

Erklärungen/Hinweise: **kS :** (noch) kein Startrecht nur bis U16 – alle Anderen ohne Startrecht werden nicht aufgenommen!
Rekorde: die notierten Rekorde sind die **absoluten** Disziplin Rekorde = nicht Altersklassen spezifisch

Männer

100 m	Rekord:	10,5 sec	Leyendecker, Roman	57	SV Menden	25.04.1976	Dortmund
	BL 2019:	12,42 sec	-1,1 Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	03.10.2019	Deilinghofen
		12,68 sec	0,8 Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	29.08.2020	Hagen
200 m	Rekord:	21,84 sec	Leyendecker, Roman	57	SV Menden	06.06.1976	Dortmund
	BL 2019:	23,80 sec	-0,7 Apprecht, Christian	98	MC Menden	01.06.2019	Menden
		26,16 sec	-1,9 Ebbing, Maximilian	00	LG Menden	29.08.2020	Hagen
400 m	Rekord:	47,8 sec	Friedrich, Hans-Walter	30	LAV Menden	30.06.1957	Amsterdam/NL
		47,8 sec	Grabitz, Wolfgang	??	LAV Menden	03.09.1966	Menden
	BL 2019:	51,38 sec	Friedewald, Tim	93	SG Eintracht Ergste	19.07.2019	Deilinghofen
		54,77 sec	Jonas, Ruben	96	LAZ Iserlohn	05.09.2020	Hagen
800 m	Rekord:	1:48,76 min	Krüger, Hendrik	64	SV Menden	03.08.1985	Stuttgart
	BL 2019:	1:56,89 min	Koster, Laurids	97	SG Eintracht Ergste	29.06.2019	Kreuztal
		2:09,20 min	Jonas, Ruben	96	LAZ Iserlohn	21.08.2020	Borgholzhausen
5 km	Rekord:	16:13 min	Töpel, Frederik	85	TV Deilinghofen	07.10.2000	Haltern
	BL 2019:						
		18:04 min	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
		19:51 min	Lägel, Justin	96	LAZ Iserlohn	16.08.2020	Dortmund
10 km	Rekord:	29:14 min	Edwards, Malcolm	58	MC Menden	08.04.1989	Köln
	BL 2019:	35:02 min	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	14.09.2019	Fröndenberg
		35:52 min	Buddenberg, Kai	94	MC Menden	01.03.2020	Leverkusen
		37:38 min	Schroeder, Janosch	94	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		45:38 min	Kemper, Johannes	91	MC Menden	26.01.2020	Hamm

männliche Jugend U20

100 m	Rekord:	10,5 sec	Leyendecker, Roman	57	SV Menden	25.04.1976	Dortmund
	BL 2019:	11,81 sec	0,1 Gieseler, Felix	01	SG Eintracht Ergste	15.06.2019	Iserlohn
		11,97 sec	0,5 Jonas, David	02	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		12,24 sec	-0,9 Sommer, Pascal	01	MC Menden	14.08.2020	Iserlohn
400 m	Rekord:	47,8 sec	Friedrich, Hans-Walter	30	LAV Menden	30.06.1957	Amsterdam/NL
		47,8 sec	Grabitz, Wolfgang	??	LAV Menden	03.09.1966	Menden
	BL 2019:	51,75 sec	Gieseler, Felix	01	SG Eintracht Ergste	23.06.2019	Duisburg
		58,35 sec	Veltum, Adrian	02	LAZ Iserlohn	05.09.2020	Hagen
800 m	Rekord:	1:48,76 min	Krüger, Hendrik	64	SV Menden	03.08.1985	Stuttgart
	BL 2019:	2:12,44 min	Gieseler, Felix	01	SG Eintracht Ergste	29.06.2019	Kreuztal
		2:09,79 min	Veltum, Adrian	02	LAZ Iserlohn	21.08.2020	Borgholzhausen

Kreis-Bestenliste 2020

männliche Jugend U20

Hochsprung	Rekord:	2,09 m	Kurella, Michael	68	TuS Iserlohn	10.07.1988	Lübeck	
	BL 2019:	1,60 m	Schittko, Jonathan	02	TuS Iserlohn	05.06.2019	Iserlohn	
		1,63 m	Schittko, Jonathan	02	TuS Iserlohn	20.09.2020	Menden	
Weitsprung	Rekord:	7,43 m	0,0	Nowak, Sebastian	82	TV Deilinghofen	03.09.2000	Lübeck
	BL 2019:							
		4,90 m	0,0	Schittko, Jonathan	02	TuS Iserlohn	20.09.2020	Menden

männliche Jugend U18

100 m	Rekord:	10,5 sec	Leyendecker, Roman	57	SV Menden	25.04.1976	Dortmund	
	BL 2019:	11,26 sec	0,6	Nahser, Louis	02	MC Menden	23.06.2019	Duisburg
		12,30 sec	-1,3	Windhusen, Sven	04	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
		12,44 sec	0,5	Schlüter, Leonhard	04	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
200 m	Rekord:	21,84 sec	Leyendecker, Roman	57	SV Menden	06.06.1976	Dortmund	
	BL 2019:	23,04 sec	-0,4	Nahser, Louis	02	MC Menden	22.06.2019	Duisburg
		25,48 sec	0,0	Schlüter, Leonhard	04	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn

Jugend M15

100 m	Rekord:	10,5 sec	Leyendecker, Roman	57	SV Menden	25.04.1976	Dortmund	
	BL 2019:	11,96 sec	0,0	Windhusen, Sven	04	LAZ Iserlohn	14.09.2019	Kamen
		12,56 sec	0,5	Arendt, Marc	05	TV Deilinghofen	23.08.2020	Solingen
		14,46 sec	1,4	Stahlschmidt, Timo Alexander	05	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		15,34 sec	0,5	Hessner, Maximilian	05	SG Eintracht Ergste	20.09.2020	Menden
800 m	Rekord:	1:48,76 min	Krüger, Hendrik	64	SV Menden	03.08.1985	Stuttgart	
	BL 2019:							
		2:05,85 min		Eller, Malte	05	LAZ Iserlohn	12.09.2020	Hagen
		2:43,99 min	kS	Brüne, Simon	05	LG Menden	20.09.2020	Menden
80 m Hürden	Rekord:	10,97 sec	0,0	Venghaus, Björn	85	TV Deilinghofen	27.08.2000	Hagen
	BL 2019:							
		11,93 sec	0,8	Arendt, Marc	05	TV Deilinghofen	23.08.2020	Solingen
Hochsprung	Rekord:	2,09 m	Kurella, Michael	68	TuS Iserlohn	10.07.1988	Lübeck	
	BL 2019:	1,50 m	Lorenz, Thilo	05	LAZ Iserlohn	20.06.2019	Iserlohn	
		1,33 m	Hessner, Maximilian	05	SG Eintracht Ergste	20.09.2020	Menden	
Weitsprung	Rekord:	7,43 m	0,0	Nowak, Sebastian	82	TV Deilinghofen	03.09.2000	Lübeck
	BL 2019:	5,05 m	-0,5	Lorenz, Thilo	04	LAZ Iserlohn	20.06.2019	Iserlohn
		4,39 m	-1,0	Stahlschmidt, Timo Alexander	05	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
Kugelstoß 4 kg	Rekord:	15,78 m	Kornobis, Martin	99	LG Menden	06.09.2014	Rheine	
	BL 2019:	11,26 m	Windhusen, Sven	04	LAZ Iserlohn	30.06.2019	Menden	
		8,05 m	Stahlschmidt, Timo Alexander	05	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen	

Kreis-Bestenliste 2020

Jugend M15

Speerwurf 600 g	Rekord:	55,26 m	Friederici-Daly, Domimik 93	ASV Iserlohn	06.09.2008	Gladbeck
	BL 2019:					
		36,31 m	Koster, Velten	05 SG Eintracht Ergste	12.09.2020	Hagen
Dreikampf 100 m / Weit / Kug 4 kg	Rekord:					
	BL 2019:	1197 Pkt	Schlüter, Leonard	04 LAZ Iserlohn	03.10.2019	Deilinghofen
		1192 Pkt.	Stahlschmidt, Timo Alexander 14,46 (1,4) 4,39 (-1,0) 8,05	05 SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen

Jugend M14

100 m	Rekord:	10,5 sec	Leyendecker, Roman	57 SV Menden	25.04.1976	Dortmund
	BL 2019:	13,54 sec	-0,8 Arendt, Marc	05 TV Deilinghofen	30.06.2019	Menden
		13,03 sec	0,9 Hüge, Tim	06 LC Schwerte	13.09.2020	Hagen
		13,34 sec	0,9 Limberg, Alexander	06 LC Schwerte	13.09.2020	Hagen
		14,02 sec	-1,3 Müller, Benedikt	06 LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
		14,14 sec	1,4 Wienforth, Lukas Samuel	06 SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
300 m	Rekord:	35,07 sec	Schirmer, Matthias	71 Letmather TV	25.06.1988	Dortmund
	BL 2019:	44,80 sec	Koster, Velten	05 SG Eintracht Ergste	19.07.2019	Deilinghofen
		42,09 sec	Hüge, Tim	06 LC Schwerte	23.08.2020	Solingen
		44,54 sec	Limberg, Alexander	06 LC Schwerte	23.08.2020	Solingen
800 m	Rekord:	1:48,76 min	Krüger, Hendrik	64 SV Menden	03.08.1985	Stuttgart
	BL 2019:	2:13,86 min	Eller, Malte	05 LAZ Iserlohn	01.06.2019	Menden
		2:14,38 min	Hüge, Tim	06 LC Schwerte	12.09.2020	Hagen
Hochsprung	Rekord:	2,09 m	Kurella, Michael	68 TuS Iserlohn	10.07.1988	Lübeck
	BL 2019:	1,45 m	Arendt, Marc	05 TV Deilinghofen	20.06.2019	Iserlohn
		1,50 m	Müller, Benedikt	06 LAZ Iserlohn	05.09.2020	Hagen
		1,42 m	Wienforth, Lukas Samuel	06 SG Eintracht Ergste	20.09.2020	Menden
		1,33 m	kS Heiland, Luk	06 LG Menden	20.09.2020	Menden
Weitsprung	Rekord:	7,43 m 0,0	Nowak, Sebastian	82 TV Deilinghofen	03.09.2000	Lübeck
	BL 2019:	4,68 m 0,7	Arendt, Marc	05 TV Deilinghofen	18.05.2019	Deilinghofen
		5,28 m	-0,2 Limberg, Alexander	06 LC Schwerte	15.08.2020	Dortmund
		5,01 m	0,6 Müller, Benedikt	06 LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		4,39 m	2,2 Wienforth, Lukas Samuel	06 SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		3,66 m	-1,8 / kS Heiland, Luk	06 LG Menden	20.09.2020	Menden
Kugelstoß 4 kg	Rekord:	15,78 m	Kornobis, Martin	99 LG Menden	06.09.2014	Rheine
	BL 2019:	7,81 m	Koster, Velten	05 SG Eintracht Ergste	29.09.2019	Witten
		8,35 m	Wienforth, Lukas Samuel	06 SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		7,12 m	kS Heiland, Luk	06 LG Menden	20.09.2020	Menden
Dreikampf 100 m / Weit / Kug 4 kg	Rekord:					
	BL 2019:					
		1230 Pkt.	Wienforth, Lukas Samuel 14,14 (1,4) 4,39 (2,2) 8,35	06 SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen

Jugend M13

75 m	Rekord:	9,15 sec	Gillen, Veit	80	TV Deilinghofen	21.05.1995	Iserlohn	
	BL 2019:	10,85 sec	Limberg, Alexander	06	LC Schwerte	18.05.2019	Deilinghofen	
		10,66 sec	kS	Ait-Braim, Elias	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		11,05 sec	0,3 kS	Brosko, Leonard	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		11,45 sec	0,3	Erdmann, Till	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		11,50 sec	0,3	Schürholz, Max	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		11,57 sec	kS	Kranefeld, Danil	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
		11,97 sec	0,3	Uhlenbrock, Max	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		12,71 sec	0,3	Kaiser, Luis	07	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
	800 m	Rekord:	1:48,76 min	Krüger, Hendrik	64	SV Menden	03.08.1985	Stuttgart
BL 2019:		2:35,26 min	Huge, Tim	06	LC Schwerte	20.06.2019	Iserlohn	
		2:43,18 min	kS	Ait-Braim, Elias	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		2:47,07 min		Ebert, Lukas	07	MC Menden	20.09.2020	Menden
5 km	Rekord:	16:13 min	Töpel, Frederik	85	TV Deilinghofen	07.10.2000	Haltern	
	BL 2019:	25:49 min	kS Friese, Nouri	06	MC Menden	21.04.2019	Paderborn	
		21:40 min		Schürmann, Mats	07	MC Menden	01.03.2020	Leverkusen
		22:04 min		Ebert, Lukas	07	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
		25:00 min	kS	Uhlenbrock, Max	07	SG Eintracht Ergste	16.08.2020	Dortmund
	25:50 min		Schürmann, Mats	07	MC Menden	16.08.2020	Dortmund	
60 m Hürden	Rekord:	9,26 sec	Kaiser, Michael	85	LG Menden	30.09.1990	Dortmund	
	BL 2019:	12,19 sec	Kraft, Patrick	06	LAZ Iserlohn	15.06.2019	Iserlohn	
		12,79 sec	kS	Massink, Mattis	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
Hochsprung	Rekord:	2,09 m	Kurella, Michael	68	TuS Iserlohn	10.07.1988	Lübeck	
	BL 2019:	1,35 m	Müller, Benedikt	06	LAZ Iserlohn	15.06.2019	Iserlohn	
		1,10 m		Kaiser, Luis	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
Weitsprung	Rekord:	7,43 m 0,0	Nowak, Sebastian	82	TV Deilinghofen	03.09.2000	Lübeck	
	BL 2019:	4,54 m	Limberg, Alexander	06	LC Schwerte	20.06.2019	Iserlohn	
		4,35 m	-0,1 kS	Brosko, Leonard	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		3,98 m	-0,1	Schürholz, Max	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		3,77 m	kS	Kranefeld, Danil	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
		3,71 m	0,4	Uhlenbrock, Max	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		3,65 m	0,0	Erdmann, Till	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		3,51 m	kS	Massink, Mattis	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
		3,22 m	2,4	Kaiser, Luis	07	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
	Kugelstoß 3 kg	Rekord:	15,58 m	Enneper, Holger	78	SG Eintracht Ergste	07.09.1991	Ergste
BL 2019:		8,41 m	kS	Weber, Michel	07	LAZ Iserlohn	15.09.2019	Menden
		9,76 m	kS	Weber, Michel	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
Ballwurf 200 gr	Rekord:	80,00 m	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	22.06.2004	Bönen	
	BL 2019:	47,00 m	Limberg, Alexander	06	LC Schwerte	15.09.2019	Menden	
		43,50 m	kS	Kranefeld, Danil	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
		32,00 m	kS	Brosko, Leonard	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		31,50 m		Schürholz, Max	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		31,00 m		Uhlenbrock, Max	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		27,50 m		Erdmann, Till	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		27,50 m		Kaiser, Luis	07	LG Menden	20.09.2020	Menden

Jugend M13

Dreikampf 75 m / Weit / Ball 200 g	Rekord:	1470 Pkt.	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	26.07.2003	Ergste
	BL 2019:	926 Pkt.	kS Heiland, Luk	06	LG Menden	03.10.2019	Deilinghofen
		1131 Pkt.	kS Brosko, Leonard	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		1045 Pkt.	Schürholz, Max	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		982 Pkt.	Erdmann, Till	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		972 Pkt.	Uhlenbrock, Max	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		827 Pkt.	Kaiser, Luis	07	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
			11,05 (0,3) 4,35 (-0,1) 32,00				
			11,50 (0,3) 3,98 (-0,1) 31,50				
			11,45 (0,3) 3,65 (0,0) 27,50				
			11,97 (0,3) 3,71 (0,4) 31,00				
			12,71 (0,3) 3,22 (2,4) 27,00				

Jugend M12

75 m	Rekord:	9,15 sec	Gillen, Veit	80	TV Deilinghofen	21.05.1995	Iserlohn
	BL 2019:	11,14 sec	Anstötz, Lukas	07	LC Schwerte	20.06.2019	Iserlohn
		10,51 sec	Erdmann, Thomas	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		11,36 sec	Eller, Jörn	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		11,52 sec	kS Lanfermann, Finn	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
		11,71 sec	kS Kronnagel, Paul	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		11,91 sec	kS Potthoff, Leo	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		12,10 sec	kS Lashöfer, Nils	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		12,93 sec	kS Gailer, Paul	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
800 m	Rekord:	1:48,76 min	Krüger, Hendrik	64	SV Menden	03.08.1985	Stuttgart
	BL 2019:	2:38,07 min	Anstötz, Lukas	07	LC Schwerte	15.09.2019	Menden
		2:44,33 min	kS Kronnagel, Paul	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
		2:44,63 min	Eller, Jörn	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		2:49,60 min	kS Lanfermann, Finn	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
		3:08,92 min	kS Potthoff, Leo	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
Hochsprung	Rekord:	2,09 m	Kurella, Michael	68	TuS Iserlohn	10.07.1988	Lübeck
	BL 2019:	1,20 m	Schürholz, Max	07	TV Deilinghofen	18.05.2019	Deilinghofen
		1,33 m	kS Kronnagel, Paul	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
		1,15 m	kS Gailer, Paul	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		1,10 m	Eller, Jörn	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
Weitsprung	Rekord:	7,43 m 0,0	Nowak, Sebastian	82	TV Deilinghofen	03.09.2000	Lübeck
	BL 2019:	4,46 m	Anstötz, Lukas	07	LC Schwerte	20.06.2019	Iserlohn
		4,24 m	-1,2 Erdmann, Thomas	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		4,10 m	kS Kronnagel, Paul	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		3,82 m	kS Potthoff, Leo	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		3,79 m	1,1 Eller, Jörn	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		3,67 m	kS Lanfermann, Finn	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
		3,67 m	kS Lashöfer, Nils	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		3,19 m	kS Gailer, Paul	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
Kugelstoß 3 kg	Rekord:	15,58 m	Enneper, Holger	78	SG Eintracht Ergste	07.09.1991	Ergste
	BL 2019:	4,53 m	kS Hörstemeier, Tobias	07	TV Deilinghofen	15.09.2019	Menden
		4,08 m	kS Gailer, Paul	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden

Kreis-Bestenliste 2020

Jugend M12

Ballwurf 200 gr	Rekord:	80,00 m	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	22.06.2004	Bönen
	BL 2019:	45,00 m	Anstötz, Lukas	07	LC Schwerte	15.09.2019	Menden
		37,50 m	kS Potthoff, Leo	08	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		33,00 m	Eller, Jörn	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		32,50 m	kS Lashöfer, Nils	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		27,00 m	kS Kronnagel, Paul	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		25,50 m	kS Lanfermann, Finn	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		22,50 m	Erdmann, Thomas	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
Dreikampf 75 m / Weit / Ball 200 g	Rekord:	1470 Pkt.	Sommer, Niko	90	LG Schwerte	26.07.2003	Ergste
	BL 2019:	1022 Pkt.	Schürholz, Max	07	TV Deilinghofen	03.10.2019	Deilinghofen
		1097 Pkt.	Erdmann, Thomas 10,51 (0,0) 4,24 (-1,2) 22,50	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		1046 Pkt.	Eller, Jörn 11,36 (0,7) 3,79 (1,1) 33,00	08	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		1008 Pkt.	kS Kronnagel, Paul 11,71 (0,0) 4,10 (0,9) 27,00	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		977 Pkt.	kS Potthoff, Leo 12,37 (0,7) 3,64 (0,1) 37,50	08	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		914 Pkt.	kS Lashöfer, Nils 12,12 (0,7) 3,51 (2,2) 28,00	08	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		903 Pkt.	kS Lanfermann, Finn 11,65 (0,7) 3,27 (1,4) 25,50	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen

Männer M 30

5 km	BL 2019:						
		17:57 min	Steinhoff, Christian	89	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
		19:08 min	Matlok, Daniel	88	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
10 km	BL 2019:	32:51 min	Beulertz, Andreas	86	MC Menden	15.09.2019	Siegburg
		35:12 min	Heck, Torben	89	MC Menden	18.01.2020	Haltern
		35:20 min	Sinner, Manuel	89	MC Menden	26.01.2020	Hamm
		54:38 min	Steinhoff, Christian	89	MC Menden	12.01.2020	Bönen
Halbmarathon	BL 2019:	1:14:08 Std	Henseleit, Philipp	88	MC Menden	01.09.2019	Bochum
		1:21:37 Std	Sinner, Manuel	89	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Männer M 35

800 m	BL 2019:	2:04,30 min	Thomas, Simon	84	LAZ Iserlohn	12.07.2019	Leinefeld-Worbis
		2:06,63 min	Thomas, Simon	84	LAZ Iserlohn	21.08.2020	Borgholzhausen
5 km	BL 2019:						
		18:58 min	Mazur, Michael	84	MC Menden	01.03.2020	Leverkusen

Männer M 35

10 km	BL 2019:	37:31 min	Brune, René	82	LAZ Iserlohn	08.12.2019	Hamm
		40:17 min	Mazur, Michael	84	MC Menden	26.01.2020	Hamm

Kreis-Bestenliste 2020

Männer M 35

Halbmarathon	BL 2019:	1:25:09 Std	Jelonek, Damian	80	MC Menden	10.08.2019	Nordkirchen
		1:35:03 Std	Klusmann, Jens	81	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Männer M 40

5 km	BL 2019:						
		18:03 min	Jelonek, Damian	80	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
10 km	BL 2019:	38:20 min	Sorge, Tobias	75	MC Menden	27.01.2019	Hamm
		36:28 min	Althöfer, Alexander	79	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		37:00 min	Jelonek, Damian	80	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		39:53 min	Nottebohm, Michael	77	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		44:53 min	May, Bastian	80	MC Menden	26.01.2020	Hamm
Halbmarathon	BL 2019:	1:28:41 Std	Sorge, Tobias	75	MC Menden	30.06.2019	Menden
		1:26:19 Std	Jelonek, Damian	80	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Männer M 45

10 km	BL 2019:	40:07 min	Ebe, Guido	74	TV Deilinghofen	12.05.2019	Neheim
		37:26 min	Sorge, Tobias	75	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		39:48 min	Ebe, Guido	74	TV Deilinghofen	12.01.2020	Bönen
		43:34 min	Kemper, Christoph	74	MC Menden	26.01.2020	Hamm
Halbmarathon	BL 2019:	1:29:14 Std	Ebe, Guido	74	TV Deilinghofen	01.05.2019	Kamen
		1:23:09 Std	Sorge, Tobias	75	MC Menden	23.02.2020	Hamm
		1:32:44 Std	Ebe, Guido	74	TV Deilinghofen	23.02.2020	Hamm
		1:39:58 Std.	Kemper, Christoph	74	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Männer M 50

5 km	BL 2019:						
		21:39 min	Schürmann, Jörg	67	LAZ Iserlohn	16.08.2020	Dortmund
10 km	BL 2019:	39:00 min	Frigge, Daniel	66	MC Menden	12.10.2019	Coesfeld
		40:45 min	Müller, Steffen	69	LAZ Iserlohn	26.01.2020	Hamm
		40:58 min	Frigge, Daniel	66	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		47:26 min	Kolonko, Peter	67	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		48:19 min	Honert, Uwe	67	MC Menden	12.01.2020	Bönen

Männer M 50

Halbmarathon	BL 2019:	1:27:44 Std	Müller, Steffen	69	LAZ Iserlohn	08.09.2019	Schermbbeck
		1:53:14 Std	Kolonko, Peter	67	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Männer M 55

100 m	BL 2019:							
		14,54 sec	-1,3	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		16,35 sec	-1,3	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen

Kreis-Bestenliste 2020

Männer M 55

10 km	BL 2019:	41:19 min	Weier, Ralf	63	MC Menden	06.10.2019	Soest	
		40:50 min	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	26.01.2020	Hamm	
		41:58 min	Weier, Ralf	63	MC Menden	26.01.2020	Hamm	
		46:22 min	Schlünder, Thomas	62	MC Menden	26.01.2020	Hamm	
Halbmarathon	BL 2019:	1:36:24 Std	Weier, Ralf	63	TV Deilinghofen	24.02.2019	Hamm	
		1:32:34 Std	Weier, Ralf	63	MC Menden	23.02.2020	Hamm	
		1:34:49 Std	Schöne, Burkhard	64	MC Menden	23.02.2020	Hamm	
		1:52:18 Std	Schlünder, Thomas	62	MC Menden	23.02.2020	Hamm	
Weitsprung	BL 2019:							
		4,69 m	0,8	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		3,57 m	1,0	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
Kugelstoß 6 kg	BL 2019:							
		7,75 m		Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		7,71 m		Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
Dreikampf 100 m / Weit / Kug 6 kg	BL 2019:							
		1619 Pkt.		Spieckermann, Ulf 14,54 (-1,3) 4,69 (0,8) 7,71	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		1078 Pkt.		Haefs, Henrik 16,35 (-1,3) 3,57 (1,0) 7,75	65	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen

Männer M 60

10 km	BL 2019:							
		50:15 min		Hoff, Klaus	60	MC Menden	26.01.2020	Hamm
		59:22 min		Pasic, Martin	60	MC Menden	12.01.2020	Bönen
Halbmarathon	BL 2019:							
		1:54:14 Std		Hoff, Klaus	60	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Männer M 70

10 km	BL 2019:	49:15 min	Kemper, Erhard	46	MC Menden	14.09.2019	Fröndenberg
		52:27 min	Kruse, Hansgeorg	48	MC Menden	26.01.2020	Hamm
Halbmarathon	BL 2019:	1:51:16 Std	Kruse, Hansgeorg	48	MC Menden	24.02.2019	Hamm
		1:56:03 Std	Kruse, Hansgeorg	48	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Kreis-Bestenliste 2020

Frauen

100 m	Rekord:	11,6 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
	BL 2019:	12,96 sec	0,1 Hinkelmann, Alina	97	SG Eintracht Ergste	05.05.2019	Lüdenscheid
		13,18 sec	0,0 Hinkelmann, Alina	97	SG Eintracht Ergste	14.08.2020	Iserlohn
		14,17 sec	-0,1 Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	14.08.2020	Iserlohn
200 m	Rekord:	24,5 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
	BL 2019:	26,54 sec	0,2 Hinkelmann, Alina	97	SG Eintracht Ergste	05.05.2019	Lüdenscheid
		26,21 sec	1,0 Hinkelmann, Alina	97	SG Eintracht Ergste	29.08.2020	Hagen
		29,71 sec	-0,2 Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	14.08.2020	Iserlohn
5 km	Rekord:	19:22 min	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	25.11.2011	Bertlich
	BL 2019:						
		20:07 min	Volz, Yvonne	94	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
		21:30 min	Post, Carina	97	LAZ Iserlohn	16.08.2020	Dortmund
10 km	Rekord:	34:18 min	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	12.03.1989	Leverkusen
	BL 2019:	41:16 min	Volz, Yvonne	94	MC Menden	15.09.2019	Siegburg
		41:42 min	Volz, Yvonne	94	MC Menden	12.01.2020	Bönen
		45:07 min	Post, Carina	97	LAZ Iserlohn	26.01.2020	Köln-Porz

weibliche Jugend U20

100 m	Rekord:	11,6 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
	BL 2019:	12,96 sec	0,3 Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	22.05.2019	Dortmund
		13,89 sec	-0,8 Hoffmann, Julia	02	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
		14,64 sec	1,1 Thietz, Tonja	02	LC Schwerte	14.08.2020	Iserlohn
		14,76 sec	-0,8 Goutsis, Helena	02	TuS Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
200 m	Rekord:	24,5 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
	BL 2019:	26,70 sec	-0,3 Grill, Michelle	00	SG Eintracht Ergste	01.06.2019	Menden
		28,46 sec	-0,1 Boniface, Sophie Marie	01	LC Schwerte	14.08.2020	Iserlohn
		28,55 sec	-0,1 Hoffmann, Julia	02	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
Weitsprung	Rekord:	6,13 m	Janke, Brigitte	??	LC Schwerte	02.07.1972	Lüdenscheid
	BL 2019:	5,20 m	0,1 Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	22.05.2019	Dortmund
		4,97 m	0,1 Wenzel, Lina	01	LC Schwerte	15.08.2020	Dortmund
Kugelstoß 4 kg	Rekord:	14,06 m	Venghaus, Claudia	77	TV Deilinghofen	14.06.2001	Iserlohn
	BL 2019:	8,72 m	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	20.06.2019	Iserlohn
		7,04 m	Goutsis, Helena	02	TuS Iserlohn	20.09.2020	Menden

weibliche Jugend U18

100 m	Rekord:	11,6 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich	
	BL 2019:	13,26 sec	-0,2 Thietz, Tonja	02	LC Schwerte	08.06.2019	Gladbeck	
		12,93 sec	-0,1 Hemmeke, Clara	04	LC Schwerte	13.09.2020	Hagen	
		13,57 sec	1,3 Huckschlag, Jana Sophie	04	LG Menden	20.09.2020	Menden	
		14,30 sec	1,3 Klein, Vanessa	03	LG Menden	20.09.2020	Menden	
		14,38 sec	1,3 Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden	
		14,52 sec	-0,8 Adler, Jule	03	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn	
		14,60 sec	1,3 Weihl, Jule	04	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden	
		14,63 sec	-0,8 Schittko, Lelia	03	TuS Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn	
		14,76 sec	-0,8 Budde, Paula	04	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn	
		15,08 sec	-0,8 Hoffmann, Franziska	04	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn	
		15,15 sec	-1,0 Ebbing, Alicia	04	LG Menden	14.08.2020	Iserlohn	
		15,31 sec	-1,0 Zander, Sarah	03	LG Menden	14.08.2020	Iserlohn	
	200 m	Rekord:	24,5 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
		BL 2019:	27,51 sec	-1,1 Hoffmann, Julia	02	LAZ Iserlohn	15.06.2019	Iserlohn
			26,74 sec	0,7 Hemmeke, Clara	04	LC Schwerte	23.08.2020	Solingen
		29,23 sec	0,0 Wrede, Ricarda	05	LC Schwerte	14.08.2020	Iserlohn	
		29,29 sec	-1,1 Sönmez, Nehir	05	TV Deilinghofen	23.08.2020	Solingen	
		29,76 sec	-0,2 / kS Radix, Rubi	05	TuS Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn	
		30,45 sec	0,0 Schittko, Lelia	03	TuS Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn	
		32,93 sec	-0,2 Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	14.08.2020	Iserlohn	
400 m	Rekord:	54,99 sec	Schnabel, Tanja	72	Letmather TV	22.07.1990	Heilbronn	
	BL 2019:	67,47 sec	Lehmann, Tabea Sophie	03	LAZ Iserlohn	24.05.2019	Holzwickede	
		69,27 sec	Lehmann, Tabea Sophie	03	LAZ Iserlohn	05.09.2020	Hagen	
800 m	Rekord:	2:05,58 min	Wulsch, Sigrid	53	SV Menden	09.08.1985	Lage	
	BL 2019:	2:35,64 min	Lehmann, Tabea Sophie	03	LAZ Iserlohn	20.06.2019	Iserlohn	
		2:37,60 min	Lehmann, Tabea Sophie	03	LAZ Iserlohn	21.08.2020	Borgholzhausen	
		2:38,04 min	Heintz, Hannah	04	LC Schwerte	14.08.2020	Iserlohn	
10 km	Rekord:	34:18 min	Wulsch, Sigrid	53	LG Menden	12.03.1989	Leverkusen	
	BL 2019:	48:04 min	Bähr, Alina	03	MC Menden	21.04.2019	Paderborn	
		50:26 min	Simon, Pauline	03	MC Menden	26.01.2020	Hamm	
Halbmarathon	Rekord:	1:14:03 Std	Mai, Christina	61	ASV Iserlohn	05.04.1998	Hannover	
	BL 2019:	1:57:58 Std	Simon, Pauline	03	MC Menden	28.04.2019	Hamburg	
		2:08:03 Std	Simon, Pauline	03	MC Menden	23.02.2020	Hamm	
Hochsprung	Rekord:	1,87 m	Serk, Sabine	61	TuS Iserlohn	30.07.1977	Sindelfngen	
	BL 2019:	1,50 m	Dümpelmann, Malou	02	LAZ Iserlohn	30.06.2019	Menden	
		1,50 m	Hoffmann, Franziska	04	LAZ Iserlohn	05.09.2020	Hagen	
		1,39 m	Ebbing, Alicia	04	LG Menden	20.09.2020	Menden	
		1,30 m	Klein, Vanessa	03	LG Menden	20.09.2020	Menden	
Weitsprung	Rekord:	6,13 m	Janke, Brigitte	??	LC Schwerte	02.07.1972	Lüdenscheid	
	BL 2019:	4,91 m	1,6 Hoffmann, Julia	02	LAZ Iserlohn	21.09.2019	Lage	
		4,65 m	-0,6 Hoffmann, Franziska	04	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden	
		4,43 m	-1,7 Zander, Sarah	03	LG Menden	20.09.2020	Menden	
		4,35 m	1,8 Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen	
		4,32 m	-0,1 Huckschlag, Jana Sophie	04	LG Menden	20.09.2020	Menden	
		3,88 m	0,0 Weihl, Jule	04	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden	

Kreis-Bestenliste 2020

weibliche Jugend U18

Kugelstoß 3 kg	Rekord:	13,78 m	Venghaus, Claudia	77	TV Deilinghofen	02.07.1991	Erkelenz
	BL 2019:	9,73 m	Zander, Sarah	03	LG Menden	19.07.2019	Deilinghofen
		9,68 m	Zander, Sarah	03	LG Menden	20.09.2020	Menden
		8,48 m	Klein, Vanessa	03	LG Menden	20.09.2020	Menden
		7,72 m	Ebbing, Alicia	04	LG Menden	20.09.2020	Menden
		7,70 m	Huckschlag, Jana Sophie	04	LG Menden	20.09.2020	Menden
	7,18 m	Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden	
Speerwurf 500 g	Rekord:	36,48 m	Göcking, Lorena	97	ASV Iserlohn	20.04.2013	Iserlohn
	BL 2019:	34,36 m	Zander, Sarah	03	LG Menden	19.07.2019	Deilinghofen
		34,11 m	Zander, Sarah	03	LG Menden	12.09.2020	Hagen
Dreikampf 100 m / Weit / Kug 3 kg	Rekord:	1858 Pkt.	Wienand, Rebecca	84	TV Deilinghofen	26.05.2001	Hemer
	BL 2019:	1321 Pkt.	Zander, Sarah	03	LG Menden	03.10.2019	Deilinghofen
		1293 Pkt.	Zander, Sarah	03	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		1273 Pkt.	Huckschlag, Jana Sophie	04	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		1182 Pkt.	Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		14,61 (-1,9) 4,35 (1,8) 6,12					

Jugend W15

100 m	Rekord:	11,6 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
	BL 2019:	13,36 sec	0,7 Hense, Zaya Marie	04	LC Schwerte	02.06.2019	Hagen
		13,29 sec	-0,9 Sönmez, Nehir	05	TV Deilinghofen	13.09.2020	Hagen
		14,38 sec	0,9 Wrede, Ricarda	05	TuS Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
		14,72 sec	0,8 Kaiser, Clara	05	LG Menden	20.09.2020	Menden
		14,77 sec	0,9 / kS Radix, Rubi	05	TuS Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
800 m	Rekord:	2:05,58 min	Wulsch, Sigrid	53	SV Menden	09.08.1985	Lage
	BL 2019:	2:45,02 min	Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	30.06.2019	Menden
		2:40,01 min	Sorge, Colien	05	MC Menden	20.09.2020	Menden
	3:02,01 min	kS Luck, Kayleigh-Ann	05	MC Menden	20.09.2020	Menden	
5 km	Rekord:	19:22 min	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	25.11.2011	Bertlich
	BL 2019:	23:12 min	Müller, Franziska	04	LAZ Iserlohn	08.12.2019	Hamm
		22:13 min	Wrede, Ricarda	05	TuS Iserlohn	01.03.2020	Leverkusen
Hochsprung	Rekord:	1,87 m	Serk, Sabine	61	TuS Iserlohn	30.07.1977	Sindelfngen
	BL 2019:	1,50 m	Hoffmann, Franziska	04	LAZ Iserlohn	16.06.2019	Paderborn
		1,45 m	Schewell, Carlotta	05	LAZ Iserlohn	05.09.2020	Hagen
Weitsprung	Rekord:	6,13 m	Janke, Brigitte	??	LC Schwerte	02.07.1972	Lüdenscheid
	BL 2019:	4,68 m	Barthelmes, Joan Mercedes	04	TV Deilinghofen	20.06.2019	Iserlohn
		4,68 m	0,4 Sönmez, Nehir	05	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		4,60 m	-0,6 Schewell, Carlotta	05	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		4,13 m	0,6 Kaiser, Clara	05	LG Menden	20.09.2020	Menden

Kreis-Bestenliste 2020

Jugend W15

Kugelstoß 3 kg	Rekord:	13,78 m	Venghaus, Claudia	77	TV Deilinghofen	02.07.1991	Erkelenz
	BL 2019:	7,27 m	Ebbing, Alicia	04	LG Menden	30.06.2019	Menden
		6,34 m	Kaiser, Clara	05	LG Menden	20.09.2020	Menden
		6,14 m	Sönmez, Nehir	05	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
Dreikampf 100 m / Weit / Kug 3 kg	Rekord:	1858 Pkt.	Wienand, Rebecca	84	TV Deilinghofen	26.05.2001	Hemer
	BL 2019:	1228 Pkt.	Huckschlag, Jana Sophie	04	LG Menden	03.10.2019	Deilinghofen
		1303 Pkt.	Sönmez, Nehir	05	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		1122 Pkt.	Kaiser, Clara	05	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
			13,87 (-1,9) 4,68 (0,4) 6,14 15,26 (-1,9) 4,01 (-0,6) 6,07				

Jugend W14

100 m	Rekord:	11,6 sec	Scheppan, Ruth	70	LAV Menden	15.06.1986	Willich
	BL 2019:	13,13 sec	0,1 Dunke, Annalotta	05	LG Schwerte/Westh.	18.05.2019	Olfen
		14,36 sec	1,0 Scholle, Finja Luisa	06	LG Menden	20.09.2020	Menden
		14,60 sec	1,0 / kS Musche, Jasmin	06	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		15,42 sec	0,3 Schürmann, Sinja	06	LAZ Iserlohn	14.08.2020	Iserlohn
		16,07 sec	-1,9 / kS Bartmann, Lisann	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		16,99 sec	-1,9 / kS Jäger, Lea	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
800 m	Rekord:	2:05,58 min	Wulsch, Sigrid	53	SV Menden	09.08.1985	Lage
	BL 2019:	2:35,97 min	Schmid, Linda	05	SG Eintracht Ergste	20.06.2019	Iserlohn
		3:06,30 min	kS Musche, Jasmin	06	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
80 m Hürden	Rekord:	11,84 sec	Severin, Eva	76	SC 1912 Hennen	25.08.1990	Ahlen
	BL 2019:	13,95 sec	-1,7 Scholle, Finja Luisa	06	LG Menden	15.06.2019	Iserlohn
		13,79 sec	0,6 Scholle, Finja Luisa	06	LG Menden	20.09.2020	Menden
Hochsprung	Rekord:	1,87 m	Serk, Sabine	61	TuS Iserlohn	30.07.1977	Sindelfngen
	BL 2019:	1,47 m	Scholle, Finja Luisa	06	LG Menden	15.06.2019	Iserlohn
		1,36 m	kS Musche, Jasmin	06	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		1,30 m	Schürmann, Sinja	06	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
Weitsprung	Rekord:	6,13 m	Janke, Brigitte	??	LC Schwerte	02.07.1972	Lüdenscheid
	BL 2019:	4,73 m	-1,4 Sönmez, Nehir	05	TV Deilinghofen	25.05.2019	Menden
		4,56 m	-2,0 Scholle, Finja Luisa	06	LG Menden	20.09.2020	Menden
		3,95 m	4,2 / kS Musche, Jasmin	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		3,50 m	-0,2 / kS Bartmann, Lisann	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		3,11 m	0,6 / kS Jäger, Lea	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
Kugelstoß 3 kg	Rekord:	13,78 m	Venghaus, Claudia	77	TV Deilinghofen	02.07.1991	Erkelenz
	BL 2019:	6,87 m	Kaiser, Clara	05	LG Menden	31.08.2019	Witten
		6,68 m	kS Musche, Jasmin	06	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		5,15 m	kS Bartmann, Lisann	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		5,04 m	kS Jäger, Lea	06	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen

Kreis-Bestenliste 2020

Jugend W14

Dreikampf 100 m / Weit / Kug 3 kg	Rekord: 1858 Pkt. BL 2019: 1228 Pkt.	Wienand, Rebecca Huckschlag, Jana Sophie	84 04	TV Deilinghofen LG Menden	26.05.2001 03.10.2019	Hemer Deilinghofen
	1165 Pkt.	kS Musche, Jasmin		06 TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		14,71 (-1,9) 3,95 (4,2) 6,34				
	958 Pkt.	kS Bartmann, Lisann		06 TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		16,07 (-1,9) 3,50 (-0,2) 5,15				
	850 Pkt.	kS Jäger, Lea		06 TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		16,99 (-1,9) 3,11 (0,6) 5,04				

Jugend W13

75 m	Rekord: 9,43 sec BL 2019: 10,92 sec	Landsiedel, Ilka Scholle, Finja Luisa	77 06	LG Iserlohn/Letm. LG Menden	23.06.1986 25.05.2019	Dortmund Menden
	11,12 sec	Holterhöfer, Franziska	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
	11,29 sec	Lashöfer, Maja	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
	11,40 sec	Schubert, Celine	07	LG Menden	14.08.2020	Iserlohn
	11,63 sec	Wöllecke, Antje	07	SG Eintracht Ergste	20.09.2020	Menden
	11,86 sec	Hampel, Sina	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
	12,07 sec	Tekhaus, Jule	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
	12,31 sec	Mulaku, Debora	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
	13,25 sec	0,1 kS Müller, Maxime	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
800 m	Rekord: 2:05,58 min BL 2019: 2:45,89 min	Wulsch, Sigrid Scholle, Finja Luisa	53 06	SV Menden LG Menden	09.08.1985 06.09.2019	Lage Neheim-Hüsten
	2:45,76 min	Wöllecke, Antje	07	SG Eintracht Ergste	20.09.2020	Menden
	2:52,12 min	Hampel, Sina	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
	2:54,38 min	Tekhaus, Jule	07	SG Eintracht Ergste	20.09.2020	Menden
	2:58,22 min	Holterhöfer, Franziska	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
60 m Hürden	Rekord: 9,80 sec BL 2019: 11,14 sec	Dohle, Kristina Scholle, Finja Luisa	92 06	LG Menden LG Menden	25.09.2005 15.09.2019	Arnsberg Menden
	11,97 sec	Hampel, Sina	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
Hochsprung	Rekord: 1,87 m BL 2019: 1,47 m	Serk, Sabine Scholle, Finja Luisa	61 06	TuS Iserlohn LG Menden	30.07.1977 06.09.2019	Sindelfngen Neheim-Hüsten
	1,18 m	Hampel, Sina	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
	1,10 m	Mulaku, Debora	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
Weitsprung	Rekord: 6,13 m BL 2019: 4,58 m	Janke, Brigitte Scholle, Finja Luisa	?? 06	LC Schwerte LG Menden	02.07.1972 06.09.2019	Lüdenscheid Neheim-Hüsten
	4,15 m	Holterhöfer, Franziska	07	LG Menden	20.09.2020	Menden
	4,13 m	Lashöfer, Maja	07	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
	3,51 m	Tekhaus, Jule	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
	3,32 m	Mulaku, Debora	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
	3,06 m	kS Müller, Maxime	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
Ballwurf 200 gr	Rekord: 56,00 m BL 2019: 37,50 m	Pieper, Linda Lohre, Johanna	84 06	LG Menden LAZ Iserlohn	25.09.1999 03.10.2019	Gütersloh Deilinghofen
	27,00 m	Holterhöfer, Franziska	07	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
	26,00 m	Hampel, Sina	07	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
	24,00 m	kS Müller, Maxime	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
	21,00 m	Tekhaus, Jule	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
	21,00 m	Mulaku, Debora	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
	16,50 m	Lashöfer, Maja	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen

Kreis-Bestenliste 2020

Jugend W13

Dreikampf 75 m / Weit / Ball 200 g	Rekord:	1526 Pkt.	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	17.07.2004	Ergste
	BL 2019:	1301 Pkt. kS	Lohre, Johanna	06	LAZ Iserlohn	03.10.2019	Deilinghofen
		1181 Pkt.	Holterhöfer, Franziska 11,41 (-0,2) 3,94 (0,6) 27,00	07	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		1100 Pkt.	Lashöfer, Maja 11,29 (0,1) 4,09 (2,8) 16,50	07	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
		1013 Pkt.	Tekhaus, Jule 12,07 (-0,2) 3,51 (-1,7) 21,00	07	SG Eintracht Ergste	04.10.2020	Deilinghofen
		923 Pkt.	Mulaku, Debora 12,31 (-0,2) 2,97 (0,0) 21,00	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen
		888 Pkt. kS	Müller, Maxime 13,25 (0,1) 2,97 (-0,7) 24,00	07	LAZ Iserlohn	04.10.2020	Deilinghofen

Jugend W12

75 m	Rekord:	9,43 sec	Landsiedel, Ilka	77	LG Iserlohn/Letm.	23.06.1986	Dortmund
	BL 2019:	10,95 sec	Schubert, Celine	07	LG Menden	30.06.2019	Menden
		11,20 sec	Meyering, Nele	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		11,40 sec	Kühl, Marlene	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		11,65 sec 0,0 kS	Hedt, Laura	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		11,88 sec kS	Relke, Tilly	08	MC Menden	20.09.2020	Menden
		11,92 sec	Treude, Lena	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		12,08 sec kS	Gailer, Lotte	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		13,33 sec	Hermes, Lea	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
800 m	Rekord:	2:05,58 min	Wulsch, Sigrid	53	SV Menden	09.08.1985	Lage
	BL 2019:	2:44,48 min	Wöllecke, Antje	07	SG Eintracht Ergste	15.09.2019	Menden
		2:53,47 min kS	Luck, Shannon	08	MC Menden	20.09.2020	Menden
		2:53,54 min kS	Relke, Tilly	08	MC Menden	20.09.2020	Menden
		3:07,44 min kS	Hedt, Laura	08	MC Menden	20.09.2020	Menden
60 m Hürden	Rekord:	9,80 sec	Dohle, Kristina	92	LG Menden	25.09.2005	Arnsberg
	BL 2019:	12,63 sec	Holterhöfer, Franziska	06	LG Menden	15.05.2019	Unna
		12,81 sec kS	Gailer, Lotte	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
Hochsprung	Rekord:	1,87 m	Serk, Sabine	61	TuS Iserlohn	30.07.1977	Sindelfngen
	BL 2019:	1,30 m	Klemann, Emmlie Lina	07	LC Schwerte	30.06.2019	Dortmund
		1,21 m kS	Gailer, Lotte	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		1,18 m kS	Hedt, Laura	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
Weitsprung	Rekord:	6,13 m	Janke, Brigitte	??	LC Schwerte	02.07.1972	Lüdenscheid
	BL 2019:	4,31 m	Schubert, Celine	07	LG Menden	20.06.2019	Iserlohn
		4,11 m	Meyering, Nele	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		3,60 m kS	Gailer, Lotte	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
		3,43 m -0,7 kS	Hedt, Laura	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
		3,40 m	Treude, Lena	08	LAZ Iserlohn	20.09.2020	Menden
		2,77 m	Hermes, Lea	08	LG Menden	20.09.2020	Menden
Kugelstoß 3 kg	Rekord:	13,78 m	Venghaus, Claudia	77	TV Deilinghofen	02.07.1991	Erkelenz
	BL 2019:	4,69 m	Schubert, Celine	07	LG Menden	25.05.2019	Menden
		4,36 m kS	Gailer, Lotte	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden

Kreis-Bestenliste 2020

Jugend W12

Ballwurf 200 gr	Rekord:	56,00 m	Pieper, Linda	84	LG Menden	25.09.1999	Gütersloh
	BL 2019:	29,50 m	Schubert, Celine	07	LC Schwerte	18.05.2019	Deilinghofen
	29,00 m	kS	Hedt, Laura	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen
	25,00 m	kS	Gailer, Lotte	08	TV Deilinghofen	20.09.2020	Menden
Dreikampf 75 m / Weit / Ball 200 g	Rekord:	1526 Pkt.	Sommer, Dana	91	LG Schwerte	17.07.2004	Ergste
	BL 2019:	1100 Pkt.	Lashöfer, Maja	07	TV Deilinghofen	03.10.2019	Deilinghofen
	1115 Pkt.	kS	Hedt, Laura 11,65 (0,0) 3,43 (-0,7) 29,00	08	LG Menden	04.10.2020	Deilinghofen

Frauen W 35

10 km	BL 2019:	48:45 min	Truppat, Nadine	80	MC Menden	03.11.2019	Dortmund
		41:22 min	Walter, Verena	81	MC Menden	26.01.2020	Hamm

Frauen W 40

100 m	BL 2019:							
		15,16 sec	-1,9	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
10 km	BL 2019:	43:04 min	Zimmermann, Franka	76	MC Menden	27.01.2019	Hamm	
		42:43 min	Ebert, Nadine	78	MC Menden	12.01.2020	Bönen	
		43:45 min	Zimmermann, Franka	76	MC Menden	26.01.2020	Hamm	
Halbmarathon	BL 2019:	1:35:02 Std	Zimmermann, Franka	76	MC Menden	24.02.2019	Hamm	
		1:36:41 Std	Ebert, Nadine	78	MC Menden	23.02.2020	Hamm	
Weitsprung	BL 2019:	3,59 m	0,3	Flath, Corina	75	LG Menden	01.06.2019	Menden
		3,79 m	2,3	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen
Kugelstoß 4 kg	BL 2019:	7,27 m	Flath, Corina	75	LG Menden	01.06.2019	Menden	
		7,89 m	Kirchhoff, Katrin	80	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen	
Dreikampf 100 m / Weit / Kug 4 kg	BL 2019:							
		1334 Pkt.	Kirchhoff, Katrin 15,16 (-1,9) 3,79 (2,3) 7,89	80	TV Deilinghofen	04.10.2020	Deilinghofen	

Frauen W 50

10 km	BL 2019:	56:17 min	Frigge, Claudia	66	MC Menden	12.10.2019	Coesfeld
		55:01 min	Frigge, Claudia	66	MC Menden	12.01.2020	Bönen

Kreis-Bestenliste 2020

Frauen W 55

10 km	BL 2019:	50:11 min	Krause, Silke	64	MC Menden	08.06.2019	Oelde
		51:17 min	Krause, Silke	64	MC Menden	12.01.2020	Bönen
Halbmarathon	BL 2019:	1:54:09 Std	Krause, Silke	64	MC Menden	24.02.2019	Hamm
		2:02:53 Std	Krause, Silke	64	MC Menden	23.02.2020	Hamm

Frauen W 60

5 km	BL 2019:						
		24:20 min	Andres, Barbara	58	MC Menden	16.08.2020	Dortmund
10 km	BL 2019:	47:40 min	Andres, Barbara	58	MC Menden	06.12.2019	Wiedenbrück
		46:57 min	Andres, Barbara	58	MC Menden	26.01.2020	Hamm
Halbmarathon	BL 2019:						
		1:41:53 Std	Andres, Barbara	58	MC Menden	23.02.2020	Hamm