Koster 97, Weissenberg 97				
10:19,9		ASV Iserlohn			03.09.	Schwerte
		Haude 99, Ritzmann 98, Haude 97				
10:50,0		LG Menden			03.09.	Schwerte
		Jostmann 97, Schulz 99, Rammert 97				
11:24,5		LG Schwerte			03.09.	Schwerte
		Bednarek 98, Lesinski 98, Scherbring 98				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

## Fortsetzungen Handzeitleistungen 3 x 1000 m:

11:29,6	TuS 1846 Iserlohn Ebel 00, Maus 00, Vogt 00	03.09.	Schwerte
11:34,8	Startgem. LCL/Nighthawks Hesse 99, Vogel 98, Brunnert 98	07.05.	Oelde
12:13,2	LG Schwerte Techel 99, Koster 00, Römer 00	03.09.	Schwerte
12:14,2	SC 1912 Hennen Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01	03.09.	Schwerte
12:16,5	LG Schwerte Feldhaus 99, Goeke 01, Bablich 99	03.09.	Schwerte
14:01,1	TuS 1846 Iserlohn Miczka 00, Schittko 02, Schmidt 00	03.09.	Schwerte
14:12,9	LG Schwerte Böttner 00, Weissenberg 00, Riße 99	03.09.	Schwerte
14:20,3	LG Schwerte Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03	03.09.	Schwerte

## Hochsprung

Rekord: 2,00 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,84 Jarkov, Michael 94 LG Menden

1,71	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Attendorn
1,52	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
1,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,46	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,46	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,38	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,38	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,35	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,34	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,34	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,30	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden
1,28	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,27	Schulz, Anton	99	LG Menden	30.05.	Menden
1,26	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,26	Rammert, Timo	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,26	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,26	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	19.09.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

## Stabhochsprung

Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 2,20 Bremer, Thilo 94 ESV Nighthawks, Iserl.

2,20		Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2,20		Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,90		Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

## Weitsprung

Rekord: 6,33 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen

BL 2009: 5,44\* Jarkov, Michael 94 LG Menden

5,67	-0,4	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,44	0	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,10	0,1	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,05	0,6	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,01	0,9	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,71	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	07.05.	Menden
4,60	-1,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,54	-0,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
4,53	-0,1	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,51	0,8	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	18.09.	Hemer
4,46	0	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	26.09.	Münster
4,07	0,2	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,71		Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

## Leistungen mit Rückenwind:

5,87	4,5	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,30	2,5	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

## Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 15,53 Hofmann, Jonas 90 TV Deilinghofen

BL 2009: 9,05 Beck, Max 94 TuS 1846 Iserlohn

10,25		Rieger, Christopher	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
9,55		Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
9,27		Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,81		Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,72		Schmitz, Benjamin	95	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
8,49		Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,34		Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,11		Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,06		Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,45		Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
7,15		Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
7,13		Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 44,62 Kaiser, Andreas LG Menden

BL 2009:

30,19	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
24,18	Schmitz, Benjamin	95	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
22,00	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,82	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,07	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
19,04	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Speerwurf 600 g

Rekord: 55,26 Friederici-Daly, Dominic 93 ASV Iserlohn

BL 2009:

34,38	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim
31,09	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
30,31	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
26,55	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
16,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Ballwurf 200 g

Rekord: 80,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 51,50 Heesmann, Leon 94 TV Deilinghofen

51,50	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
48,00	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
47,00	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	21.05.	Neheim
47,00	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
46,50	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
45,50	Kornobis, Martin	99	LG Menden	19.09.	Menden
44,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
44,00	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
44,00	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	29.08.	Menden
42,00	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
40,50	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
40,00	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
40,00	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
38,50	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
38,50	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
38,00	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	29.08.	Menden
37,50	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
36,50	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
36,50	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
35,00	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
35,00	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

Vierkampf		Rekord: 2182 Haschke, Tobias 91 ESV 1999 Nighthawks BL 2009: 1945 Jarkov, Michael 94 LG Menden			
2022	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	12,80(-1,0)/5,38(-0,7)/1,62/9,27				
1804	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,23(-1,0)/4,74(+0,9)/1,46/8,49				
1693	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,04(-1,0)/4,86(+0,2)/1,38/8,11				
1668	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,77(-0,4)/4,07(+0,2)/1,46/8,06				
1665	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
	14,19(-0,7)/4,60(-1,7)/1,46/7,45				
1644	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,85(-0,4)/3,98(-0,4)/1,38/8,81				
1634	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,52(-1,0)/4,53(-0,1)/1,38/8,34				
1565	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,41(-0,4)/4,37(-0,5)/1,22/8,96				
1277	Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
	15,44(-0,4)/3,42(+0,4)/1,18/7,15				

Vierkampf Mannschaft		Rekord: 9913 TV Deilinghofen BL2009: 7943 TV Deilinghofen			
8831	TV Deilinghofen			18.09.	Hemer
	Limbach 2022, Ernst 1804, Gertischke 1693 Hennig 1668, Schwarze 1644				

Achtkampf		Rekord: 4860 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen BL 2009:			
3607	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	12,32(-2,6)/5,48(+0,3)/9,23/1,62 // 30,19/o.g.V./32,40/3:06,70				
3532	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	13,31(-2,6)/4,72(+0,3)/8,09/1,50 // 22,00/2,20/30,31/3:34,16				
3457	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	14,89(-2,6)/4,54(-0,1)/8,60/1,38 // 21,07/2,20/26,51/3:10,42				
3173	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	13,56(-2,6)/4,51(+0,2)/6,99/1,42 // 19,04/1,90/16,42/3:34,17				
2662	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	15,08(-2,6)/3,63(0,0)/6,25/1,34 // 21,82/o.g.V./26,31/3:51,92				

Achtkampf Mannschaft		Rekord: 10811 TV Deilinghofen BL2009:			
10596	TV Deilinghofen			15./16.05.	Iserlohn
	Limbach 3607, Ernst 3532, Herget 3457				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M15**

Blockwettkampf Sprint          Rekord: 2843 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen  
BL 2009: 2277 Tentscher, Dominik 94 TV Deilinghofen

2688	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	12,62(-1,3)/12,44(-0,9)/5,48(0,0)/1,68/33,30				
2458	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	13,12(-1,9)/12,84(-1,6)/5,09(+0,3)/1,52/28,03				
2024	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	14,26(-1,6)/16,18(-1,6)/4,05(+1,2)/1,36/26,55				
2735	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	24.07.	Schalksmühle
	12,0(+2,2)/11,8(+2,6)/5,47(-0,3)/1,64/34,33				

Blockwettkampf Lauf          Rekord: 2388 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen  
BL 2009: 2388 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen

2037	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	13,91(-2,1)/15,74(-0,6)/4,17(-1,6)/47,00/7:41,83				
2010	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	13,92(-2,1)/15,63(-0,6)/4,15(-0,3)/40,00/7:31,62				

Blockwettkampf Mannschaft    Rekord: 12730 TV Deilinghofen  
BL2009: 10969 TV Deilinghofen

11217	TV Deilinghofen			11.07.	Dortmund
	Limbach 2688, Ernst 2458, Schwarze 2037 Mollen 2024, Herget 2010				
8986	LG Menden			19.09.	Menden
	Jostmann 2120, Rammert 1831, Dröttboom 1768 Schimkat 1667, Kornobis 1600				

**Schüler M14**

100 m                                Rekord: 11,97\* Jata, Michael 88 LG Iserlohn  
BL 2009: 12,96\* Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

12,85	1,9	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
12,86	1,9	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
13,77	-0,4	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
13,82	0,5	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
14,08	1,9	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
14,09	0	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
14,19	-0,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
14,9		Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M14**

1000 m

Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV

BL 2009: 3:05,80 Deutscher, Niklas 95 LC Letmathe

3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:18,09	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
3:29,64	Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:31,49	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
3:32,03	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:32,17	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3:32,25	Kaut, Tim	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:34,16	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:34,17	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
3:34,91	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn

## Handzeitleistungen:

3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

2000 m

Rekord: 5:59,1 Preuß, Andreas 19 VfL Fröndenberg

BL 2009: 6:50,03 Deutscher, Niklas 95 LC Letmathe

7:15,15	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
7:16,86	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:51,25	Rammert, Timo	97	LG Menden	24.03.	Menden
8:04,32	Bruhn, Yannik	96	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
8:20,38	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:30,74	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:48,26	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	24.03.	Menden



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M14**

3000 m

Rekord: 9:37,17 Daniels, Eric 19 Letmather TV

BL 2009: 10:52,34 Trakowsky, Sebastian 95 ASV Iserlohn

11:15,70	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
11:22,69	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden

5 km

Rekord: 17:51 Meier, Max 91

BL 2009: 20:05 Trakowsky, Sebastian 95 ASV Iserlohn

19:20	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	07.03.	Leverkusen
19:45	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
19:48	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
20:13	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:11	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
22:16	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
22:29	Görler, Mattes	97	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
22:48	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	28.03.	Wickede
23:55	Apprecht, Christian	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:10	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	17.07.	Norderney
26:51	Börsken, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
26:51	Püttschneider, Jens	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
28:41	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	28.03.	Wickede
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

80 m Hürden

Rekord: 11,35\* Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 13,20\* Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

12,63	-0,8	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	13.06.	Recklinghausen
13,56	-2,6	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
15,08	-2,6	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

Hochsprung

Rekord: 2,00 Kurella, Michael 68 TV Deilinghofen

BL 2009: 1,56 Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

1,52	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
1,50	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,46	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,46	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M14**

Fortsetzung Hochsprung:

Rekord: 2,00 Kurella, Michael 68 TV Deilinghofen

BL 2009: 1,56 Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

1,38	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1,34	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,34	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,30	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden
1,28	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,27	Schulz, Anton	99	LG Menden	30.05.	Menden
1,26	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,26	Rammert, Timo	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,26	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,26	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	19.09.	Menden
1,24	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,24	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	30.05.	Menden

Weitsprung

Rekord: 5,86 Ruppel, Robert LG Iserlohn

BL 2009: 5,11\* Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

5,44	0	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,10	0,1	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,01	0,9	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,60	-1,7	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,53	-0,1	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,51	0,8	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	18.09.	Hemer
4,07	0,2	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,71		Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

Leistungen mit Rückenwind:

5,30	2,5	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
------	-----	---------------	----	-----------------	--------	----------

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 13,16 Schotte, Sebastian 81 TV Deilinghofen

BL 2009: 8,28 Schmitz, Benjamin 95 ESV Nighthawks, Iserl.

8,49		Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,34		Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,11		Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,06		Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,45		Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
7,15		Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
7,13		Tebbe, Matthias	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M14**

## Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 39,44 Cipa, Carsten 77 LC Schwerte

BL 2009: 22,90 Herget, Christopher 95 TV Deilinghofen

22,00	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,82	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
19,04	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

## Speerwurf 600 g

Rekord: 49,86 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 30,45 Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

30,31	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
26,55	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
16,42	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

## Ballwurf 200 g

Rekord: 80,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 60,50 Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

51,50	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
48,00	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
47,00	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	21.05.	Neheim
46,50	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
45,50	Kornobis, Martin	99	LG Menden	19.09.	Menden
44,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
44,00	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
44,00	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	29.08.	Menden
42,00	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
40,50	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
40,00	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
38,50	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
38,50	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
38,00	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	29.08.	Menden
37,50	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
36,50	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
36,50	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
35,00	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
35,00	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
34,00	Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

## Vierkampf

Rekord: 2011 Hoffmann, Jonas 90 TV Deilinghofen

BL 2009: 1763 Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

1804	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,23(-1,0)/4,74(+0,9)/1,46/8,49				
1693	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,04(-1,0)/4,86(+0,2)/1,38/8,11				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M14**

1668	Hennig, Daniel	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,77(-0,4)/4,07(+0,2)/1,46/8,06				
1665	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
	14,19(-0,7)/4,60(-1,7)/1,46/7,45				
1634	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,52(-1,0)/4,53(-0,1)/1,38/8,34				
1277	Deisting, Simon	96	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
	15,44(-0,4)/3,42(+0,4)/1,18/7,15				

**Achtkampf**

Rekord: 4307 Sommer, Niko 90 LG Schwerte  
BL 2009:

3532	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	13,31(-2,6)/4,72(+0,3)/8,09/1,50 // 22,00/2,20/30,31/3:34,16				
3173	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	13,56(-2,6)/4,51(+0,2)/6,99/1,42 // 19,04/1,90/16,42/3:34,17				
2662	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	15,08(-2,6)/3,63(0,0)/6,25/1,34 // 21,82/o.g.V./26,31/3:51,92				

**Blockwettkampf Sprint**

Rekord: 2574 Haschke, Tobias 91 ESV 1999 Nighthawks  
BL 2009: 2399 Limbach, Alexander 95 TV Deilinghofen

2458	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	13,12(-1,9)/12,84(-1,6)/5,09(+0,3)/1,52/28,03				
2024	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	11.07.	Dortmund
	14,26(-1,6)/16,18(-1,6)/4,05(+1,2)/1,36/26,55				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

75 m

Rekord: 9,92 Panica, Sebastian 87 LG Iserlohn

BL 2009: 10,37 Schlotmann, Lorenz 96 LC Letmathe

10,20	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
10,52	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	29.08.	Menden
10,57	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
10,73	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
10,81	Rammert, Timo	97	LG Menden	04.07.	Menden
10,89	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
10,93	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
10,94	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
10,98	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Menden
11,10	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
11,15	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
11,17	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	25.09.	Münster
11,18	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
11,19	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
11,27	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	06.06.	Hagen
11,27	Ruppel, Simon	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
11,30	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	07.05.	Menden
11,36	Vogel, Michel	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
11,37	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
11,45	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden

## Handzeitleistungen:

10,6	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,0	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,2	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

1000 m

Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV

BL 2009: 3:30,64 Franke, Niklas 96 Marathon-Club, Menden

3:07,81	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
3:21,38	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,21	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,15	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:25,19	Rammert, Timo	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:27,62	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:29,61	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
3:31,49	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
3:32,03	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

Forts. 1000 m

Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV

BL 2009: 3:30,64 Franke, Niklas 96 Marathon-Club, Menden

3:32,17	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3:32,25	Kaut, Tim	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:34,91	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3:35,84	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:38,35	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
3:46,91	Barsekow, Lennard	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:48,02	Schulz, Anton	99	LG Menden	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

3:05,4	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
3:18,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:21,0	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,0	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:26,8	Fastabend, Niklas	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:49,9	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
3:51,4	Görler, Mattes	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

2000 m

Rekord: 6:25,50 Preuß, Stephan Letmather TV

BL 2009:

7:15,15	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
7:16,86	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:51,25	Rammert, Timo	97	LG Menden	24.03.	Menden
8:20,38	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:30,74	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:48,26	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	24.03.	Menden

5 km

Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg

BL 2009: 23:23 Jonas, Ruben 96 ASV Iserlohn

19:20	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	07.03.	Leverkusen
19:45	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
19:48	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:11	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
22:16	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
22:29	Görler, Mattes	97	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
22:48	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	28.03.	Wickede
23:55	Apprecht, Christian	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

Forts. 5 km

Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg

BL 2009: 23:23 Jonas, Ruben 96 ASV Iserlohn

25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:51	Börskén, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
26:51	Pütttschneider, Jens	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
28:41	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	28.03.	Wickede
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

60 m Hürden

Rekord: 9,26 Kaiser, Michael LG Menden

BL 2009: 10,67 Gertischke, Silas 96 TV Deilinghofen

11,05	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
11,32	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Menden
11,60	Rammert, Timo	97	LG Menden	19.09.	Menden
11,98	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	19.09.	Menden
12,62	Kornobis, Martin	99	LG Menden	19.09.	Menden
13,63	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	19.09.	Menden

4 x 75 m

Rekord: 40,44 LG Schwerte

BL2009: 41,55 TV Deilinghofen

42,38	LG Menden			25.09.	Münster
	Dröttboom 97, Schimkat 98, Jostmann 97, Rammert 97				
45,82	LG Schwerte			30.05.	Menden
	Rössel 97, Lesinski 98, Koster 97, Lesinski 98				

Handzeitleistungen:

41,1	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Bednarek 98, Scherbring 98, Weissenberg 97, Lesinski 98				
42,0	ASV Iserlohn			03.09.	Schwerte
	Haude 99, Haude 97, Köhne 98, Budde 97				

3 x 1000 m

Rekord: 9:24,5 Letmather TV

BL2009: 10:50,18 Marathon-Club, Menden

10:31,78	Marathon-Club, Menden			02.05.	Kreuztal
	Geuken 98, Geuken 97, Bawey 98				
10:41,26	ASV Iserlohn			02.05.	Kreuztal
	Köhne 98, Ritzmann 98, Budde 97				

Handzeitleistungen:

10:13,6	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Rössel 97, Koster 97, Weissenberg 97				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

Forts. 3 x 1000 m

Rekord: 9:24,5 Letmather TV

Handzeitleistungen:

BL2009: 10:50,18 Marathon-Club, Menden

10:19,9	ASV Iserlohn Haude 99, Ritzmann 98, Haude 97	03.09.	Schwerte
10:50,0	LG Menden Jostmann 97, Schulz 99, Rammert 97	03.09.	Schwerte
11:24,5	LG Schwerte Bednarek 98, Lesinski 98, Scherbring 98	03.09.	Schwerte
11:29,6	TuS 1846 Iserlohn Ebel 00, Maus 00, Vogt 00	03.09.	Schwerte
11:34,8	Startgem. LCL/Nighthawks Hesse 99, Vogel 98, Brunnert 98	07.05.	Oelde
12:13,2	LG Schwerte Techel 99, Koster 00, Römer 00	03.09.	Schwerte
12:14,2	SC 1912 Hennen Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01	03.09.	Schwerte
12:16,5	LG Schwerte Feldhaus 99, Goeke 01, Bablich 99	03.09.	Schwerte
14:01,1	TuS 1846 Iserlohn Miczka 00, Schittko 02, Schmidt 00	03.09.	Schwerte
14:12,9	LG Schwerte Böttner 00, Weissenberg 00, Riße 99	03.09.	Schwerte
14:20,3	LG Schwerte Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03	03.09.	Schwerte

Hochsprung

Rekord: 1,72 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009: 1,42 Maurer, Stefan 96 ASV Iserlohn

1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,42	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,34	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,34	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,30	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden
1,28	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,27	Schulz, Anton	99	LG Menden	30.05.	Menden
1,26	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,26	Rammert, Timo	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,26	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,26	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	19.09.	Menden
1,24	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,24	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
1,22	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,21	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	30.05.	Menden



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

## Forts. Hochsprung

Rekord: 1,72 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2009: 1,42 Maurer, Stefan 96 ASV Iserlohn

1,21	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
1,20	Giese, Yannis	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,20	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	18.09.	Kamen

## Weitsprung

Rekord: 5,23 Wiese, Moritz LG Menden

BL 2009: 5,02 Ernst, Tobias 96 TV Deilinghofen

4,75	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Bönen
4,72	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
4,72	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4,61	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,57	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
4,48	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
4,47	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
4,42	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
4,38	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4,37	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,37	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
4,32	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,31	Ruppel, Simon	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,30	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,29	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
4,26	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
4,24	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,22	Schulz, Anton	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
4,18	Rammert, Timo	97	LG Menden	29.08.	Menden
4,15	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	19.09.	Menden

## Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 15,58 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste

BL 2009: 7,49 Fidler, Dennis 96 TV Deilinghofen

7,90	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
7,55	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	08.05.	Ergste
7,44	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	04.07.	Menden
7,39	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
7,19	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
6,93	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
6,76	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
6,53	Ruppel, Simon	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
6,45	Rammert, Timo	97	LG Menden	04.07.	Menden
6,04	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
5,88	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	20.06.	Letmathe
4,54	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	08.05.	Ergste

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

Diskuswurf 750 g

Rekord: 40,04 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

BL 2009:

25,19	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	24.04.	Fröndenberg
-------	----------------	----	-----------------	--------	-------------

Speerwurf 400 g

Rekord: 46,02 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 21,17 Fidler, Dennis 96 TV Deilinghofen

31,23	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	03.09.	Rüthen
25,82	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
24,51	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	08.05.	Ergste
21,80	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden

Ballwurf 200 g

Rekord: 76,50 Köck, Roman 91 TV Deilinghofen

BL 2009: 53,00 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen

51,50	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
48,00	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
47,00	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	21.05.	Neheim
46,50	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	19.09.	Menden
45,50	Kornobis, Martin	99	LG Menden	19.09.	Menden
44,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
44,00	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
44,00	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	29.08.	Menden
42,00	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
40,50	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
40,00	Kessler, Hauke	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
38,50	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
38,50	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
38,00	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	29.08.	Menden
37,50	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
36,50	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
36,50	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
35,00	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
35,00	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
33,50	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer

Dreikampf

Rekord: 2184 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

BL 2009:

1127	Vollmann, Peter 11,47/4,57/33,50	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
1049	Kessler, Hauke 11,2/3,87/33,00	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
995	Herget, Thomas 12,44/3,83/37,50	97	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
987	Görler, Mattes 12,09/4,02/29,50	97	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M13**

Forts. Dreikampf		Rekord: 2184 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen			
		BL 2009:			
916	Hartung, David 12,45/3,55/31,00	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
Vierkampf		Rekord: 1973 Hashke, Tobias 91 ASV Iserlohn			
		BL 2009: 1752 Maurer, Stefan 96 ASV Iserlohn			
1627	Weissenberg, Tobias 10,52/4,60/1,30/38,50	97	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1587	Kopka, Melvin 11,72/4,64/1,38/42,00	98	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1557	Kessler, Hauke 11,18/4,26/1,34/40,00	97	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1554	Budde, Robert 11,08/4,58/1,34/33,00	97	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1510	Bednarek, Tim 11,38/4,43/1,30/36,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1504	Scherbring, Simon 11,08/4,31/1,18/43,50	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1483	Reimann, Timo 11,05/4,12/1,18/43,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1456	Sadowski, Leon 11,19/4,47/1,26/28,50	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1407	Schimkat, Jonah 11,61/3,85/1,22/40,00	98	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1402	Steinke, Georg 11,15/3,94/1,18/35,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1376	Ritzmann, Sami 12,39/4,01/1,30/35,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1363	Rammert, Timo 11,27/3,87/1,26/26,00	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1359	Rohe, Ben 11,43/3,78/1,14/38,50	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1332	Herget, Thomas 12,19/3,58/1,26/37,00	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1324	Giese, Yannis 11,91/3,98/1,18/32,50	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1286	Haude, Niklas 11,76/3,86/1,18/27,50	97	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1257	Lesinski, Lukas 12,25/3,78/1,18/30,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1041	Speerschneider, Lars 11,87/o.g.V./1,22/44,00	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
974	Köhne, Justus 11,20/o.g.V./1,14/32,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M12**

75 m

Rekord: 10,28 Paczkowski, Martin 93 ESV 1999 Nighthawks

BL 2009: 10,82\* Budde, Robert 97 ASV Iserlohn

10,89	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
10,93	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
10,94	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
10,98	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Menden
11,10	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
11,15	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
11,27	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	06.06.	Hagen
11,30	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	07.05.	Menden
11,36	Vogel, Michel	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
11,37	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
11,45	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden
11,47	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
11,71	Sandberg, Alexander	98	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
11,79	Patschorke, Julian	98	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
11,81	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
11,87	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
11,91	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	07.05.	Menden
11,92	Schulz, Anton	99	LG Menden	07.05.	Menden
12,25	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
12,26	Kornobis, Martin	99	LG Menden	19.09.	Menden

## Handzeitleistungen:

10,6	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,0	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,6	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,8	Ginsberg, Tobias	98	LC Letmathe	26.06.	Schwerte

1000 m

Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide

BL 2009: 3:15,58 Geuken, Gian-Luca 97 Marathon-Club, Menden

3:21,49	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:23,21	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:23,62	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:32,03	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:32,17	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3:32,25	Kaut, Tim	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:34,91	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3:35,84	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:38,35	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
3:46,91	Barsekow, Lennard	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:48,02	Schulz, Anton	99	LG Menden	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M12**

Forts. 1000 m

Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide

BL 2009: 3:15,58 Geuken, Gian-Luca 97 Marathon-Club, Menden

3:48,87	Vogel, Michel	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
3:49,03	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:49,32	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:51,93	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
3:53,45	Koster, Severin	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3:53,93	Jostmann, Marten	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:54,50	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:55,18	Gorsek, Tim	98	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden

## Handzeitleistungen:

3:20,1	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	26.06.	Schwerte
3:23,0	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:49,9	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

2000 m

Rekord: 6:35,35 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen

BL 2009: 7:37,7 Geuken, Gian-Luca 97 Marathon-Club, Menden

7:15,15	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
7:16,86	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
8:20,38	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:30,74	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:48,26	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	24.03.	Menden

5 km

Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg

BL 2009: 19:05 Geuken, Gian-Luca 97 Marathon-Club, Menden

19:45	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
19:48	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:11	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
22:16	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
22:48	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	28.03.	Wickede
23:55	Apprecht, Christian	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:51	Börsken, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
28:41	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	28.03.	Wickede
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M12****Hochsprung**

Rekord: 1,58 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn

BL 2009: 1,38 Budde, Robert 97 ASV Iserlohn

1,49	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	27.06.	Dortmund
1,30	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,30	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,30	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	30.05.	Menden
1,28	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,27	Schulz, Anton	99	LG Menden	30.05.	Menden
1,24	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,24	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
1,21	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,18	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,18	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,18	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1,17	Lemantowicz, Kamil	99	LG Menden	20.06.	Letmathe
1,14	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,14	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,14	Lütke, Lukas	99	LG Menden	29.08.	Menden
1,12	Spancken, Finn	99	LG Menden	19.09.	Menden
1,11	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,10	Techel, Nils	99	LG Schwerte	18.09.	Kamen
1,00	Jostmann, Marten	00	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,00	Friedrich, Sven	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,00	Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	19.09.	Menden

**Weitsprung**

Rekord: 5,05 Paczkowski, Martin 93 ESV 1999 Nighthawks

BL 2009: 4,68 Budde, Robert 97 ASV Iserlohn

4,75	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Bönen
4,61	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,57	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
4,42	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
4,38	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4,37	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,32	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,29	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
4,24	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,22	Schulz, Anton	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
4,15	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	19.09.	Menden
4,14	Kornobis, Martin	99	LG Menden	03.06.	Iserlohn
4,03	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
4,03	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
4,01	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
4,01	Sandberg, Alexander	98	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4,01	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M12**

## Forts. Weitsprung

Rekord: 5,05 Paczkowski, Martin 93 ESV 1999 Nighthawks  
 BL 2009: 4,68 Budde, Robert 97 ASV Iserlohn

4,00	Vogel, Michel	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,95	Patschorke, Julian	98	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,94	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
3,94	Nittner, Leon	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

## Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 13,05 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste  
 BL 2009: 7,29 Speerschneider, Lars 97 TV Deilinghofen

7,55	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	08.05.	Ergste
6,76	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,54	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	08.05.	Ergste

## Speerwurf 400 g

Rekord: 38,49 Daly, Dominic 93 ASV Iserlohn  
 BL 2009: 28,70 König, Jan 98 LG Schwerte

31,23	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	03.09.	Rüthen
25,82	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	04.07.	Menden

## Ballwurf 200 g

Rekord: 63,00 Lindenberg, Stefan LC Schwerte  
 BL 2009: 45,00 Spieckermann, Robin 97 TV Deilinghofen

51,50	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
48,00	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
47,00	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	21.05.	Neheim
45,50	Kornobis, Martin	99	LG Menden	19.09.	Menden
44,00	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	29.08.	Menden
42,00	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
40,50	Marl, Niklas	98	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
38,50	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
38,50	Bednarek, Tim	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
36,50	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
35,00	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
35,00	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
33,50	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
32,50	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
32,00	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
31,50	Sandberg, Alexander	98	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
31,00	Hartung, David	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
27,00	Patschorke, Julian	98	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
25,00	Ginsberg, Tobias	98	LC Letmathe	26.06.	Schwerte
23,00	Förster, Sascha	98	LG Menden	19.09.	Menden



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M12**

Dreikampf		Rekord: 1606 Hollop, Fabian 95 TV Deilinghofen			
		BL 2009:			
1127	Vollmann, Peter 11,47/4,57/33,50	98	VfL Fröndenberg	18.09.	Hemer
916	Hartung, David 12,45/3,55/31,00	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
Vierkampf		Rekord: 1739 Hashke, Tobias 91 ASV Iserlohn			
		BL 2009: 1516 Budde, Robert 97 ASV Iserlohn			
1587	Kopka, Melvin 11,72/4,64/1,38/42,00	98	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1510	Bednarek, Tim 11,38/4,43/1,30/36,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1504	Scherbring, Simon 11,08/4,31/1,18/43,50	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1483	Reimann, Timo 11,05/4,12/1,18/43,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1407	Schimkat, Jonah 11,61/3,85/1,22/40,00	98	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1402	Steinke, Georg 11,15/3,94/1,18/35,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1376	Ritzmann, Sami 12,39/4,01/1,30/35,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1359	Rohe, Ben 11,43/3,78/1,14/38,50	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1257	Lesinski, Lukas 12,25/3,78/1,18/30,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
974	Köhne, Justus 11,20/o.g.V./1,14/32,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2283 Sommer, Niko 90 LG Schwerte			
		BL 2009: 1492 Lempa, Lukas 97 TV Deilinghofen			
2043	Kopka, Melvin 10,98/11,32/4,57/1,42/38,00	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Menden
1667	Schimkat, Jonah 11,66/13,63/4,15/1,18/41,50	98	LG Menden	19.09.	Menden
1600	Kornobis, Martin 12,26/12,62/3,64/1,10/45,50	99	LG Menden	19.09.	Menden
Blockwettkampf Lauf		Rekord: 2265 Paczkowski, Martin 93 ESV 1999 Nighthawks			
		BL 2009:			
1079	Förster, Sascha 12,88/aufg./2,95/23,00/4:01,27	98	LG Menden	19.09.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M11**

50 m

Rekord: 7,36 Eismann, Mirco 82 LG Menden

BL 2009: 7,4 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

7,84	Schulz, Anton	99	LG Menden	30.05.	Menden
7,90	Hesse, Jan	99	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
8,00	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
8,02	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
8,05	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
8,11	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
8,11	Lütke, Lukas	99	LG Menden	19.09.	Menden
8,18	Kürschner, Jan	99	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
8,19	Jostmann, Marten	00	LG Menden	30.05.	Menden
8,19	Kornobis, Martin	99	LG Menden	03.06.	Iserlohn
8,23	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,40	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,41	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,44	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,44	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
8,48	Brieden, Jonas	99	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
8,50	Friedrich, Sven	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
8,51	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,51	Haarmann, Niklas	99	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
8,54	Weber, Tristan	99	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,54	Breer, Oskar	99	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

8,2	Koster, Severin	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Nittner, Leon	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

1000 m

Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide

BL 2009: 3:26,42 Bawey, Leon 98 Marathon-Club, Menden

3:24,08	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:32,17	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3:46,91	Barsekow, Lennard	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:48,02	Schulz, Anton	99	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:49,03	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:51,93	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
3:53,45	Koster, Severin	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3:53,93	Jostmann, Marten	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:54,50	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	30.05.	Menden
3:55,95	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:57,88	Spancken, Finn	99	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:58,68	Schäfer, Yannick	00	LG Menden	29.08.	Menden
3:58,84	Weinrich, Nick	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M11**

Forts. 1000 m

Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide

BL 2009: 3:26,42 Bawey, Leon 98 Marathon-Club, Menden

3:59,01	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:00,02	Römer, Nils	00	LG Schwerte	18.09.	Kamen
4:03,35	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,60	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
4:06,69	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,99	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4:09,10	Breer, Oskar	99	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Handzeitleistungen:

3:49,9	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:03,6	Feldhaus, Niklas	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:03,9	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

5 km

Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg

BL 2009: 19:20 Bawey, Leon 98 Marathon-Club, Menden

22:11	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:51	Börsken, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

4 x 50 m

Rekord: 28,12 TuS Iserlohn

BL2009: 31,80 LG Menden

32,74	LG Schwerte	18.09.	Kamen
	Römer 00, Techel 99, Zierke 99, Koster 00		

Handzeitleistungen:

29,7	LG Menden	03.09.	Schwerte
	Schulz 99, Jostmann 00, Lütke 99, Kornobis 99		
32,7	TuS 1846 Iserlohn	03.09.	Schwerte
	Miczka 00, Schmidt 00, Vogt 00, Maus 00		
32,8	LG Schwerte	03.09.	Schwerte
	Szymura 00, Böttner 00, Feldhaus 99, Bablich 99		
35,1	LG Schwerte	03.09.	Schwerte
	Weissenberg 00, Knappstein 00, Riße 99, Kijas 00		
37,0	LG Schwerte	03.09.	Schwerte
	Goeke 01, Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03		

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M11**

3 x 1000 m

Rekord: 10:34,48 LG Schwerte

BL2009: 10:48,9 ASV Iserlohn

11:29,6	TuS 1846 Iserlohn Ebel 00, Maus 00, Vogt 00		03.09.	Schwerte
12:13,2	LG Schwerte Techel 99, Koster 00, Römer 00		03.09.	Schwerte
12:14,2	SC 1912 Hennen Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01		03.09.	Schwerte
12:16,5	LG Schwerte Feldhaus 99, Goeke 01, Bablich 99		03.09.	Schwerte
14:01,1	TuS 1846 Iserlohn Miczka 00, Schittko 02, Schmidt 00		03.09.	Schwerte
14:12,9	LG Schwerte Böttner 00, Weissenberg 00, Riße 99		03.09.	Schwerte
14:20,3	LG Schwerte Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03		03.09.	Schwerte

Hochsprung

Rekord: 1,47 Haschke, Tobias 91 ESV 1999 Nighthawks

BL 2009: 1,36 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

1,28	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,27	Schulz, Anton	99	LG Menden	30.05.	Menden
1,24	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1,17	Lemantowicz, Kamil	99	LG Menden	20.06.	Letmathe
1,14	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,14	Lütke, Lukas	99	LG Menden	29.08.	Menden
1,12	Spancken, Finn	99	LG Menden	19.09.	Menden
1,11	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,10	Techel, Nils	99	LG Schwerte	18.09.	Kamen
1,00	Jostmann, Marten	00	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,00	Friedrich, Sven	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,00	Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	19.09.	Menden
0,95	Römer, Nils	00	LG Schwerte	18.09.	Kamen

Weitsprung

Rekord: 4,74 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn

BL 2009: 4,63 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

4,29	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
4,22	Schulz, Anton	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
4,14	Kornobis, Martin	99	LG Menden	03.06.	Iserlohn
4,03	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
4,01	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
3,94	Nittner, Leon	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,92	Hesse, Jan	99	LC Letmathe	06.06.	Hagen
3,87	Lütke, Lukas	99	LG Menden	29.08.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M11**

Forts. Weitsprung

Rekord: 4,74 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn

BL 2009: 4,63 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

3,86	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3,85	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
3,83	Techel, Nils	99	LG Schwerte	18.09.	Kamen
3,72	Koster, Severin	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,67	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,65	Jostmann, Marten	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3,61	Kürschner, Jan	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,60	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
3,54	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,53	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3,53	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,52	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 62,00 Holdt, Sebastian TuS Iserlohn

BL 2009: 55,00 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

57,00	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
47,00	Schulz, Anton	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
46,00	Brieden, Jonas	99	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
44,00	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
43,00	Hesse, Jan	99	LC Letmathe	06.06.	Hagen
42,00	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
40,50	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
40,50	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
39,00	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
38,00	Feldhaus, Niklas	99	LG Schwerte	08.05.	Ergste
38,00	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	30.05.	Menden
37,00	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
36,50	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	08.05.	Ergste
36,00	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
36,00	Lütke, Lukas	99	LG Menden	19.09.	Menden
35,50	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
35,50	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
35,50	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
35,00	Haarmann, Niklas	99	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
35,00	Lemantowicz, Kamil	99	LG Menden	29.08.	Menden

Dreikampf

Rekord: 1244 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 1243 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

1137	Kornobis, Martin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
	8,46/4,10/57,00				
1134	Schulz, Anton	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
	8,02/4,22/47,00				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M11**

## Forts. Dreikampf

Rekord: 1244 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 1243 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

1080	Maus, Wolf Bastian 8,05/4,01/43,00	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
1047	Haude, Sven 8,32/4,16/40,00	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1007	Lütke, Lukas 8,11/3,87/36,00	99	LG Menden	19.09.	Menden
984	Vogt, Nicolas 8,58/3,81/40,50	00	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
949	Böhn, Bero 8,77/3,96/36,00	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
871	Szymura, Pascal 8,79/3,47/33,50	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
857	Kürschner, Jan 8,55/3,61/27,00	99	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
851	Böttner, Daniel 8,86/3,56/30,50	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
850	Blankenagel, Jean-Luca 8,45/3,65/24,50	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
847	Scheidt, Pascal Alexander 8,77/3,33/32,50	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
840	Altemeyer, David 8,72/3,40/30,00	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
833	Fischer, Maurice 9,02/3,43/32,00	00	LC Letmathe	15.05.	Iserlohn
810	Thomann, Nico 9,20/3,25/34,00	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
809	Spancken, Finn 8,82/3,29/29,00	99	LG Menden	19.09.	Menden
793	Lemantowicz, Kamil 9,26/3,18/33,50	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
785	Knappstein, Paul Linh 9,35/3,18/33,50	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
768	Schmerbeck, Leon 8,94/3,19/27,00	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
757	Hoffmann, Paul 9,04/3,28/25,50	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn

## Dreikampf Mannschaft

Rekord: 5183 TV Deilinghofen

BL2009: 4637 LG Schwerte

4478	LG Menden Kornobis 1137, Schulz 1134, Lemantowicz 793 Jostmann 730, Friedrich 684			15.05.	Iserlohn
------	-----------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--------	----------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M11**

Forts. Dreikampf Mannschaft Rekord: 5183 TV Deilinghofen  
BL2009: 4637 LG Schwerte

2826	TV Deilinghofen Thomann 810, Heimbecher 668, Krause 491 Bäcker 471, Wingert 386		18.09.	Hemer
------	---------------------------------------------------------------------------------------	--	--------	-------

Vierkampf Rekord: 1616 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg  
BL 2009: 1616 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

1499	Kornobis, Martin 8,46/4,10/1,28/57,00	99 LG Menden	15.05.	Iserlohn
1452	Schulz, Anton 8,02/4,22/1,20/47,00	99 LG Menden	15.05.	Iserlohn
1387	Haude, Sven 8,32/4,16/1,24/40,00	99 ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1088	Lemantowicz, Kamil 9,26/3,18/1,16/33,50	99 LG Menden	15.05.	Iserlohn
1080	Spancken, Finn 8,82/3,29/1,12/29,00	99 LG Menden	19.09.	Menden
1073	Blankenagel, Jean-Luca 8,45/3,65/1,04/24,50	00 TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
997	Scheidt, Pascal Alexander 9,00/3,32/1,04/26,50	00 TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
928	Jostmann, Marten 10,16/3,60/1,00/28,00	00 LG Menden	15.05.	Iserlohn
905	Friedrich, Sven 8,51/3,07/1,00/18,00	00 LG Menden	19.09.	Menden
723	Ebbing, Maximilian 9,14/2,68/1,00/12,00	00 LG Menden	19.09.	Menden

Vierkampf Mannschaft Rekord: 6276 TV Deilinghofen  
BL2009:

5824	LG Menden Kornobis 1499, Schulz 1452, Lemantowicz 1088 Jostmann 928, Friedrich 857		15.05.	Iserlohn
------	------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------	----------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M10**

50 m

Rekord: 7,58\* Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 8,22 Schulz, Anton 99 LG Menden

8,05	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
8,11	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
8,19	Jostmann, Marten	00	LG Menden	30.05.	Menden
8,23	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,40	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,41	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,44	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,44	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
8,50	Friedrich, Sven	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
8,51	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,57	Michel, Nils	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,65	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	30.05.	Menden
8,72	Mann, Tommy Lee	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
8,76	Koster, Severin	00	LG Schwerte	18.09.	Kamen
8,81	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	30.05.	Menden
8,82	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
8,84	Miczka, Marcel	00	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
8,85	Weinrich, Nick	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,89	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
8,89	Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	29.08.	Menden

## Handzeitleistungen:

8,2	Koster, Severin	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,3	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

1000 m

Rekord: 3:13,63 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte

BL 2009: 3:52,4 Bablich, Benjamin 99 LG Schwerte

3:32,17	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3:51,93	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
3:53,45	Koster, Severin	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3:53,93	Jostmann, Marten	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:55,95	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:58,68	Schäfer, Yannick	00	LG Menden	29.08.	Menden
3:58,84	Weinrich, Nick	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3:59,01	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:00,02	Römer, Nils	00	LG Schwerte	18.09.	Kamen
4:03,35	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,60	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
4:06,69	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,99	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4:12,04	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M10**

Forts. 1000 m

Rekord: 3:13,63 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte

BL 2009: 3:52,4 Bablich, Benjamin 99 LG Schwerte

4:15,03	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:16,34	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
4:16,69	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4:18,50	Finkhaus, Lukas	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:23,49	Schmidt, Johannes	00	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
4:25,11	Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	20.06.	Letmathe

Handzeitleistungen:

4:23,3	Römer, Nils	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
--------	-------------	----	-------------	--------	----------

5 km

Rekord: 19:33 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden

BL 2009: 21:17 Haude, Sven 99 ASV Iserlohn

22:11	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:51	Börsken, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

4 x 50 m

Rekord: 30,9 LG Schwerte

BL2009: 30,9 LG Schwerte

Handzeitleistungen:

37,0	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Goeke 01, Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03				

Hochsprung

Rekord: 1,34 Venghaus, , Björn 85 LG Menden

BL 2009: 1,29 Kornobis, Martin 99 LG Menden

1,14	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,11	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,00	Jostmann, Marten	00	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,00	Friedrich, Sven	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,00	Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	19.09.	Menden
0,95	Römer, Nils	00	LG Schwerte	18.09.	Kamen

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M10**

Weitsprung

Rekord: 4,47 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2009: 3,95 Haude, Sven 99 ASV Iserlohn

4,01	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
3,86	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	05.09.	Hagen
3,85	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
3,72	Koster, Severin	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,67	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,65	Jostmann, Marten	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3,54	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,53	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3,53	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,43	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	15.05.	Iserlohn
3,40	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,36	Weinrich, Nick	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,35	Friedrich, Sven	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3,32	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
3,30	Schäfer, Yannick	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3,28	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
3,26	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,25	Kijas, Kevin	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,25	Thomann, Nico	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,25	Römer, Nils	00	LG Schwerte	18.09.	Kamen

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 53,00 Kornobis, Martin 99 LG Menden

BL 2009: 53,00 Kornobis, Martin 99 LG Menden

44,00	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
40,50	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
38,00	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	30.05.	Menden
37,00	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
36,00	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
35,50	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
35,50	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
35,50	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
34,00	Thomann, Nico	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
32,50	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
32,00	Jostmann, Marten	00	LG Menden	30.05.	Menden
31,50	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
30,50	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
30,00	Masala, Felix	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
30,00	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
29,00	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
29,00	Miczka, Marcel	00	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
28,00	Hennemann, Jannick	01	LG Menden	04.07.	Menden
27,00	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
26,00	Goeke, Kevin	01	LG Schwerte	30.05.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M10**

## Dreikampf

Rekord: 1168 Sommer, Niko 90 LG Schwerte  
 BL 2009: 990 Haude, Sven 99 ASV Iserlohn

1080	Maus, Wolf Bastian 8,05/4,01/43,00	00	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
984	Vogt, Nicolas 8,58/3,81/40,50	00	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
871	Szymura, Pascal 8,79/3,47/33,50	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
851	Böttner, Daniel 8,86/3,56/30,50	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
850	Blankenagel, Jean-Luca 8,45/3,65/24,50	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
847	Scheidt, Pascal Alexander 8,77/3,33/32,50	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
840	Altemeyer, David 8,72/3,40/30,00	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
833	Fischer, Maurice 9,02/3,43/32,00	00	LC Letmathe	15.05.	Iserlohn
810	Thomann, Nico 9,20/3,25/34,00	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
785	Knappstein, Paul Linh 9,35/3,18/33,50	00	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
768	Schmerbeck, Leon 8,94/3,19/27,00	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
757	Hoffmann, Paul 9,04/3,28/25,50	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
748	Finkhaus, Tim 8,82/3,05/25,50	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
730	Jostmann, Marten 10,16/3,60/28,00	00	LG Menden	15.05.	Iserlohn
707	Friedrich, Sven 8,51/3,07/18,00	00	LG Menden	19.09.	Menden
705	Miczka, Marcel 9,23/2,87/27,50	00	TuS 1846 Iserlohn	15.05.	Iserlohn
692	Jünemann, Vincent 9,03/2,98/22,50	01	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
692	Heimbecher, Mats 9,63/2,77/31,50	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
666	Krisp, Liam 9,17/2,81/23,50	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
615	Scherf, Thorben 9,39/2,82/20,00	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M10**

Vierkampf

Rekord: 1550 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

BL 2009: 1285 Haude, Sven 99 ASV Iserlohn

1073	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,45/3,65/1,04/24,50				
997	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	9,00/3,32/1,04/26,50				
928	Jostmann, Marten	00	LG Menden	15.05.	Iserlohn
	10,16/3,60/1,00/28,00				
905	Friedrich, Sven	00	LG Menden	19.09.	Menden
	8,51/3,07/1,00/18,00				
723	Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,14/2,68/1,00/12,00				

**Schüler M9**

50 m

Rekord: 7,7 Hallmann, Oliver TG Westhofen

BL 2009: 8,24 Blankenagel, Jean-Luca TV Deilinghofen

8,23	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,41	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,72	Mann, Tommy Lee	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
8,82	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
8,89	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
8,98	Giebel, Justin	01	LG Menden	04.07.	Menden
9,00	Goeke, Kevin	01	LG Schwerte	30.05.	Menden
9,00	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,03	Jünemann, Vincent	01	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
9,04	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
9,18	Leveque-Emden, Luca	01	LG Schwerte	30.05.	Menden
9,20	Thomann, Nico	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
9,39	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
9,39	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
9,40	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
9,42	Hennemann, Jannick	01	LG Menden	04.07.	Menden
9,43	Kaltenborn, Sven	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
9,54	Emden, Luca-Leveque	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
9,60	Martinek, Loris	02	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
9,63	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

Handzeitleistungen:

8,7	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,0	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Schwerte
9,1	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,2	Honert, Sebastian	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,2	Lützkendorf, Emil	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,2	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M9**

1000 m

Rekord: 3:25,63 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden

BL 2009: 3:45,77 Vogt, Nicolas TuS 1846 Iserlohn

3:55,95	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:03,35	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,60	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
4:06,69	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,99	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4:16,34	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
4:44,58	Krause, Lutz	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:46,52	Krey, Felix	03	LG Schwerte	30.05.	Menden

## Handzeitleistungen:

4:04,1	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
4:05,7	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
4:09,2	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
4:23,3	Queisser, Jakob	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:47,9	Lützkendorf, Emil	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:49,7	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:55,2	Tschirbs, Adrien	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

5 km

Rekord: 21:03 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden

BL 2009: 22:24 Vogt, Nicolas TuS 1846 Iserlohn

24:02	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:26	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
25:32	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:34	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	02.07.	Fröndenberg
25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
26:51	Börksen, Luca	01	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

4 x 50 m

Rekord: 33,02 TV Deilinghofen

BL2009: 35,0 LG Schwerte

## Handzeitleistungen:

37,0	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Goeke 01, Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03				

3 x 1000 m

Rekord: 11:17,6 LC Letmathe/Iserlohn

BL2009: 12:16,7 TuS 1846 Iserlohn

## Handzeitleistungen:

12:14,2	SC 1912 Hennen			03.09.	Schwerte
	Hollmann 02, Blumberg 02, Finkhaus 01				
14:20,3	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Waldheim 02, Wlost 02, Krey 03				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M9**

Weitsprung

Rekord: 4,08 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

BL 2009: 3,66 Maus, Wolf Bastian TuS 1846 Iserlohn

3,54	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,32	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
3,28	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
3,25	Thomann, Nico	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,19	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,16	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
3,13	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
3,12	Goeke, Kevin	01	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,07	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
3,05	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
3,00	Leveque-Emden, Luca	01	LG Schwerte	30.05.	Menden
2,98	Jünemann, Vincent	01	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
2,98	Mann, Tommy Lee	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
2,98	Giebel, Justin	01	LG Menden	04.07.	Menden
2,95	Krey, Felix	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
2,93	Emden, Luca-Leveque	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
2,87	Herrmann, Justin	02	LG Schwerte	08.05.	Ergste
2,86	Lützkendorf, Emil	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,86	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
2,85	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	08.05.	Ergste

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 48,50 Kornobis, Martin 99 LG Menden

BL 2009: 39,50 Maus, Wolf Bastian TuS 1846 Iserlohn

37,00	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
34,00	Thomann, Nico	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
31,50	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
30,00	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
29,00	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
28,00	Hennemann, Jannick	01	LG Menden	04.07.	Menden
27,00	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
26,00	Goeke, Kevin	01	LG Schwerte	30.05.	Menden
25,50	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
25,00	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
24,50	Tschirbs, Adrien	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
23,50	Wehrhahn, Hendrik	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
23,00	Mann, Tommy Lee	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
23,00	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
22,50	Jünemann, Vincent	01	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
22,50	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Schwerte
21,50	Schittko, Jonathan	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
21,50	Lützkendorf, Emil	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
21,00	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
21,00	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
21,00	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M9**

## Dreikampf

Rekord: 1002 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte

BL 2009: 959 Maus, Wolf Bastian TuS 1846 Iserlohn

810	Thomann, Nico 9,20/3,25/34,00	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
768	Schmerbeck, Leon 8,94/3,19/27,00	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
757	Hoffmann, Paul 9,04/3,28/25,50	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
748	Finkhaus, Tim 8,82/3,05/25,50	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
692	Jünemann, Vincent 9,03/2,98/22,50	01	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
692	Heimbecher, Mats 9,63/2,77/31,50	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
654	Jantz, Luuk 9,2/3,07/21,00	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
615	Scherf, Thorben 9,39/2,82/20,00	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
601	Bzyl, Erik 10,01/3,16/19,00	01	VfL Fröndenberg	15.05.	Iserlohn
579	Martinek, Loris 9,60/2,76/19,00	02	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
545	Jonas, David 9,40/2,63/16,00	02	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
541	Krey, Felix 9,95/2,95/15,50	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
526	Emden, Luca-Leveque 9,54/2,93/12,00	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
504	Krämer, Louis 9,98/2,58/17,00	03	LG Menden	19.09.	Menden
491	Krause, Lutz 10,37/2,50/19,50	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
480	Spancken, Justus 10,09/2,51/16,50	02	LG Menden	19.09.	Menden
471	Bäcker, Lukas 9,94/2,62/13,50	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
418	Giebel, Justin 9,26/2,41/8,00	01	LG Menden	15.05.	Iserlohn
386	Wingert, Justin 10,87/2,22/16,50	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
383	Petke, Tom 10,26/2,10/14,50	02	LC Letmathe	15.05.	Iserlohn
367	Brock, Robin 10,82/2,01/17,50	03	LG Menden	19.09.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M9**

Dreikampf Mannschaft

Rekord: 4108 TV Deilinghofen

BL2009: 3339 TV Deilinghofen

2826	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	Thomann 810, Heimbecher 668, Krause 491		
	Bäcker 471, Wingert 386		

**Schüler M8**

50 m

Rekord: 7,9 Hallmann, Oliver TG Westhofen

BL 2009: 8,80 Finkhaus, Tim 1 SC 1912 Hennen

8,23	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,41	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
9,39	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
9,40	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
9,43	Kaltenborn, Sven	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
9,60	Martinek, Loris	02	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
9,64	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
9,75	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	30.05.	Menden
9,83	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
9,91	Krämer, Louis	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
9,95	Krey, Felix	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
9,99	Spancken, Justus	02	LG Menden	20.06.	Letmathe
10,07	Krause, Lutz	02	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
10,08	Kühl, Johannes	03	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
10,13	Kasper, Finn	02	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
10,26	Petke, Tom	02	LC Letmathe	15.05.	Iserlohn
10,32	Schittko, Jonathan	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
10,33	Schäfer, Patrick	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
10,44	Brock, Robin	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
10,45	Ständecke, Jan	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn

**Handzeitleistungen:**

8,7	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,1	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,2	Honert, Sebastian	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,2	Queisser, Jakob	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,4	Krey, Felix	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
10,0	Tschirbs, Adrien	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
10,0	Thiemann, Lukas	02	LG Schwerte	25.09.	Fröndenberg
10,7	Lütticke, Tobias	04	TuS Lendringsen	25.09.	Fröndenberg



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M8**

1000 m

Rekord: 3:42,56 Vogt, Luis 96 ASV Iserlohn

BL 2009: 4:08,22 Finkhaus, Tim 1 SC 1912 Hennen

3:55,95	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:06,69	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
4:06,99	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4:44,58	Krause, Lutz	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4:46,52	Krey, Felix	03	LG Schwerte	30.05.	Menden

## Handzeitleistungen:

4:23,3	Queisser, Jakob	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:30,7	Thiemann, Lukas	02	LG Schwerte	25.09.	Fröndenberg
4:49,7	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
4:55,2	Tschirbs, Adrien	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

5 km

Rekord: 22:46 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

BL 2009: 26:40 Hoffmann, Paul 1 VfL Fröndenberg

25:47	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	22.08.	Iserlohn
40:06	Lorenz, Thilo	04	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 3,94 Jacob, Andre SG Eintracht Ergste

BL 2009: 3,09 Hoffmann, Paul 1 VfL Fröndenberg

3,54	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,13	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
2,95	Krey, Felix	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
2,87	Herrmann, Justin	02	LG Schwerte	08.05.	Ergste
2,85	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	08.05.	Ergste
2,83	Honert, Sebastian	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,82	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
2,80	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,76	Martinek, Loris	02	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
2,74	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
2,64	Kaltenborn, Sven	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
2,64	Kasper, Finn	02	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
2,58	Krämer, Louis	03	LG Menden	19.09.	Menden
2,57	Spancken, Justus	02	LG Menden	20.06.	Letmathe
2,56	Kühl, Johannes	03	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2,53	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
2,51	Krause, Lutz	02	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
2,48	Tschirbs, Adrien	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,45	Thiemann, Lukas	02	LG Schwerte	25.09.	Fröndenberg
2,46	Ständecke, Jan	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schüler M8**

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 41,50 Hallmann, Oliver TG Westhofen

BL 2009: 28,50 Hoffmann, Paul 1 VfL Fröndenberg

37,00	Hollmann, Jonas	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
25,00	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
24,50	Tschirbs, Adrien	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
23,00	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
21,50	Schittko, Jonathan	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
21,00	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
21,00	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
20,00	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
20,00	Schwerte, Max	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
19,50	Krause, Lutz	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
19,00	Martinek, Loris	02	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
19,00	Blumberg, Jakob	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
19,00	Brock, Robin	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
17,50	Honert, Sebastian	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
17,00	Krey, Felix	03	LG Schwerte	30.05.	Menden
17,00	Krämer, Louis	03	LG Menden	19.09.	Menden
16,50	Kasper, Finn	02	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
16,50	Spancken, Justus	02	LG Menden	19.09.	Menden
15,50	Kaltenborn, Sven	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
15,50	Wehrhahn, Jonas	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

Dreikampf

Rekord: 909 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 716 Hoffmann, Paul 1 VfL Fröndenberg

615	Scherf, Thorben 9,39/2,82/20,00	03	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
579	Martinek, Loris 9,60/2,76/19,00	02	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
545	Jonas, David 9,40/2,63/16,00	02	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
541	Krey, Felix 9,95/2,95/15,50	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
504	Krämer, Louis 9,98/2,58/17,00	03	LG Menden	19.09.	Menden
491	Krause, Lutz 10,37/2,50/19,50	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
480	Spancken, Justus 10,09/2,51/16,50	02	LG Menden	19.09.	Menden
426	Thiemann, Lukas 10,0/2,45/13,50	02	LG Schwerte	25.09.	Fröndenberg
383	Petke, Tom 10,26/2,10/14,50	02	LC Letmathe	15.05.	Iserlohn
367	Brock, Robin 10,82/2,01/17,50	03	LG Menden	19.09.	Menden
315	Lütticke, Tobias 10,7/1,98/14,00	04	TuS Lendringsen	25.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen W70**

10 km			BL 2009: 71:46 Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden		
74:26	Schulte, Christel			39	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm
Halbmarathon			BL 2009: 2:42:24 Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden		
2:53:29	Schulte, Christel			39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
Weitsprung			BL 2009:				
3,67	-2,3 Schnadt, Christa			40	VfL Fröndenberg	02.07.	Kevelaer
Kugelstoß 3,0 kg			BL 2009:				
6,77	Schnadt, Christa			40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
Diskuswurf 1,0 kg			BL 2009:				
17,93	Schnadt, Christa			40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

**Frauen W65**

Kugelstoß 3,0 kg			BL 2009: 6,26 Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte		
6,77	Schnadt, Christa			40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
6,68	Kern, Brunhilde			41	LG Schwerte	24.04.	Fröndenberg
Diskuswurf 1,0 kg			BL 2009: 17,74 Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg		
17,93	Schnadt, Christa			40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
13,86	Kern, Brunhilde			41	LG Schwerte	08.05.	Ergste
Speerwurf 400 g			BL 2009: 15,06 Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte		
16,49	Kern, Brunhilde			41	LG Schwerte	08.05.	Ergste

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen W55**

10 km	BL 2009: 51:24 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden				
45:12	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
74:26	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm
Halbmarathon	BL 2009: 1:55:54 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden				
1:41:06	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
2:53:29	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

**Frauen W50**

10 km	BL 2009: 48:57 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden				
45:12	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
51:23	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	15.08.	Wünnenberg
53:14	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
63:06	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	01.05.	Kaiserau
64:47	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm
74:26	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm
Halbmarathon	BL 2009: 1:50:13 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden				
1:41:06	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:53:14	Hövel, Dorothea	58	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
2:00:42	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:21:12	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
2:28:46	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:53:29	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

Marathon	BL 2009: 4:40:13 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden				
----------	-------------------------------------------------------	--	--	--	--

4:35:09	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	31.10.	Frankfurt
---------	-------------	----	-----------------------	--------	-----------

Kugelstoß 3,0 kg	BL 2009: 10,12 Münnekhoff, Gerlinde 57 LG Schwerte				
------------------	----------------------------------------------------	--	--	--	--

9,44	Münnekhoff, Gerlinde	57	LG Schwerte	24.04.	Fröndenberg
6,77	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
6,68	Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte	24.04.	Fröndenberg

Diskuswurf 1,0 kg	BL 2009: 28,00 Münnekhoff, Gerlinde 57 LG Schwerte				
-------------------	----------------------------------------------------	--	--	--	--

25,95	Münnekhoff, Gerlinde	57	LG Schwerte	02.07.	Kevelaer
17,93	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
13,86	Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte	08.05.	Ergste

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen W50**

Hammerwurf 3,0 kg

BL 2009:

26,87	Münnekhoff, Gerlinde	57	LG Schwerte	09.10.	Plettenberg
-------	----------------------	----	-------------	--------	-------------

**Frauen W45**

5000 m

BL 2009: 20:36,34 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn

20:12,51	Multala-Ritzmann, Sisko	63	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
----------	-------------------------	----	--------------	--------	--------

10 km

BL 2009: 42:44 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn

45:12	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
51:23	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	15.08.	Wünneberg
53:14	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
54:30	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
63:06	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	01.05.	Kaiserau
64:47	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm
74:26	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm

Halbmarathon

BL 2009: 1:43:06 Beutler-Gauglitz, Vera 61 TuS 1846 Iserlohn

1:41:06	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:53:14	Hövel, Dorothea	58	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:59:43	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:00:42	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:21:12	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
2:28:46	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:53:29	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

Marathon

BL 2009: 4:16:25 Marutschke, Anneli 63 Marathon-Club, Menden

3:23:58	Beutler-Gauglitz, Vera	61	TuS Iserlohn	25.04.	Hamburg
---------	------------------------	----	--------------	--------	---------

**Frauen W40**

10 km

BL 2009:

42:34	Quincke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	07.03.	Leverkusen
45:12	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
51:23	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	15.08.	Wünneberg
52:30	Kutz, Elke	67	TuS Lendringsen	10.10.	Unna
53:14	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
53:42	Börsting, Heike	70	TuS 1846 Iserlohn	28.03.	Wickede
54:30	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
63:06	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	01.05.	Kaiserau
64:47	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm
74:26	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen W40**

## Halbmarathon

BL 2009:

1:41:06	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:53:14	Hövel, Dorothea	58	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:59:43	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:00:42	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:07:51	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:21:12	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
2:28:46	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:53:29	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

## Dreisprung

BL 2009:

10,76	-0,7	Jokiel, Annett	66	TV Deilinghofen	05.06.	Ahlen
-------	------	----------------	----	-----------------	--------	-------

## Kugelstoß 4,0 kg

BL 2009: 7,23 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte

7,74	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	08.05.	Ergste
------	---------------------	----	-------------	--------	--------

## Diskuswurf 1,0 kg

BL 2009: 22,12 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte

25,95	Münnekhoff, Gerlinde	57	LG Schwerte	02.07.	Kevelaer
22,82	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	08.05.	Ergste
17,93	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
13,86	Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte	08.05.	Ergste

**Frauen W35**

## Halbmarathon

BL 2009:

1:35:10	Quincke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:41:06	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:53:14	Hövel, Dorothea	58	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:59:43	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:00:42	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:07:51	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:21:12	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
2:28:46	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:53:29	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

## Marathon

BL 2009:

3:16:53	Quincke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	26.09.	Berlin
4:35:09	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	31. Okt	Frankfurt

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen W30**

100 m				BL 2009:		
13,25	-0,2	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	26.06.	Kaiserslautern
200 m				BL 2009:		
27,63	0,8	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
Weitsprung				BL 2009:		
4,19	-0,4	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,67	-2,3	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	02.07.	Kevelaer
Kugelstoß 4,0 kg				BL 2009:		
8,95		Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,74		Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	08.05.	Ergste

**Frauen**

100 m				Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden		
				BL 2009: 13,07* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen		
12,66	1,3	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
12,83	-1	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,00	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,05	0,4	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,07	2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,10	-0,6	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
13,11	-0,7	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,16	-0,6	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	06.06.	Hagen
13,25	-0,2	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	26.06.	Kaiserslautern
13,34	1,7	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
13,38	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	29.08.	Menden
13,51	0,4	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,58	-2,1	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
13,65	0,8	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,78	-0,7	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,78	0,1	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,84	0	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
13,85	0,8	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,88	0	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
13,93	-0,8	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	05.09.	Attendorn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen**

Fortsetzung 100 m

Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 13,07\* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen

## Handzeitleistungen:

13,4	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
------	---	--------------------	----	-------------	--------	--------

## Leistungen mit Rückenwind:

12,80	2,3	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,01	2,3	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,1	4,6	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
13,56	2,3	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	24.05.	Beckum

200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 26,20\* Kuhlemann, Sabrina 84 LG Menden

26,19	1,2	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
26,63	0,4	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
26,77	0,7	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
27,11	0,7	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
27,26	1,2	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
27,63	0,8	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	02.07.	Menden
27,98	0,8	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
28,79	0,7	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
29,08	0,7	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
31,00	0	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	07.05.	Menden

## Handzeitleistungen:

29,1	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,4	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,9	0	Specht, Dajana	92	LG Schwerte	02.06.	Menden
30,3		Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	10.08.	Oberaden
31,5	0	Droste, Lara	95	LG Schwerte	02.06.	Menden

## Leistungen mit Rückenwind:

26,46	3,9	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	24.05.	Beckum
27,16	3,9	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum

400 m

Rekord: 54,99 Schnabel, Tanja Letmather TV

BL 2009: 58,38 Kuhlemann, Sabrina 84 LG Menden

57,81		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	20.06.	Gladbeck
58,50		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	08.08.	Ulm
59,26		Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	27.06.	Duisburg
62,92		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	05.09.	Attendorn
64,32		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.06.	Hagen

## Handzeitleistungen:

61,8		Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
------	--	--------------------	----	-------------	--------	----------



Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen**

10 km

Rekord: 34:18 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden

BL 2009: 41:28 Walter, Verena 81 Marathon-Club, Menden

41:58	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	26.09.	Hamm
42:10	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	24.04.	Wintrich
42:16	Gusik, Laura	89	LG Menden	28.05.	Schwerte
42:34	Quincke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	07.03.	Leverkusen
43:33	Kaderhandt, Lena	86	Marathon-Club, Menden	18.09.	Garrel
43:48	Steudle, Luisa	93	LG Menden	10.12.	Ahlen
45:12	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
45:17	Grabengießer, Henrike	89	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
45:32	Bencker, Ingrun	92	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
46:23	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	24.04.	Wintrich
47:35	Köhne, Hanna	89	ASV Iserlohn	28.03.	Wickede
48:10	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
48:57	Schulte, Melanie	82	TuS Iserlohn	20.06.	Möhnesee
49:50	Schütz, Katrin	90	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
50:19	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	28.03.	Wickede
50:31	Hafenmayer, Mayte	91	LG Schwerte	28.03.	Wickede
51:23	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	15.08.	Wünneberg
52:30	Kutz, Elke	67	TuS Lendringsen	10.10.	Unna
53:14	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
53:42	Börsting, Heike	70	TuS 1846 Iserlohn	28.03.	Wickede

10 km Mannschaft

Rekord: 2:00:26 LG Schwerte

BL2009: 2:14:16 Marathon-Club, Menden

2:33:00	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm
Schütz 49:50, Preuß 49:56, Rabe 53:14			

Halbmarathon

Rekord: 1:14:03 Mai, Christina ASV Iserlohn

BL 2009: 1:37:09 Schulte, Anja 81 Marathon-Club, Menden

1:34:41	Kaderhandt, Lena	86	Marathon-Club, Menden	24.10.	Oldenburg
1:35:10	Quincke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:41:06	Schneider-Endrowait, Gisel	52	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:45:27	Bencker, Ingrun	92	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:49:25	Schütz, Katrin	90	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:53:14	Hövel, Dorothea	58	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:54:32	Grabengießer, Henrike	89	LG Schwerte	21.02.	Hamm
1:55:26	Schlünder, Sabrina	87	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
1:59:43	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:00:42	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:01:02	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:07:51	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:12:05	Völlkopf, Jasmin	88	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:21:12	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
2:28:46	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:53:29	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen**

Halbmarathon Mannschaft      Rekord: 4:41:07 TG Westhofen  
BL2009:

5:05:33	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
	Quincke 1:35:10, Schneider-Endrowait 1:41:06, Bencker 1:49:17		
5:55:51	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
	Schlünder 1:55:26, Marutschke 1:59:43, Rabe 2:00:42		

100 m Hürden      Rekord: 14,35 Fritsche, Kerstin LG Menden  
BL 2009: 15,65\* Borscheid, Frauke 85 TV Deilinghofen

15,88	0	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	06.06.	Duisburg
17,78	0,2	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
18,99	0,2	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
19,18	0,2	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn

4 x 100 m      Rekord: 48,02 TuS Iserlohn  
BL2009: 50,65 TV Deilinghofen

50,21	LG Schwerte	14.08.	Regensburg
	Selsen 89, Holzhausen 92, Neumann 89, Frohmüller 88		
50,94	TV Deilinghofen	20.06.	Gladbeck
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94		
51,29	LG Schwerte	19.06.	Gladbeck
	Lohse 91, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Lügger 92		
52,02	LG Menden	04.07.	Menden
	Weingarten 95, Heider 96, Altmann 96, Dröttboom 95		
54,39	LG Schwerte	13.06.	Recklinghausen
	Fischer 96, Burghardt 95, Sobottka 95, Steinwender 95		

4 x 400 m      Rekord:  
BL2009:

4:01,78	LG Schwerte	15.08.	Regensburg
	Schulte 88, Holzhausen 92, Selsen 89, Lügger 92		
4:07,09	LG Schwerte	04.07.	Menden
	Brockhaus 94, Hafenmayer 91, Brockhaus 94, Holzhausen 92		

Hochsprung      Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn  
BL 2009: 1,60 Venghaus, Sandra 80 TV Deilinghofen

1,56	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
1,54	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
1,53	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
1,53	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
1,51	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen**

Forts. Hochsprung

Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,60 Venghaus, Sandra 80 TV Deilinghofen

1,48	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,47	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,46	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,45	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,44	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
1,44	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,44	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
1,40	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,36	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,36	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
1,35	Rittinghaus, Kim Sophie	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,35	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,34	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 6,13 Janke, Brigitte LC Schwerte

BL 2009: 5,54 Borscheid, Frauke 85 TV Deilinghofen

5,19	-0,3	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	06.06.	Duisburg
5,00	0,4	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,99	-1,5	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,98	-0,7	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
4,93	0,1	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
4,89	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,88	1	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.08.	Dortmund
4,80	0,3	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,73	-1	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,71	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
4,64	-0,3	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,63	-0,4	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,62		Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	24.05.	Beckum
4,62	0,9	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,58	-1	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
4,56		Beres, Sina	94	LC Letmathe	18.09.	Kamen
4,51	0	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Menden
4,51	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
4,50	-1,8	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,49	0,1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Leistungen mit Rückenwind:

5,30	3,5	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,21	4,5	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,16	2,5	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,89	3	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen**

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 14,06 Venghaus, Claudia 77 TV Deilinghofen

BL 2009: 11,85 Borscheid, Frauke 85 TV Deilinghofen

10,63	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	06.06.	Duisburg
9,40	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
9,12	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,95	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,82	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,81	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,77	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
8,74	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,56	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	25.04.	Hamm
8,45	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
8,17	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,14	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
8,11	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
8,04	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,74	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	08.05.	Ergste
7,65	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
7,60	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	06.06.	Hagen
7,59	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,33	Zimmermann, Pia	87	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
7,16	Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 49,36 von Küstenfeld, Heike 63 TuS Lendringsen

BL 2009:

25,95	Münnekhoff, Gerlinde	57	LG Schwerte	02.07.	Kevelaer
22,82	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
22,82	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	08.05.	Ergste
21,73	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
21,11	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
18,61	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
18,19	Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
18,15	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	06.08.	Oberaden
17,93	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
15,22	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	08.05.	Ergste
13,86	Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte	08.05.	Ergste

Speerwurf 600 g

Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 35,37 Borscheid, Frauke 85 TV Deilinghofen

33,41	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.06.	Gladbeck
33,32	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	06.06.	Duisburg
33,04	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	10.07.	Dortmund
30,33	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	25.09.	Altena

Ausdruck vom 26.12.2010

**Frauen**

Forts. Speerwurf 600 g

Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 35,37 Borscheid, Frauke 85 TV Deilinghofen

30,12	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
28,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
27,88	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
27,15	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
26,78	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserl.	07.05.	Menden
25,16	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,99	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	29.05.	Neheim
24,85	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
24,58	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
24,57	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,43	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim
24,20	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	08.05.	Ergste
23,56	Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	05.07.	Lage
23,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.04.	Neheim
23,24	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,53	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden

Siebenkampf

Rekord: 4899 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 4454 Borscheid, Frauke 85 TV Deilinghofen

3817	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	19,18(+0,2)/1,52/8,75/26,77(+0,7) // 4,80(+0,3)/23,44/2:24,69				
3661	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	18,99(+0,2)/1,56/8,14/27,11(+0,7) // 4,63(-0,4)/27,15/2:38,90				
3645	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	17,78(+0,2)/1,44/9,40/28,79(+0,7) // 4,64(-1,2)/29,77/2:39,10				

Siebenkampf Mannschaft

Rekord: 12934 TV Deilinghofen

BL2009: 12934 TV Deilinghofen

11123	LG Schwerte			15./16.05.	Iserlohn
	Holzhausen 3817, Selsen 3661, Lügger 3645				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

100 m

Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 13,19\* Neumann, Katrin 89 LG Schwerte

12,66	1,3	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
12,83	-1	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,00	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,05	0,4	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,07	2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,10	-0,6	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
13,11	-0,7	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,16	-0,6	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	06.06.	Hagen
13,34	1,7	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
13,38	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	29.08.	Menden
13,51	0,4	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,58	-2,1	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
13,65	0,8	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,78	-0,7	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,78	0,1	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,84	0	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
13,85	0,8	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,88	0	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
13,93	-0,8	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
14,01	0	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden

## Handzeitleistungen:

13,4	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
------	---	--------------------	----	-------------	--------	--------

## Leistungen mit Rückenwind:

12,80	2,3	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,01	2,3	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,1	4,6	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
13,56	2,3	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	24.05.	Beckum

200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009:

26,19	1,2	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
26,63	0,4	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
26,77	0,7	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
27,11	0,7	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
27,26	1,2	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
27,98	0,8	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
28,79	0,7	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
29,08	0,7	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen

Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

Forts. 200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden  
BL 2009:

29,1	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,4	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,9	0	Specht, Dajana	92	LG Schwerte	02.06.	Menden
31,5	0	Droste, Lara	95	LG Schwerte	02.06.	Menden

Leistungen mit Rückenwind:

26,46	3,9	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	24.05.	Beckum
27,16	3,9	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum

400 m

Rekord: 56,38 Kuhlemann, Sabrina 84 LG Menden  
BL 2009: 60,92 Schulte, Leonie 88 LG Schwerte

57,81		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	20.06.	Gladbeck
58,50		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	08.08.	Ulm
59,26		Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	27.06.	Duisburg
62,92		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	05.09.	Attendorn
64,32		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.06.	Hagen

Handzeitleistungen:

61,8		Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
------	--	--------------------	----	-------------	--------	----------

800 m

Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV  
BL 2009: 2:54,01 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

2:18,77		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
2:19,77		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	14.05.	Dortmund
2:20,10		Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.06.	Wattenscheid
2:23,78		Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	24.05.	Recklinghausen
2:24,69		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
2:26,19		Studle, Luisa	93	LG Menden	24.07.	Kreuztal
2:30,98		Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.06.	Recklinghausen
2:31,93		Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:34,05		Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	13.06.	Recklinghausen
2:34,83		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:35,06		Youssef, Caroline	95	ESV Nighthawks, Iserl.	24.05.	Recklinghausen
2:35,86		Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	26.06.	Wattenscheid
2:37,10		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:37,32		Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:37,40		Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
2:38,90		Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
2:39,10		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

Forts. 800 m

Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV

BL 2009: 2:54,01 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

2:39,39	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:39,82	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	16.05.	Iserlohn
2:40,53	Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden

Handzeitleistungen:

2:17,9	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	02.06.	Menden
2:29,3	Auer, Jana	97	LG Menden	02.06.	Menden
2:30,5	Breer, Marie	96	LC Letmathe	02.06.	Menden

3000 m

Rekord: 9:52,5 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste

BL 2009: 11:28,54 Gusik, Laura 89 LG Menden

10:39,52	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:14,06	Gusik, Laura	89	LG Menden	14.05.	Dortmund
11:16,71	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
12:28,17	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
12:38,36	Hafenmayer, Mayte	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13:08,25	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	14.05.	Dortmund

5000 m

Rekord: 17:08,3 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste

BL 2009:

19:55,86	Gusik, Laura	89	LG Menden	06.06.	Duisburg
21:06,99	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	17.04.	Menden
21:39,51	Grabengießer, Henrike	89	LG Schwerte	07.05.	Menden
22:22,19	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	07.05.	Menden

10000 m

Rekord: 37:19,54 Großkreutz, Anja 81 MC Menden

BL 2009:

41:49,27	Gusik, Laura	89	LG Menden	17.04.	Menden
----------	--------------	----	-----------	--------	--------

10 km

Rekord: 37:03 Großkreutz, Anja 81 MC Menden

BL 2009: 41:25 Gusik, Laura 89 LG Menden

41:58	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	26.09.	Hamm
42:10	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	24.04.	Wintrich
42:16	Gusik, Laura	89	LG Menden	28.05.	Schwerte
43:48	Studle, Luisa	93	LG Menden	10.12.	Ahlen
45:17	Grabengießer, Henrike	89	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
45:32	Bencker, Ingrun	92	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
46:23	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	24.04.	Wintrich
47:35	Köhne, Hanna	89	ASV Iserlohn	28.03.	Wickede
48:10	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
49:50	Schütz, Katrin	90	Marathon-Club, Menden	24.01.	Hamm



Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

Forts. 10 km

Rekord: 37:03 Großkreutz, Anja 81 MC Menden

BL 2009: 41:25 Gusik, Laura 89 LG Menden

50:19	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	28.03.	Wickede
50:31	Hafenmayer, Mayte	91	LG Schwerte	28.03.	Wickede
59:09	Völlkopf, Jasmin	88	Marathon-Club, Menden	08.05.	Hamm

Halbmarathon

Rekord: 1:23:13 Großkreutz, Anja 81 MC Menden

BL 2009: 1:29:12 Gusik, Laura 89 LG Menden

1:45:27	Bencker, Ingrun	92	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
1:49:25	Schütz, Katrin	90	Marathon-Club, Menden	30.05.	Duisburg
1:54:32	Grabengießer, Henrike	89	LG Schwerte	21.02.	Hamm
2:01:02	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
2:12:05	Völlkopf, Jasmin	88	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn

4 x 100 m

Rekord: 49,91 LG Schwerte

BL2009: 49,91 LG Schwerte

50,21	LG Schwerte			14.08.	Regensburg
	Selsen 89, Holzhausen 92, Neumann 89, Frohmüller 88				
50,94	TV Deilinghofen			20.06.	Gladbeck
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94				
51,29	LG Schwerte			19.06.	Gladbeck
	Lohse 91, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Lügger 92				
52,02	LG Menden			04.07.	Menden
	Weingarten 95, Heider 96, Altmann 96, Dröttboom 95				
54,39	LG Schwerte			13.06.	Recklinghausen
	Fischer 96, Burghardt 95, Sobottka 95, Steinwender 95				

4 x 400 m

Rekord:

BL2009:

4:01,78	LG Schwerte			15.08.	Regensburg
	Schulte 88, Holzhausen 92, Selsen 89, Lügger 92				
4:07,09	LG Schwerte			04.07.	Menden
	Brockhaus 94, Hafenmayer 91, Brockhaus 94, Holzhausen 92				

Hochsprung

Rekord: 1,64 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

BL 2009: 1,59 Reese, Sarah 89 ASV Iserlohn

1,56	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
1,54	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
1,53	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
1,53	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
1,51	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,48	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,47	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

Forts. Hochsprung

Rekord: 1,64 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

BL 2009: 1,59 Reese, Sarah 89 ASV Iserlohn

1,46	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,45	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,44	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
1,44	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,44	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
1,40	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,36	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,36	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
1,35	Rittinghaus, Kim Sophie	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,35	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,34	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen

BL 2009: 5,12\* Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

5,00	0,4	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,99	-1,5	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,98	-0,7	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
4,93	0,1	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
4,89	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,88	1	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.08.	Dortmund
4,80	0,3	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,73	-1	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,71	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
4,64	-0,3	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,63	-0,4	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,62		Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	24.05.	Beckum
4,62	0,9	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,58	-1	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
4,56		Beres, Sina	94	LC Letmathe	18.09.	Kamen
4,51	0	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Menden
4,51	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
4,50	-1,8	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,49	0,1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,39	-0,4	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Leistungen mit Rückenwind:

5,30	3,5	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,21	4,5	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,16	2,5	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,89	3	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 12,31 Venghaus, , Claudia 77 LG Menden

BL 2009: 8,52 Klapper, Nadine 87 TV Deilinghofen

9,40	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
9,12	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,82	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,81	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,77	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
8,74	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,56	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	25.04.	Hamm
8,45	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
8,17	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,14	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
8,04	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,65	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
7,60	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	06.06.	Hagen
7,59	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,16	Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
6,49	Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,49	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,23	Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenber	24.04.	Fröndenberg

Speerwurf 600 g

Rekord: 28,58 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

BL 2009: 27,77 Selsen, Alina 89 LG Schwerte

33,41	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.06.	Gladbeck
33,04	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	10.07.	Dortmund
30,33	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	25.09.	Altena
30,12	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
28,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
27,88	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
27,15	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
26,78	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserl.	07.05.	Menden
25,16	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,99	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	29.05.	Neheim
24,85	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
24,58	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
24,57	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,43	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim
24,20	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	08.05.	Ergste
23,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	05.07.	Lage
23,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.04.	Neheim
23,24	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,53	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
21,43	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Juniorinnen**

Siebenkampf

Rekord: 4140 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

BL 2009: 3339 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

3817	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	19,18(+0,2)/1,52/8,75/26,77(+0,7) // 4,80(+0,3)/23,44/2:24,69				
3661	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	18,99(+0,2)/1,56/8,14/27,11(+0,7) // 4,63(-0,4)/27,15/2:38,90				
3645	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	17,78(+0,2)/1,44/9,40/28,79(+0,7) // 4,64(-1,2)/29,77/2:39,10				

**Weibliche Jugend A**

100 m

Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 13,31\* Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

12,66	1,3	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
12,83	-1	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,00	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,05	0,4	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,07	2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,10	-0,6	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
13,11	-0,7	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,34	1,7	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
13,38	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	29.08.	Menden
13,51	0,4	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,65	0,8	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,78	-0,7	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,78	0,1	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,84	0	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
13,85	0,8	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,88	0	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
13,93	-0,8	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
14,01	0	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
14,06	0,4	Breer, Marie	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
14,14	0	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	04.07.	Lage

Handzeitleistungen:

13,4	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
------	---	--------------------	----	-------------	--------	--------

Leistungen mit Rückenwind:

13,1	4,6	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
------	-----	-----------------	----	-----------	--------	--------------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend A**

200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 26,65\* Rustemeier, Julia 91 LG Menden

26,19	1,2	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
26,63	0,4	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
26,77	0,7	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
27,26	1,2	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
27,98	0,8	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.07.	Menden
28,79	0,7	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
29,08	0,7	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen

## Handzeitleistungen:

29,1	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,4	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,9	0	Specht, Dajana	92	LG Schwerte	02.06.	Menden
31,5	0	Droste, Lara	95	LG Schwerte	02.06.	Menden

## Leistungen mit Rückenwind:

27,16	3,9	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum
-------	-----	------------------	----	-------------	--------	--------

400 m

Rekord: 54,99 Schnabel, Tanja Letmather TV

BL 2009: 58,20 Rustemeier, Julia 91 LG Menden

57,81		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	20.06.	Gladbeck
58,50		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	08.08.	Ulm
62,92		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	05.09.	Attendorn
64,32		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.06.	Hagen

## Handzeitleistungen:

61,8		Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
------	--	--------------------	----	-------------	--------	----------

800 m

Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV

BL 2009: 2:20,76 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

2:18,77		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
2:19,77		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	14.05.	Dortmund
2:20,10		Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.06.	Wattenscheid
2:23,78		Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	24.05.	Recklinghausen
2:24,69		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
2:26,19		Studle, Luisa	93	LG Menden	24.07.	Kreuztal
2:30,98		Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.06.	Recklinghausen
2:31,93		Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:34,05		Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	13.06.	Recklinghausen
2:34,83		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:35,06		Youssef, Caroline	95	ESV Nighthawks, Iserl.	24.05.	Recklinghausen
2:35,86		Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	26.06.	Wattenscheid

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend A**

Forts. 800 m

Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV

BL 2009: 2:20,76 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

2:37,10	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:37,32	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:37,40	Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
2:39,10	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
2:39,39	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:39,82	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	16.05.	Iserlohn
2:40,53	Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
2:41,25	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund

Handzeitleistungen:

2:17,9	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	02.06.	Menden
2:29,3	Auer, Jana	97	LG Menden	02.06.	Menden
2:30,5	Breer, Marie	96	LC Letmathe	02.06.	Menden

1500 m

Rekord: 4:31,0 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV

BL 2009: 5:08,25 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

4:45,71	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	20.06.	Gladbeck
5:01,35	Stuedle, Luisa	93	LG Menden	20.06.	Gladbeck
5:08,70	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	07.05.	Menden
5:33,98	Hafenmayer, Mayte	91	LG Schwerte	17.06.	Dortmund

Handzeitleistungen:

5:06,2	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	02.06.	Menden
5:35,2	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden

3000 m

Rekord: 9:52,5 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste

BL 2009: 11:22,58 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

10:39,52	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
11:16,71	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
12:16,8	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
12:38,36	Hafenmayer, Mayte	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13:08,25	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	14.05.	Dortmund

5000 m

Rekord: 17:08,3 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste

BL 2009:

21:06,99	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	17.04.	Menden
22:22,19	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	07.05.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend A**

10 km

Rekord: 39:02 Großkreutz, Anja 81 MC Menden

BL 2009: 44:02 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

41:58	Hafenmayer, Isabel	91	LG Schwerte	26.09.	Hamm
42:10	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	24.04.	Wintrich
43:48	Steudle, Luisa	93	LG Menden	10.12.	Ahlen
45:32	Bencker, Ingrun	92	Marathon-Club, Menden	24.10.	Refrath
46:23	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	24.04.	Wintrich
48:10	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen
50:19	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	28.03.	Wickede
50:31	Hafenmayer, Mayte	91	LG Schwerte	28.03.	Wickede

Halbmarathon

Rekord: 1:36:14 Kaderhandt, Lena 86 MC Menden

BL 2009: 2:07:41 Schütz, Katrin 90 ASV Iserlohn

1:45:27	Bencker, Ingrun	92	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
2:01:02	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm

100 m Hürden

Rekord: 14,52 Menzel, Viola LG Iserlohn

BL 2009: 16,70\* Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

17,78	0,2	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
19,18	0,2	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn

400 m Hürden

Rekord: 61,43 Menzel, Viola LG Iserlohn

BL 2009:

63,15	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	07.08.	Ulm
66,54	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
79,15	Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim

4 x 100 m

Rekord: 48,88 TV Deilinghofen

BL2009: 49,79 LG Schwerte

50,94	TV Deilinghofen	20.06.	Gladbeck
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94		
51,29	LG Schwerte	19.06.	Gladbeck
	Lohse 91, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Lügger 92		
52,02	LG Menden	04.07.	Menden
	Weingarten 95, Heider 96, Altmann 96, Dröttboom 95		
54,39	LG Schwerte	13.06.	Recklinghausen
	Fischer 96, Burghardt 95, Sobottka 95, Steinwender 95		

4 x 400 m

Rekord: 4:07,18 LG Schwerte

BL2009:

4:07,09	LG Schwerte	04.07.	Menden
	Brockhaus 94, Hafenmayer 91, Brockhaus 94, Holzhausen 92		

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend A**

Olymp. Stf. (400/200/200/ Rekord: 4:11,78 LG Schwerte  
BL2009: 4:18,47 LG Schwerte

4:13,54 LG Schwerte 29.05. Münster  
Lügger 92, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Holzhausen 92

Hochsprung Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn  
BL 2009: 1,65 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

1,54	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
1,53	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
1,53	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
1,51	Schmittten, Kira	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,48	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,47	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,46	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,45	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,44	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
1,44	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,44	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
1,40	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,36	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,36	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
1,35	Rittinghaus, Kim Sophie	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,35	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,34	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,33	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden

Weitsprung Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen  
BL 2009: 5,40\* Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

5,00	0,4	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,99	-1,5	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,93	0,1	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
4,89	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,88	1	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.08.	Dortmund
4,80	0,3	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,73	-1	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,71	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
4,64	-0,3	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,62	0,9	Schmittten, Kira	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,58	-1	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
4,56		Beres, Sina	94	LC Letmathe	18.09.	Kamen
4,51	0	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Menden



Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend A**

## Forts. Weitsprung

Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen

BL 2009: 5,40\* Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

4,51	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
4,50	-1,8	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,49	0,1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,39	-0,4	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,32	-0,4	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,30	-1,5	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,30	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden

## Leistungen mit Rückenwind:

5,30	3,5	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
5,16	2,5	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,89	3	Schmittten, Kira	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

## Dreisprung

Rekord:

BL 2009:

10,19	-0,4	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
9,97	0,6	Beres, Sina	94	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
9,71		Linne, Julia	92	LC Letmathe	25.09.	Altena

## Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 13,16 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 9,79 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

9,40		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
9,12		Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,82		Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,81		Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,77		Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
8,74		Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,56		Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	25.04.	Hamm
8,45		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
8,17		Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,04		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,65		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
7,60		Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	06.06.	Hagen
7,59		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,16		Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
6,49		Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,49		Schmittten, Kira	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,23		Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend A**

Diskuswurf 1,0 kg                      Rekord: 44,88 von Küstenfeld, Heike 63 TuS Lendringsen  
BL 2009:

22,82	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
21,73	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
21,11	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
18,61	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
18,19	Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
15,22	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	08.05.	Ergste

Speerwurf 600 g                      Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden  
BL 2009: 32,63 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

33,41	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.06.	Gladbeck
33,04	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	10.07.	Dortmund
30,33	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	25.09.	Altena
30,12	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
28,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
27,88	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
26,78	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserl.	07.05.	Menden
25,16	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,99	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	29.05.	Neheim
24,85	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	08.05.	Ergste
24,58	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
24,57	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,43	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim
24,20	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	08.05.	Ergste
23,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	05.07.	Lage
23,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.04.	Neheim
23,24	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,53	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
21,43	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
19,39	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden

Siebenkampf                      Rekord: 4899 Freisen, Jutta 82 LG Menden  
BL 2009: 4203 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

3817	Holzhausen, Neele	92	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	19,18(+0,2)/1,52/8,75/26,77(+0,7) // 4,80(+0,3)/23,44/2:24,69				
3645	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	17,78(+0,2)/1,44/9,40/28,79(+0,7) // 4,64(-1,2)/29,77/2:39,10				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

100 m

Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 13,10\* Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

12,66	1,3	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
12,83	-1	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,00	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
13,05	0,4	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,07	2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum
13,11	-0,7	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,34	1,7	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
13,38	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	29.08.	Menden
13,51	0,4	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,65	0,8	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,78	-0,7	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,78	0,1	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,85	0,8	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,88	0	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
13,93	-0,8	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	05.09.	Attendorn
14,01	0	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
14,06	0,4	Breer, Marie	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
14,14	0	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	04.07.	Lage
14,26	0,6	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
14,26	1,7	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

13,4	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
13,9	0	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	02.06.	Menden
14,0	0	Neuhaus, Luisa	94	LG Menden	02.06.	Menden
14,0	0,9	Böhmer, Marina	96	LG Menden	02.06.	Menden
14,0	2	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	26.06.	Schwerte

## Leistungen mit Rückenwind:

13,1	4,6	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
------	-----	-----------------	----	-----------	--------	--------------

200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 26,20\* Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

26,19	1,2	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	22.05.	Gladbeck
26,63	0,4	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
27,26	1,2	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	01.05.	Kaiserau
29,08	0,7	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen

## Handzeitleistungen:

29,1	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
29,4	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
31,5	0	Droste, Lara	95	LG Schwerte	02.06.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

Forts. 200 m

Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden

BL 2009: 26,20\* Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

Leistungen mit Rückenwind:

27,16	3,9	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	24.05.	Beckum
-------	-----	------------------	----	-------------	--------	--------

400 m

Rekord: 55,33 Schnabel, Tanja Letmather TV

BL 2009: 60,66 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

62,92		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	05.09.	Attendorn
-------	--	--------------	----	--------------	--------	-----------

800 m

Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV

BL 2009: 2:22,06 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

2:18,77		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	02.07.	Menden
2:20,10		Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.06.	Wattenscheid
2:26,19		Stuedle, Luisa	93	LG Menden	24.07.	Kreuztal
2:30,98		Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.06.	Recklinghausen
2:31,93		Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:34,05		Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	13.06.	Recklinghausen
2:34,83		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:35,06		Youssef, Caroline	95	ESV Nighthawks, Iserl.	24.05.	Recklinghausen
2:35,86		Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	26.06.	Wattenscheid
2:37,10		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:37,32		Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:37,40		Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
2:39,39		Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:39,82		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	16.05.	Iserlohn
2:40,53		Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
2:41,25		Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:41,26		Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:41,86		Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:42,42		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
2:42,83		Aster, Lena	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

Handzeitleistungen:

2:17,9		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	02.06.	Menden
2:29,3		Auer, Jana	97	LG Menden	02.06.	Menden
2:30,5		Breer, Marie	96	LC Letmathe	02.06.	Menden

1500 m

Rekord: 4:31,0 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV

BL 2009: 4:51,08 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

4:45,71		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	20.06.	Gladbeck
5:01,35		Stuedle, Luisa	93	LG Menden	20.06.	Gladbeck

Handzeitleistungen:

5:35,2		Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	02.06.	Menden
--------	--	------------	----	-----------------------	--------	--------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

3000 m

Rekord: 10:05,8 Sünning, Sandra TuS Iserlohn

BL 2009: 10:57,87 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

10:39,52	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
12:16,8	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde

10 km

Rekord: 39:38 Hafenmayer, Isabell 91 LG Iserlohn

BL 2009: 40:59 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

42:10	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	24.04.	Wintrich
43:48	Steudle, Luisa	93	LG Menden	10.12.	Ahlen
46:23	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	24.04.	Wintrich
48:10	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	10.12.	Ahlen

Halbmarathon

Rekord: 1:44:52 Bencker, Ingrun 92 Marathon-Club, Menden

BL 2009:

2:01:02	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	21.02.	Hamm
---------	------------	----	-----------------------	--------	------

100 m Hürden

Rekord: 14,14 Tönnissen, Nicola SC 1912 Hennen

BL 2009:

15,32	-3	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	20.06.	Gladbeck
17,02	0,3	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	10.09.	Neheim
17,51	0,2	Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
17,83	0,1	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
17,91	0,1	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
18,07	0,1	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
19,24	0,2	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

400 m Hürden

Rekord: 64,16 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

BL 2009: 65,09 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

66,54	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	19.06.	Gladbeck
79,15	Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim

1500 m Hindernis

Rekord: 5:23,12 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 5:23,12 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

5:10,23	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	07.08.	Ulm
---------	--------------	----	--------------	--------	-----

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

4 x 100 m

Rekord: 49,60 Letmather TV  
BL2009: 52,58 LG Schwerte

50,94	TV Deilinghofen	20.06.	Gladbeck
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94		
52,02	LG Menden	04.07.	Menden
	Weingarten 95, Heider 96, Altmann 96, Dröttboom 95		
54,39	LG Schwerte	13.06.	Recklinghausen
	Fischer 96, Burghardt 95, Sobottka 95, Steinwender 95		

Hochsprung

Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn  
BL 2009: 1,51 Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

1,53	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
1,53	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
1,51	Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,48	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,47	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,46	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
1,45	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,44	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,44	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
1,40	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,36	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,36	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
1,35	Rittinghaus, Kim Sophie	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,35	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,34	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,33	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,32	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	29.05.	Neheim
1,32	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	04.07.	Lage

Weitsprung

Rekord: 6,07 Rosier, Astrid SV Menden  
BL 2009: 4,76\* Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

4,99	-1,5	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,93	0,1	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
4,89	0	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,73	-1	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,71	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
4,64	-0,3	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,62	0,9	Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,58	-1	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

Fortsetzung Weitsprung

Rekord: 6,07 Rosier, Astrid SV Menden

BL 2009: 4,76\* Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

4,56		Beres, Sina	94	LC Letmathe	18.09.	Kamen
4,51	0	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Menden
4,51	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
4,50	-1,8	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,49	0,1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,39	-0,4	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,32	-0,4	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,30	-1,5	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
4,30	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden
4,26	0	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,25	-0,5	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,18	1,5	Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,18	0,7	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

Leistungen mit Rückenwind:

5,16	2,5	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,89	3	Schmittten, Kira	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

Dreisprung

Rekord: 11,14 Freisen, Ulrike 80 LG Menden

BL 2009:

9,97	0,6	Beres, Sina	94	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
------	-----	-------------	----	-------------	--------	-----------

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 12,62 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 9,69 Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

9,12		Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,82		Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,81		Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,74		Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
8,56		Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	25.04.	Hamm
8,45		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
8,17		Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,04		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,65		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
7,60		Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	06.06.	Hagen
7,59		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
7,16		Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
6,49		Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,49		Schmittten, Kira	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
5,23		Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 37,36 Grote, Sandra TuS Iserlohn

BL 2009: 24,43 Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

21,73	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
18,61	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
18,19	Kanschik, Maria	93	ESV Nighthawks, Iserl.	08.05.	Ergste
15,22	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	08.05.	Ergste

Speerwurf 600 g

Rekord: 41,55 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 32,51 Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

33,04	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	10.07.	Dortmund
30,33	Diener, Evelyn	93	LC Letmathe	25.09.	Altena
30,12	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.10.	Gladbeck
28,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
27,88	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
26,78	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserl.	07.05.	Menden
25,16	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,99	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	29.05.	Neheim
24,58	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
24,57	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,43	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	23.04.	Neheim
24,20	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	08.05.	Ergste
23,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	05.07.	Lage
23,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.04.	Neheim
23,24	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
21,53	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
21,43	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
19,39	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
17,97	Heider, Kathrin	96	LG Menden	12.07.	Dortmund
16,36	Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

Dreikampf

Rekord: 1858 Wienand, Rebecca 84 TV Deilinghofen

BL 2009:

1554	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,46(-0,4)/4,63(-0,5)/8,04				
1465	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,45(-0,4)/4,63(+0,8)/6,63				
1461	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	13,79(-0,4)/4,59(-0,4)/7,59				
1213	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,49(-0,4)/4,31(-0,4)/6,49				



Ausdruck vom 26.12.2010

**Weibliche Jugend B**

## Siebenkampf

Rekord: 5071 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 3758 Lügger, Jennifer 92 LG Schwerte

3730	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	17,10(+0,1)/1,48/7,39/13,30(-0,2) // 4,59(-0,2)/26,45/2:37,10				
3598	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	16,10(+0,2)/1,28/7,80/13,50(-0,2) // 4,73(-1,0)/21,43/2:34,83				
3291	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	17,51(+0,2)/1,48/6,22/14,16(-0,2) // 4,45(-0,8)/23,22/2:44,40				
3226	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	15./16.05.	Iserlohn
	17,91(+0,1)/1,48/8,19/13,99(-0,7) // 4,30(-1,5)/21,04/2:53,89				
3039	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	17,83(+0,1)/1,44/7,33/13,24(-0,2) // o.g.V./23,24/2:42,42				
2985	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	19,24(+0,2)/1,44/8,59/14,80(-0,7) // 4,32(-0,4)/24,58/2:58,34				
2889	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	18,07(+0,1)/1,28/8,39/14,32(-0,2) // 4,19(+0,1)/24,34/3:05,31				

## Siebenkampf Mannschaft

Rekord: 11550 LG Menden

BL2009:

10619	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	Rademacher 3730, Wirtz 3598, Schmitt 3291		
8913	TV Deilinghofen	15./16.05.	Iserlohn
	Drost 3039, Jelich 2985, Kleyensteiber 2889		

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

100 m

Rekord: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 13,11\* Brockhaus, Laura 94 LG Schwerte

13,05	0,4	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,38	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	29.08.	Menden
13,51	0,4	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden
13,65	0,8	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,78	0,1	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,85	0,8	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
14,06	0,4	Breer, Marie	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
14,26	0,6	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
14,26	1,7	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	20.06.	Letmathe
14,31	1,7	Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
14,32	1,5	Youssef, Carolin	95	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
14,41	-2,5	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden
14,46	0	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	04.07.	Menden
14,65	0	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
14,71	-0,7	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
14,78	0,8	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
15,01	1,7	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
15,16	0	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
15,32	0,4	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
15,39	-0,8	Tomaszewska, Aleksandra	96	LC Letmathe	06.06.	Hagen

## Handzeitleistungen:

13,4	0	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	02.06.	Menden
14,0	0,9	Böhmer, Marina	96	LG Menden	02.06.	Menden
14,0	2	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	26.06.	Schwerte
14,5		Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
14,8		Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

## Leistungen mit Rückenwind:

13,1	4,6	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	24.07.	Schalksmühle
------	-----	-----------------	----	-----------	--------	--------------

300 m

Rekord: 41,9 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

BL 2009: 43,18 Wirtz, Andrea 94 TV Deilinghofen

45,57		Breer, Marie	96	LC Letmathe	06.06.	Hagen
47,06		Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	29.05.	Hamm
52,29		Tomaszewska, Aleksandra	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

43,7		Heider, Kathrin	96	LG Menden	02.06.	Menden
44,4		Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	02.06.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

800 m

Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka LG Iserlohn

BL 2009: 2:30,57 Stolze, Martha 94 LG Menden

2:20,10	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.06.	Wattenscheid
2:30,98	Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.06.	Recklinghausen
2:31,93	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:34,05	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	13.06.	Recklinghausen
2:35,06	Youssef, Caroline	95	ESV Nighthawks, Iserl.	24.05.	Recklinghausen
2:35,86	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	26.06.	Wattenscheid
2:37,32	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:37,40	Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	17.06.	Dortmund
2:39,39	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:39,82	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	16.05.	Iserlohn
2:40,53	Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
2:41,25	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:41,26	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:41,86	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:42,83	Aster, Lena	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
2:42,92	Heider, Kathrin	96	LG Menden	12.07.	Dortmund
2:44,58	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
2:45,42	Lange, Glenda	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:45,69	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2:45,90	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden

## Handzeitleistungen:

2:29,3	Auer, Jana	97	LG Menden	02.06.	Menden
2:30,5	Breer, Marie	96	LC Letmathe	02.06.	Menden

2000 m

Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV

BL 2009: 7:10,55 Stolze, Martha 94 LG Menden

6:49,63	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
7:08,70	Auer, Jana	97	LG Menden	17.04.	Menden
7:19,72	Post, Carina	97	LC Letmathe	24.03.	Menden
7:21,58	Breer, Marie	96	LC Letmathe	24.03.	Menden
7:30,57	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:37,92	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:39,21	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:41,07	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:44,7	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
7:45,50	Lange, Glenda	97	LG Menden	17.04.	Menden
7:48,93	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	17.04.	Menden
7:52,60	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
7:55,19	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
7:58,3	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

Forts. 2000 m

Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV

BL 2009: 7:10,55 Stolze, Martha 94 LG Menden

8:22,15	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
8:22,18	Heider, Kathrin	96	LG Menden	24.03.	Menden
8:26,94	Schaulandt, Lisa	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:28,3	Kotoloa-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:53,4	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	27. Mrz	Oelde
9:16,90	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	24.03.	Menden

5 km

Rekord: 19:26 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 24:58 Reschke, Friederieke 94 ASV Iserlohn

19:29	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
21:16	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:26	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:43	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:11	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:12	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:16	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:42	Ritzmann, Senja	1	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
22:59	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
23:07	Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	26.09.	Hamm
23:08	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:35	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:38	Martinek, Lorena	0	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
24:24	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
25:16	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:16	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:39	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
26:50	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
26:50	Dransfeld, Madita	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
27:14	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn

80 m Hürden

Rekord: 11,84 Severin, Eva 76 SC 1912 Hennen

BL 2009: 13,25\* Rademacher, Nele Ulrike 94 TV Deilinghofen

12,39	-0,3	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	10.07.	Dortmund
13,12	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	29.08.	Menden
13,37	0	Heider, Kathrin	96	LG Menden	27.06.	Lippstadt
13,74	-0,5	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
14,67	-2,3	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
14,89	-0,6	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

4 x 100 m

Rekord: 50,31 TV Deilinghofen  
BL2009: 52,22 TV Deilinghofen

52,02	LG Menden Weingarten 95, Heider 96, Altmann 96, Dröttboom 95	04.07.	Menden
54,39	LG Schwerte Fischer 96, Burghardt 95, Sobottka 95, Steinwender 95	13.06.	Recklinghausen

3 x 800 m

Rekord: 7:02,6 Letmather TV  
BL2009: 8:31,12 ASV Iserlohn

8:05,37	Marathon-Club, Menden Bründl 97, Isenberg 97, Paassen 95	02.05.	Kreuztal
8:07,28	Marathon-Club, Menden Isenberg 97, Legler 98, Frank 98	01.10.	Essen
8:33,55	Marathon-Club, Menden Hamer 98, Legler 98, Isenberg 99	02.05.	Kreuztal

## Handzeitleistungen:

8:08,0	LG Menden Altmann 96, Lange 97, Auer 97	03.09.	Schwerte
8:12,5	Startgem. LCL/Nighthawks Aster 97, Post 97, Breer 96	07.05.	Oelde
8:45,6	ASV Iserlohn Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00	03.09.	Schwerte
8:45,6	Marathon-Club, Menden Hruby 99, Isenberg 99, Leusmann 99	03.09.	Schwerte
8:50,4	LG Schwerte Goebel 97, Franz 98, Jürgens 98	03.09.	Schwerte
9:18,5	Marathon-Club, Menden Schroeder 97, Dransfeld 97, Isenberg 98	03.09.	Schwerte
10:05,1	LG Schwerte Müllenbach 99, Pella 99, Mann 99	03.09.	Schwerte
10:17,7	Marathon-Club, Menden Dollmann 99, Dollmann 99, Dollmann 99	03.09.	Schwerte
10:19,5	LG Schwerte Boniface 01, Wenzel 01, Mann 01	03.09.	Schwerte
10:30,1	TuS 1846 Iserlohn Langhals 00, Vogt 03, Humme 00	03.09.	Schwerte
10:48,2	SC 1912 Hennen Koss 01, Gennat 01, Weinrich 01	03.09.	Schwerte
11:28,7	LG Schwerte Stüttgen 00, Schaub 00, Fallmann 99	03.09.	Schwerte
11:34,1	VfL Fröndenberg Danzeglocke 01, Loos 02, Will 02	03.09.	Schwerte

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

Forts. 3 x 800 m

Rekord: 7:02,6 Letmather TV

BL2009: 8:31,12 ASV Iserlohn

11:49,6	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Buschmann 02, Regener 02, Eickenhorst 02				
11:59,7	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Stoyke 02, Tschirbs 03, Hermann 02				
12:14,9	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Bischoff 01, Krey 03, Krämer 04				

Hochsprung

Rekord: 1,85 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,56 Schmitt, Kira 94 TV Deilinghofen

1,53	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
1,47	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,45	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,44	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
1,40	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,36	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1,36	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
1,35	Rittinghaus, Kim Sophie	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,35	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,34	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,33	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,32	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	29.05.	Neheim
1,30	Auer, Jana	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,30	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
1,30	Goebel, Jana	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,30	Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	06.06.	Hagen
1,29	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe

Weitsprung

Rekord: 5,64\* Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 5,07 Wirtz, Andrea 94 TV Deilinghofen

4,93	0,1	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
4,71	0	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	04.07.	Menden
4,64	-0,3	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,58	-1	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
4,51	0	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Menden
4,51	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	19.09.	Menden
4,49	0,1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,39	-0,4	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,30	0	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	04.07.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

Forts. Weitsprung

Rekord: 5,64\* Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 5,07 Wirtz, Andrea 94 TV Deilinghofen

4,26	0	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,25	-0,5	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,18	0,7	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,11	-0,3	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
4,07	0	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	04.07.	Menden
4,06		Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
3,97	-0,4	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
3,91	0,2	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3,87	0,5	Rittinghaus, Kim Sophie	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,82	0,1	Tomaszewska, Aleksandra	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,79	0,1	Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3,69	0	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn

Leistungen mit Rückenwind:

4,13	4	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
3,98	3	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 13,78 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden

BL 2009: 10,31 Kleyensteiber, Lisa 94 TV Deilinghofen

10,24		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.06.	Iserlohn
9,69		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	04.07.	Menden
9,31		Droste, Lara	95	LG Schwerte	30.05.	Hamm
8,27		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,22		Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,03		Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
8,02		Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	02.05.	Plettenberg
8,02		Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
7,62		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
7,56		Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
7,38		Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
7,37		Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
7,23		Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
6,97		Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
6,75		Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
6,72		Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
6,70		Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
6,63		Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
6,61		Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
6,33		Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,33		Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W15**

## Speerwurf 600 g

Rekord: 35,90 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 29,53 Engelmann, Cindy 94 ESV Nighthawks, Iserl.

33,04	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	10.07.	Dortmund
27,88	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
25,16	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	07.05.	Menden
24,99	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	29.05.	Neheim
23,32	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.04.	Neheim
19,39	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
17,97	Heider, Kathrin	96	LG Menden	12.07.	Dortmund
16,36	Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
16,30	Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen
15,04	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	07.05.	Menden
10,56	Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

## Ballwurf 200 g

Rekord: 56,00 Pieper, Linda 84 LG Menden

BL 2009: 39,50 Schmitten, Kira 94 TV Deilinghofen

40,00	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	29.08.	Menden
38,00	Kornobis, Julia	96	LG Menden	29.08.	Menden
32,00	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden
25,50	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
25,00	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
24,50	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
22,00	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
21,00	Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

## Vierkampf

Rekord: 1947 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

BL 2009: 1868 Drost, Corina 94 TV Deilinghofen

1565	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
	15,34(-0,7)/3,97(-0,4)/1,36/6,76				
1534	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
	14,71(-0,7)/3,69(0,0)/1,28/7,02				
1452	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,38/3,87(-0,2)/1,16/6,03				

## Siebenkampf

Rekord: 3724 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 3198 Rademacher, Nele Ulrike 94 TV Deilinghofen

3282	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	15./16.05.	Iserlohn
	12,83(-2,3)/1,48/9,38/13,87(+1,1) // 4,69(+0,9)/26,43/3:12,05				
3165	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11./12.07.	Dortmund
	13,55(-0,5)/1,44/6,33/13,05(+0,4) // 4,62(+1,3)/17,97/2:42,92				
3141	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	11./12.07.	Dortmund
	13,23(-0,2)/1,32/9,60/13,78(+0,1) // 4,37(-2,5)/23,95/3:04,14				
3039	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11./12.07.	Dortmund
	13,74(-0,5)/1,32/6,00/13,65(+0,8) // 4,47(0,0)/21,37/2:41,49				





Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W14**

100 m

Rekord: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 13,4\* Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

13,05	0,4	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,65	0,8	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
13,85	0,8	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
14,06	0,4	Breer, Marie	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
14,41	-2,5	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden
14,46	0	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	04.07.	Menden
15,32	0,4	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
15,39	-0,8	Tomaszewska, Aleksandra	96	LC Letmathe	06.06.	Hagen

## Handzeitleistungen:

14,0	0,9	Böhmer, Marina	96	LG Menden	02.06.	Menden
15,5		Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

800 m

Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV

BL 2009: 2:30,39 Paassen, Irene 95 Marathon-Club, Menden

2:20,10		Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.06.	Wattenscheid
2:30,98		Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.06.	Recklinghausen
2:31,93		Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:34,05		Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	13.06.	Recklinghausen
2:37,32		Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	24.05.	Recklinghausen
2:39,39		Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:39,82		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	16.05.	Iserlohn
2:40,53		Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
2:41,25		Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:41,26		Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:41,86		Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:42,83		Aster, Lena	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
2:42,92		Heider, Kathrin	96	LG Menden	12.07.	Dortmund
2:44,58		Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
2:45,42		Lange, Glenda	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:45,69		Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2:45,90		Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
2:47,26		Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:47,42		Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2:47,54		Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

2:29,3		Auer, Jana	97	LG Menden	02.06.	Menden
2:30,5		Breer, Marie	96	LC Letmathe	02.06.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W14**

2000 m

Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV

BL 2009: 8:02,30 Paassen, Irene 95 Marathon-Club, Menden

6:49,63	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	17.04.	Menden
7:08,70	Auer, Jana	97	LG Menden	17.04.	Menden
7:19,72	Post, Carina	97	LC Letmathe	24.03.	Menden
7:21,58	Breer, Marie	96	LC Letmathe	24.03.	Menden
7:30,57	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:37,92	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:41,07	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:44,7	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
7:45,50	Lange, Glenda	97	LG Menden	17.04.	Menden
7:48,93	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	17.04.	Menden
7:52,60	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
7:55,19	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
7:58,3	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:22,15	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
8:22,18	Heider, Kathrin	96	LG Menden	24.03.	Menden
8:26,94	Schaulandt, Lisa	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:28,3	Kotoloa-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:53,4	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	27. Mrz	Oelde

5 km

Rekord: 19:31 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 20:29 Paassen, Irene 95 Marathon-Club, Menden

19:29	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
21:16	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:26	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:43	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:11	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:16	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:42	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
22:59	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
23:08	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:35	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:38	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
24:24	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
25:16	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:16	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:39	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
26:50	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
26:50	Dransfeld, Madita	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
27:14	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
28:21	Hoffmann, Johanna	99	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
30:16	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W14**

## 80 m Hürden

Rekord: 11,84 Severin, Eva 76 SC 1912 Hennen

BL 2009: 12,89\* Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

13,37	0	Heider, Kathrin	96	LG Menden	27.06.	Lippstadt
13,74	-0,5	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
14,89	-0,6	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden

## Hochsprung

Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,52 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

1,47		Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
1,45		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,44		Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
1,40		Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38		Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38		Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,35		Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,34		Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,33		Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,32		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	29.05.	Neheim
1,30		Auer, Jana	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,30		Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
1,30		Goebel, Jana	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,30		Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	06.06.	Hagen
1,29		Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
1,26		Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,25		Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,25		Lorentz, Laura	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,24		Hanke, Caroline	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,22		Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,22		Dragan, Alice	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,22		Pape, Eileen	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,22		Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,22		Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

## Weitsprung

Rekord: 5,38 Guntrum, Roswitha Letmather TV

BL 2009: 5,02\* Kleischmann, Merle 95 LC Letmathe

4,93	0,1	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
4,64	-0,3	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,58	-1	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
4,51	0	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Menden
4,39	-0,4	Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,26	0	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
4,25	-0,5	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
4,18	0,7	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W14**

## Forts. Weitsprung

Rekord: 5,38 Guntrum, Roswitha Letmather TV

BL 2009: 5,02\* Kleischmann, Merle 95 LC Letmathe

4,07	0	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	04.07.	Menden
3,91	0,2	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3,82	0,1	Tomaszewska, Aleksandra	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,58		Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

## Leistungen mit Rückenwind:

3,98	3	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
------	---	-------------------	----	-----------------	--------	----------

## Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 13,78 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden

BL 2009: 9,39 Droste, Lara 95 LG Schwerte

8,27		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,22		Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
8,03		Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
8,02		Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	02.05.	Plettenberg
8,02		Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
7,56		Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
7,37		Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
7,23		Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
6,97		Dorner, Carmen-Luisa	96	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
6,75		Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
6,33		Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,33		Heider, Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
6,30		Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
6,16		Limbach, Anastasia	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,03		Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
6,00		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11.07.	Dortmund
5,90		Bremer, Hannah	97	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
5,64		Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,61		Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
5,49		Stiefe, Louisa	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

## Speerwurf 600 g

Rekord: 35,90 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 32,61 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

27,88		Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	05.09.	Attendorn
23,32		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.04.	Neheim
19,39		Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Menden
17,97		Heider, Kathrin	96	LG Menden	12.07.	Dortmund
16,36		Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
16,30		Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	06.06.	Hagen

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W14**

Ballwurf 200 g		Rekord: 55,00 Sommer, Dana 91 LG Schwerte			
		BL 2009: 52,00 Köck, Luisa 95 TV Deilinghofen			
40,00	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	29.08.	Menden
38,00	Kornobis, Julia	96	LG Menden	29.08.	Menden
32,00	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden
26,00	Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
24,50	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
Vierkampf		Rekord: 1811 Wagner, Anke 94 VfL Fröndenberg			
		BL 2009: 1625 Weingarten, Kathrin 95 LG Menden			
1452	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
	14,38/3,87(-0,2)/1,16/6,03				
Siebenkampf		Rekord: 3628 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen			
		BL 2009: 3183 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden			
3165	Heider, Kathrin	96	LG Menden	11./12.07.	Dortmund
	13,55(-0,5)/1,44/6,33/13,05(+0,4) // 4,62(+1,3)/17,97/2:42,92				
3039	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	11./12.07.	Dortmund
	13,74(-0,5)/1,32/6,00/13,65(+0,8) // 4,47(0,0)/21,37/2:41,49				
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2448 Spieker, Katharina 88 TV Deilinghofen			
		BL 2009: 2445 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden			
2337	Heider, Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
	13,62(-2,5)/13,86(-0,6)/4,93(+0,1)/1,40/16,72				
2206	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	27.06.	Lippstadt
	14,02(-0,9)/13,77(0,0)/4,45(0,0)/1,24/21,26				
Blockwettkampf Lauf		Rekord: 2058 Mergemeier, Kira 86 LG Schwerte			
		BL 2009:			
2250	Auer, Jana	97	LG Menden	19.09.	Menden
	14,41(-2,5)/14,89(-0,6)/4,49(-0,1)/32,00/7:40,23				
2172	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	19.09.	Menden
	14,15(-2,5)/15,19(-0,6)/4,35(+0,1)/36,00/8:45,65				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

75 m

Rekord: 10,00 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 10,24 Heider, Kathrin 96 LG Menden

10,49	Post, Carina	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
10,51	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
10,61	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
10,67	Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
10,68	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
10,69	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
10,82	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	30.05.	Menden
10,87	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
10,98	Auer, Jana	97	LG Menden	27.06.	Lippstadt
11,10	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
11,16	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
11,22	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
11,40	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	18.09.	Kamen
11,47	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
11,48	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	07.05.	Menden
11,53	Lorentz, Laura	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
11,53	Sellin, Joyce	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
11,54	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
11,59	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
11,59	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
11,61	Goebel, Jana	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
11,61	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

10,9	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,1	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Schwerte
11,2	Goebel, Jana	97	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,5	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

800 m

Rekord: 2:13,90 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV

BL 2009: 2:24,88 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn

2:31,93	Auer, Jana	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:33,62	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	21.05.	Neheim
2:39,39	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:40,53	Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
2:41,25	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:41,26	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:41,86	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:42,83	Aster, Lena	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
2:44,58	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
2:45,42	Lange, Glenda	97	LG Menden	29.08.	Menden
2:45,69	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2:45,90	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

Forts. 800 m

Rekord: 2:13,90 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV

BL 2009: 2:24,88 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn

2:47,26	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:47,42	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2:47,54	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
2:48,10	Schaulandt, Lisa	98	LC Letmathe	30.05.	Menden
2:48,81	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
2:50,29	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:50,54	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
2:50,68	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	14.07.	Essen

2000 m

Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV

BL 2009: 7:07,09 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn

7:08,70	Auer, Jana	97	LG Menden	17.04.	Menden
7:19,72	Post, Carina	97	LC Letmathe	24.03.	Menden
7:30,57	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:37,92	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:41,07	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:44,7	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
7:45,50	Lange, Glenda	97	LG Menden	17.04.	Menden
7:52,60	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
7:55,19	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	17.04.	Menden
7:58,3	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:22,15	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
8:26,94	Schaulandt, Lisa	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:28,3	Kotoloa-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:53,4	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	27. Mrz	Oelde

5 km

Rekord: 19:24 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 19:38 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn

21:16	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:26	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:43	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:11	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:16	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:42	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
22:59	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
23:08	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:35	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:38	Martinek, Lorena	0	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
24:24	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
25:16	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:16	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

## Forts. 5 km

Rekord: 19:24 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 19:38 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn

25:39	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
26:50	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
26:50	Dransfeld, Madita	97	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
27:14	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
28:21	Hoffmann, Johanna	99	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
30:16	Danzeglocke, Hanna	1	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
30:18	Loos, Leonie	2	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg

## 60 m Hürden

Rekord: 9,80 Dohle, Kristina 92 LG Menden

BL 2009: 10,81 Altmann, Ann Kathrin 96 LG Menden

10,76	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Menden
10,78	Post, Carina	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
10,92	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
11,48	Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	29.08.	Menden
14,26	Vieler, Melani	98	TV Deilinghofen	30.05.	Menden

## 4 x 75 m

Rekord: 40,02 LG Schwerte

BL2009: 41,29 LG Menden

42,41	TV Deilinghofen			04.07.	Menden
	Vieler 98, Hein 97, Olbrich 98, Ratzke 97				
42,43	Startgem. LCL/Nighthawks			30.05.	Menden
	Deutscher 97, Lösewitz 97, Göcking 97, Post 97				
45,26	LG Schwerte			30.05.	Menden
	Jürgens 98, Krol 98, Franz 98, Goebel 97				

## 3 x 800 m

Rekord: 7:50,65 ASV Iserlohn

BL2009: 8:12,92 LG Menden

8:07,28	Marathon-Club, Menden			01.10.	Essen
	Isenberg 97, Legler 98, Frank 98				
8:33,55	Marathon-Club, Menden			02.05.	Kreuztal
	Hamer 98, Legler 98, Isenberg 99				
8:45,6	ASV Iserlohn			03.09.	Schwerte
	Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00				
8:45,6	Marathon-Club, Menden			03.09.	Schwerte
	Hruby 99, Isenberg 99, Leusmann 99				
8:50,4	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Goebel 97, Franz 98, Jürgens 98				
9:18,5	Marathon-Club, Menden			03.09.	Schwerte
	Schroeder 97, Dransfeld 97, Isenberg 98				
10:05,1	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Müllenbach 99, Pella 99, Mann 99				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

Forts. 3 x 800 m

Rekord: 7:50,65 ASV Iserlohn

Handzeitleistungen:

BL2009: 8:12,92 LG Menden

10:17,7	Marathon-Club, Menden Dollmann 99, Dollmann 99, Dollmann 99	03.09.	Schwerte
10:19,5	LG Schwerte Boniface 01, Wenzel 01, Mann 01	03.09.	Schwerte
10:30,1	TuS 1846 Iserlohn Langhals 00, Vogt 03, Humme 00	03.09.	Schwerte
10:48,2	SC 1912 Hennen Koss 01, Gennat 01, Weinrich 01	03.09.	Schwerte
11:28,7	LG Schwerte Stüttgen 00, Schaub 00, Fallmann 99	03.09.	Schwerte
11:34,1	VfL Fröndenberg Danzeglocke 01, Loos 02, Will 02	03.09.	Schwerte
11:49,6	LG Schwerte Buschmann 02, Regener 02, Eickenhorst 02	03.09.	Schwerte
11:59,7	LG Schwerte Stoyke 02, Tschirbs 03, Hermann 02	03.09.	Schwerte
12:14,9	LG Schwerte Bischoff 01, Krey 03, Krämer 04	03.09.	Schwerte

Hochsprung

Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2009: 1,40 Heider, Kathrin 96 LG Menden

1,45	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,40	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
1,38	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,34	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,33	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,30	Auer, Jana	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,30	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
1,30	Goebel, Jana	97	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,30	Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	06.06.	Hagen
1,29	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
1,26	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,25	Lorentz, Laura	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
1,24	Hanke, Caroline	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,22	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,22	Dragan, Alice	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,22	Pape, Eileen	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1,22	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,22	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,21	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,21	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	30.05.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

Weitsprung

Rekord: 5,45 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 4,62 Heider, Kathrin 96 LG Menden

5,00	Post, Carina	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,90	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,75	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,68	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Menden
4,62	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,59	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,55	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
4,48	Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,43	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	02.05.	Lippstadt
4,41	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
4,34	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
4,30	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,21	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,21	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,18	Hanke, Caroline	99	LG Menden	29.08.	Menden
4,12	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,12	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,03	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,02	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
4,02	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	04.07.	Menden

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 12,71 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden

BL 2009: 6,58 Kornobis, Julia 96 LG Menden

8,27	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,03	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
8,02	Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	02.05.	Plettenberg
8,02	Lösewitz, Linda	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
7,56	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
6,30	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
6,16	Limbach, Anastasia	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,90	Bremer, Hannah	97	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
5,64	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,61	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
5,49	Stiefe, Louisa	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,46	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
5,34	Aster, Lena	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
5,22	Horst, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
4,99	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,94	Krause, Ina	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,91	Höppner, Marie	97	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
4,85	Kemper, Tjara	97	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg
4,79	Vieler, Melani	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,38	Herr, Helena	97	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,38	Amelung, Charlotte	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

Diskuswurf 750 g

Rekord: 32,58 Grote, Sandra 19 TuS Lendringsen

BL 2009:

20,66	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	08.05.	Ergste
17,41	Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	08.05.	Ergste
16,10	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	08.05.	Ergste

Hammerwurf

Rekord:

BL 2009:

26,58	Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	25.09.	Altena
-------	---------------	----	-------------	--------	--------

Speerwurf 400 g

Rekord: 36,59 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 15,63 Kornobis, Julia 96 LG Menden

33,71	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	04.07.	Menden
17,87	Bremer, Hannah	97	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
17,56	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
16,55	Auer, Jana	97	LG Menden	23.04.	Neheim
15,01	Kemper, Tjara	97	VfL Fröndenberg	24.04.	Fröndenberg

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 57,50 Pieper, Linda 84 LG Menden

BL 2009: 41,00 Grendel, Yotsawadi 96 TV Deilinghofen

46,00	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
45,00	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	16.05.	Iserlohn
42,50	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
41,00	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
40,50	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
40,00	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserl.	29.08.	Menden
38,50	Auer, Jana	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
37,00	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
35,50	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
35,00	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
33,50	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
33,50	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
33,00	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	30.05.	Menden
32,50	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
32,00	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
32,00	Platthaus, Sina	99	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
30,00	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
30,00	Uhlmann, Jana	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
30,00	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
30,00	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13****Dreikampf**

Rekord: 2370 Schmitt, Kira 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 1200 Reinartz, Mia 96 VfL Fröndenberg

1407	Ratzke, Saskia 10,91/4,58/37,50	97	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1180	Schalkowski, Maike 11,5/4,08/28,00	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
1169	Kossmann, Melina 11,87/3,50/35,00	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1113	Uhlenküken, Lara 12,45/3,90/29,00	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1085	Olbrich, Celine 12,2/3,70/28,50	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
1005	Olbrich, Mailine 12,3/3,57/23,50	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
997	Uhlmann, Jana 12,90/3,48/26,00	97	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
964	Krämer, Meike 12,9/3,07/29,50	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
915	Krause, Ina 11,85/3,28/15,50	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
773	Meisel, Frederika 14,2/3,04/20,00	97	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

**Dreikampf Mannschaft**

Rekord: 6899 LG Schwerte

BL2009: 5674 VfL Fröndenberg

5601	TV Deilinghofen Ratzke 1407, Kossmann 1169, Uhlenküken 1113 Uhlmann 997, Krause 915			18.09.	Hemer
5430	VfL Fröndenberg Schalkowski 1180, Kleemann 1089, Olbrich C. 1085 Danzeglocke 1071, Olbrich M. 1005			25.09.	Fröndenberg

**Vierkampf**

Rekord: 2019 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 1644 Altmann, Ann Kathrin 96 LG Menden

1886	Göcking, Lorena 10,89/4,39/1,38/45,00	97	LC Letmathe	16.05.	Iserlohn
1806	Ratzke, Saskia 10,78/4,70/1,34/34,00	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1760	Auer, Jana 11,08/4,40/1,30/38,50	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn
1736	Olbrich, Laura 10,88/4,32/1,22/40,50	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

Fortsetzung Vierkampf

Rekord: 2019 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 1644 Altmann, Ann Kathrin 96 LG Menden

1728	Hein, Felina 11,85/3,95/1,38/42,50	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1589	Ossenberg, Christina Verga 11,73/4,21/1,38/24,50	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1554	Serafini, Lara 11,99/4,02/1,22/35,00	97	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1464	Heucks, Hanna 11,23/4,12/1,26/18,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1463	Uhlenküken, Lara 12,19/3,82/1,22/30,00	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1437	Franz, Charlotte 11,25/4,26/1,14/21,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1426	Jürgens, Michelle 11,82/3,85/1,14/28,50	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1425	Kossmann, Melina 11,89/3,52/1,14/33,00	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1420	Faber, Lisanne 11,00/4,02/1,14/20,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1405	Fischer, Michelle 11,92/4,24/1,18/21,00	97	LC Letmathe	16.05.	Iserlohn
1405	Dragan, Alice 11,65/3,93/1,22/20,00	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1393	Bochynek, Eva 11,76/3,56/1,10/31,00	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1385	Hilbert, Maxi 12,10/3,92/1,14/26,00	97	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1359	Danzeglocke, Lea 12,66/3,36/1,22/29,00	98	VfL Fröndenber	16.05.	Iserlohn
1337	Olbrich, Celine 12,22/3,84/1,06/28,50	97	VfL Fröndenber	16.05.	Iserlohn
1300	Pape, Eileen 12,54/3,74/1,22/19,00	97	LG Menden	16.05.	Iserlohn

Vierkampf Mannschaft

Rekord: 8832 LG Schwerte

BL2009: 7873 TV Deilinghofen

8322	TV Deilinghofen Ratzke 1806, Olbrich 1736, Hein 1728 Ossenberg 1589, Uhlenküken 1463			16.05.	Iserlohn
6649	ESV Nighthawks, Iserl. Serafini 1554, Bochynek 1393, Horst 1286 Smolen 1233, Bremer 1183			16.05.	Iserlohn
6533	TV Deilinghofen Kossmann 1425, Dragan 1405, Hilbert 1385 Uhlmann 1176, Krause 1142			16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W13**

Blockwettkampf Lauf                      Rekord: 2534 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte  
BL 2009:

2357	Auer, Jana	97	LG Menden	27.06.	Lippstadt
	10,98/10,87/4,61/34,00/2:34,25				

**Schülerinnen W12**

75 m                                              Rekord: 10,35 Yildirim, Dilara 93 LG Iserlohn  
BL 2009: 10,5 Post, Carina 97 LC Letmathe

10,61	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
10,87	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
11,10	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
11,16	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
11,22	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
11,40	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	18.09.	Kamen
11,47	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
11,53	Sellin, Joyce	98	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
11,54	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
11,66	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
11,74	Krol, Leonie	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
11,76	Altemeyer, Anjuli	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
11,79	Krause, Ina	98	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
11,84	Rychnik, Julia	98	LG Schwerte	18.09.	Kamen
11,95	Vieler, Melani	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,00	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,21	Smolen, Gina	98	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
12,24	Theisges, Rabea	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
12,35	Horst, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
12,42	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn

**Handzeitleistungen:**

10,9	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
11,1	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Schwerte

800 m                                              Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn  
BL 2009: 2:36,21 Auer, Jana 97 LG Menden

2:39,39	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:41,25	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:41,86	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:44,58	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
2:45,69	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W12**

Forts. 800 m

Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn

BL 2009: 2:36,21 Auer, Jana 97 LG Menden

2:45,90	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	04.07.	Menden
2:47,26	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:47,54	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
2:48,10	Schaulandt, Lisa	98	LC Letmathe	30.05.	Menden
2:50,29	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
2:50,54	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
2:54,5	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2:55,29	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:56,65	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
2:59,28	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	25.05.	Wenden
3:01,54	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
3:02,10	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:02,67	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
3:02,92	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
3:04,8	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

2000 m

Rekord: 6:55,72 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn

BL 2009: 8:17,3 Kotola-Lopez, Melina 97 Marathon-Club, Menden

7:30,57	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:41,07	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	02.07.	Menden
7:44,7	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
7:58,3	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:12,2	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:26,94	Schaulandt, Lisa	98	LC Letmathe	24.03.	Menden
8:28,3	Kotoloa-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:53,4	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	27. Mrz	Oelde

5 km

Rekord: 19:53 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 21:52 Bründl, Celina 97 Marathon-Club, Menden

21:16	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
21:26	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:11	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
22:16	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:42	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
22:59	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
23:35	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:38	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
24:24	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
25:16	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:39	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
26:50	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	22.08.	Iserlohn
27:14	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W12**

Fortsetzung 5 km

Rekord: 19:53 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 21:52 Bründl, Celina 97 Marathon-Club, Menden

28:21	Hoffmann, Johanna	99	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
30:16	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
30:18	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
31:43	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	03.04.	Paderborn
31:47	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	03.04.	Paderborn
35:41	Lorenz, Svenja	02	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn
37:04	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn

60 m Hürden

Rekord: 9,9 Prünte, Sabine TuS Lendringsen

BL 2009: 11,20 Post, Carina 97 LC Letmathe

14,26	Vieler, Melani	98	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
-------	----------------	----	-----------------	--------	--------

Hochsprung

Rekord: 1,56 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 1,41 Schilke, Nadine 97 TV Deilinghofen

1,38	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,33	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,30	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
1,29	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
1,26	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,24	Hanke, Caroline	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,22	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,22	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1,21	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,21	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	30.05.	Menden
1,20	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
1,20	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	18.09.	Kamen
1,20	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,20	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,18	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,14	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1,14	Horst, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,14	Smolen, Gina	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1,14	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
1,12	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
1,12	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	30.05.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W12**

Weitsprung

Rekord: 3,32 Menke II, Lisa 95 LG Schwerte

BL 2009: 4,55 Post, Carina 97 LC Letmathe

4,62	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
4,59	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
4,41	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
4,30	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,21	Ossenberg, Christina Verga	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
4,21	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,18	Hanke, Caroline	99	LG Menden	29.08.	Menden
4,12	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,12	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,03	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,95	Hoppe, Carla	00	LG Menden	04.07.	Menden
3,92	Krol, Leonie	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3,91	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3,90	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,90	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,87	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
3,86	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
3,82	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
3,81	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,80	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	30.05.	Menden
3,80	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 9,99 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 7,25 Schilke, Nadine 97 TV Deilinghofen

6,30	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
6,16	Limbach, Anastasia	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,64	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,49	Stiefe, Louisa	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
5,46	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
5,22	Horst, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
4,99	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	20.06.	Letmathe
4,94	Krause, Ina	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,79	Vieler, Melani	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
4,38	Amelung, Charlotte	98	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe

Speerwurf 400 g

Rekord: 30,45 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 20,93 Göcking, Lorena 97 LC Letmathe

17,56	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
-------	------------------	----	-----------------	--------	--------

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W12**

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 57,00 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 40,00 Serafini, Lara 97 ESV Nighthawks, Iserl.

40,50	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
37,00	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
35,50	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
35,00	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
33,50	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
33,00	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserl.	30.05.	Menden
32,50	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
32,00	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
32,00	Platthaus, Sina	99	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
30,00	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
30,00	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
30,00	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
29,00	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
28,50	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
28,50	Möller, Lisa	99	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
28,50	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
28,00	Vieler, Melani	98	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
28,00	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
27,50	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
27,50	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
27,50	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

**Dreikampf**

Rekord: 1419 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2009: 1256 Kittel, Dahlia 97 VfL Fröndenberg

1169	Kossmann, Melina 11,87/3,50/35,00	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1113	Uhlenküken, Lara 12,45/3,90/29,00	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1089	Kleemann, Maike 11,6/3,91/22,50	98	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
1071	Danzeglocke, Lea 12,6/3,69/30,00	98	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
915	Krause, Ina 11,85/3,28/15,50	98	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
819	Hartwig, Nele-Luise 13,4/3,19/18,50	98	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg

**Vierkampf**

Rekord: 1828 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 1673 Schilke, Nadine 97 TV Deilinghofen

1736	Olbrich, Laura 10,88/4,32/1,22/40,50	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1589	Ossenberg, Christina Verga 11,73/4,21/1,38/24,50	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W12**

Fortsetzung Vierkampf

Rekord: 1828 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2009: 1673 Schilke, Nadine 97 TV Deilinghofen

1464	Heucks, Hanna 11,23/4,12/1,26/18,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1463	Uhlenküken, Lara 12,19/3,82/1,22/30,00	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1437	Franz, Charlotte 11,25/4,26/1,14/21,00	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1426	Jürgens, Michelle 11,82/3,85/1,14/28,50	98	LG Schwerte	16.05.	Iserlohn
1425	Kossmann, Melina 11,89/3,52/1,14/33,00	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1420	Faber, Lisanne 11,00/4,02/1,14/20,00	98	ASV Iserlohn	16.05.	Iserlohn
1393	Bochynek, Eva 11,76/3,56/1,10/31,00	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1359	Danzeglocke, Lea 12,66/3,36/1,22/29,00	98	VfL Fröndenberg	16.05.	Iserlohn
1286	Horst, Eva 12,52/3,56/1,14/24,00	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1233	Smolen, Gina 12,69/3,58/1,14/20,50	98	ESV Nighthawks, Iserl.	16.05.	Iserlohn
1142	Krause, Ina 12,00/3,23/1,02/19,50	98	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn
1001	Becker, Lina 13,55/3,17/0,90/25,00	99	TV Deilinghofen	16.05.	Iserlohn

**Schülerinnen W11**

50 m

Rekord: 7,38 Zannetin, Sina TG Westhofen

BL 2009: 7,3 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen

7,68	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
7,83	Hanke, Caroline	99	LG Menden	29.08.	Menden
7,89	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
7,98	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,03	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,17	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
8,21	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
8,23	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
8,26	Mann, Elena	99	LG Schwerte	30.05.	Menden
8,27	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	06.06.	Hagen
8,31	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
8,34	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
8,36	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

50 m

Rekord: 7,38 Zannetin, Sina TG Westhofen

BL 2009: 7,3 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen

8,37	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
8,37	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
8,38	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
8,39	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,43	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
8,43	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
8,46	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	30.05.	Menden
8,46	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden

## Handzeitleistungen:

7,8	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
7,8	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
7,9	Mann, Elena	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,0	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Bendig, Laura	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

800 m

Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn

BL 2009: 2:48,33 Legler, Laura 98 Marathon-Club, Menden

2:41,25	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:47,26	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
2:50,54	Martinek, Lorena	0	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
2:55,29	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:56,65	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
2:59,28	Ritzmann, Senja	1	ASV Iserlohn	25.05.	Wenden
3:01,54	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
3:02,10	Tebbe, Maren	0	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:02,92	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
3:04,8	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:05,15	Pella, Lisa-Marie	99	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
3:06,06	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	25.04.	Hamm
3:08,39	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:08,77	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
3:09,20	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:09,43	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
3:10,62	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3:10,8	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:11,21	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
3:11,65	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

2000 m

Rekord: 7:24,23 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 8:09,4 Legler, Laura 98 Marathon-Club, Menden

7:44,7	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
7:58,3	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:28,3	Kotoloa-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde
8:53,4	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	27.03.	Oelde

5 km

Rekord: 19:54 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 21:52 Legler, Laura 98 Marathon-Club, Menden

21:16	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:16	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
22:42	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
23:35	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	09.10.	Coesfeld
23:38	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
25:16	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
25:39	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	03.04.	Paderborn
28:21	Hoffmann, Johanna	99	VfL Fröndenberg	10.10.	Unna
30:16	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
30:18	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
31:47	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	03.04.	Paderborn
35:41	Lorenz, Svenja	02	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn
37:04	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn

4 x 50 m

Rekord: 29,24 ESV 1999 Nighthawks

BL2009: 32,36 TV Deilinghofen

31,84	LG Menden			29.08.	Menden
	Hanke 99, Neuleben 00, Hommel 99, Hoppe 00				
32,11	TV Deilinghofen			30.05.	Menden
	Hellmann 99, Treude 00, Engler 00, Hilberg 99				
32,13	ESV Nighthawks, Iserl.			04.07.	Menden
	Adler 00, Hüttenhain 00, Bochynek 00, Keienburg 99				
32,41	VfL Fröndenberg			30.05.	Menden
	Olbrich 00, Hoffmann 99, Beckmann 99, Beckmann 99				
35,37	TV Deilinghofen			30.05.	Menden
	Reichert 99, Becker 99, Jonescheidt 00, Kochan 00				

**Handzeitleistungen:**

32,4	ASV Iserlohn			03.09.	Schwerte
	Martinek 00, Ritzmann 01, Spieß 01, Küpper 00				
33,9	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Holtmann 00, Füber 00, Benninghoff 00, Holtmann 00				
34,2	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Müllenbach 99, Pella 99, Fallmann 99, Mann 99				
35,0	LG Schwerte			03.09.	Schwerte
	Bischoff 01, Wenzel 01, Mann 01, Schulte 01				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

Fortsetzung 4 x 50 m

Rekord: 29,24 ESV 1999 Nighthawks

Handzeitleistungen:

BL2009: 32,36 TV Deilinghofen

36,0	LG Schwerte Stüttgen 00, Schaub 00, Grüll 00, Krömer 01	03.09.	Schwerte
36,5	VfL Fröndenberg Loos 02, Ullmann 02, Danzeglocke 01, Will 02	03.09.	Schwerte
37,7	LG Schwerte Thietz 02, Boniface 01, Krey 03, Hermann 02	03.09.	Schwerte
41,5	LG Schwerte Stoyke 02, Tschirbs 03, Stoyke 04, Krämer 04	03.09.	Schwerte

3 x 800 m

Rekord: 8:28,45 Marathon-Club, Menden

BL2009: 8:28,45 Marathon-Club, Menden

8:44,47	Marathon-Club, Menden Isenberg, F. 99, Leusmann 99, Isenberg, J.99	01. Okt	Essen
---------	-----------------------------------------------------------------------	---------	-------

Handzeitleistungen:

8:45,6	ASV Iserlohn Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00	03.09.	Schwerte
10:05,1	LG Schwerte Müllenbach 99, Pella 99, Mann 99	03.09.	Schwerte
10:17,7	Marathon-Club, Menden Dollmann 99, Dollmann 99, Dollmann 99	03.09.	Schwerte
10:19,5	LG Schwerte Boniface 01, Wenzel 01, Mann 01	03.09.	Schwerte
10:30,1	TuS 1846 Iserlohn Langhals 00, Vogt 03, Humme 00	03.09.	Schwerte
10:48,2	SC 1912 Hennen Koss 01, Gennat 01, Weinrich 01	03.09.	Schwerte
11:28,7	LG Schwerte Stüttgen 00, Schaub 00, Fallmann 99	03.09.	Schwerte
11:34,1	VfL Fröndenberg Danzeglocke 01, Loos 02, Will 02	03.09.	Schwerte
11:49,6	LG Schwerte Buschmann 02, Regener 02, Eickenhorst 02	03.09.	Schwerte
11:59,7	LG Schwerte Stoyke 02, Tschirbs 03, Hermann 02	03.09.	Schwerte
12:14,9	LG Schwerte Bischoff 01, Krey 03, Krämer 04	03.09.	Schwerte

Hochsprung

Rekord: 1,52 Wahle, Kirsten Schwerter Turnerschaft

BL 2009: 1,26 Danzeglocke, Lea 98 VfL Fröndenberg

1,33	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,29	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

## Fortsetzung Hochsprung

Rekord: 1,52 Wahle, Kirsten Schwerter Turnerschaft

BL 2009: 1,26 Danzeglocke, Lea 98 VfL Fröndenberg

1,24	Hanke, Caroline	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,21	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,20	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
1,20	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,20	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,14	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
1,12	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
1,12	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	30.05.	Menden
1,11	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,09	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,06	Reichert, Michelle	99	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
1,00	Hommel, Mailin	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1,00	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,00	Horst, Theresa	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
0,92	Hüttenhain, Majbrit	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn

## Weitsprung

Rekord: 4,83 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 4,26 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen

4,21	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,18	Hanke, Caroline	99	LG Menden	29.08.	Menden
4,12	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
4,03	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,95	Hoppe, Carla	00	LG Menden	04.07.	Menden
3,90	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,86	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
3,82	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
3,81	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,80	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	30.05.	Menden
3,80	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,78	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
3,74	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
3,72	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,70	Bendig, Laura	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,68	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
3,67	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3,67	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,59	Hollmann, Leah	99	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,57	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,57	Kienitz, Viktoria	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

## Schlagballwurf 80 g

Rekord: 56,00 Grünewald, Angelika LAV Menden

BL 2009: 32,50 Petri, Katharina 98 LC Letmathe

37,00	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
35,50	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
35,00	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
32,50	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
32,00	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
32,00	Platthaus, Sina	99	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
30,00	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
29,00	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
28,50	Möller, Lisa	99	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
28,50	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
28,00	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
27,50	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
27,50	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
27,50	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
27,00	Holtmann, Pia	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
27,00	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
27,00	Hommel, Mailin	99	LG Menden	29.08.	Menden
26,50	Moder, Ann-Sophie	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
26,50	Beer, Noelle Fabienne	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
26,00	Mollen, Sandra	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
26,00	Schulte, Antonia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

## Dreikampf

Rekord: 1493 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 1272 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen

1336	Hilberg, Nina 7,85/4,21/37,00	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1168	Spieckermann, Joanna 8,39/4,03/28,50	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1166	Ernst, Nina 8,21/4,12/25,50	99	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1159	Kochan, Isil 8,03/3,90/25,50	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1150	Hein, Mona 8,49/3,68/32,00	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1138	Martinek, Lorena 8,36/3,72/29,00	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1137	Hellmann, Lara 8,51/3,75/30,00	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1135	Beckmann, Melina 8,5/3,52/35,00	99	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
1091	Keienburg, Pia 8,16/3,75/22,50	99	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

Fortsetzung Dreikampf		Rekord: 1493 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen			
		BL 2009: 1272 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen			
1078	Beckmann, Maja 8,9/3,57/32,50	99	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
1068	Engler, Svenja 8,37/3,80/22,00	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1066	Hanke, Caroline 8,17/4,08/17,50	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
1053	Treude, Lena 8,47/3,49/25,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1010	Hoppe, Carla 8,38/3,60/19,50	00	LG Menden	19.09.	Menden
1006	Bochynek, Svea 8,37/3,27/22,50	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
1004	Hommel, Mailin 8,91/3,45/25,00	99	LG Menden	19.09.	Menden
972	Mollen, Sandra 8,85/3,08/26,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
956	Sadowski, Linda 8,76/3,43/20,00	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
937	Wenzel, Lina 8,85/3,26/21,00	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
934	Fortunato, Sofia 8,81/3,30/20,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
Dreikampf Mannschaft		Rekord: 6237 LG Menden			
		BL2009: 5515 TV Deilinghofen			
5929	TV Deilinghofen Hilberg 1336, Spieckermann 1168, Ernst 1166 Kochan 1159, Hellmann 1100			18.09.	Hemer
4740	ESV Nighthawks, Iserl. Keienburg 1091, Bochynek 1006, Sadowski 956 Hüttenhain 849, Heyerhoff 838			15.05.	Iserlohn
4563	VfL Fröndenberg Beckmann, Melina 1135, Beckmann, Maja 1078 Hoffmann 840, Schwermann 785, Vollmann 725			25.09.	Fröndenberg
4545	LG Menden Hanke 1066, Hoppe 983, Hommel 892 Haldorn 863, Neuleben 741			15.05.	Iserlohn
3342	TV Deilinghofen Klein 732, Brüggemann 700, Dümpelmann 645 Westhelle 641, Drees 624			18.09.	Hemer
2994	TV Deilinghofen Rux 622, Eiler 617, Stehmann 614 Kurella 598, Heimbecher 543			18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

Forts. Dreikampf Mannschaft		Rekord: 6237 LG Menden			
		BL2009: 5515 TV Deilinghofen			
2795	TuS 1846 Iserlohn			18.09.	Hemer
	Humme 758, Heggemann 629, Forsmann 617				
	Vogt 493, Forsmann 298				
2633	LG Menden			15.05.	Iserlohn
	Hoppe 600, Wagenknecht 558, Pape 534				
	Kempfer 492, Prerad 449				
Vierkampf		Rekord: 1900 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen			
		BL 2009: 1550 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen			
1548	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	7,91/3,95/1,28/25,50				
1445	Ernst, Nina	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,16/4,02/1,20/23,00				
1433	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	8,16/3,75/1,24/22,50				
1411	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,49/3,68/1,12/32,00				
1408	Hanke, Caroline	99	LG Menden	15.05.	Iserlohn
	8,17/4,08/1,24/17,50				
1370	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,51/3,75/1,08/30,00				
1325	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
	8,38/3,60/1,20/19,50				
1314	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,47/3,49/1,12/25,00				
1217	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	8,76/3,43/1,12/20,00				
1214	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,51/3,46/1,00/24,50				
1202	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,22/3,39/1,20/18,50				
1195	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,81/3,30/1,12/20,00				
1179	Hommel, Mailin	99	LG Menden	19.09.	Menden
	8,91/3,45/1,00/25,00				
1023	Reichert, Michelle	99	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	9,53/2,89/1,04/20,50				
964	Hüttenhain, Majbrit	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	8,89/3,24/0,92/15,00				
913	Horst, Theresa	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	9,02/2,74/1,00/13,00				
860	Dietershagen, Jana	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,40/3,06/0,84/17,00				
761	Neuleben, Anna	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,28/2,77/0,80/14,50				

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W11**

Vierkampf Mannschaft      Rekord: 7340 LG Menden

BL2009:

7088	TV Deilinghofen Hilberg 1548, Ernst 1445, Hein 1411 Hellmann 1370, Treude 1314	15.05.	Iserlohn
5327	LG Menden Hoppe 1325, Haldorn 1202, Hommel 1179 Dietershagen 860, Neuleben 761	19.09.	Menden

**Schülerinnen W10**

50 m      Rekord: 7,42 Zannetin, Sina TG Westhofen

BL 2009: 7,85 Franz, Charlotte 98 LG Schwerte

8,03	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,17	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
8,21	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
8,23	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
8,27	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	06.06.	Hagen
8,34	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
8,36	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
8,38	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
8,39	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
8,43	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
8,43	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
8,51	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,51	Flanz, Pauline	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
8,53	Hüttenhain, Majbrit	00	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
8,57	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,59	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,66	Adler, Charlotte	00	ESV Nighthawks, Iserl.	30.05.	Menden
8,79	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,81	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
8,81	Langhals, Julia	00	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe

Handzeitleistungen:

7,8	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
7,8	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,3	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
8,6	Ahlers, Maya	00	TuS Lendringsen	25.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W10**

800 m

Rekord: 2:41,08 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

BL 2009: 2:48,05 Leusmann, Elisa 99 Marathon-Club, Menden

2:50,54	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	05.09.	Hagen
2:59,28	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	25.05.	Wenden
3:02,10	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3:04,8	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:08,39	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:08,77	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
3:09,43	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
3:13,7	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:14,23	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
3:14,26	Pirzkall, Joana	00	LG Menden	29.08.	Menden
3:16,04	Adler, Charlotte	00	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3:16,13	Schmalz, Alina	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
3:18,10	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3:19,41	Geuken, Carlotta-Marie	02	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
3:21,43	Gennat, Eve	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
3:21,6	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
3:21,80	Dietershagen, Jana	00	LG Menden	20.06.	Letmathe
3:22,13	Schwermann, Johanna	00	VfL Fröndenberg	04.07.	Menden
3:22,9	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:23,08	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe

5 km

Rekord: 20:03 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 21:46 Leusmann, Elisa 99 Marathon-Club, Menden

22:42	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
23:38	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn
30:16	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
30:18	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
31:47	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	03.04.	Paderborn
35:41	Lorenz, Svenja	02	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn
37:04	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	22.08.	Iserlohn

Hochsprung

Rekord: 1,32 Paul, Vanessa LG Menden

BL 2009: 1,23 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen

1,20	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,20	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	19.09.	Menden
1,14	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	04.07.	Menden
1,12	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,12	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,11	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	04.07.	Menden
1,00	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1,00	Horst, Theresa	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
0,92	Hüttenhain, Majbrit	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
0,84	Dietershagen, Jana	00	LG Menden	19.09.	Menden
0,80	Neuleben, Anna	00	LG Menden	19.09.	Menden

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W10**

Weitsprung

Rekord: 4,52 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 4,16 Franz, Charlotte 98 LG Schwerte

4,03	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,95	Hoppe, Carla	00	LG Menden	04.07.	Menden
3,90	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,81	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,80	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,78	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
3,72	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,67	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3,57	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,55	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,51	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	30.05.	Menden
3,49	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
3,49	Heyerhoff, Antonia	00	ESV Nighthawks, Iserl.	30.05.	Menden
3,48	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
3,46	Flanz, Pauline	00	LC Letmathe	20.06.	Letmathe
3,45	Ahlers, Maya	00	TuS Lendringsen	25.09.	Fröndenberg
3,44	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
3,39	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	19.09.	Menden
3,36	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,30	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 48,10 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 31,50 Beckmann, Melina 99 VfL Fröndenberg

32,50	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	26.06.	Schwerte
29,00	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
28,50	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
28,00	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
27,50	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
27,50	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
27,50	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
27,00	Holtmann, Pia	00	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
26,50	Moder, Ann-Sophie	00	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
26,50	Beer, Noelle Fabienne	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
26,00	Mollen, Sandra	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
26,00	Schulte, Antonia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
25,00	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
25,00	Mollen, Sabrina	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
24,50	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
24,00	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
23,00	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
23,00	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserl.	06.06.	Hagen
22,50	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	06.06.	Hagen
22,50	Hoppe, Carla	00	LG Menden	20.06.	Letmathe

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W10**

Dreikampf

Rekord: 1344 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 1209 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen

1168	Spieckermann, Joanna 8,39/4,03/28,50	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1159	Kochan, Isil 8,03/3,90/25,50	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1138	Martinek, Lorena 8,36/3,72/29,00	00	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
1068	Engler, Svenja 8,37/3,80/22,00	00	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
1053	Treude, Lena 8,47/3,49/25,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
1010	Hoppe, Carla 8,38/3,60/19,50	00	LG Menden	19.09.	Menden
1006	Bochynek, Svea 8,37/3,27/22,50	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
972	Mollen, Sandra 8,85/3,08/26,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
956	Sadowski, Linda 8,76/3,43/20,00	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
937	Wenzel, Lina 8,85/3,26/21,00	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
934	Fortunato, Sofia 8,81/3,30/20,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
931	Mollen, Sabrina 9,14/3,06/25,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
924	Schulte, Antonia 9,44/3,13/26,00	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
911	Ahlers, Maya 8,6/3,45/17,00	00	TuS Lendringsen	25.09.	Fröndenberg
909	Grau, Johanna 8,67/3,21/18,00	00	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
898	Schulte, Judith 8,77/3,25/17,50	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
887	Haldorn, Alessa 9,22/3,39/18,50	00	LG Menden	19.09.	Menden
871	Ritzmann, Senja 9,36/3,36/18,50	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
854	Loos, Leonie 9,60/3,05/22,00	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Werl
849	Hüttenhain, Majbrit 8,89/3,24/15,00	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W10**

Vierkampf

Rekord: 1690 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 1437 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen

1325	Hoppe, Carla	00	LG Menden	19.09.	Menden
	8,38/3,60/1,20/19,50				
1314	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,47/3,49/1,12/25,00				
1217	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	8,76/3,43/1,12/20,00				
1214	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,51/3,46/1,00/24,50				
1202	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,22/3,39/1,20/18,50				
1195	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
	8,81/3,30/1,12/20,00				
964	Hüttenhain, Majbrit	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	8,89/3,24/0,92/15,00				
913	Horst, Theresa	00	ESV Nighthawks, Iserl.	15.05.	Iserlohn
	9,02/2,74/1,00/13,00				
860	Dietershagen, Jana	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,40/3,06/0,84/17,00				
761	Neuleben, Anna	00	LG Menden	19.09.	Menden
	9,28/2,77/0,80/14,50				

**Schülerinnen W9**

50 m

Rekord: 7,82 Michalski, Ramona LG Schwerte

BL 2009: 8,28 Tebbe, Maren LC Letmathe

8,57	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,59	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,79	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	03.06.	Iserlohn
8,86	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,93	Koss, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,95	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,96	Nier, Sontje	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
8,97	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
9,04	Kernig, Renee Marina	01	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
9,14	Schäfer, Kjara	02	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,21	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
9,22	Kutz, Lisa	01	TuS Lendringsen	04.07.	Menden
9,23	Heggemann, Lena	03	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,24	Tiemann, Henriette	01	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,26	Wagenknecht, Lara	02	LG Menden	04.07.	Menden
9,32	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
9,35	Noisten, Anna-Lotta	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
9,39	Gennat, Eve	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
9,39	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,43	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	30.05.	Menden



Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W9**

Handzeitleistungen 50 m:

8,2	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,2	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,3	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
8,9	Thietz, Tonja	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
8,9	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,0	Gennat, Eve	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
9,1	Henning, Akira	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,1	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

800 m

Rekord: 2:48,52 Odelga, Solveigh 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 2:53,23 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

2:59,28	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	25.05.	Wenden
3:04,8	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:13,7	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:19,41	Geuken, Carlotta-Marie	02	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
3:21,43	Gennat, Eve	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
3:21,6	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
3:23,08	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
3:23,6	Henning, Akira	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:24,5	Koss, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
3:27,91	Kernig, Renee Marina	01	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3:28,69	Klein, Alina	01	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
3:31,3	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:32,96	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
3:34,79	Bögel, Emily	01	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3:36,84	Potts, Lilli	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:38,78	Will, Pernilla	02	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
3:40,05	Noisten, Anna-Lotta	01	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
3:44,6	Krey, Lena	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:45,5	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:48,38	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	27.06.	Werl

5 km

Rekord: 24:52 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

BL 2009: 24:52 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

22:42	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.09.	Herten
30:16	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	01.05.	Kaiserau
30:18	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
35:41	Lorenz, Svenja	02	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W9**

4 x 50 m

Rekord: 31,63 TV Deilinghofen

BL2009: 33,1 ESV Nighthawks, Iserl.

Handzeitleistungen:

35,0	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Bischoff 01, Wenzel 01, Mann 01, Schulte 01			
36,5	VfL Fröndenberg		03.09.	Schwerte
	Loos 02, Ullmann 02, Danzeglocke 01, Will 02			
37,7	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Thietz 02, Boniface 01, Krey 03, Hermann 02			
41,5	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Stoyke 02, Tschirbs 03, Stoyke 04, Krämer 04			

3 x 800 m

Rekord: 9:15,9 ASV Iserlohn

BL2009: 9:15,9 ASV Iserlohn

Handzeitleistungen:

10:19,5	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Boniface 01, Wenzel 01, Mann 01			
10:48,2	SC 1912 Hennen		03.09.	Schwerte
	Koss 01, Gennat 01, Weinrich 01			
11:34,1	VfL Fröndenberg		03.09.	Schwerte
	Danzeglocke 01, Loos 02, Will 02			
11:49,6	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Buschmann 02, Regener 02, Eickenhorst 02			
11:59,7	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Stoyke 02, Tschirbs 03, Hermann 02			
12:14,9	LG Schwerte		03.09.	Schwerte
	Bischoff 01, Krey 03, Krämer 04			

Weitsprung

Rekord: 4,12 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 3,73 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

3,55	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,36	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,25	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
3,25	Bögel, Emily	01	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
3,25	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,15	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
3,10	Kernig, Renee Marina	01	ESV Nighthawks, Iserl.	21.05.	Neheim
3,10	Westhelle, Lisa	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,08	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3,05	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Werl
3,04	Stening, Joelle	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
3,03	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	08.05.	Ergste
3,03	Spieß, Maria	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
3,00	Thietz, Tonja	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,99	Lütticke, Yvonne	01	TuS Lendringsen	04.07.	Menden
2,94	Heinrichs, Madeline	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W9**

## Fortsetzung Weitsprung

Rekord: 4,12 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 3,73 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

2,93	Klein, Alina	01	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
2,93	Enginler, Johanna	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
2,93	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2,91	Drees, Kim Anna	02	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn

## Schlagballwurf 80 g

Rekord: 24,50 Hellmann, Lara 99 TV Deilinghofen

BL 2009: 28,00 Küpper, Lisa ASV Iserlohn

26,50	Beer, Noelle Fabienne	01	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
24,50	Wenzel, Lina	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
24,00	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	04.07.	Menden
23,00	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
21,00	Koss, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
20,00	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
19,00	Sandberg, Julia	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
19,00	Bögel, Emily	01	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
18,50	Humme, Lilly	01	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
18,00	Tschirbs, Amelie	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
18,00	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
17,50	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
17,00	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	26.06.	Schwerte
16,50	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
16,50	Hoppe, Paula	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
16,50	Eickenhorst, Carla Maxime	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
16,00	Dümpelmann, Malou	02	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
16,00	Enginler, Johanna	01	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
16,00	Potts, Lilli	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
16,00	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
16,00	Heinrichs, Madeline	01	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

## Dreikampf

Rekord: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 1083 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

937	Wenzel, Lina 8,85/3,26/21,00	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
898	Schulte, Judith 8,77/3,25/17,50	01	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
871	Ritzmann, Senja 9,36/3,36/18,50	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
854	Loos, Leonie 9,60/3,05/22,00	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Werl
816	Koss, Viktoria 9,04/2,84/17,50	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W9**

Fortsetzung Dreikampf

Rekord: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 1083 Martinek, Lorena ASV Iserlohn

762	Danzeglocke, Hanna 9,6/2,90/18,00	01	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
758	Humme, Lilly 9,89/2,85/18,50	01	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
755	Noisten, Anna-Lotta 9,35/2,81/15,50	01	TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn
732	Klein, Alina 9,60/2,90/14,50	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
713	Spieß, Maria 9,57/3,03/12,00	01	ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
706	Weinrich, Merle 9,01/2,75/11,00	01	SC 1912 Hennen	15.05.	Iserlohn
701	Lütticke, Yvonne 8,5/2,81/14,00	01	TuS Lendringsen	25.09.	Fröndenberg
700	Brüggemann, Franka 9,81/2,85/14,00	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
645	Dümpelmann, Malou 9,76/2,50/13,50	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
641	Tschirbs, Amelie 10,76/2,61/17,00	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
641	Westhelle, Lisa 10,42/3,10/11,00	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
641	Wagenknecht, Lara 9,40/2,79/9,00	02	LG Menden	19.09.	Menden
629	Heggemann, Lena 9,37/2,51/10,50	03	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
624	Drees, Kim Anna 10,43/2,80/12,50	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
622	Rux, Sarah 10,39/2,55/14,50	01	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer

Dreikampf Mannschaft

Rekord: 5063 TV Deilinghofen

BL2009: 4408 TV Deilinghofen

3342	TV Deilinghofen Klein 732, Brüggemann 700, Dümpelmann 645 Westhelle 641, Drees 624			18.09.	Hemer
2994	TV Deilinghofen Rux 622, Eiler 617, Stehmann 614 Kurella 598, Heimbecher 543			18.09.	Hemer
2795	TuS 1846 Iserlohn Humme 758, Heggemann 629, Forsmann 617 Vogt 493, Forsmann 298			18.09.	Hemer
2633	LG Menden Hoppe 600, Wagenknecht 558, Pape 534 Kempfer 492, Prerad 449			15.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W8**

50 m

Rekord: 7,9 Thiemann, Sybille Schwerter Turnerschaft

BL 2009: 8,93 Schulte, Judith 1 LG Schwerte

9,14	Schäfer, Kjara	02	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,21	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
9,23	Heggemann, Lena	03	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,26	Wagenknecht, Lara	02	LG Menden	04.07.	Menden
9,39	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,50	Dümpelmann, Malou	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
9,57	Leupold, Celina	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
9,60	Potts, Lilli	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
9,67	Eickenhorst, Carla Maxime	02	LG Schwerte	30.05.	Menden
9,70	Kürschner, Julia	02	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
9,72	Adler, Jule	03	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
9,73	Droste, Clara	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
9,78	Drees, Kim Anna	02	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
9,81	Jeschke, Emmely	02	LG Menden	20.06.	Letmathe
9,82	Ständecke, Frieda	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
9,83	Kernig, Kristin	03	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
9,93	Thamm, Leah	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
9,93	Hoppe, Paula	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
9,96	Weber, Lisanne	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
10,01	Vaihinger, Marla	03	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe

## Handzeitleistungen:

8,9	Thietz, Tonja	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,1	Henning, Akira	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,2	Herzog, Maja	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,3	Eickenhorst, Carla Maxime	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,3	Krisch, Elyana	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,5	Krey, Lena	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
9,7	Macedo Rettinger, Dalila	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

800 m

Rekord: 3:00,59 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 3:10,1 Ritzmann, Senja 1 ASV Iserlohn

3:19,41	Geuken, Carlotta-Marie	02	Marathon-Club, Menden	30.05.	Menden
3:23,6	Henning, Akira	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:32,96	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
3:36,84	Potts, Lilli	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
3:38,78	Will, Pernilla	02	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
3:44,6	Krey, Lena	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:47,2	Buschmann, Lara	02	LG Schwerte	25.09.	Fröndenberg
3:53,5	Ullmann, Nele	02	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
3:54,4	Eickenhorst, Carla Maxime	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W8**

## Fortsetzung 800 m

Rekord: 3:00,59 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2009: 3:10,1 Ritzmann, Senja 1 ASV Iserlohn

3:56,2	Krämer, Marah	04	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
3:56,27	Vogt, Pia	03	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:58,22	Stobbe, Maria	02	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
3:58,82	Regnery, Celina	02	TV Deilinghofen	30.05.	Menden

## 5 km

Rekord: 23:52 Enneper, Muriel 99 ASV Iserlohn

BL 2009: 24:10 Ritzmann, Senja 1 ASV Iserlohn

30:18	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	02.07.	Fröndenberg
35:41	Lorenz, Svenja	02	TuS 1846 Iserlohn	22.08.	Iserlohn

## Weitsprung

Rekord: 3,63 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 3,17 Ritzmann, Senja 1 ASV Iserlohn

3,10	Westhelle, Lisa	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
3,05	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Werl
3,00	Thietz, Tonja	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,93	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2,91	Drees, Kim Anna	02	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
2,87	Schäfer, Kjara	02	ASV Iserlohn	03.06.	Iserlohn
2,87	Krisch, Elyana	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,85	Macedo Rettinger, Dalila	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
2,79	Kernig, Kristin	03	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
2,79	Wagenknecht, Lara	02	LG Menden	19.09.	Menden
2,78	Potts, Lilli	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2,77	Leupold, Celina	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
2,75	Hoppe, Paula	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
2,74	Stehmann, Malina	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
2,73	Heggemann, Lena	03	TuS 1846 Iserlohn	20.06.	Letmathe
2,73	Kurella, Vivien	03	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
2,71	Droste, Clara	02	SC 1912 Hennen	20.06.	Letmathe
2,69	Eiler, Marie	03	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
2,65	Will, Pernilla	02	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
2,64	Tschirbs, Amelie	03	LG Schwerte	08.05.	Ergste

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W8**

## Schlagballwurf 80 g

Rekord: 32,50 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2009: 19,00 Beer, Noelle Fabienne 1 SC 1912 Hennen

23,00	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	03.06.	Iserlohn
18,00	Tschirbs, Amelie	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
16,50	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	03.06.	Iserlohn
16,50	Hoppe, Paula	03	LG Menden	20.06.	Letmathe
16,50	Eickenhorst, Carla Maxime	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
16,00	Dümpelmann, Malou	02	TV Deilinghofen	30.05.	Menden
16,00	Potts, Lilli	02	TV Deilinghofen	20.06.	Letmathe
15,00	Beckmann, Maxime	03	VfL Fröndenberg	20.06.	Letmathe
15,00	Henning, Akira	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
15,00	Krey, Lena	03	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
14,50	Droste, Clara	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
14,50	Krisch, Elyana	02	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
14,00	Thamm, Leah	02	SC 1912 Hennen	03.06.	Iserlohn
14,00	Adler, Jule	03	ESV Nighthawks, Iserl.	20.06.	Letmathe
14,00	Forsmann, Emily	02	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
13,50	Eiler, Marie	03	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
13,00	Drees, Kim Anna	02	TV Deilinghofen	03.06.	Iserlohn
13,00	Jeschke, Emmely	02	LG Menden	20.06.	Letmathe
13,00	Stoyke, Laura	04	LG Schwerte	26.06.	Schwerte
13,00	Hoffmann, Julia	02	LC Letmathe	18.09.	Hemer

## Dreikampf

Rekord: 1034 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 747 Danzeglocke, Hanna 1 VfL Fröndenberg

854	Loos, Leonie 9,60/3,05/22,00	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Werl
645	Dümpelmann, Malou 9,76/2,50/13,50	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
641	Tschirbs, Amelie 10,76/2,61/17,00	03	LG Schwerte	15.05.	Iserlohn
641	Westhelle, Lisa 10,42/3,10/11,00	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
641	Wagenknecht, Lara 9,40/2,79/9,00	02	LG Menden	19.09.	Menden
629	Heggemann, Lena 9,37/2,51/10,50	03	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
624	Drees, Kim Anna 10,43/2,80/12,50	02	TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
623	Will, Pernilla 10,1/2,65/13,50	02	VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
617	Forsmann, Emily 10,13/2,45/14,00	02	TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer

Ausdruck vom 26.12.2010

**Schülerinnen W8**

Fortsetzung Dreikampf

Rekord: 1034 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2009: 747 Danzeglocke, Hanna 1 VfL Fröndenberg

617	Eiler, Marie 10,52/2,69/13,50	03 TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
614	Stehmann, Malina 10,37/2,70/12,50	02 TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
609	Hoppe, Paula 10,17/2,32/15,00	03 LG Menden	19.09.	Menden
598	Kurella, Vivien 10,29/2,73/11,00	03 TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
570	Hoffmann, Julia 10,58/2,45/13,00	02 LC Letmathe	18.09.	Hemer
563	Ullmann, Nele 10,1/2,35/12,50	02 VfL Fröndenberg	25.09.	Fröndenberg
557	Buschmann, Lara 10,0/2,37/11,50	02 LG Schwerte	25.09.	Fröndenberg
543	Heimbecher, Frida 10,51/2,40/11,50	03 TV Deilinghofen	18.09.	Hemer
538	Kürschner, Julia 9,92/2,45/8,50	02 ASV Iserlohn	15.05.	Iserlohn
493	Vogt, Pia 10,15/2,40/7,50	03 TuS 1846 Iserlohn	18.09.	Hemer
488	Knitter, Michelle 11,29/2,32/12,00	02 TV Deilinghofen	15.05.	Iserlohn