

Bestenliste Senioren

Nr. 42

09.06.2012

W40	100m	Annett Kramer 67	15,02s	30.5.10	Celle
	200m	Regina Goedejohann 63	32,87s	20.5.07	Wehdel
	800m	Regina Goedejohann 63	3:22,5	14.8.05	Nienhagen
	80mH 76,2	Regina Goedejohann 63	16,8s	1.5.07	Nienhagen
	Hochsprung	Annett Kramer 67	1,38m	31.7.10	Nienhagen
	Weitsprung	Annett Kramer 67	4,21m	30.5.10	Celle
	Kugel 4kg	Regina Goedejohann 63	7,47m	28.8.06	Nienhagen
	Diskus 1,0kg	Regina Goedejohann 63	15,99m	23.4.05	Nienhagen
	Speer 600g	Regina Goedejohann 63	16,76m	23.4.05	Nienhagen
	5K 100 W K4 H 800	Annett Kramer 67 15,11 - 3,79 - 5,74 - 1,34 - 3:55,74	1841	31.7.10	Nienhagen
W45	100m	Regina Goedejohann 63	15,23s	30.5.10	Celle
	200m	Regina Goedejohann 63	31,51s	27.6.10	Kaiserslautern
	400m	Regina Goedejohann 63	76,59s	9.5.10	Langen
	800m	Regina Goedejohann 63	3:06,26	12.9.10	Zeven
	80mH 76,2	Regina Goedejohann 63	16,77s	27.6.08	Kevelaer
	Hochsprung	Regina Goedejohann 63	1,18m	1.8.09	Nienhagen
	Weitsprung	Regina Goedejohann 63	3,56m	5.9.10	Delmenhorst
	Kugel 4kg	Regina Goedejohann 63	7,58m	9.4.11	Nienhagen
	Diskus 1,0kg	Regina Goedejohann 63	18,01m	24.4.10	Suderburg
	Speer 600g	Regina Goedejohann 63	18,17m	13.9.09	Winsen/Luhe
	5K 100 W K4 H 800	Regina Goedejohann 63 15,38 - 3,43 - 7,57 - 1,18 - 3:11,59	2259	1.8.09	Nienhagen
	7K 100H H K4 200 W Sp6 800	Regina Goedejohann 63 17,73 - 1,16 - 7,39 - 32,12 3,45 - 14,45 - 3:06,26	2862	11./12. 9. 10	Zeven
Halle	60m	Regina Goedejohann 63	10,20s	14.2.09	Magdeburg
	60mH	Regina Goedejohann 63	12,57s	14.2.09	Magdeburg

M30	Diskus 2,0kg	Hans-Herrmann Wolf 58	28,24m	30.4.88	Lachendorf
	Speer 800g	Hans-Herrmann Wolf 58	48,54m	30.4.88	Lachendorf
	4x100m	Elksnat F 72, Wickinger E 65 Heinze I 59, Beckmann J 67	49,19s	24.4.09	Wunstorf
M35	100m	Erik Wickinger 65	12,10s	9.6.04	Soltau
	200m	Erik Wickinger 65	24,58s	7.8.04	Großburgwedel
	400m	Enrico Röthig 72	62,58s	9.4.11	Nienhagen
	800m	Ehrenfried Blümel 41	2:13,9	18.8.79	Celle
	1000m	Ehrenfried Blümel 41	2:51,6	17.6.80	Munster
	1500m	Ehrenfried Blümel 41	4:41,6	10.5.80	Celle
	5000m	Werner Gaschler 53	20:53,3	30.4.98	Unterlüß
	10000m	Ehrenfried Blümel 41	40:20,0	23.4.78	Celle
	1 Std-Lauf	Ehrenfried Blümel 41	14868m	23.4.78	Celle
	400mH 91,4	Enrico Röthig 72	77,12s	6.7.11	Nienhagen
	3000m Hin	Jürgen Beckmann 67	12:38,78	7.9.05	Nienhagen
	Hochsprung	Jürgen Beckmann 67	1,75m	9.6.06	Hannover
	Stabhochsprung	Dirk Bornemann 67	3,34m	14.6.06	Nienhagen
	Weitsprung	Erik Wickinger 65	5,98m	7.8.04	Großburgwedel
	Dreisprung	Jürgen Beckmann 67	11,38m	14.6.06	Nienhagen
	Kugel 7,25kg	Dirk Bornemann 67	10,65m	23.4.05	Nienhagen
	Diskus 2,0kg	Dirk Bornemann 67	28,89m	30.9.06	Celle
Speer 800g	Dirk Bornemann 67	45,57m	23.4.05	Nienhagen	
5K W Sp8 200 D2 1500	Erik Wickinger 65 5,68 - 28,26 - 24,4 - 26,53 - 6:16,6	2028	14.8.04	Nienhagen	

	5K Mannschaft	Wickinger E 65, Heinze I 59, Goedejohann C 63	4735	26.6.04	Hannover
Halle	60m	Frank Elksnat 72	8,34s	14.12.08	Hannover
	200m	Enrico Röthig 72	28,04s	22.1.11	Halle
	400m	Enrico Röthig 72	66,04s	9.1.11	Hannover
	800m	Enrico Röthig 72	2:47,64	22.1.11	Halle
M40	100m	Erik Wickinger 65	11,53s	21.6.08	Verden
	200m	Erik Wickinger 65	23,81s	29.6.08	Kevelaer
	400m	Erik Wickinger 65	58,72s	20.5.07	Wehdel
	800m	Caspar Goedejohann 63	3:15,18	20.5.07	Wehdel
	1500m	Ehrenfried Blümel 41	4:42,0	20.9.81	Lüneburg
	3000m	Ehrenfried Blümel 41	11:11,2	4.9.82	Celle
	1 Std-Lauf	Ernst-Günter Runge 47	14805m	26.9.87	Celle
	110mH 99,0	Ingo Heinze 59	18,07s 17,4s	2.6.02 5.6.02	Wilhelmshaven Bad Bevensen
	400mH 91,4	Jürgen Beckmann 67	66,07s	10.9.08	Nienhagen
	4 x 100m	Heinze I 59, Ganz C 66, Beckmann J 67, Wickinger E 65	47,54s	5.5.07	Celle
	Hochsprung	Jürgen Beckmann 67	1,77m	29.6.08	Kevelaer
	Stabhochsprung	Dirk Bornemann 67	3,43m	15.7.07	Nienhagen
	Weitsprung	Erik Wickinger 65	5,92m	23.4.05	Nienhagen
	Dreisprung	Jürgen Beckmann 67	11,67m	21.6.08	Verden
	Kugel 7,25kg	Carsten Ganz 66	12,65m	5.5.07	Celle
	Diskus 2,0kg	Carsten Ganz 66	32,82m	30.9.06	Celle
	Speer 800g	Dirk Bornemann 67	45,70m	10.6.07	Salzgitter
	5K W Sp8 200 D2 1500	Jürgen Beckmann 67 5,37 - 30,98 - 26,15 - 21,38 - 5:15,62	2051	23.8.08	Nienhagen
Halle	60m	Erik Wickinger 65	7,84s	15.1.06	Hannover
	200m	Erik Wickinger 65	25,33s	15.1.06	Hannover
M45	100m	Erik Wickinger 65	11,91s	9.7.11	Celle
	200m	Erik Wickinger 65	24,36s	2.6.11	Nienhagen
	400m	Erik Wickinger 65	57,17s	18.8.11	Hamburg
	800m	Ingo Heinze 59	2:28,2	30.6.04	Unterlüß
	1500m	Ingo Heinze 59	5:43,64	26.6.04	Hannover
	Halbmarathon	Reik Weber 60	2:12:46	19.4.09	Tangermünde
	Marathon	Reik Weber 60	3:44:23	25.9.05	Berlin
	110mH 99,0	Ingo Heinze 59	17,87s	10.6.07	Salzgitter
	400mH 91,4	Ingo Heinze 59	64,16s	7.7.07	Zittau
	3000m Hind 91,4	Reik Weber 60	13:54,94	7.9.05	Nienhagen
	Hochsprung	Ingo Heinze 59	1,50m	29.5.05	Delmenhorst
	Stabhochsprung	Dirk Kramer 63	2,30m	12.9.10	Zeven
	Weitsprung	Ingo Heinze 59	5,00m	27.6.04	Hannover
	Kugel 7,25kg	Ingo Heinze 59	8,61m	1.5.04	Nienhagen
	Diskus 2,0kg	Dirk Bornemann 67	27,34m	21.4.12	Nienhagen
	Speer 800g	Ewald March 43	40,36m	9.9.90	Nienhagen
	5K W Sp8 200 D2 1500	Ingo Heinze 59 5,00 - 24,92 - 27,08 - 20,37 - 5:43,64	1666	26.6.04	Hannover
	Werfer 5K H7 K7 D2 Sp8 G15	Caspar Goedejohann 63 10,54 - 7,37 - 20,17 - 26,05 - 5,23	1087	3.10.08	Bremen
	10K 100 W K7 H 400 110H D2 St Sp8 1500	Dirk Kramer 63 14,69 - 4,79 - 7,50 - 1,32 - 76,82 22,12 - 22,02 - 2,30 - 27,65 - 6:50,48	3318	11./12. 9.10	Zeven
Halle	60m	Erik Wickinger 65	7,68s	4.3.12	Erfurt
	200m	Erik Wickinger 65	24,68s	13.2.11	Erfurt
M50	100m	Ingo Heinze 59	13,11s	24.5.09	Wunstorf
	200m	Ingo Heinze 59	26,62s	6.6.09	Dessau

BR	400m	Ingo Heinze 59	60,85s	6.6.09	Dessau
	1500m	Ingo Heinze 59	5:54,97	13.6.10	Aichach
	100mH 91,4	Ingo Heinze 59	15,36s	6.6.09	Dessau
	400mH 84,0	Ingo Heinze 59	65,76s	1.5.09	Nienhagen
	Hochsprung	Ingo Heinze 59	1,44m	13.9.09	Gronau
	Weitsprung	Ingo Heinze 59	5,09m	7.6.09	Dessau
	Kugel 6kg	Ingo Heinze 59	9,53m	22.3.09	Sudenburg
	Diskus 1,5kg	Ingo Heinze 59	27,49m	14.3.09	Lehrte
	Speer 700g	Ingo Heinze 59	24,51m	13.6.10	Aichach
	5K W Sp7 200 D15 1500	Ingo Heinze 59 4,93 - 24,51 - 27,31 - 25,42 - 5:54,97	2448	13.6.10	Aichach
	Halle	60m	Ingo Heinze 59	8,31s	14.2.09
200m		Ingo Heinze 59	27,12s	28.2.09	Düsseldorf
60mH 91,4		Ingo Heinze 59	9,38s	14.2.09	Magdeburg
Hochsprung		Ingo Heinze 59	1,46m	8.1.11	Magdeburg
Weitsprung		Ingo Heinze 59	5,04m	12.12.10	Hannover
Kugel 6kg		Ingo Heinze 59	9,22m	22.1.11	Halle
1000m		Ingo Heinze 59	3:39,88	16.3.11	Gent/BEL
5K 60H W K6 H 1000		Ingo Heinze 59 9,69 - 4,54 - 9,09 - 1,39 - 3:39,88	2865	16.3.11	Gent/BEL
M55	100m	Jürgen Rudert 48	13,67s	4.9.05	Sarstedt
	200m	Jürgen Rudert 48	28,68s	22.6.05	Delmenhorst
	Hochsprung	Jürgen Rudert 48	1,40m	26.8.05	Hannover
	Stabhochsprung	Jürgen Rudert 48	3,42m	19.9.05	Elze
	Weitsprung	Jürgen Rudert 48	5,08m	4.9.05	Sarstedt
	Diskus 1,5kg	Jürgen Rudert 48	31,45m	26.6.05	Hannover
	Speer 700g	Jürgen Rudert 48	37,73m	26.6.05	Hannover
M60	100m	Ewald Richter 45	14,08s	10.5.09	Langen
	200m	Ewald Richter 45	29,21s	23.5.09	Wunstorf
	400m	Ewald Richter 45	69,98s	6.6.09	Dessau
	1500m	Ewald Richter 45	6:30,07	1.8.09	Nienhagen
	100mH 84,0	Ewald Richter 45	22,97s	13.9.09	Winsen/Luhe
	Hochsprung	Ewald Richter 45	1,36m	12.9.09	Winsen/Luhe
	Stabhochsprung	Ewald Richter 45	1,90m	13.9.09	Winsen/Luhe
	Weitsprung	Ewald Richter 45	4,46m	7.6.09	Dessau
	Kugel 5kg	Ewald Richter 45	9,93m	10.5.09	Langen
	Diskus 1,0kg	Ewald Richter 45	30,95m	14.6.09	Ahlen
	Speer 600g	Ewald Richter 45	32,21m	6.9.09	Hannover
	5K W Sp6 200 D1 1500	Ewald Richter 45 4,34 - 27,93 - 29,45 - 30,95 - 6:38,88	2678	14.6.09	Ahlen
	10K 100 W K5 H 400 100H D1 St Sp6 1500	Ewald Richter 45 14,82 - 4,07 - 9,11 - 1,36 - 72,94 22,97 - 27,44 - 1,90 - 29,72 - 6:50,99	4609	12./13. 9.09	Winsen/Luhe
Halle	60m	Ewald Richter 45	9,07s	14.2.09	Magdeburg
	200m	Ewald Richter 45	30,12s	14.2.09	Magdeburg
	Weit	Ewald Richter 45	4,24m	14.12.08	Hannover
M65	100m	Ewald Richter 45	14,37s	9.5.10	Langen
	200m	Ewald Richter 45	29,61s	13.6.10	Aichach
	400m	Ewald Richter 45	66,79s	3.7.10	Kevelaer
	1500m	Ewald Richter 45	6:09,46	13.6.10	Aichach
	100mH 84,0	Ewald Richter 45	21,58s	12.9.10	Zeven
	Hochsprung	Ewald Richter 45	1,45m	15.5.11	Verden
	Stabhochsprung	Ewald Richter 45	2,10m	12.9.10	Zeven
	Weitsprung	Ewald Richter 45	4,48m	4.7.10	Kevelaer
	Kugel 5kg	Ewald Richter 45	9,26m	8.7.11	Sacramento/USA
	Diskus 1,0kg	Ewald Richter 45	29,62m	31.7.10	Nienhagen

	Speer 600g	Ewald Richter 45	33,42m	9.7.11	Sacramento/USA
	5K W Sp6 200 D1 1500	Ewald Richter 45 4,25 - 30,33 - 29,68 - 29,62 - 6:12,11	3183	31.7.10	Nienhagen
BR	10K 100 W K5 H 400 100H D1 St Sp6 1500	Ewald Richter 45 14,28 - 4,48 - 9,06 - 1,44 - 68,10 21,58 - 27,20 - 2,10 - 29 19 - 6:22,56	6122	11./12.9.2010	Zeven
Halle	60m	Ewald Richter 45	9,31s	12.12.10	Hannover
	200m	Ewald Richter 45	30,40s	8.1.11	Magdeburg
	400m	Ewald Richter 45	68,53s	13.2.11	Erfurt
	60m Hürden 84,0	Ewald Richter 45	12,43s	16.3.11	Gent/BEL
	Hochsprung	Ewald Richter 45	1,46m	8.1.11	Magdeburg
	Weitsprung	Ewald Richter 45	4,71m	12.12.10	Hannover
	Kugel 5kg	Ewald Richter 45	9,56m	16.3.11	Gent/BEL
	1000m	Ewald Richter 45	4:11,33	16.3.11	Gent/BEL
5K 60H W K5 H 1000	Ewald Richter 45 12,43 - 4,09 - 9,56 - 1,42 - 4:11,30	3201	16.3.11	Gent/BEL	

Mixed	4 x 100m	Goedejohann R 63, Frank HH 57, Goedejohann C 63, Richter, E 45	58,92s	18.5.08	Langen
--------------	----------	---	--------	---------	--------