

# Ewige Bestenliste

Stand: 05.09.2015

## LAUFSTRECKEN

S= Schülerklasse

### W Jgd B

#### 100 m

13,53	Erlei, Nora	86		29.06.2003	Havixbeck
13,96	Wilke, Carla-Marie	95	S	02.06.2010	Nordkirchen

#### 200 m

27,62	Wessels, Vanessa	88	S	18.06.2003	Nordkirchen
27,68	Erlei, Nora	86		07.06.2002	Münster-Roxel
28,36	Wilke, Carla-Marie	95	S	16.05.2010	Greven

#### 300 m

43,39	Wessels, Vanessa	88	S	06.07.2003	Gladbeck
45,17	Wilke, Carla-Marie	95	S	24.04.2010	Dülmen
45,4	Erlei, Nora	86	S	07.06.2000	Kamen
46,37	Meyer, Rike	86	S	27.05.2001	Rheine

#### 400 m

62,52	Wessels, Vanessa	88	S	26.07.2003	Coesfeld
63,65	Erlei, Nora	86		02.06.2002	Hagen

#### 800 m

2:20,39	Wessels, Vanessa	88		14.05.2004	Münster-Roxel
2:26,96	Meyer, Rike	86	S	25.08.2001	Bielefeld
2:27,66	Schmiemann, Sandra	85		07.06.2002	Münster-Roxel
2:28,42	Großkopff, Isabelle	91		02.06.2007	Rheine
2:33,22	Erlei, Nora	86	S	26.08.2000	Hagen
2:39,80	Böckmann, Manuela	68	S	08.06.1980	Rheine

#### 1500 m

4:59,52	Schmiemann, Sandra	85		13.07.2002	Schweinfurt
5:05,80	Meyer, Rike	86	S	27.08.2001	Melle
5:06,98	Großkopff, Isabelle	91		29.06.2008	Bielefeld
5:32,45	Kümpers, Julia	92		14.06.2009	Münster

#### 3000 m

10:36,10	Schmiemann, Sandra	85		22.05.2002	Almelo/NL
10:39,72	Großkopff, Isabelle	91		01.06.2008	Münster
11:07,38	Meyer, Rike	86	S	27.04.2001	Arnsberg
11:19,39	Wessels, Vanessa	88		24.04.2004	Hagen
11:38,95	Kümpers, Julia	92		26.06.2009	Telgte
12:36,86	Erlei, Nora	86	S	27.04.2001	Arnsberg

#### 1500 m Hindernis

5:37,96	Großkopff, Isabelle	91		24.05.2008	Münster-Roxel
---------	---------------------	----	--	------------	---------------

**3 x 800 m**

7:42,87	ESV	S	10.05.2000	Lemgo
	Schmiemann S. (85), Erlei N. (86), Meyer R. (86)			
7:50,44	ESV		29.05.2003	Kaarst
	Wessels V. (88), Erlei N. (86), Meyer R. (86)			
8:11,16	ESV	S	16.05.1999	Münster
	Acconci M. (87), Meyer R. (86), Erlei N. (86)			

**W Jgd B****5 km Straße**

18:49	Großkopff, Isabelle	91	09.05.2008	Emsdetten
19:27	Meyer, Rike	86	31.12.2003	Münster
19:41	Schmiemann, Sandra	85	06.10.2001	Sythen
20:47	Wessels, Vanessa	88 S	31.12.2003	Münster
21:29	Ennen, Nina	90 S	27.10.2001	Nordwalde
21:31	Kümpers, Julia	92	31.12.2008	Münster

**5 km Straße Mannschaft**

01:02:05	ESV	S	31.12.1999	Münster
	Meyer R. (86) 19:44, Schmiemann S. (85) 20:39, Acconci M. (87) 21:42			
01:05:29	ESV	S	10.03.2001	Münster
	Meyer R. (86), Ennen N. (90), Erlei N. (86)			

**7,5 km Straße**

32:36	Schmiemann, Sandra	85	10.03.2001	Münster
34:32	Meyer, Rike	86 S	29.11.1998	Bertlich
36:41	Acconci, Maria	87 S	06.09.1998	Bertlich

**10 km Straße**

39:42	Großkopff, Isabelle	91	31.12.2008	Münster
41:02	Schmiemann, Sandra	85	31.12.2002	Münster
45:28	Kümpers, Julia	92	08.05.2009	Emsdetten
46:37	Meyer, Rike	86 S	31.01.1999	Hamm
49:44	Ennen, Nina	90 S	29.04.2001	Münster

**15 km Straße**

01:08:36	Meyer, Rike	86	30.11.2003	Bertlich
----------	-------------	----	------------	----------

**W Jgd A****100 m**

13,53	Erlei, Nora	86	29.06.2003	Havixbeck
13,96	Wilke, Carla-Marie	95 S	02.06.2010	Nordkirchen

**200 m**

27,62	Wessels, Vanessa	88 S	18.06.2003	Nordkirchen
27,68	Erlei, Nora	86	07.06.2002	Münster-Roxel
28,36	Wilke, Carla-Marie	95 S	16.05.2010	Greven

**400 m**

62,52	Wessels, Vanessa	88 S	26.07.2003	Coesfeld
63,65	Erlei, Nora	86	02.06.2002	Hagen

**800 m**

2:19,43	Meyer, Rike	86		22.06.2005	Wattenscheid
2:20,39	Wessels, Vanessa	88		14.05.2004	Münster-Roxel
2:27,66	Schmiemann, Sandra	85		07.06.2002	Münster-Roxel
2:33,22	Erlei, Nora	86	S	26.08.2000	Hagen
2:39,80	Böckmann, Manuela	68	S	08.06.1980	Rheine
2:42,20	Jung, Anke	62		21.06.1978	Gütersloh

**1000 m**

3:09,74	Meyer, Rike	86		25.05.2005	Nordkirchen
---------	-------------	----	--	------------	-------------

**1500 m**

4:52,22	Meyer, Rike	86		20.05.2005	Münster
4:59,52	Schmiemann, Sandra	85		13.07.2002	Schweinfurt
5:06,98	Großkopff, Isabelle	91		29.06.2008	Bielefeld

**3000 m**

10:36,10	Schmiemann, Sandra	85		22.05.2002	Almelo/NL
10:39,72	Großkopff, Isabelle	91		01.06.2008	Münster
10:43,01	Meyer, Rike	86		13.05.2005	Dortmund
11:19,39	Wessels, Vanessa	88		24.04.2004	Hagen
12:36,86	Erlei, Nora	86	S	27.04.2001	Arnsberg
12:53,10	Jung, Anke	62		31.05.1980	Münster

**5000 m**

19:22,7	Großkopff, Isabelle	91		28.03.2009	Oelde
19:24,33	Meyer, Rike	86		23.04.2005	Solingen
20:47,09	Schmiemann, Sandra	85		14.05.2004	Münster-Roxel
22:38,50	Reker, Judith	69		28.05.1988	Münster

**3 x 800 m**

7:25,02	ESV			09.05.04	Attendorn
	Meyer R. (86), Wessels V. (88), Schmiemann S. (85)				
7:42,87	ESV		S	10.05.2000	Lemgo
	Schmiemann S. (85), Erlei N. (86), Meyer R. (86)				
7:50,44	ESV			29.05.2003	Kaarst
	Wessels V. (88), Erlei N. (86), Meyer R. (86)				
8:11,16	ESV		S	16.05.1999	Münster
	Acconci M. (87), Meyer R. (86), Erlei N. (86)				

**Olymp. Staffel**

4:24,44	ESV			15.05.2004	Kamen
	Meyer R. (86), Erlei N. (86), Schmiemann S. (85), Wessels V. (88)				

**W Jgd A****5 km Straße**

19:13	Meyer, Rike	86		02.10.2004	Sythen
19:41	Schmiemann, Sandra	85		06.10.2001	Sythen
20:47	Wessels, Vanessa	88	S	31.12.2003	Münster
21:29	Ennen, Nina	90	S	27.10.2001	Nordwalde
21:30	Kümpers, Julia	92		30.10.2010	Nordwalde
21:42	Acconci, Maria	87	S	31.12.1999	Münster

**5 km Straße Mannschaft**

01:03:25	ESV	S	13.03.1999	Münster
	Schmiemann S. (85) 20:40, Meyer R. (86) 21:55, Acconci M. (87) 22:50			
01:05:29	ESV	S	10.03.2001	Münster
	Meyer R. (86), Ennen N. (90), Erlei N. (86)			

**10 km Straße**

39:12	Großkopff, Isabelle	91	11.12.2009	Ahlen
40:11	Meyer, Rike	86	28.03.2004	Haltern-Sythen
41:02	Schmiemann, Sandra	85	31.12.2002	Münster
43:42	Kümpers, Julia	92	10.12.2010	Ahlen
44:38	Reker, Judith	69	21.08.1988	Bielefeld
49:44	Ennen, Nina	90	S 29.04.2001	Münster

**15 km Straße**

01:08:36	Meyer, Rike	86	30.11.2003	Bertlich
----------	-------------	----	------------	----------

**25 km Straße**

02:20:45	Reker, Judith	69	19.03.1988	Berlin
----------	---------------	----	------------	--------

**Marathon**

04:02:36	Schmiemann, Sandra	85	05.09.2004	Münster
----------	--------------------	----	------------	---------

**WHK****100 m**

13,53	Erlei, Nora	86	J 29.06.2003	Havixbeck
13,96	Wilke, Carla-Marie	95	J 02.06.2010	Nordkirchen
15,1	Winkler, Brigitte	33	31.05.1980	Münster

**200 m**

27,04	Riesenberg, Katharina	86	08.05.2009	Menden
27,56	Meyer, Rike	86	13.06.2009	Münster
27,68	Erlei, Nora	86	J 07.06.2002	Münster-Roxel
28,36	Wilke, Carla-Marie	95	J 16.05.2010	Greven
28,8	Frieling, Gudrun	60	09.05.1981	Dissen
31,5	Winkler, Brigitte	33	01.06.1980	Münster

**400 m**

58,77	Riesenberg, Katharina	86	14.06.2009	Münster
60,32	Meyer, Rike	86	18.07.2009	Kreuztal
62,52	Wessels, Vanessa	88	J 26.07.2003	Coesfeld
63,65	Erlei, Nora	86	J 02.06.2002	Hagen
64,4	Frieling, Gudrun	60	30.05.1981	Greven
67,13	Hillebrand-Raves, Marion	62	13.05.2010	Minden

**800 m**

2:15,70	Frieling, Gudrun	60	05.07.1983	Dülmen
2:16,00	Weßling, Maria	66	23.08.2000	Münster-Roxel
2:19,43	Meyer, Rike	86	J 22.06.2005	Wattenscheid
2:20,39	Wessels, Vanessa	88	J 14.05.2004	Münster-Roxel
2:20,76	Sicke, Larissa	81	08.07.2007	Hamm
2:24,47	Ahrens, Ulrike	80	02.06.2007	Rheine

**1000 m**

2:56,11	Weßling, Maria	66	08.09.2000	Menden
3:00,08	Schüler, Nina	80	23.08.2007	Bergisch Gladbach
3:04,30	Frieling, Gudrun	60	10.06.1982	Gütersloh
3:08,86	Meyer, Rike	86	14.06.2006	Nordkirchen
3:15,26	Buschhorn, Claudia	80	25.06.2000	Dortmund
3:16,78	Schmiemann, Petra	56	09.06.2004	Nordkirchen

**1500 m**

4:35,13	Schüler, Nina	80	13.06.2008	Menden
4:37,67	Weßling, Maria	66	27.08.2000	Hagen
4:42,10	Frieling, Gudrun	60	02.08.1983	Menden
4:50,66	Mrusek, Gudrun	52	23.05.1986	Dülmen
4:52,22	Meyer, Rike	86	20.05.2005	Münster
4:54,47	Günther, Ilse	57	27.06.1981	Gelsenkirchen

**3000 m**

9:39,30	Mrusek, Gudrun	52	27.05.1987	Koblenz
9:40,66	Schüler, Nina	80	14.08.2008	Bergisch Gladbach
9:51,00	Weßling, Maria	66	06.06.2001	Melle
9:59,40	Imkamp, Alexandra	63	02.07.1988	Dortmund
10:11,20	Lüring, Sandra	88	23.07.2010	Ibbenbüren
10:15,86	Bokern, Kristina	86	25.06.2008	Menden

**WHK****5000 m**

16:49,07	Imkamp, Alexandra	63	03.09.1988	Köln
16:51,38	Weßling, Maria	66	20.05.2001	Bremen
16:52,76	Schüler, Nina	80	19.08.2010	Bergisch Gladbach
16:58,80	Mrusek, Gudrun	52	12.08.1986	Dortmund
17:06,85	Bokern, Kristina	86	31.05.2008	Duisburg
17:52,30	Wehr, Gabriele	54	22.08.1987	Bad Oeynhausen

**10000 m**

33:58,39	Mrusek, Gudrun	52	12.06.1987	Essen
35:11,78	Bokern, Kristina	86	03.05.2008	Menden
35:27,70	Imkamp, Alexandra	63	21.06.1988	Münster
35:44,70	Schüler, Nina	80	19.04.2008	Coesfeld
35:47,30	Wehr, Gabriele	54	29.08.1987	Hamm
36:40,86	Weßling, Maria	66	29.04.2006	Wenden

**Stundenlauf**

15245 m	Schiek, Regina	36	08.04.1978	Münster
13600 m	Möllers, Margret	39	19.04.1980	Münster
13460 m	Jung, Elisabeth	35	12.05.1979	Bochum
13240 m	von dem Berge, Marthel	28	07.05.1977	Bochum
12919 m	Gläser, Ingrid	39	26.04.1975	Soest
12188 m	Oberlack, Karin	53	11.04.1981	Soest

**3000 m Hindernis**

12:13,05	Ahrens, Ulrike	80	25.05.2005	Münster
12:51,23	Sicke, Larissa	82	25.05.2005	Münster
13:34,65	Meyer, Rike	86	03.08.2007	Münster

**3 x 800 m**

7:08.87	ESV Meyer, R. (86), Schüler, N. (80), Riesenberg, K. (86)		09.08.2009	Rhede
7:16,59	ESV Stienemann M. (69), Schmiemann P. (56), Weßling M. (66)		21.08.1999	Hagen
07:16,8	ESV Meyer R. (86), Schmiemann S. (85), Schüler N. (80)		01.05.2008	Erkelenz
7:24,79	ESV Buschhorn C. (80), Schmiemann P. (56), Weßling M. (66)		06.05.2001	Kreuztal
7:25,02	ESV Meyer R. (86), Wessels V. (88), Schmiemann S. (85)	J	09.05.2004	Attendorn
7:28,43	ESV Ahrens U. (80), Meyer R. (86), Schüler N. (80)		12.05.2007	Olfen

**5 km Straße**

17:13	Bokern, Kristina	86	07.06.2008	Neuss
17:24	Weßling, Maria	66	30.04.2000	Nordkirchen
17:27	Schüler, Nina	80	07.06.2008	Neuss
17:51	Lüring, Sandra	88	10.04.2010	Saerbeck
18:23	Poppenborg, Friederike	84	08.03.2008	Münster
18:26	Horsthemke, Sina	81	02.07.2005	Herbern

**10 km Straße**

35:06	Mrusek, Gudrun	52	08.03.1987	Leverkusen
35:07	Imkamp, Alexandra	63	13.03.1988	Leverkusen
36:11	Bokern, Kristina	86	08.03.2008	Münster
36:22	Weßling, Maria	66	19.04.2003	Paderborn
36:28	Schüler, Nina	80	13.09.2008	Karlsruhe
37:00	Wehr, Gabriele	54	13.06.1987	Herten-Bertlich

**WHK****10 km Straße Mannschaft**

01:53:12	ESV Bokern K. (86) 36:16, Schüler N. (81) 36:28, Hoffmann A. (86) 40:28		13.09.2008	Karlsruhe
01:56:09	ESV Imkamp A. (63) 37:22, Wehr G. (54) 37:51, Hilland E. (53) 40:56		04.02.1989	Hamm
01:56:22	ESV Schüler N. (80) 36:40, Poppenborg F. (38:11), Schmiemann P. (56) 41:31		14.12.2007	Ahlen
01:56:46	ESV Weßling M. (66) 38:00, Stienemann M. (69) 38:44, Schmiemann P. (56) 40:02		30.10.1999	Nordwalde
01:58:13	ESV Weßling M. (66) 37:26, Schmiemann P. (56) 39:01, Götz C. (59) 41:46		23.09.2001	Troisdorf
01:58:54	ESV Ahrens U. (80) 38:56, Horsthemke S. (81) 39:04, Sicke L. (82) 40:54		28.08.2005	Wegberg
01:59:57	ESV Ahrens U. (80) 37:56, Horsthemke S. (81) 38:11, Schmiemann S. (85) 43:49		09.12.2005	Ahlen

**15 km Straße**

52:26	Mrusek, Gudrun	52	26.07.1987	Winschoten/NL
54:27	Imkamp, Alexandra	63	20.02.1988	Hamm
56:06	Wehr, Gabriele	54	27.03.1988	Waldbreitbach
58:06	Horsthemke, Sina	81	13.02.2005	Hamm
59:56	Schiek, Regina	36	05.03.1977	Hamm
01:00:18	Salzig, Jutta	67	20.02.1988	Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

02:52:30	ESV		27.03.1988	Waldbreitbach
	Imkamp A. (63) 55:31, Wehr G. (54) 56:06, Dierkes J. (58) 1:00:53			
02:55:42	ESV		11.09.1988	Herten-Bertlich
	Imkamp A. (63) 55:44, Wehr G. (54) 58:18, Götz C. (59) 1:01:40			
02:58:16	ESV		20.02.1988	Hamm
	Imkamp A. (63) 54:27, Salzig J. (67) 1:00:18, Götz C. (59) 1:03:31			
03:07:30	ESV		10.02.1991	Hamm
	Wehr G. (54) 59:19, Götz C. (59) 1:03:46, Braun M. (64) 1:04:25			
03:10:36	ESV		27.03.1988	Waldbreitbach
	Götz C. (59) 1:01:27, Braun M. (64) 1:04:14, Hilland E. (53) 1:05:55			
03:12:16	ESV		11.02.1995	Hamm
	Schmiemann P. (56) 1:02:48, Götz C. (59) 1:04:01, Hilland E. (53) 1:05:27			

**20 km Straße**

01:19:58	Schiek, Regina	36	26.03.1977	Hamm
01:30:01	Möllers, Margret	39	08.03.1980	Hamm
01:33:06	von dem Berge, Marthel	28	26.03.1977	Hamm
01:35:26	Gläser, Ingrid	39	25.02.1973	Refrath
01:40:29	Winter, Christa	37	16.08.1975	Papenburg
01:40:58	Jung, Elisabeth	35	16.08.1975	Papenburg

**20 km Straße Mannschaft**

04:50:46	ESV		16.08.1975	Papenburg
	Schiek R. (36) 1:29:19, Winter C. (37) 1:40:29, Jung E. (35) 1:40:58			

**WHK****Halbmarathon**

01:21:02	Lüring, Sandra	88	07.11.2010	Verl
01:21:07	Schiek, Regina	36	08.07.1976	Den Haag/NL
01:23:09	Horsthemke, Sina	81	27.02.2005	Hamm
01:23:25	Weßling, Maria	66	26.03.2006	Herten-Bertlich
01:24:46	Imkamp, Alexandra	63	17.11.1990	Mönchengladbach
01:25:52	Großkopff, Isabelle	91	08.08.2015	Ostbevern
01:25:56	Schmiemann, Petra	56	24.03.2001	Arnstadt

**Halbmarathon Mannschaft**

04:31:14	ESV		09.04.1995	Rheinzabern
	Schmiemann P. (56) 1:28:23, Hilland E. (53) 1:30:21, Götz C. (59) 1:32:30			
04:31:57	ESV		13.03.2005	Ohrdruf
	Horsthemke S. (81) 1:24:46, Schmiemann P. (56) 1:27:03, Schwager R. (56) 1:40:08			
04:36:51	ESV		27.03.1999	Xanten
	Schmiemann P. (56) 1:28:38, Götz C. (59) 1:32:56, Schwager R. (56) 1:35:17			
04:40:48	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Stienemann M. (69) 1:36:54			
04:41:40	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Stienemann M. (69) 1:36:54 - Trecul B. (68) 1:41:21			
04:46:50	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Götz C. (59) 1:42:56			

**25 km Straße**

01:31:51	Imkamp, Alexandra	63	24.09.1988	Münster
01:32:02	Mrusek, Gudrun	52	15.03.1987	Bad Godesberg
01:36:13	Wehr, Gabriele	54	15.03.1987	Bad Godesberg
01:38:48	Schiek, Regina	36	09.04.1977	Paderborn
01:42:04	Günther, Ilse	57	04.10.1980	Münster
01:43:06	Dierkes, Jutta	58	25.04.1987	Reichenau

**25 Km Straße Mannschaft**

04:46:14	ESV		15.03.1987	Bad Godesberg
		Mrusek G. (52) 1:32:02, Wehr G. (54) 1:36:13, Imkamp A. (63) 1:37:59		
05:07:35	ESV		25.04.1987	Reichenau
		Wehr G. (54) 1:41:53, Imkamp A. (63) 1:42:36, Dierkes J. (58) 1:43:06		
05:09:42	ESV		20.09.1986	Bad Oldesloe
		Mrusek G. (52) 1:37:12, Wehr G. (54) 1:40:49, Schiek R. (36) 1:51:41		
05:23:03	ESV		15.09.1979	Münster
		Schiek R. (36) 1:43:51, Günther I. (56) 1:42:30, Jung E. (35) 1:56:42		
05:34:15	ESV		15.03.1987	Bad Godesberg
		Dierkes J. (58) 1:47:36, Schiek R. (36) 1:47:48, Götz C. (59) 1:58:41		
05:44:17	ESV		07.03.1981	Hamm
		Schiek R. (36) 1:43:44, Möllers M. (39) 1:57:51, Jung E. (35) 2:02:52		

**Marathon**

02:47:41	Wehr, Gabriele	54	26.09.1987	Duisburg
02:49:04	Imkamp, Alexandra	63	26.09.1987	Duisburg
02:58:37	Schmiemann, Petra	56	29.09.2002	Berlin
03:00:07	Schiek, Regina	36	06.05.1978	Dülmen
03:15:20	Braun, Martina	64	21.10.1991	Essen
03:15:50	Stienemann, Martina	69	29.09.2002	Berlin

**WHK****Marathon Mannschaft**

09:16:25	ESV		24.04.1988	Hamburg
		Wehr G. (54) 2:48:54, Imkamp A. (63) 2:53:21, Braun M. (64) 3:34:10		
09:57:29	ESV		30.04.2000	Duisburg
		Schmiemann P. (56) 3:00:38, Schwager R. (56) 3:27:32, Götz C. (59) 3:29:19		
10:09:21	ESV		28.03.1981	Dülmen
		Schiek R. (36) 3:06:55, Jung E. (35) 3:29:46, Möllers M. (39) 3:32:40		
10:11:25	ESV		30.04.1995	Hamburg
		Schmiemann P. (56) 3:06:11, Hilland E. (53) 3:18:56, Pinn A. 3:46:18		
10:16:58	ESV		14.09.2003	Münster
		Schmiemann P. (56) 3:07:43 - Stienemann M. (69) 3:21:28 - Schwager R. (56) 3:47:47		
10:46:25	ESV		03.05.1975	Dülmen
		Schiek R. (36) 3:07:47, v.d. Berge M. (28) 3:39:45, Gläser I. (39) 3:58:53		

**100 km Straße**

11:50:44	Peschel, Tanja	72	24.04.1993	Rodenbach
----------	----------------	----	------------	-----------

**W 30****100 m**

15,1	Winkler, Brigitte	33	31.05.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**200 m**

31,5	Winkler, Brigitte	33	01.06.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**400 m**

67,13	Hillebrand-Raves, Marion	62	13.05.2010	Minden
78,3	Schiek, Regina	36	11.05.1971	Münster

**800 m**

2:16,00	Weßling, Maria	66	23.08.2000	Münster-Roxel
---------	----------------	----	------------	---------------



2:26,80	Mrusek, Gudrun	52	31.05.1986	Rheine
2:28,75	Hillebrand-Raves, Marion	62	26.06.2010	Kaiserslautern
2:29,42	Schmiemann, Petra	56	07.06.2002	Münster-Roxel
2:35,59	Großkopff, Gudrun	60	08.07.2005	Schweinfurt
2:37,70	Möllers, Margret	39	06.06.1982	Ochtrup

**1000 m**

2:56,11	Weßling, Maria	66	08.09.2000	Hagen
3:16,78	Schmiemann, Petra	56	09.06.2004	Nordkirchen
3:21,96	Steinkühler, Karla	58	26.06.2005	Havixbeck
3:22,89	Großkopff, Gudrun	60	26.06.2005	Havixbeck

**1500 m**

4:37,67	Weßling, Maria	66	27.08.2000	Hagen
4:43,06	Schüler, Nina	80	27.06.2010	Duisburg
4:50,66	Mrusek, Gudrun	52	23.05.1986	Dülmen
4:56,07	Schmiemann, Petra	56	12.07.1998	Koblenz
5:08,54	Stienemann, Martina	69	28.05.1999	Münster
5:08,94	Götz, Claudia	59	21.05.1989	Münster

**3000 m**

9:39,30	Mrusek, Gudrun	52	27.05.1987	Koblenz
9:51,00	Weßling, Maria	66	06.06.2001	Melle
9:52,66	Schüler, Nina	80	12.08.2010	Bergisch Gladbach
10:23,90	Schiek, Regina	36	16.05.1981	Leverkusen
10:32,22	Schmiemann, Petra	56	12.06.2002	Dortmund
10:45,20	Stienemann, Martina	69	01.09.1999	Melle

**5000 m**

16:51,38	Weßling, Maria	66	20.05.2001	Bremen
16:52,76	Schüler, Nina	80	19.08.2010	Bergisch Gladbach
16:58,80	Mrusek, Gudrun	52	12.08.1986	Dortmund
17:52,30	Wehr, Gabriele	54	22.08.1987	Bad Oeynhausen
18:03,20	Schiek, Regina	36	15.07.1983	Hamm
18:19,74	Schmiemann, Petra	56	04.08.2000	Ludwigshafen

**W 30****10000 m**

33:58,30	Mrusek, Gudrun	52	12.06.1987	Essen
35:47,30	Wehr, Gabriele	54	29.08.1987	Hamm
36:32,72	Schüler, Nina	80	17.04.2010	Menden
38:15,80	Schiek, Regina	36	31.10.1976	Dortmund
39:13,87	Schmiemann, Petra	56	24.04.2004	Hagen
41:03,50	Hilland, Elisabeth	53	21.06.1988	Münster
44:19,80	Jung, Elisabeth	35	14.09.1980	Rheine

**Stundenlauf**

15245 m	Schiek, Regina	36	08.04.1978	Münster
13600 m	Möllers, Margret	39	19.04.1980	Münster
13460 m	Jung, Elisabeth	35	12.05.1979	Bochum
13240 m	von dem Berge, Marthel	28	07.05.1977	Bochum
12919 m	Gläser, Ingrid	39	26.04.1975	Soest
12492 m	Winkler, Brigitte	33	23.05.1974	Münster

**3 x 800 m**

7:16,59	ESV		21.08.1999	Hagen
	Stienemann M. (69), Schmiemann P. (56), Weßling M. (66)			
7:42,03	ESV		29.05.2003	Kaarst
	Dr. Großkopff G. (60), Stienemann M. (69), Weßling M. (66)			
7:55,30	ESV		02.08.2003	Schweinfurt
	Steinfühler K. (58), Dr. Großkopff G. (60), Schmiemann P. (56)			
8:08,18	ESV		02.05.2010	Kreuztal
	Weßling, M. (66), Dr. Großkopff, G. (60), Hillebrand-Raves, M. (62)			
8:11,16	ESV		09.05.2002	Witten
	Dr. Großkopff G. (60), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			
8:16,29	ESV		19.08.2000	Kevelaer
	Götz C. (59), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			

**5 km Straße**

17:24	Weßling, Maria	66	30.04.2000	Nordkirchen
18:46	Schmiemann, Petra	56	30.09.2000	Saerbeck
19:14	Stienemann, Martina	69	13.03.1999	Münster
19:42	Götz, Claudia	59	07.08.1999	Greven
20:23	Steinkühler, Karla	58	31.12.2003	Münster
20:31	Schwager, Ruth	56	21.08.1999	Everswinkel

**10 km Straße**

35:06	Mrusek, Gudrun	52	08.03.1987	Leverkusen
36:22	Weßling, Maria	66	19.04.2003	Paderborn
37:00	Wehr, Gabriele	54	13.06.1987	Herten-Bertlich
37:08	Schüler, Nina	80	11.09.2010	Ohrdruf
38:37	Stienemann, Martina	69	18.09.1999	Steinfurt
38:46	Schmiemann, Petra	56	12.03.2000	Leverkusen

**W 30****10 km Straße Mannschaft**

01:56:46	ESV		30.10.1999	Nordwalde
	Weßling M. (66) 38:00, Stienemann M. (69) 38:44, Schmiemann P. (56) 40:02			
01:58:13	ESV		23.09.2001	Troisdorf
	Weßling M. (66) 37:26, Schmiemann P. (56) 39:01, Götz C. (59) 41:46			
02:00:07	ESV		18.09.1999	Steinfurt
	Weßling M. (66) 38:30, Stienemann M. (69) 38:37, Götz C. (59) 43:00			
02:02:56	ESV		29.01.1994	Hamm
	Hilland E. (53) 40:26, Enseling M. (64) 40:31, Götz C. (59) 41:59			
02:03:41	ESV		01.10.2005	Saerbeck
	Weßling M. (66) 39:18, Schmiemann P. (56) 40:37, Stienemann M. (69) 43:46			
02:06:16	ESV		19.09.2004	Bad Liebenzell
	Schmiemann P. (56) 39:48, Steinkühler K. (58) 43:13, Götz C. (59) 43:15			

**15 km Straße**

52:26	Mrusek, Gudrun	52	26.07.1987	Winschoten/NL
56:06	Wehr, Gabriele	54	27.03.1988	Waldbreitbach
59:56	Schiek, Regina	36	05.03.1977	Hamm
01:00:53	Dierkes, Jutta	58	27.03.1988	Waldbreitbach
01:01:21	Hilland, Elisabeth	53	12.02.1994	Hamm
01:01:31	Götz, Claudia	59	19.03.1989	Büren

**15 km Straße Mannschaft**

03:12:16	ESV		11.02.1995	Hamm
	Schmiemann P. (56) 1:02:48, Götz C. (59) 1:04:01, Hilland E. (53) 1:05:27			
03:14:14	ESV		12.02.1994	Hamm
	Hilland E. (53) 1:01:21, Götz C. (59) 1:03:57, Simon S. (59) 1:08:56			

**20 km Straße**

01:19:58	Schiek, Regina	36	26.03.1977	Hamm
01:30:01	Möllers, Margret	39	08.03.1980	Hamm
01:33:06	von dem Berge, Marthel	28	26.03.1977	Hamm
01:35:26	Gläser, Ingrid	39	25.02.1973	Refrath
01:40:29	Winter, Christa	37	16.08.1975	Papenburg
01:40:58	Jung, Elisabeth	35	16.08.1975	Papenburg

**20 km Straße Mannschaft**

04:50:46	ESV		16.08.1975	Papenburg
Schiek R. (36) 1:29:19, Winter C. (37) 1:40:29, Jung E. (35) 1:40:58				

**Halbmarathon**

01:21:07	Schiek, Regina	36	08.07.1976	Den Haag/NL
01:23:25	Weßling, Maria	66	26.03.2006	Herten-Bertlich
01:25:56	Schmiemann, Petra	56	24.03.2001	Arnstadt
01:29:04	Stienemannm Martina	69	28.02.1999	Hamm
01:30:21	Hilland, Elisabeth	53	09.04.1995	Rheinzabern
01:32:10	Götz, Claudia	59	27.02.1993	Hamm

**W 30****Halbmarathon Mannschaft**

04:31:14	ESV		09.04.1995	
Schmiemann P. (56) 1:28:23, Hilland E. (53) 1:30:21, Götz C. (59) 1:32:30				
04:36:51	ESV		27.03.1999	Rheinzabern
Schmiemann P. (56) 1:28:38, Götz C. (59) 1:32:56, Schwager R. (56) 1:35:17				
04:40:48	ESV		26.03.2006	Xanten
Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Stienemann M. (69) 1:36:54				
04:41:40	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
Weßling M. (66) 1:23:25 - Stienemann M. (69) 1:36:54 - Trecul B. (68) 1:41:21				
04:46:50	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Götz C. (59) 1:42:56				
04:47:19	ESV		13.03.2005	Ohrdruf
Schmiemann P. (56) 1:27:03, Schwager R. (56) 1:40:08, Steinkühler K. (58) 1:40:08				

**25 km Straße**

01:32:02	Mrusek, Gudrun	52	15.03.1987	Bad Godesberg
01:36:13	Wehr, Gabriele	54	15.03.1987	Bad Godesberg
01:38:48	Schiek, Regina	36	09.04.1977	Paderborn
01:49:09	Götz, Claudia	59	07.10.1989	Münster
01:50:14	Lewitz, Ursula	55	03.05.1987	Arnsberg
01:54:12	Schwager, Ruth	56	04.05.2003	Berlin

**25 Km Straße Mannschaft**

05:09:42	ESV		20.09.1986	Bad Oldesloe
Mrusek G. (52) 1:37:12, Wehr G. (54) 1:40:49, Schiek R. (36) 1:51:41				
05:44:17	ESV		07.03.1981	Hamm
Schiek R. (36) 1:43:44, Möllers M. (39) 1:57:51, Jung E. (35) 2:02:52				
06:04:30	ESV		13.09.1975	Rheydt
Schiek R. (36) 1:51:57, Winter C. (36) 2:05:49, Jung E. (35) 2:06:44				

**Marathon**

02:47:41	Wehr, Gabriele	54	26.09.1987	Duisburg
02:58:37	Schmiemann, Petra	56	29.09.2002	Berlin
03:00:07	Schiek, Regina	36	06.05.1978	Dülmen

03:15:50	Stienemann, Martina	69	29.09.2002	Berlin
03:18:00	Jung, Elisabeth	35	24.05.1979	Rheydt
03:18:56	Hilland, Elisabeth	53	30.04.1995	Hamburg

**Marathon Mannschaft**

09:57:29	ESV		30.04.2000	Hamburg
	Schmiemann P. (56) 3:00:38, Schwager R. (56) 3:27:32, Götz C. (59) 3:29:19			
10:09:20	ESV		28.03.1981	Dülmen
	Schiek R. (36) 3:06:55, Jung E. (35) 3:29:45,2, Möllers M. (39) 3:32:39,8			
10:16:58	ESV		14.09.2003	Münster
	Schmiemann P. (56) 3:07:43, Stienemann M. (69) 3:21:28, Schwager R. (56) 3:47:47			
10:46:25	ESV		03.05.1975	Dülmen
	Schiek R. (36) 3:07:47, v.d. Berge M. (28) 3:39:45, Gläser I. (39) 3:58:53			

**W 35****100 m**

15,1	Winkler, Brigitte	33	31.05.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**200 m**

31,5	Winkler, Brigitte	33	01.06.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**400 m**

67,13	Hillebrand-Raves, Marion	62	13.05.2010	Minden
78,3	Schiek, Regina	36	11.05.1971	Münster

**800 m**

2:27,64	Weßling, Maria	66	21.06.2003	Münster-Wolbeck
2:28,75	Hillebrand-Raves, Marion	62	26.06.2010	Kaiserslautern
2:29,44	Schmiemann, Petra	56	07.06.2002	Münster-Roxel
2:35,59	Großkopff, Gudrun	60	08.07.2005	Schweinfurt
2:37,70	Möllers, Margret	39	06.06.1982	Ochtrup
2:38,60	Winkler, Brigitte	33	13.07.1974	Bielefeld

**1000 m**

2:59,87	Weßling, Maria	66	31.05.2001	Dortmund
3:16,78	Schmiemann, Petra	56	09.06.2004	Nordkirchen
3:21,96	Steinkühler, Karla	58	26.06.2005	Havixbeck
3:22,89	Großkopff, Gudrun	60	26.06.2005	Havixbeck

**1500 m**

4:39,81	Weßling, Maria	66	14.06.2001	Gladbeck
4:56,07	Schmiemann, Petra	56	12.07.1998	Koblenz
5:10,91	Steinkühler, Karla	58	10.07.2005	Schweinfurt
5:14,80	Möllers, Margret	39	19.09.1982	Rheine
5:16,00	Hilland, Elisabeth	53	.88	Selm
5:19,20	Schiek, Regina	36	17.08.1976	Gelsenkirchen

**3000 m**

9:39,30	Mrusek, Gudrun	52	27.05.1987	Koblenz
9:51,00	Weßling, Maria	66	06.06.2001	Melle
10:23,90	Schiek, Regina	36	16.05.1981	Leverkusen
10:32,22	Schmiemann, Petra	56	12.06.2002	Dortmund

10:52,40	Hilland, Elisabeth	53	03.09.1988	Coesfeld
10:55,61	Wehr, Gabriele	54	07.07.1989	Menden

**5000 m**

16:51,38	Weßling, Maria	66	20.05.2001	Bremen
17:52,30	Wehr, Gabriele	54	22.08.1991	Wehr
18:03,20	Schiek, Regina	36	15.07.1983	Hamm
18:19,74	Schmiemann, Petra	56	04.08.2000	Ludwigshafen
19:10,94	Kemper, Elisabeth	53	20.08.1988	Oldenburg
19:38,23	Steinkühler, Karla	58	13.09.2003	Münster-Wolbeck

**W 35****10000 m**

33:58,39	Mrusek, Gudrun	52	12.06.1987	Essen
38:15,80	Schiek, Regina	36	31.10.1976	Dortmund
39:13,87	Schmiemann, Petra	56	24.04.2004	Hagen
41:03,50	Hilland, Elisabeth	53	21.06.1988	Münster
44:19,80	Jung, Elisabeth	35	16.07.1980	Hamm
45:49,40	von dem Berge, Marthel	28	21.07.1981	Coesfeld

**3 x 800 m**

7:55,30	ESV		02.08.2003	Schweinfurt
	Steinfühler K. (58), Dr. Großkopff G. (60), Schmiemann P. (56)			
8:11,16	ESV		09.05.2002	Witten
	Dr. Großkopff G. (60), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			
8:08,18	ESV		02.05.2010	Kreuztal
	Weßling, M. (66), Dr. Großkopff, G. (60), Hillebrand-Raves, M. (62)			
8:15,06	ESV		29.05.2003	Kaarst
	Steinkühler K. (58), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			
8:16,29	ESV		19.08.2000	Kevelaer
	Götz C. (59), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			

**Stundenlauf**

15245 m	Schiek, Regina	36	08.04.1978	Münster
13600 m	Möllers, Margret	39	19.04.1980	Münster
13460 m	Jung, Elisabeth	35	12.05.1979	Bochum
13240 m	von dem Berge, Marthel	28	07.05.1977	Bochum
12919 m	Gläser, Ingrid	39	26.04.1975	Soest
12492 m	Winkler, Brigitte	33	23.05.1974	Münster

**5 km Straße**

18:20	Weßling, Maria	66	07.05.2005	Clarholz
18:46	Schmiemann, Petra	56	30.09.2000	Saerbeck
19:42	Götz, Claudia	59	07.08.1999	Greven
20:23	Steinkühler, Karla	58	31.12.2003	Münster
20:31	Schwager, Ruth	56	21.08.1999	Everswinkel
21:42	Dr. Großkopff, Gudrun	60	28.04.2002	Münster

**10 km Straße**

35:07	Mrusek, Gudrun	52	08.03.1987	Leverkusen
36:22	Weßling, Maria	66	19.04.2003	Paderborn
37:51	Wehr, Gabriele	54	04.02.1989	Hamm
38:46	Schmiemann, Petra	56	12.03.2000	Leverkusen
39:11	Schiek, Regina	36	24.01.1976	Hamm
40:23	Götz, Claudia	59	24.09.1994	Timmendorf

**10 km Straße Mannschaft**

01:58:13	ESV		23.09.2001	Troisdorf
	Weßling M. (66) 37:26, Schmiemann P. (56) 39:01, Götz C. (59) 41:46			
02:03:41	ESV		01.10.2005	Saerbeck
	Weßling M. (66) 39:18, Schmiemann P. (56) 40:37, Stienemann M. (69) 43:46			
02:06:16	ESV		19.09.2004	Bad Liebenzell
	Schmiemann P. (56) 39:48, Steinkühler K. (58) 43:13, Götz C. (59) 43:15			
02:11:03	ESV		31.12.05	Altenrheine
	Schmiemann P. (56) 40:48, Schwager R. (56) 45:14, Steinkühler K. (58) 45:21			
02:11:46	ESV		07.09.2002	Salzgitter
	Schmiemann P. (56) 40:02, Götz C. (59), Dr. Großkopf G. (60)			
2:12:15,6	ESV		18.04.1981	Paderborn
	Schiek R. (36), v. d. Berge M. (28), Gläser I. (39)			

**W 35****15 km Straße**

52:26	Mrusek, Gudrun	52	26.07.1987	Winschoten/NL
56:58	Wehr, Gabriele	54	19.03.1989	Büren
59:56	Schiek, Regina	36	05.03.1977	Hamm
01:01:21	Hilland, Elisabeth	53	12.02.1994	Hamm
01:01:38	Schmiemann, Petra	56	08.02.1998	Hamm
01:03:57	Götz, Claudia	59	12.02.1994	Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

03:12:16	ESV		11.02.1995	Hamm
	Schmiemann P. (56) 1:02:48, Götz C. (59) 1:04:01, Hilland E. (53) 1:05:27			
03:14:14	ESV		12.02.1994	Hamm
	Hilland E. (53) 1:01:21, Götz C. (59) 1:03:57, Simon S. (59) 1:08:56			

**20 km Straße**

01:19:58	Schiek, Regina	36	26.03.1977	Hamm
01:30:01	Möllers, Margret	39	08.03.1980	Hamm
01:33:06	von dem Berge, Marthel	28	26.03.1977	Hamm
01:40:29	Winter, Christa	37	16.08.1975	Papenburg
01:40:58	Jung, Elisabeth	35	16.08.1975	Papenburg
01:41:12	Winkler, Brigitte	33	25.10.1975	Essen

**20 km Straße Mannschaft**

04:50:46	ESV		16.08.1975	Papenburg
	Schiek R. (36) 1:29:19, Winter C. (37) 1:40:29, Jung E. (35) 1:40:58			

**Halbmarathon**

01:21:07	Schiek, Regina	36	08.07.1976	Den Haag/NL
01:23:25	Weßling, Maria	66	26.03.2006	Herten-Bertlich
01:25:56	Schmiemann, Petra	56	24.03.2001	Arnstadt
01:30:21	Hilland, Elisabeth	53	09.04.1995	Rheinzabern
01:32:30	Götz, Claudia	59	09.04.1995	Rheinzabern
01:34:49	Schwager, Ruth	56	10.03.2001	Münster

**Halbmarathon Mannschaft**

04:31:14	ESV		09.04.1995	Rheinzabern
	Schmiemann P. (56) 1:28:23, Hilland E. (53) 1:30:21, Götz C. (59) 1:32:30			
04:36:51	ESV		27.03.1999	Xanten
	Schmiemann P. (56) 1:28:38, Götz C. (59) 1:32:56, Schwager R. (56) 1:35:17			
04:40:48	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich

04:41:40	ESV	26.03.2006	Herten-Bertlich
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Stienemann M. (69) 1:36:54		
04:46:50	ESV	26.03.2006	Herten-Bertlich
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Stienemann M. (69) 1:36:54 - Trecul B. (68) 1:41:21		
04:47:19	ESV	13.03.2005	Ohrdruf
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Götz C. (59) 1:42:56		
	Schmiemann P. (56) 1:27:03, Schwager R. (56) 1:40:08, Steinkühler K. (58) 1:40:08		

**25 km Straße**

01:32:02	Mrusek, Gudrun	52	15.03.1987	Bad Godesberg
01:38:48	Schiek, Regina	36	09.04.1977	Paderborn
01:43:24	Wehr, Gabriele	54	24.02.1991	Hamm
01:54:12	Schwager, Ruth	56	04.05.2003	Berlin
01:54:15	Jung, Elisabeth	35	11.06.1978	Dülmen
01:54:22	Möllers, Margret	39	23.03.1985	Hamm

**W 35****25 Km Straße Mannschaft**

05:44:17,9	ESV	07.03.1981	Hamm
	Schiek R. (36) 1:43:44,9, Möllers M. (39) 1:57:51, Jung E. (35) 2:02:52		
06:04:30	ESV	13.09.1975	Rheydt
	Schiek R. (36) 1:51:57, Winter C. (36) 2:05:49, Jung E. (35) 2:06:44		

**Marathon**

02:58:37	Schmiemann, Petra	56	29.09.2002	Berlin
03:00:07	Schiek, Regina	36	06.05.1978	Dülmen
03:06:50	Wehr, Gabriele	54	29.10.1991	Frankfurt
03:18:00	Jung, Elisabeth	35	24.05.1979	Rheydt
03:18:56	Hilland, Elisabeth	53	30.04.1995	Hamburg
03:20:34	Lewitz, Ursula	55	30.09.1991	Berlin

**Marathon Mannschaft**

09:57:29	ESV	30.04.2000	Duisburg
	Schmiemann P. (56) 3:00:38, Schwager R. (56) 3:27:32, Götz C. (59) 3:29:19		
10:09:21	ESV	28.03.1981	Dülmen
	Schiek R. (36) 3:06:55, Jung E. (35) 3:29:46, Möllers M. (39) 3:32:40		
10:46:25	ESV	03.05.1975	Dülmen
	Schiek R. (36) 3:07:47, v.d. Berge M. (28) 3:39:45, Gläser I. (39) 3:58:53		
11:55:29	ESV	08.09.2002	Münster
	Schwager R. (56) 3:43:22, Enseling M. (64) 3:57:08, Ennen M. (58) 4:14:59		

**W 40****100 m**

15,1	Winkler, Brigitte	33	31.05.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**200 m**

31,5	Winkler, Brigitte	33	01.06.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**400 m**

67,13	Hillebrand-Raves, Marion	62	13.05.2010	Minden
-------	--------------------------	----	------------	--------

**800 m**

2:21,42	Weßling, Maria	66	25.08.2006	Telgte
---------	----------------	----	------------	--------

2:28,75	Hillebrand-Raves, Marion	62	26.06.2010	Kaiserslautern
2:30,66	Schmiemann, Petra	56	23.08.2000	Münster-Roxel
2:35,59	Großkopff, Gudrun	60	08.07.2005	Schweinfurt
2:37,70	Möllers, Margret	39	06.06.1982	Ochtrup
2:38,60	Winkler, Brigitte	33	13.07.1974	Bielefeld

**1000 m**

3:16,78	Schmiemann, Petra	56	09.06.2004	Nordkirchen
3:21,96	Steinkühler, Karla	58	26.06.2005	Havixbeck
3:22,89	Großkopff, Gudrun	60	26.06.2005	Havixbeck

**1500 m**

4:46,80	Weßling, Maria	66	09.07.2006	Erfurt
4:56,07	Schmiemann, Petra	56	12.07.1998	Koblenz
5:10,91	Steinkühler, Karla	58	10.07.2005	Schweinfurt
5:14,80	Möllers, Margret	39	19.09.1982	Rheine
5:19,20	Schiek, Regina	36	17.08.1976	Gelsenkirchen
5:20,39	Großkopff, Gudrun	60	10.07.2005	Schweinfurt

**3000 m**

10:04,38	Weßling, Maria	66	01.06.2006	Menden
10:23,90	Schiek, Regina	36	16.05.1981	Leverkusen
10:32,22	Schmiemann, Petra	56	12.06.2002	Dortmund
11:08,70	Möllers, Margret	39	22.09.1982	Menden
11:15,47	Steinkühler, Karla	58	09.07.2004	Telgte
11:48,66	Götz, Claudia	59	29.06.2001	Telgte

**5000 m**

17:31,28	Weßling, Maria	66	07.07.2006	Erfurt
18:03,20	Schiek, Regina	36	15.07.1983	Hamm
18:19,74	Schmiemann, Petra	56	04.08.2000	Ludwigshafen
19:38,23	Steinkühler, Karla	58	13.09.2003	Münster-Wolbeck
19:55,60	Möllers, Margret	39	22.04.1981	Dissen
20:49,46	Schwager, Ruth	56	12.07.2002	Kevelaer

**10000 m**

36:40,86	Weßling, Maria	66	29.04.2006	Menden
38:15,80	Schiek, Regina	36	31.10.1976	Dortmund
39:13,87	Schmiemann, Petra	56	24.04.2004	Hagen
44:19,80	Jung, Elisabeth	35	14.09.1980	Rheine
45:49,40	von dem Berge, Marthel	28	21.07.1981	Coesfeld

**W 40****3 x 800 m**

07:39,87	ESV		05.08.2006	Aachen
	Dr. Großkopff G. (60), Schmiemann P. (56), Weßling M. (66)			
7:53,52	ESV		12.07.2008	Schweinfurt
	Dr. Großkopff G. (60), Hillebrand-Raves M. (62), Weßling M. (66)			
7:55,30	ESV		02.08.2003	Schweinfurt
	Steinfühler K. (58), Dr. Großkopff G. (60), Schmiemann P. (56)			
7:58,32	ESV		14.07.2007	Fulda
	Dr. Großkopff G (60), Steinkühler K. (58), Hillebrand-Raves M. (62)			
8:11,16	ESV		09.05.2002	Witten
	Dr. Großkopff G. (60), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			
8:15,06	ESV		29.05.2003	Kaarst
	Steinkühler K. (58), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			



**Stundenlauf**

15245 m	Schiek, Regina	36	08.04.1978	Münster
13600 m	Möllers, Margret	39	19.04.1980	Münster
13460 m	Jung, Elisabeth	35	12.05.1979	Bochum
13240 m	von dem Berge, Marthel	28	07.05.1977	Bochum
12492 m	Winkler, Brigitte	33	23.05.1974	Münster
11800 m	Conrad, Irmgard	33	08.05.1975	Münster

**5 km Straße**

18:46	Schmiemann, Petra	56	30.09.2000	Saerbeck
19:42	Götz, Claudia	59	07.08.1999	Greven
20:23	Steinkühler, Karla	58	31.12.2003	Münster
20:31	Schwager, Ruth	56	21.08.1999	Everswinkel
20:49	Dr. Großkopff, Gudrun	60	07.05.2005	Clarholz
21:51	Jung-Tigges, Anke	60	15.03.2003	Münster

**10 km Straße**

38:46	Schmiemann, Petra	56	12.03.2000	Leverkusen
39:11	Schiek, Regina	36	24.01.1976	Hamm
39:31	Hilland, Elisabeth	53	10.04.1993	Paderborn
40:47	Götz, Claudia	59	22.08.1999	Neuenkirchen
41:30	Möllers, Margret	39	14.11.1981	Dülmen
42:56	Jung, Elisabeth	35	16.06.1978	Berlin

**10 km Straße Mannschaft**

02:04:26	ESV		23.09.2001	Troisdorf
	Schmiemann P. (56) 39:01, Götz C. (59) 41:46, Schwager R. (56) 43:39			
02:06:16	ESV		19.09.2004	Bad Liebenzell
	Schmiemann P. (56) 39:48, Steinkühler K. (58) 43:13, Götz C. (59) 43:15			
02:11:03	ESV		31:12.05	Altenrheine
	Schmiemann P. (56) 40:48, Schwager R. (56) 45:14, Steinkühler K. (58) 45:21			
02:11:46	ESV		07.09.2002	Salzgitter
	Schmiemann P. (56) 40:02, Götz C. (59), Dr. Großkopff G. (60)			
2:12:15,6	ESV		18.04.1981	Paderborn
	Schiek R. (36), v. d. Berge M. (28), Gläser I. (39)			
02:14:00	ESV		30.01.2005	Hamm
	Schmiemann P. (56) 41:33, Großkopff G.(60) 46:11, Schwager R. (56) 46:16			

**15 km Straße**

00:59:56	Schiek, Regina	36	05.03.1977	Hamm
01:01:21	Hilland, Elisabeth	53	12.02.1994	Hamm
01:01:38	Schmiemann, Petra	56	08.02.1998	Hamm
01:04:46	Möllers, Margret	39	21.02.1981	Hamm
01:06:25	Götz, Claudia	59	09.02.2003	Hamm
01:06:48	Schwager, Ruth	56	14.02.1999	Hamm

**W 40****20 km Straße**

01:19:58	Schiek, Regina	36	26.03.1977	Hamm
01:30:01	Möllers, Margret	39	08.03.1980	Hamm
01:33:06	von dem Berge, Marthel	28	26.03.1977	Hamm
01:40:58	Jung, Elisabeth	35	16.08.1975	Papenburg
01:41:12	Winkler, Brigitte	33	25.10.1975	Essen

**Halbmarathon**

01:21:07	Schiek, Regina	36	08.07.1976	Den Haag/NL
01:23:25	Weßling, Maria	66	26.03.2006	Herten-Bertlich
01:25:56	Schmiemann, Petra	56	24.03.2001	Arnstadt
01:30:21	Hilland, Elisabeth	53	09.04.1995	Rheinzabern
01:32:56	Götz, Claudia	59	27.03.1999	Xanten
01:34:49	Schwager, Ruth	56	10.03.2001	Münster

**Halbmarathon Mannschaft**

04:36:51	ESV		27.03.1999	Xanten
	Schmiemann P. (56) 1:28:38, Götz C. (59) 1:32:56, Schwager R. (56) 1:35:17			
04:46:50	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
	Weßling M. (66) 1:23:25 - Schwager R. (56) 1:40:29 - Götz C. (59) 1:42:56			
04:47:19	ESV		13.03.2005	Ohrdruf
	Schmiemann P. (56) 1:27:03, Schwager R. (56) 1:40:08, Steinkühler K. (58) 1:40:08			

**25 km Straße**

01:38:48	Schiek, Regina	36	09.04.1977	Paderborn
01:54:12	Schwager, Ruth	56	04.05.2003	Berlin
01:54:15	Jung, Elisabeth	35	11.06.1978	Dülmen
01:54:22	Möllers, Margret	39	23.03.1985	Hamm
02:07:12	von dem Berge, Marthel	28	29.03.1975	Paderborn
02:08:47	Mensing, Birgit	59	05.05.2002	Berlin

**25 Km Straße Mannschaft**

05:44:17,9	ESV		07.03.1981	Hamm
	Schiek R. (36) 1:43:44,9, Möllers M. (39) 1:57:51, Jung E. (35) 2:02:52			

**Marathon**

02:58:37	Schmiemann, Petra	56	29.09.2002	Berlin
03:00:07	Schiek, Regina	36	06.05.1978	Dülmen
03:18:00	Jung, Elisabeth	35	24.05.1979	Rheydt
03:18:56	Hilland, Elisabeth	53	30.04.1995	Hamburg
03:27:32	Schwager, Ruth	56	30.04.2000	Duisburg
03:29:19	Götz, Claudia	59	30.04.2000	Duisburg

**Marathon Mannschaft**

09:57:29	ESV		30.04.2000	Duisburg
	Schmiemann P. (56) 3:00:38, Schwager R. (56) 3:27:32, Götz C. (59) 3:29:19			
10:09:21	ESV		28.03.1981	Dülmen
	Schiek R. (36) 3:06:55, Jung E. (35) 3:29:46, Möllers M. (39) 3:32:40			

**W 45****100 m**

15,1	Winkler, Brigitte	33	31.05.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**200 m**

31,5	Winkler, Brigitte	33	01.06.1980	Münster
------	-------------------	----	------------	---------

**400 m**

66,31	Hillebrand-Raves, Marion	62	07.07.2007	Zittau
-------	--------------------------	----	------------	--------

**800 m**

2:28,75	Hillebrand-Raves, Marion	62	26.06.2010	Kaiserslautern
2:29,42	Schmiemann, Petra	56	07.06.2002	Münster-Roxel
2:35,59	Großkopff, Gudrun	60	08.07.2005	Schweinfurt
2:41,30	Steinkühler, Karla	58	14.06.2006	Nordkirchen
2:42,32	Möllers, Margret	39	08.09.1985	Rheine
2:55,00	von dem Berge, Marthel	28	27.04.1977	Münster

**1000 m**

3:16,78	Schmiemann, Petra	56	09.06.2004	Nordkirchen
3:21,96	Steinkühler, Karla	58	26.06.2005	Havixbeck
3:22,89	Großkopff, Gudrun	60	26.06.2005	Havixbeck

**1500 m**

4:57,54	Schmiemann, Petra	56	20.05.2001	Bremen
5:10,91	Steinkühler, Karla	58	10.07.2005	Schweinfurt
5:20,39	Großkopff, Gudrun	60	10.07.2005	Schweinfurt
5:23,40	Möllers, Margret	39	20.04.1985	Lüdenscheid
5:24,10	Schiek, Regina	36	15.07.1981	Dülmen
5:48,62	Schwager, Ruth	56	19.04.2002	Münster-Roxel

**3000 m**

10:23,90	Schiek, Regina	36	16.05.1981	Leverkusen
10:32,22	Schmiemann, Petra	56	12.06.2002	Dortmund
11:15,47	Steinkühler, Karla	58	09.07.2004	Telgte
11:24,73	Möllers, Margret	39	21.04.1985	Menden
12:04,25	Schwager, Ruth	56	25.09.1999	Lüdenscheid
12:16,63	Dr, Großkopff, Gudrun	60	20.05.2007	Münster-Roxel

**5000 m**

18:03,20	Schiek, Regina	36	15.07.1983	Hamm
18:20,20	Schmiemann, Petra	56	23.05.2001	Gütersloh
19:38,23	Steinkühler, Karla	58	13.09.2003	Münster-Wolbeck
20:03,00	Möllers, Margret	39	09.06.1984	Iserlohn
20:49,46	Schwager, Ruth	56	12.07.2002	Kevelaer
21:09,00	Jung, Elisabeth	35	07.08.1980	Helsinki/SF

**10000 m**

39:13,87	Schmiemann, Petra	56	24.04.2004	Hagen
39:30,60	Schiek, Regina	36	28.08.1982	Hamm
44:19,80	Jung, Elisabeth	35	14.09.1980	Rheine
45:49,40	von dem Berge, Marthel	28	21.07.1981	Coesfeld

**3 x 800 m**

8:15,06	ESV		29.05.2003	Kaarst
	Steinkühler K. (58), Schwager R. (56), Schmiemann P. (56)			

**Stundenlauf**

14320 m	Schiek, Regina	36	07.04.1984	Soest
13240 m	von dem Berge, Marthel	28	07.05.1977	Bochum
12965 m	Jung, Elisabeth	35	19.04.1980	Münster
11278 m	Winkler, Brigitte	33	07.04.1979	Münster

**5 km Straße**

19:08	Schmiemann, Petra	56	31.12.2004	Münster
20:23	Steinkühler, Karla	58	31.12.2003	Münster
20:49	Dr. Großkopff, Gudrun	60	07.05.2005	Clarholz
20:55	Schwager, Ruth	56	09.03.2002	Münster
22:25	Götz, Claudia	59	25.04.2004	Münster
23:32	Kümpers, Gabriele	54	30.10.2010	Nordwalde

**10 km Straße**

39:01	Schmiemann, Petra	56	23.09.2001	Troisdorf
39:21	Schiek, Regina	36	31.01.1981	Hamm
41:32	Möllers, Margret	39	06.04.1985	Paderborn
42:54	Hilland, Elisabeth	53	25.01.1998	Hamm
43:13	Steinkühler, Karla	58	19.09.2004	Bad Liebenzell
43:15	Götz, Claudia	59	19.09.2004	Bad Liebenzell

**10 km Straße Mannschaft**

02:06:16	ESV		19.09.2004	Bad Liebenzell
	Schmiemann P. (56) 39:48, Steinkühler K. (58) 43:13, Götz C. (59) 43:15			
02:11:03	ESV		31.12.05	Altenrheine
	Schmiemann P. (56) 40:48, Schwager R. (56) 45:14, Steinkühler K. (58) 45:21			
02:14:00	ESV		30.01.2005	Hamm
	Schmiemann P. (56) 41:33, Großkopff G.(60) 46:11, Schwager R. (56) 46:16			

**15 km Straße**

01:00:43	Schiek, Regina	36	21.02.1981	Hamm
01:06:17	Hilland, Elisabeth	53	08.02.1998	Hamm
01:06:30	Möllers, Margret	39	27.03.1988	Waldbreitbach
01:09:04	von dem Berge, Marthel	28	29.02.1976	Hamm
01:10:06	Schmiemann, Petra	56	13.02.2005	Hamm
01:12:42	Jung, Elisabeth	35	21.02.1981	Hamm

**20 km Straße**

01:33:06	von dem Berge, Marthel	28	26.03.1977	Hamm
----------	------------------------	----	------------	------

**Halbmarathon**

01:25:56	Schmiemann, Petra	56	24.03.2001	Arnstadt
01:34:49	Schwager, Ruth	56	10.03.2001	Münster
01:40:08	Steinkühler, Karla	58	13.03.2005	Ohrdruf
01:41:03	Hilland, Elisabeth	53	02.04.2005	Saerbeck
01:42:56	Götz, Claudia	59	26.03.2006	Herten-Bertlich

**Halbmarathon Mannschaft**

04:47:19	ESV		13.03.2005	Ohrdruf
	Schmiemann P. (56) 1:27:03, Schwager R. (56) 1:40:08, Steinkühler K. (58) 1:40:08			
05:08:35	ESV		26.03.2006	Herten-Bertlich
	Schwager R. (56) 1:40:29 - Götz C. (59) 1:42:56 - Steinkühler K. (58) 1:45:10			

**25 km Straße**

01:43:07	Schiek, Regina	36	10.04.1982	Paderborn
01:54:12	Schwager, Ruth	56	04.05.2003	Berlin
01:54:22	Möllers, Margret	39	23.03.1985	Hamm
01:55:21	Jung, Elisabeth	35	04.10.1980	Münster
02:07:12	von dem Berge, Marthel	28	29.03.1975	Paderborn

**Marathon**

02:58:37	Schmiemann, Petra	56	29.09.2002	Berlin
03:02:22	Schiek, Regina	36	23.10.1982	Essen
03:21:53	Jung, Elisabeth	35	25.10.1980	Essen
03:34:55	Schwager, Ruth	56	09.10.2004	Essen
03:39:45	von dem Berge, Marthel	28	03.05.1975	Dülmen
03:54:07	Hilland, Elisabeth	53	08.05.2005	Mainz

**W 50****800 m**

2:33,09	Schmiemann, Petra	56	04.08.2006	Aachen
---------	-------------------	----	------------	--------

**1500 m**

5:11,12	Schmiemann, Petra	56	09.07.2006	Erfurt
5:25,44	Steinkühler, Karla	58	24.05.2008	Ahlen
6:02,40	von dem Berge, Marthel	28	09.06.1978	Telgte

**3000 m**

11:04,80	Schiek, Regina	36	01.08.1986	Hamm
11:10,56	Schmiemann, Petra	56	24.08.2007	Telgte
12:28,10	von dem Berge, Marthel	28	28.05.1978	Warendorf
12:55,70	Kümpers, Gabriele	54	06.06.2008	Telgte
13:48,68	Jung, Elisabeth	35	15.06.1986	Ahlen

**5000 m**

19:16,96	Schmiemann, Petra	56	07.07.2006	Erfurt
20:18,90	Schiek, Regina	36	05.10.1985	Dülmen
21:06,90	Schwager, Ruth	56	06.06.2007	Nordkirchen
21:27,60	von dem Berge, Marthel	28	13.07.1979	Lübeck
22:46,23	Jung, Elisabeth	35	30.07.1986	Malmö/SWE

**10000 m**

40:24,54	Schmiemann, Petra	56	29.04.2006	Wenden
41:07,08	Schiek, Regina	36	19.04.1986	Bad Oeynhausen
45:49,40	von dem Berge, Marthel	28	21.07.1981	Coesfeld

**Stundenlauf**

13700 m	Schiek, Regina	36	12.07.1986	Remscheid
12795 m	von dem Berge, Marthel	28	12.05.1979	Bochum

**5 km Straße**

22:16	Schwager, Ruth	56	11.03.2006	Münster
23:06	Dr. Großkopff, Gudrun	60	31.12.2010	Münster
23:32	Kümpers, Gabriele	54	30.10.2010	Nordwalde
24:31	Götz, Claudia	59	18.09.2010	Telgte

**10 km Straße**

39:53	Schmiemann, Petra	56	30.09.2006	Saerbeck
41:11	Schiek, Regina	36	27.04.1986	Herten
45:51	von dem Berge, Marthel	28	18.04.1981	Paderborn
46:46	Dr. Großkopff, Gudrun	60	10.12.2010	Ahlen
46:52	Hilland, Elisabeth	53	23.04.2005	Oelde
48:46	Jung, Elisabeth	35	01.06.1986	Ibbenbüren

**15 km Straße**

01:11:10	von dem Berge, Marthel	28		24.02.1979	Hamm
----------	------------------------	----	--	------------	------

**Halbmarathon**

01:29:33	Schmiemann, Petra	56		18.08.2006	Spelle
01:40:29	Schwager, Ruth	56		26.03.2006	Herten-Bertlich
01:41:03	Hilland, Elisabeth	53		02.05.2005	Saerbeck

**25 km Straße**

01:47:58	Schiek, Regina	36		15.07.1987	Bad Godesberg
----------	----------------	----	--	------------	---------------

**Marathon**

03:12:43	Schmiemann, Petra	56		09.09.2007	Münster
03:54:07	Hilland, Elisabeth	53		08.05.2005	Mainz

**W 55****1500 m**

5:34,97	Schmiemann, Petra	56		06.06.2015	Rheine
---------	-------------------	----	--	------------	--------

**5000 m**

20:21,09	Schmiemann, Petra	56		13.07.2013	Mönchengladbach
23:27,4	Kümpers, Gabriele	54		28.03.2009	Oelde

**5 km Straße**

23:32	Kümpers, Gabriele	54		30.10.2010	Nordwalde
-------	-------------------	----	--	------------	-----------

**10 km Straße**

49:47	Kümpers, Gabriele	54		18.09.2010	Telgte
-------	-------------------	----	--	------------	--------

**25 km Straße**

01:51:47	Schmiemann, Petra	56		10.05.2015	Berlin
----------	-------------------	----	--	------------	--------

**Marathon**

03:14:59	Schmiemann, Petra	56		12.10.2014	München
----------	-------------------	----	--	------------	---------

**M Jgd B**

(X = ab 1988 neue Jahrgangseinteilung, vorher: 15/16 Jahre, jetzt: 16/17 Jahre)

**100 m**

11,5	Potthoff, Günter	34	X	17.06.1951	Münster
12,1	Kleff, Oliver	71		01.05.1988	Rheine
12,49	Bertermann, Tobias	93		02.06.2010	Nordkirchen
12,5	Haferkamp, Georg	67	S	13.06.1981	Coesfeld
12,5	Vogt, Markus	69	S	15.05.1985	Münster
13,52	Austermann, Jan	95	S	02.06.2010	Nordkirchen

**200 m**

24,5	Witte, Frank	70		24.07.1987	Menden
24,56	Blöß, Jan	90		10.06.2006	Dülmen
24,66	Erlei, Tim	84		26.05.2001	Rheine

**300 m**

42,78	Austermann, Jan	95	S	06.06.2010	Ahlen
43,81	Stein, Christian	83		24.04.1999	Dülmen
44,58	Stötzel, David	95	S	06.06.2010	Ahlen
44,82	Westbunk, Lars	95	S	24.04.2010	Dülmen

**400 m**

52,14	Erlei, Tim	84	26.05.2001	Rheine
52,3	Witte, Frank	70	20.09.1987	Rheine
54,4	Kleff, Oliver	71	01.05.1988	Rheine
54,41	Blöß, Jan	90	02.07.2006	Kreuztal
57,8	Jung, Detlef	60	19.05.1977	Hamm
59,2	Großkopff, Martin	61	27.04.1977	Münster

**800 m**

1:56,79	Erlei, Tim	84	20.05.2001	Schweinfurt
1:59,74	Gawlik, Thomas	79	01.05.1996	Rheine
2:00,10	Vogt, Markus	69	31.05.1986	Rheine
2:00,22	Großkopff, Martin	61	X 21.06.1978	Gütersloh
2:01,40	Witte, Frank	70	08.06.1986	Dortmund
2:01,86	Erlei, Jan	88	22.06.2005	Wattenscheid

**1000 m**

2:33,51	Erlei, Tim	84	28.09.2001	Papenburg
2:35,15	Gawlik, Thomas	79	30.06.1996	Gladbeck
2:35,3	Witte, Frank	70	11.10.1987	Dülmen
2:38,40	Großkopff, Martin	61	X 23.04.1978	Ochtrup
2:39,30	Kleff, Oliver	71	11.10.1987	Dülmen
2:40,06	Möllers, Ralf	68	X 05.10.1985	Dülmen

**1500 m**

4:02,13	Gawlik, Thomas	79	30.05.1996	Kassel
4:02,20	Großkopff, Martin	61	X 26.08.1978	Nijmwegen/NL
4:09,17	Erlei, Tim	84	17.06.2001	Gladbeck
4:11,07	Erlei, Ben	88	10.07.2005	Dortmund
4:13,81	Vogt, Markus	69	X 21.06.1986	Lage
4:15,0	Witte, Frank	70	25.05.1986	Rheine

**M Jgd B****3000 m**

8:44,00	Großkopff, Martin	61	X 30.07.1978	Göttingen
8:50,06	Gawlik, Thomas	79	22.05.1996	Dortmund
9:03,90	Erlei, Ben	89	16.04.2005	Rheine
9:05,70	Möllers, Ralf	68	X 15.06.1985	Dülmen
9:17,99	Vogt, Markus	69	25.08.1985	Koblenz
9:26,30	Kleff, Oliver	71	03.09.1988	Coesfeld

**5000 m**

15:42,63	Gawlik, Thomas	79	26.04.1996	Menden
16:09,10	Möllers, Ralf	68	X 08.07.1985	Hamm
16:20,92	Rossmeyer, Stefan	86	26.07.2003	Coesfeld
16:25,96	Kleff, Oliver	71	17.04.1988	Warstein
16:30,40	Vogt, Markus	69	08.07.1985	Hamm
16:42,94	Hübschen, Tim	77	30.04.1994	Bergkamen

**10000 m**

33:55,00	Rieger, Jörg	70	04.10.1986	Dülmen
35:01,70	Vogt, Markus	69	01.05.1985	Nürnberg

**1500 m Hindernis**

4:39,00	Rieger, Jörg	70		04.10.1987	Arnheim /NL
4:44,40	Witte, Frank	70		04.10.1987	Arnheim /NL
4:44,80	Schrandt, Christian	70		11.04.1987	Dülmen
4:52,35	Erlei, Ben	89	S	03.05.2004	Münster-Roxel
4:54,68	Erlei, Tim	84	S	16.05.1999	Münster
5:04,00	Möllers, Ralf	68		10.05.1984	Oelde

**2000 m Hindernis**

5:59,31	Erlei, Ben	89		30.07.2005	Braunschweig
6:17,61	Erlei, Jan	88		30.07.2005	Braunschweig
6:29,68	Rossmeyer, Stefan	86		05.07.2003	Fulda
6:46,42	Fischer, Sebastian	82		13.06.1999	Ahlen
7:02,30	Ismail, Abdi	78		20.08.1995	Münster
7:06,73	Erlei, Jan	88		03.05.2004	Münster-Roxel

**3 x 1000 m-Staffel**

8:05,17	ESV			05.05.05	Kaarst
	Blöß J. (90), Erlei B. (89), Erlei J. (88)				
8:35,41	ESV			21.06.1987	Recklinghausen
	Kleff (71), Schrandt (70), Rieger (70)				
8:57,67	ESV			29.05.2003	Kaarst
	Sprave W. (87), Ennen P. (87), Rossmeyer S. (86)				
9:14,30	ESV			09.05.1992	Havixbeck
	Thilo (75), Lucas (75), Hübschen B. (75)				
9:50,47	ESV		S	09.05.2002	Witten
	Erlei J. (88), Sprave W. (87), Ennen P. (87)				
9:51,12	ESV		S	16.06.2002	Münster-Roxel
	Blöß J. (90), Meyer T. (89), Erlei B. (89)				

**M Jgd B****5 km Straße**

16:19	Erlei, Ben	89		29.10.2005	Nordwalde
16:37	Erlei, Tim	84	S	31.12.1999	Münster
16:44	Kleff, Oliver	71		17.10.1987	Sythen
17:00	Peters, Yannik	93		30.10.2010	Nordwalde
17:19	Sprave, Wilhelm	87		30.10.2004	Nordwalde
17:33	Rossmeyer, Stefan	86		15.03.2003	Münster

**7,5 km Straße**

26:16	Ismail, Abdi	78		10.09.1995	Herten
27:32	Wegmann, Christian	76		29.11.1992	Herten
27:41	Lucas, Martin	75		29.11.1992	Herten
27:45	Hübschen, Tim	77		13.03.1994	Münster
27:50	Jöns, Anders Gerrit	73		19.03.1989	Büren
27:56	Franz, T	75		29.11.1992	Herten

**7,5 km Straße Mannschaft**

01:23:09	ESV			29.11.1992	Herten
	Wegmann C. (76) 27:32, Lucas M. (75) 27:41, Franz T. (75) 27:56				
01:25:55	ESV			03.10.1993	Kempen
	Hübschen T. (77) 28:06, Wegmann C. (76) 28:20, Engelhard H. (77) 29:29				
01:28:31	ESV			15.03.1992	Unna
	Lucas M. (75) 27:51, Hübschen B. (75) 29:05, Wegmann C. (76) 31:35				
01:41:34	ESV			10.09.1995	Herten
	Ismail A. (78) 26:16, Keller S. (84) 35:29, Vissing S. (79) 39:49				



**10 km Straße**

33:35	Möllers, Thomas	82	X	06.04.1985	Paderborn
33:53	Erlei, Ben	89		13.03.2005	Ohrdruf
34:36	Ismail, Abdi	78		.95	Münster
35:15	Rieger, Jörg	70		08.02.1986	Hamm
35:16	Vogt, Markus	69		09.11.1985	Dülmen
35:21	Hübschen, Tim	77		01.10.1994	Saerbeck

**10 km Straße Mannschaft**

01:46:12	ESV			13.03.2005	Ohrdruf
Erlei J. (89) 33:53, Rinne Y. (88) 35:37, Erlei J. (88) 36:42					

**15 km Straße**

53:43	Rieger, Jörg	70		22.02.1986	Hamm
53:51	Hübschen, Tim	77		12.02.1994	Hamm
01:06:10	Sprave, Wilhelm	87		30.11.2003	Bertlich
01:12:24	Ennen, Phillipp	87	S	10.02.2002	Hamm

**Halbmarathon**

01:21:00	Hübschen, Tim	77		26.02.1994	Hamm
01:23:29	Rossmeyer, Stefan	86		30.11.2003	Bertlich

**25 km Straße**

01:31:37	Möllers, Thomas	82	X	23.03.1985	Hamm
01:32:16	Rieger, Jörg	70		15.03.1987	Bad Godesberg
02:01:45	Scheffler, Erich	60		24.09.1977	Münster

**Marathon**

02:52:49	Rieger, Jörg	70		25.10.1986	Essen
03:12:20	Hübschen, Tim	77		29.09.1993	Berlin

**M Jgd A**

(X = ab 1988 neue Jahrgangseinteilung, vorher: 17/18 Jahre, jetzt: 18/19 Jahre)

**100 m**

11,31	Truong, Manh-Hung	86		20.05.2005	Münster
11,5	Potthoff, Günter	34		17.06.1951	Münster
11,7	Fugmann, Artur	73		24.05.1992	Münster
12,1	Kleff, Oliver	71		01.05.1988	Rheine
12,2	Witte, Frank	70		08.05.1988	Greven
12,49	Bertermann, Tobias	93		02.06.2010	Nordkirchen

**200 m**

23,28	Truong, Manh-Hung	86		20.05.2005	Münster
23,89	Witte, Frank	70		08.05.1988	Greven
24,33	Erlei, Tim	84		15.05.2002	Münster-Roxel
24,56	Blöß, Jan	90		10.06.2006	Dülmen
24,81	Müller, Christian	86		19.06.2005	Münster
25,00	Jung, Detlef	60		28.05.1978	Warendorf

**400 m**

51,3	Witte, Frank	70		23.05.1988	Recklinghausen
52,14	Erlei, Tim	84		26.05.2001	Rheine
53,47	Truong, Manh-Hung	86		09.06.2005	Dortmund
53,8	Großkopff, Martin	61	X	31.05.1980	Münster
54,01	Müller, Christian	86		19.06.2005	Münster

54,4 Kleff, Oliver 71 01.05.1988 Rheine

**800 m**

1:54,60 Witte, Frank 70 21.06.1988 Münster  
 1:55,11 Heitplatz, Dirk 72 07.07.1991 Kevelaer  
 1:55,84 Großkopff, Martin 61 X 17.05.1980 Flensburg  
 1:56,10 Erlei, Tim 84 23.05.2002 Koblenz  
 1:56,50 Scheffer, Marc 89 14.08.2008 Bergisch Gladbach  
 1:58,70 Vogt, Markus 69 24.05.1988 Münster

**1000 m**

2:28,00 Großkopff, Martin 61 X 12.06.1980 Menden  
 2:33,51 Erlei, Tim 84 28.09.2001 Papenburg  
 2:33,75 Scheffer, Marc 89 11.07.2008 Menden  
 2:33,80 Vogt, Markus 69 02.06.1988 Gütersloh  
 2:35,00 Witte, Frank 70 15.07.1988 Menden  
 2:35,15 Gawlik, Thomas 79 30.06.1996 Gladbeck

**1500 m**

3:49,90 Großkopff, Martin 61 01.09.1979 Dortmund  
 4:01,00 Balbino, Antonio 70 15.05.1989 Recklinghausen  
 4:01,25 Heitplatz, Dirk 72 23.05.1991 Koblenz  
 4:02,13 Gawlik, Thomas 79 30.05.1996 Kassel  
 4:06,90 Vogt, Markus 69 23.05.1988 Recklinghausen  
 4:07,56 Rossmeyer, Stefan 86 28.05.2004 Kamen

**M Jgd A****3000 m**

8:15,95 Großkopff, Martin 61 X 15.06.1980 Bremen  
 8:36,98 Balbino, Antonio 70 07.09.1988 Menden  
 8:50,06 Gawlik, Thomas 79 22.05.1996 Dortmund  
 8:52,81 Wessel-Terharn, Fabian 91 14.05.2010 Dortmund  
 8:53,10 Vogt, Markus 69 07.08.1988 Dortmund  
 9:00,86 Möllers, Ralf 68 17.01.1986 Dortmund

**5000 m**

14:16,30 Großkopff, Martin 61 X 20.06.1980 Bonn  
 14:56,52 Balbino, Antonio 70 30.04.1989 Menden  
 15:09,19 Wessel-Terharn, Fabian 91 19.05.2010 Koblenz  
 15:42,63 Gawlik, Thomas 79 26.04.1996 Menden  
 15:50,94 Vierschilling, Robin 86 11.09.2005 Hagen  
 16:05,49 Sprave, Wilhelm 87 29.04.2006 Wenden

**10000 m**

32:40,90 Böckenholt, Thomas 74 09.09.1992 Melle  
 33:03,70 Berger, Uwe 70 02.08.1989 Kamen  
 33:55,00 Rieger, Jörg 70 04.10.1986 Dülmen  
 34:30,40 Beuckmann, Ulrich 56 X 20.09.1975 Bad Rothenfelde  
 34:48,40 Peschel, Sascha 70 29.09.1989 Lengerich  
 35:01,70 Vogt, Markus 69 01.05.1985 Nürnberg

**Stundenlauf**

16550 m Großkopff, Martin 61 08.04.1978 Münster  
 14790 m Pier, Elmar 61 08.04.1978 Münster  
 14350 m Jung, Detlef 60 X 07.04.1979 Münster

14220 m	Scheffler, Erich	60		08.04.1978	Münster
13217 m	Rickert, Siegfried	60	X	07.04.1979	Münster

**400 m Hürden**

66,07	Schäfer, Ulf	75		03.09.1994	Coesfeld
-------	--------------	----	--	------------	----------

**2000 m Hindernis**

5:59,31	Erlei, Ben	89		30.07.2005	Braunschweig
6:05,61	Wessel-Terharn, Fabian	91		29.05.2010	Münster
6:08,98	Rossmeyer, Stefan	86		15.05.2004	Kamen
6:17,61	Erlei, Jan	88		30.07.2005	Braunschweig
6:30,98	Rieger, Jörg	70		18.06.1988	Lage
6:46,42	Fischer, Sebastian	82		13.06.1999	Ahlen

**M Jgd A****3 x 1000 m-Staffel**

7:54,74	ESV			03.07.1988	Dortmund
	Schrandt (70), Vogt M. (69), Witte (70)				
7:54,82	ESV			12.08.1989	Hamburg
	Witte (79), Kleff (71), Berger (70)				
7:56,71	ESV			18.06.1989	Arnsberg
	Berger (70), Peschel (70), Balbino (70)				
8:05,17	ESV			05.05.05	Kaarst
	Blöß J. (90), Erlei B. (89), Erlei J. (88)				
8:12,12	ESV			06.06.1985	Wattenscheid
	Klix, Möllers, Lorenzat				
8:17,80	ESV			22.05.1987	Dülmen
	Kürten, Walkowiak, Möllers				

**5 km Straße**

16:19	Erlei, Ben	89		29.10.2005	Nordwalde
16:37	Erlei, Tim	84	S	31.12.1999	Münster
16:44	Kleff, Oliver	71		17.10.1987	Sythen
16:51	Rossmeyer, Stefan	86		31.07.2004	Greven
17:00	Peters, Yannik	93		30.10.2010	Nordwalde
17:19	Sprave, Wilhelm	87		30.10.2004	Nordwalde

**7,5 km Straße**

28:04	Fischer, Sebastian	82		11.03.2000	Münster
-------	--------------------	----	--	------------	---------

**10 km Straße**

30:54	Balbino, Antonio	70		27.05.1989	Münster
31:53	Wessel-Terharn, Fabian	91		30.10.2010	Nordwalde
32:34	Möllers, Ralf	68		09.03.1986	Leverkusen
32:50	Böckenholt, Thomas	74		19.09.1992	Telgte
33:05	Großkopff, Martin	61		10.11.1979	Dülmen
33:53	Erlei, Ben	89		13.03.2005	Ohrdruf

**10 km Straße Mannschaft**

01:46:12	ESV			13.03.2005	Ohrdruf
	Erlei J. (89) 33:53, Rinne Y. (88) 35:37, Erlei J. (88) 36:42				
01:48:58	ESV			26.06.1993	Münster
	Böckenholt T. (74) 34:24, Lucas M. (75) 37:01, Hübschen T. (77) 37:33				
01:53:57	ESV			07.12.2003	Hamm

01:58:02 Erlei B. (89) 37:30, Erlei J. (88) 37:57, Erlei T. (84) 38:30  
 ESV 31.12.1999 Münster  
 Fischer S. (82) 37:10, Humme M. (80) 37:56, Ennen P. (87) 42:56

**15 km Straße**

47:43	Balbino, Antonio	70	02.09.1989	Dülmen
49:58	Böckenholt, Thomas	74	07.02.1993	Hamm
51:59	Berger, Uwe	70	19.03.1989	Büren
52:26	Vogt, Marcus	69	27.03.1988	Waldbreitbach
53:34	Möllers, Ralf	68	22.02.1986	Hamm
53:43	Rieger, Jörg	70	22.02.1986	Hamm

**M Jgd A****15 km Straße Mannschaft**

02:36:06	ESV	19.03.1989	Büren
	Balbino A. (70) 49:09, Berger U. (70) 51:59, Peschel S. (70) 54:58		
02:42:46	ESV	27.03.1988	Waldbreitbach
	Vogt M. (69) 52:26, Rieger J. (70) 54:13, Peschel S. (70) 56:07		
02:52:38	ESV	11.09.1988	Herten-Bertlich
	Schrandt C. (70) 55:54, Rieger J. (70) 58:22, Peschel S. (70) 58:22		

**Halbmarathon**

01:18:13	Böckenholt, Thomas	74	22.02.1992	Hamm
01:21:00	Hübschen, Tim	77	26.02.1994	Hamm
01:23:29	Rossmeyer, Stefan	86	30.11.2003	Bertlich
01:29:17	Humme, Mark	80	21.08.1999	Everswinkel

**25 km Straße**

01:31:37	Möllers, Ralf	68	23.03.1985	Hamm
01:32:16	Rieger, Jörg	70	15.03.1987	Bad Godesberg
01:38:39	Rieger, Norbert	68	08.03.1986	Hamm
01:51:39	Scheffler, Erich	60	09.09.1978	Münster

**Marathon**

02:52:00	Rieger, Jörg	70	25.10.1986	Essen
02:58:50	Rieger, Norbert	68	25.10.1986	Essen

J = Jugendklasse

**HK****100 m**

11,10	Lammers, Dieter	66	02.07.1989	Dortmund
11,31	Truong, Manh-Hung	86	J 20.05.2005	Münster
11,5	Potthoff, Günter	34	J 17.06.1951	Münster
11,5	Lasthaus, Holger		22.05.1987	Dülmen
11,7	Fugmann, Artur	73	J 05.07.1992	Rheine
11,79	Scheffer, Marc	89	13.06.2009	Münster

**200 m**

23,05	Lammers, Dieter	66	27.07.1989	Dortmund
23,28	Truong, Manh-Hung	86	J 20.05.2005	Münster
23,60	Melzer, Oliver	71	23.05.1993	Münster
23,74	Scheffer, Marc	89	16.05.2010	Greven
23,89	Witte, Frank	70	J 08.05.1988	Greven
24,03	Brinkert, Frank	66	22.10.1989	Gelsenkirchen

**400 m**

50,35	Jung, Frank	68	21.05.1995	Rheine
50,89	Scheffer, Marc	89	16.05.2010	Greven
51,11	Buschhorn, Lars	82	22.06.2003	Dortmund
51,30	Witte, Frank	70	J 23.05.1988	Recklinghausen
51,40	Melzer, Oliver	71	23.05.1993	Münster
51,90	Lammers, Dieter	66	01.05.1990	Rheine

**800 m**

1:51,25	Wagner, Peter	59	24.07.1985	Menden
1:51,88	Jung, Frank	68	20.08.1996	Leverkusen
1:51,89	Scheffer, Marc	89	14.08.2010	Regensburg
1:54,60	Witte, Frank	70	J 21.06.1988	Münster
1:54,80	Schulte-Huxel, Hubert	64	14.06.1992	Dortmund
1:55,11	Heitplatz, Dirk	72	J 07.07.1991	Kevelaer

**1000 m**

2:23,00	Wagner, Peter	59	17.07.1984	Dortmund
2:25,50	Großkopff, Martin	61	05.07.1983	Dülmen
2:26,34	Jung, Frank	68	26.07.1996	Menden
2:28,50	Bredelow, Axel	57	05.07.1983	Dülmen
2:29,68	Kuhlmann, Peter	69	17.06.1992	Nordkirchen
2:30,08	Heitplatz, Dirk	72	17.06.1992	Nordkirchen
2:30,08	Hille, Pascal	83	23.08.2007	Bergisch Gladbach

**1500 m**

3:44,96	Wagner, Peter	59	23.06.1985	Ahlen
3:45,80	Großkopff, Martin	61	22.07.1983	Leverkusen
3:52,52	Kuziola, Miroslaw	60	04.05.1985	Münster
3:53,06	Kuhlmann, Peter	69	19.08.1992	Dortmund
3:53,57	Jung, Frank	68	14.07.1996	Gladbeck
3:54,07	Römer, Werner	56	15.08.1984	Leverkusen

**HK****2000 m**

5:10,90	Großkopff, Martin	61	02.08.1983	Menden
5:16,40	Kuziola, Miroslaw	60	14.04.1984	Dülmen
5:22,60	Wagner, Peter	59	14.04.1984	Dülmen
5:25,57	Schlecking, Thomas	67	25.04.1992	Dülmen
5:35,05	Wiese, Achim	68	25.04.1992	Dülmen
5:38,00	Balbino, Antonio	70	J 22.04.1989	Dülmen

**3000 m**

8:05,54	Kuziola, Miroslaw	60	28.04.1984	Bonn
8:06,30	Großkopff, Martin	61	25.07.1981	Koblenz
8:09,01	Schlecking, Thomas	67	12.06.1992	Kassel
8:10,42	Wagner, Peter	59	12.09.1986	Gelnhausen
8:15,24	Römer, Werner	56	06.07.1984	Menden
8:15,90	Keeney, Raymond	58	21.08.1985	Menden

**5000 m**

13:57,60	Großkopff, Martin	61	12.06.1981	Kassel
14:00,63	Römer, Werner	56	21.06.1985	Essen
14:01,39	Kuziola, Miroslaw	60	21.06.1985	Essen
14:11,36	Schlecking, Thomas	67	20.05.1992	Koblenz

14:40,80	Keeney, Raymond	58	01.08.1986	Hamm
14:43,80	Wagner, Peter	59	27.07.1984	Essen

**10000 m**

29:35,30	Römer, Werner	56	26.04.1986	Bonn
30:29,70	Großkopff, Martin	61	11.09.1981	Koblenz
30:38,27	Schlecking, Thomas	67	23.08.1991	Troisdorf
30:48,00	Keeney, Raymond	58	19.07.1986	Coesfeld
31:03,62	Hodsman, Kevin	55	17.04.1988	Warstein
31:19,82	Balbino, Antonio	70	08.09.1990	Göttingen

**Stundenlauf**

17920 m	Vogt, Friedhelm	47	12.05.1979	Bochum
17620 m	Schiek, Wolfgang	33	30.04.1977	Münster
17542 m	Jung, Karl-Heinz	35	24.05.1975	Bochum
17165 m	Mildner, Klaus	37	30.04.1977	Münster
17140 m	Gräber, Dieter	42	10.04.1976	Soest
17119 m	Schlonski, Walter	45	19.08.1969	Münster

**110 m Hürden**

21,69	Jung, Frank	68	22.09.1996	Ahlen
-------	-------------	----	------------	-------

**400 m Hürden**

66,07	Schäfer, Ulf	75	J	03.09.1994	Coesfeld
-------	--------------	----	---	------------	----------

**HK****3000 m Hindernis**

8:46,95	Wagner, Peter	59	09.06.1985	Freiburg
9:08,26	Hille, Pascal	83	09.06.2007	Regensburg
9:50,88	Bredelow, Axel	57	21.06.1987	Göttingen
10:30,00	Göcke, Rolf	57	07.08.1984	Meschede
10:56,31	Fischer, Sebastian	82	14.06.2002	Münster-Wolbeck

**4 x 400 m-Staffel**

3:26,10	ESV	20.05.1993	Witten
	Brinkert F. (66), Melzer (71), Bruns (68), Knippelmeyer (71)		
3:26,22	ESV	30.05.2009	Witten
	Kalhoff, J. (87), Vierschilling, R. (86), Sprave, W. (87) Scheffer, M. (89)		
3:27,60	ESV	12.05.1993	Havixbeck
	Melzer O. (71), Jung F. (68), ?		
3:44,34	ESV	06.05.1998	Havixbeck
	Brinkert F. (66), Winkler H. (60), Bertsch D. (68), Jung F. (68)		

**4 x 800 m-Staffel**

7:42,99	ESV	14.06.1992	Dortmund
	Jung (68), Heitplatz (72), Kuhlmann (69), Schulte-Huxel (64)		
7:52,77	ESV	09.06.1993	Hamm
	Knippelmeyer (71), Bruns (68), Schmitt (71), Melzer (71)		
7:54,75	ESV	14.06.1987	Dortmund
	Walkowiak (66), Bischoff (63), Grossmann (68), Bredelow (57)		
8:05,39	ESV	14.06.1991	Hagen
	Seyb (70), Brinkert (66), Berger (70), Bredelow (57)		
8:13,53	ESV	18.09.1996	Dortmund
	Bertsch (68), Göcke (57), Brinkert (66), Jung (68)		
8:16,59	ESV	25.06.1989	Dortmund

Peschel (70), Walkowiak (66), Brinkert (66), Bredelow (57)

**3 x 1000 m-Staffel**

7:35,27	ESV		28.06.2009	Göttingen
	Sprave, W. (87), Kalhoff, J. (87), Scheffer, M. (89)			
7:45,23	ESV		29.05.2003	Kaarst
	Borchert T. (81), Buschhorn L. (82), Eilinghoff S. (71)			
7:45,24	ESV		02.05.2010	Kreuztal
	Vierschilling, R. (86), Scheffer, M. (89), Sprave, W. (87)			
7:52,45	ESV		05.05.2005	Kaarst
	Hille P. (83), Krönke M. (84), Borchert T. (81)			
7:54,57	ESV		09.05.2004	Attendorn
	Borchert T. (81), Eilinghoff S. (71), Hille P. (83)			
7:54,74	ESV	J	03.07.1988	Dortmund
	Schrandt (70), Vogt M. (69), Witte (70)			

**4 x 1500 m-Staffel**

15:23,16	ESV		21.07.1985	Berlin
	Großkopff (61), Kuziola (60), Roemer (56), Wagner (59)			
15:52,11	ESV		29.07.1983	Dortmund
	Bitter (57), Bredelow (57), Wagner (59), Großkopff (61)			
16:06,99	ESV		28.06.1992	Ahlen
	Heitplatz (72), Schulte-Huxel (64), Kuhlmann (69), Schlecking (67)			
16:17,17	ESV		30.08.1992	Ahlen
	Schulte-Huxel (64), Bruns (68), Schlecking (67), Kuhlmann (69)			
16:19,49	ESV		03.07.1993	Dortmund
	Melzer (71), Jung (68), Schmitt (71), Tirp (71)			
16:45,82	ESV		06.06.1985	Wattenscheid
	Bredelow (57), Brinkert (66), Vogt (47), Bitter (57)			

HK

**5 km Straße**

15:45	Böckenholt, Thomas	74	11.07.2001	Münster
15:49	Dr. Peter, Werner	58	10.10.1992	Sythen
15:53	Althaus, Gregor	65	05.08.1993	Barnsdorf
15:54	Jung, Frank	68	19.09.1998	Steinfurt
15:56	Hille, Pascal	83	02.10.2004	Sarbeck
15:58	Winkler, Helmar	60	19.09.1998	Steinfurt

**10 km Straße**

29:36	Kuziola, Miroslaw	60	06.04.1985	Paderborn
29:48	Römer, Werner	56	09.03.1986	Leverkusen
29:50	Wagner, Peter	59	06.04.1985	Paderborn
30:34	Balbino, Antonio	70	26.05.1991	Münster
30:59	Keeney, Raymond	58	31.08.1985	Dülmen
31:23	Großkopff, Martin	61	14.11.1981	Dülmen

**10 km Straße Mannschaft**

01:29:23	ESV		06.04.1985	Paderborn
	Kuziola M. (60) 29:36, Wagner P. (59) 29:50, Römer W. (56) 29:57			
01:33:52	ESV		09.03.1986	Leverkusen
	Römer W. (56) 29:48, Hodsmann K. (55) 31:43, Kottig V. (57) 32:21			
01:36:05	ESV		26.05.1990	Münster
	Balbino A. (70) 30:34, Wiese A. (68) 32:16, Henrique A. (58) 33:15			
01:37:00	ESV		12.08.1989	Steinfurt
	Hodsmann K. (55) 31:54, Kottig V. (57) 32:16, Göcke R. (57) 32:50			
01:37:24	ESV		13.03.1988	Leverkusen

01:38:01 Kottig V. (57) 32:02, Göcke R. (57) 32:38, Möllers R. (68) 32:44  
 ESV 06.04.1985 Paderborn  
 Großkopff M. (61) 31:53, Vogt F. (47) 32:33, Kottig V. (57) 33:35

**10 x 10 km Straße Staffel**

05:34:31 ESV 05.09.1992 Elte  
 Teicher J., Schlecking T., Wiese A., Vogt M., Althaus G.,  
 Kuhlmann P., Göcke R., Bruns M., Schulte-Huxel H., Wiese C.  
 05:42:59 ESV 03.09.1994 Elte  
 05:45:52 ESV 07.09.1991 Elte  
 Wiese A., Teicher J., Großkopff M., Dr. Peters W.,  
 Bredelow A., Wiese C., Vogt M., Geers M., Böckenholt T.  
 06:02:39 ESV 05.09.1992 Elte  
 Teicher R., Bredelow A., Bitter K., Kleff D., Geers M.,  
 Vogt F., Lucas, Brinkert F., Reis F., Jung F.  
 06:09:56 ESV 07.09.1991 Elte  
 Vogt M., Quartier, Growe, Rachner T., Kottig V.,  
 Müller, Kreienbaum B., Reis F., Wethmar K., Gräber D.

HK

**15 km Straße**

46:02 Römer, Werner 56 31.12.1986 Bozen  
 46:44 Kuziola, Miroslaw 60 03.03.1984 Hamm  
 47:43 Balbino, Antonio 70 J 02.09.1989 Dülmen  
 47:56 Hodsmann, Kevin 55 20.02.1988 Hamm  
 49:02 Böckenholt, Thomas 74 09.02.2003 Hamm  
 49:09 Wagner, Peter 59 03.03.1984 Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

02:30:03 ESV 09.02.1991 Hamm  
 Fabian T. (67) 49:23, Teicher J. (69) 50:04, Wiese A. (68) 50:36  
 02:32:47 ESV 13.02.1993 Hamm  
 Böckenholt T. (74) 50:58, Dr. Peters W. (58) 50:51, Rachner D. (51) 51:18,  
 02:34:45 ESV 09.02.1975 Refrath  
 Schiek W. (33) 50:40, Jung K-H. (35) 51:46, Gräber D. (39) 52:19  
 02:35:12 ESV 12.02.1994 Hamm  
 Hilland S. (57) 51:34, Geers M. (62) 51:44, Großkopff M. (61) 51:54  
 02:36:06 ESV J 19.03.1989 Büren  
 Balbino A. (70) 49:09, Berger U. (70) 51:59, Peschel S. (70) 54:58  
 02:37:13 ESV 11.02.1995 Hamm  
 Böckenholt T. (74) 51:25, Hilland S. (57) 52:43, Rachner D. (51) 53:05

**20 km Straße**

01:07:06 Vogt, Friedhelm 47 08.03.1980 Hamm  
 01:08:06 Schiek, Wolfgang 33 26.03.1977 Hamm  
 01:08:18 Jung, Karl-Heinz 35 27.03.1976 Hamm  
 01:08:56 Böckenholt, Thomas 74 .96  
 01:10:23 Schultz, Thomas 50 08.03.1980 Hamm  
 01:11:06 Gräber, Dieter 39 27.03.1976 Hamm

**20 km Straße Mannschaft**

03:28:17 ESV 27.03.1976 Hamm  
 Jung K-H. (35) 1:08:18, Schiek W. (33) 1:08:53, Gräber D. (39) 1:11:06  
 03:31:15 ESV 26.03.1977 Hamm  
 Schiek W. (33) 1:08:06, Gräber D. (39) 1:11:11, Fiedler W. (40) 1:11:58  
 03:35:39 ESV 16.08.1975 Papenburg  
 Jung K-H. (35) 1:10:48, Schiek W. (33) 1:11:08, Beuckmann U. (56) 1:13:43



03:37:05	ESV		11.08.1978	Hamm
	Schiek W. (33) 1:09:39, Schmalz D. (33) 1:12:32, Rumselke K. (28) 1:14:54			
03:51:34	ESV		27.03.1976	Hamm
	Fiedler W. (40) 1:15:31, Rumselke K. (28) 1:17:26, Gläser G. (37) 1:18:37			
03:54:46	ESV		31.08.1975	Obersuhl
	Schiek W. (33) 1:12:02, Jung K.-H. (35) 1:19:50, Winter H. (34) 1:22:54			

**Halbmarathon**

01:09:15	Pröbsting, Matthias	81	14.03.2009	Den Haag/NL
01:09:21	Böckenholt, Thomas	74	23.03.2002	Schotten
01:10:48	Schiek, Wolfgang	33	16.04.1977	Den Haag/NL
01:10:52	Kapluggin, Gary	62	24.02.1996	Hamm
01:11:59	Wiese, Achim	68	03.10.1993	Kempen
01:12:55	Fabian, Thomas	67	22.02.1992	Hamm

**HK****Halbmarathon Mannschaft**

03:43:20	ESV		22.02.1992	Hamm
	Fabian T. (67) 1:12:55, Dr. Peters W. (58) 1:14:18, Rachner D. (51) 1:16:07			
03:45:07	ESV		24.02.1996	Hamm
	Kapluggin G. (62) 1:10:52, Althaus G. (65) 1:16:40, Benstein A. (70) 1:17:35			
03:45:46	ESV		22.08.1998	Everswinkel
	Böckenholt T. (74) 1:14:31, Meymann J. (73) 1:17:22, Ennen R. (56) 1:22:53			
03:46:08	ESV		27.02.1993	Hamm
	Rachner D. (51) 1:14:00, Dr. Peters W. (58) 1:15:51, Hilland S. (57) 1:16:17			
03:46:10	ESV		03.10.1993	Kempen
	Wiese A. (68) 1:11:59, Wiese C. (67) 1:15:31, Bruns M. (68) 1:18:40			
03:46:56	ESV		25.02.1995	Hamm
	Böckenholt T. (74) 1:12:11, Rachner D. (51) 1:17:09, Geers M. (62) 1:17:36			

**25 km Straße**

01:22:45	Hodsman, Kevin	55	20.09.1986	Bad Oldesloe
01:23:00	Kottig, Volker	57	06.04.1985	Paderborn
01:23:11	Keeny, Raymond	58	06.09.1986	Dülmen
01:24:02	Vogt, Friedhelm	47	05.04.1980	Paderborn
01:25:16	Balbino, Antonio	70	18.03.1991	Rheurdt
01:25:25	Schiek, Wolfgang	33	30.10.1976	Scheeßel

**25 km Straße Mannschaft**

04:17:46	ESV		20.09.1986	Bad Oldesloe
	Hodsman K. (55) 1:22:45, Kottig V. (57) 1:26:37, Schwettmann C. (60) 1:28:24			
04:24:03	ESV		06.09.1986	Dülmen
	Keeney R. (58) 1:23:11, Vogt F. (47) 1:27:55, Schiek W. (33) 1:32:57			
04:24:36	ESV		10.04.1982	Paderborn
	Vogt F. (47), Bergmann H. (54), Gräber D. (39)			
04:25:56	ESV		31.03.1979	Ahlen
	Schiek W. (33) 1:27:23, Vogt F. (47) 1:29:15, Jung K.-H. (35) 1:29:18			
04:26:18	ESV		06.04.1985	Paderborn
	Kottig V. (57) 1:23:00, Samulski P. (38) 1:31:25, Gräber D. (39) 1:31:53			
04:28:33	ESV		15.09.1979	Münster
	Vogt F. (47) 1:27:22, Fiedler W. (40) 1:29:34, Schultz T. (51) 1:31:35			

**Marathon**

02:28:40	Kottig, Volker	57	09.10.1988	Berlin
02:29:44	Böckenholt, Thomas	74	29.09.2002	Berlin
02:34:31	Althaus, Gregor	65	26.09.1993	Berlin
02:34:37	Schiek, Wolfgang	33	24.04.1977	Köln
02:34:55	Wiese, Christoph	67	24.10.1993	Essen

02:35:18 Saadani, Abdellah 67 14.10.2007 Essen

**HK**

### Marathon Mannschaft

07:59:36 ESV 26.10.1974 Essen  
 Schiek W. (33) 2:36:36, Schmalz D. (33) 2:41:10, Jung K.-H. (35) 2:42:50

08:02:23 ESV 09.10.1988 Berlin  
 Kottig V. (57) 2:28:40, Hübschen J. (47) 2:38:28, Salzig 2:55:15

08:05:45 ESV 19.05.1985 Frankfurt  
 Kottig V. (57) 2:34:05, Samulski P. (38) 2:42:28, Gräber D. (39) 2:49:12

08:06:21 ESV 24.04.1983 Bremen  
 Gräber D. (39) 2:40:52, Bergmann H. (54) 2:40:52, Schweins A. (34) 2:44:37

08:07:24 ESV 25.10.1975 Essen  
 Schiek W. (33) 2:36:20, Jung K.-H. (35) 2:39:50, Tiemann A. (27) 2:51:14

08:08:11 ESV 20.03.2004 Steinfurt  
 Böckenholt T. (74) 2:35:55, Saadani A. (67) 2:41:17, Steinke S. (73) 2:50:59

### 50 km Straße

04:41:44 Knein, Peter 62 06.09.1997 Rheine  
 04:37:34 Hoermann, Manfred 37 06.09.1997 Rheine

### 100 km Straße

07:15:05 Samulski, Peter 38 30.09.1989 Unna  
 07:48:36 Dr. Lange, Wulf 37 31.10.1987 Hanau  
 08:38:00 Becker, Klaus 48 28.04.1991 Hanau  
 08:43:19 Korte, Dieter 47 08.10.1988 Hamm  
 09:14:00 Kückler, Hans-Joachim 37 1969 Biel/CH  
 09:14:45 Müller, Wolfgang 43 23.04.1988 Hanau

### 100 km Straße Mannschaft

24:15:28 ESV 31.10.1987 Hanau  
 Samulski P. (38) 7:33:21, Dr. Lange W. (37) 7:48:36, Korte D. (47) 8:53:31

24:51:41 ESV 30.09.1989 Unna  
 Samulski P. (38) 7:17:05, Becker K. (48) 8:38:15, Korte D. (47) 8:58:21

28:34:23 ESV 23.04.1988 Hanau  
 Müller W. (43) 9:14:45, Becker K. (48) 9:27:59, Hülse R. 9:51:39

32:32:00 ESV 1969 Biel/CH  
 Kückler Hans-J. (37) 9:14:00, v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Kückler Herm. (12) 12:34:00

38:07:00 ESV 1969 Biel/CH  
 v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Kückler Herm. (12) 12:34:00, Retzlaff J. (10) 13:48:00

43:02:00 ESV 1968 Biel/CH  
 v. d. Berge T. (16) 12:09:00, Babski B. (17) 15:06:00, Retzlaff J. (10) 15:46:00

### 24-Stundenlauf

261,028 km Samulski, Peter 38 17./18.08.91 Elze  
 200,475 km Dr. Lange, Wulf 37 13.05.1989 Mörlenbach

## M 30

### 100 m

12,48 Brinkert, Frank 66 28.06.1996 Telgte  
 12,4 Blank, Herbert 39 01.05.1988 Rheine  
 13,1 Kilian, Heinz 36 18.06.1971 Münster  
 13,2 Bode, Werner 36 18.06.1971 Münster  
 13,3 Winter, Helmut 34 18.06.1971 Münster

14,0	Gote, Hans	26	18.06.1971	Münster
<b>200 m</b>				
24,5	Blank, Herbert	39	16.05.1985	Warendorf
24,99	Brinkert, Frank	66	30.05.1998	Ahlen
25,09	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf
26,1	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57	06.05.1989	Münster
<b>400 m</b>				
53,10	Bredelow, Axel	57	23.05.1988	Recklinghausen
53,84	Brinkert, Frank	66	05.06.1996	Nordkirchen
53,88	Blank, Herbert	39	05.07.1986	Ahlen
56,51	Eilinghoff, Sven	71	24.06.2005	Telgte
58,3	Gräber, Dieter	39	10.07.1975	Münster
70,3	Dr. Monzen, Heinz	32	24.08.1977	Münster
<b>800 m</b>				
1:57,00	Römer, Werner	56	10.05.1986	Münster
1:59,20	Bredelow, Axel	57	10.05.1987	Münster
1:59,70	Eilinghoff, Sven	71	07.06.2002	Münster-Roxel
2:02,18	Winkler, Helmar	60	26.07.2003	Coesfeld
2:04,16	Brinkert, Frank	66	11.06.1998	Hagen
2:05,03	Göcke, Rolf	57	27.06.1993	Münster
<b>1000 m</b>				
2:34,38	Bredelow, Axel	57	07.07.1989	Menden
2:34,74	Eilinghoff, Sven	71	29.06.2002	Minden
2:39,35	Göcke, Rolf	57	08.08.1997	Menden
2:41,42	Bitter, Klaus	57	31.07.1992	Menden
2:41,52	Winkler, Helmar	60	01.09.2002	Lemgo
2:42,28	Brinkert, Frank	66	01.07.1998	Minden
<b>1500 m</b>				
3:55,52	Römer, Werner	56	28.05.1986	Menden
3:59,53	Eilinghoff, Sven	71	28.07.2002	Dortmund
4:02,12	Jung, Frank	68	11.06.1998	Stuttgart
4:08,89	Bredelow, Axel	57	29.07.1990	Herne
4:10,06	Göcke, Rolf	57	23.08.1992	Hagen
4:11,30	Vogt, Friedhelm	47	01.06.1980	Münster
<b>2000 m</b>				
5:51,21	Göcke, Rolf	57	25.04.1992	Dülmen
5:56,00	Löckener, Bernhard	57	22.04.1989	Dülmen
5:56,51	Bitter, Klaus	57	25.04.1992	Dülmen
<b>3000 m</b>				
8:27,30	Römer, Werner	56	23.05.1986	Dülmen
8:41,40	Hodsman, Kevin	55	01.06.1988	Menden
8:49,21	Eilinghoff, Sven	71	03.05.2003	Dülmen
8:51,70	Vogt, Friedhelm	47	15.07.1981	Dülmen
8:54,90	Göcke, Rolf	57	24.06.1989	Bad Oeynhausen
9:03,80	Kottig, Volker	57	01.06.1988	Menden
9:06,00	Jung, Karl-Heinz	35	23.07.1977	Dortmund

<b>M 30</b>
-------------

**5000 m**

14:38,09	Römer, Werner	56	24.08.1986	Dortmund
15:02,40	Hodsman, Kevin	55	15.06.1988	Menden
15:09,30	Vogt, Friedhelm	47	29.07.1981	Hamm
15:17,70	Kottig, Volker	57	21.05.1988	Essen
15:25,80	Bredelow, Axel	57	03.09.1988	Coesfeld
15:32,20	Jung, Karl-Heinz	35	08.08.1977	Göteborg/SWE

**10000 m**

29:35,30	Römer, Werner	56	26.04.1986	Bonn
31:03,62	Hodsman, Kevin	55	17.04.1988	Warstein
31:28,80	Vogt, Friedhelm	47	05.09.1981	Hamm
31:42,60	Kottig, Volker	57	20.06.1987	Coesfeld
32:25,20	Jung, Karl-Heinz	35	05.09.1981	Hamm
32:56,40	Schiek, Wolfgang	33	08.08.1976	Celle

**Stundenlauf**

17920 m	Vogt, Friedhelm	47	12.05.1979	Bochum
17620 m	Schiek, Wolfgang	33	30.04.1977	Münster
17542 m	Jung, Karl-Heinz	35	24.05.1975	Bochum
17165 m	Mildner, Klaus	37	30.04.1977	Münster
17140 m	Gräber, Dieter	39	10.04.1976	Soest
16970 m	Wethmar, Klaus	42	10.07.1985	Osnabrück

**3000 m Hindernis**

9:50,88	Bredelow, Axel	57	21.06.1987	Göttingen
---------	----------------	----	------------	-----------

**4 x 400 m-Staffel**

3:44,34	ESV		06.05.1998	Havixbeck
Brinkert F. (66), Winkler H. (60), Bertsch D. (68), Jung F. (68)				

**4 x 800 m-Staffel**

8:18,07	ESV		27.05.1998	Lippstadt
Brinkert F. (66), Winkler H. (60), Göcke R. (57), Jung F. (68)				

**3 x 1000 m-Staffel**

8:43,52	ESV		02.08.2003	Schweinfurt
Schmiemann B. (57), Göcke R. (57), Winkler H. (60)				
9:03,6	ESV		20.06.1972	Münster
Schiek W. (33), Mildner K. (37), Schmalz D. (33)				

**M 30****5 km Straße**

15:49	Dr. Peters, Werner	58	10.10.1992	Sythen
15:51	Böckenholt, Thomas	74	11.03.2006	Münster
15:54	Jung, Frank	68	19.09.1998	Steinfurt
15:58	Winkler, Helmar	60	19.09.1998	Steinfurt
16:10	Althaus, Gregor	65	31.12.1997	Münster
16:31	Kreienbaum, Bernhard	42	15.06.1986	Ahlen

**10 km Straße**

29:48	Römer, Werner	56	09.03.1986	Leverkusen
31:33	Keeney, Raymond	58	22.03.1997	Münster

31:43	Hodsman, Kevin	55	09.03.1986	Leverkusen
31:48	Böckenholt, Thomas	74	15.04.2006	Paderborn
31:52	Vogt, Friedhelm	47	14.11.1981	Dülmen
32:02	Kottig, Volker	57	13.03.1988	Leverkusen

**10 km Straße Mannschaft**

01:37:00	ESV		12.08.1989	Steinfurt
	Hodsman K. (55) 31:54, Kottig V. (57) 32:16, Göcke R. (57) 32:50			
01:40:57	ESV		30.01.1993	Hamm
	Dr. Peters W. (58) 33:17, Großkopff M. (61) 33:46, Hilland S. (57) 33:54			
01:41:25	ESV		.76	Refrath
	Jung K-H. (35) 33:20, Schiek W. (33) 33:23, Gräber D. (39) 34:42			
01:41:27	ESV		29.01.1994	Hamm
	Dr. Peters W. (58) 33:23, Geers M. (62) 33:42, Hilland S. (57) 34:22			
01:42:03	ESV		25.01.1992	Hamm
	Großkopff M. (61) 33:33, Geers M. (62) 33:59, Rachner T. (51) 34:31			
01:45:01	ESV		30.01.1993	Hamm
	Hübschen J. (47) 34:29, Geers M. (62) 34:37, Weig H. (47) 35:55			

**15 km Straße**

46:02	Römer, Werner	56	31.12.1986	Bozen/I
47:56	Hodsman, Kevin	55	20.02.1988	Hamm
49:22	Vogt, Friedhelm	47	16.02.1985	Hamm
49:41	Schiek, Wolfgang	33	06.04.1974	Kaarst
49:41	Böckenholt, Thomas	74	12.02.2006	Hamm
49:51	Kottig, Volker	57	20.02.1988	Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

02:33:45	ESV		13.02.1993	Hamm
	Dr. Peters W. (58) 50:51, Rachner D. (51) 51:18, Hilland S. (57) 51:36			
02:34:45	ESV		09.02.1975	Refrath
	Schiek W. (33) 50:40, Jung K-H. (35) 51:46, Gräber D. (39) 52:19			
02:35:12	ESV		12.02.1994	Hamm
	Hilland S. (57) 51:34, Geers M. (62) 51:44, Großkopff M. (61) 51:54			
02:39:56	ESV		11.02.1995	Hamm
	Hilland S. (57) 52:43, Rachner D. (51) 53:05, Geers M. (62) 54:08			
02:44:22	ESV		12.02.2006	Hamm
	Böckenholt T. (74) 49:41, Weßling J. (69) 56:06, Newsam E. (62) 57:35			
02:48:33	ESV		12.02.1994	Hamm
	Löckener B. (57) 55:42, Weig H. (47) 56:25, Kuper K. (57) 56:26			

**M 30****20 km Straße**

01:07:06	Vogt, Friedhelm	47	08.03.1980	Hamm
01:08:06	Schiek, Wolfgang	33	26.03.1977	Hamm
01:08:18	Jung, Karl-Heinz	35	27.03.1976	Hamm
01:09:43	Böckenholt, Thomas	74	22.02.2004	Hamm
01:10:23	Schultz, Thomas	50	08.03.1980	Hamm
01:11:06	Gräber, Dieter	39	27.03.1976	Hamm

**20 km Straße Mannschaft**

03:28:17	ESV		27.03.1976	Hamm
	Jung K-H. (35) 1:08:18, Schiek W. (33) 1:08:53, Gräber D. (39) 1:11:06			
03:31:15	ESV		26.03.1977	Hamm
	Schiek W. (33) 1:08:06, Gräber D. (39) 1:11:11, Fiedler W. (40) 1:11:58			
03:37:05	ESV		11.08.1978	Hamm

03:51:34	Schiek W. (33) 1:09:39, Schmalz D. (33) 1:12:32, Rumselke K. (28) 1:14:54 ESV		27.03.1976	Hamm
03:54:46	Fiedler W. (40) 1:15:31, Rumselke K. (28) 1:17:26, Gläser G. (37) 1:18:37 ESV		31.08.1975	Obersuhl
03:58:14	Schiek W. (33) 1:12:02, Jung K.-H. (35) 1:19:50, Winter H. (34) 1:22:54 ESV		16.08.1975	Papenburg
	Tiemann A. (27) 1:17:53, Winter H. (34) 1:18:37, Fiedler W. (40) 1:22:04			

**Halbmarathon**

01:09:43	Böckenholt, Thomas	74	22.02.2004	Hamm
01:10:48	Schiek, Wolfgang	33	16.04.1977	Den Haag/NL
01:10:52	Kapluggin, Gary	62	24.02.1996	Hamm
01:13:13	Althaus, Gregor	65	27.03.1999	Xanten
01:13:37	Steinke, Sven	73	22.02.2004	Hamm
01:14:00	Rachner, Detlef	51	27.02.1993	Hamm

**Halbmarathon Mannschaft**

03:46:08	ESV		27.02.1993	Hamm
	Rachner D. (51) 1:14:00, Dr. Peters W. (58) 1:15:51, Hilland S. (57) 1:16:17			
03:51:40	ESV		25.02.1995	Hamm
	Rachner D. (51) 1:17:09, Geers M. (62) 1:17:36, Hübschen J. (47) 1:17:55			
03:56:16	ESV		27.03.1999	Xanten
	Althaus G. (65) 1:13:13, Geers M. (62) 1:20:18, Schmiemann B. (57) 1:22:45			
03:59:16	ESV		26.02.1994	Hamm
	Geers M. (62) 1:16:48, Hübschen J. (47) 1:20:54, Großkopff M. (62) 1:21:34			
04:07:10	ESV		23.03.2002	Schotten
	Winkler H. (60) 1:21:18, Hilland S. (57) 1:21:30, Schmiemann B. (57) 1:24:22			
04:07:23	ESV		22.02.1992	Hamm
	Rachner D. (51) 1:16:07, Ende G. (50) 1:24:26, Becker K. 848) 1:26:50			

**M 30****25 km Straße**

01:22:45	Hodsman, Kevin	55	20.09.1986	Bad Oldesloe
01:24:02	Vogt, Friedhelm	47	05.04.1980	Paderborn
01:24:52	Kottig, Volker	57	11.09.1988	Herten-Bertlich
01:25:25	Schiek, Wolfgang	33	30.10.1976	Scheeßel
01:28:05	Schultz, Thomas	50	04.10.1980	Münster
01:28:25	Kreienbaum, Bernhard	42	17.06.1985	Bad Oldesloe

**25 km Straße Mannschaft**

04:25:56	ESV		31.03.1979	Ahlen
	Schiek W. (33) 1:27:23, Vogt F. (47) 1:29:15, Jung K.-H. (35) 1:29:18			
04:29:30	ESV		17.11.1976	Oldenburg
	Schiek W. (33) 1:26:34, Jung K.-H. (35) 1:29:44, Gräber D. (39) 1:33:12			
04:30:41	ESV		05.04.1980	Paderborn
	Vogt F. (47) 1:24:02, Gräber D. (39) 1:32:22, Fiedler W. (40) 1:34:17			
04:31:50	ESV		22.11.1972	Löningen
	Jung K.-H. (35) 1:29:18, Schiek W. (33) 1:29:28, Mildner K. (37) 1:33:04			
04:34:33	ESV		02.04.1988	Paderborn
	Kottig V. (57) 1:26:31, Schiek W. (33) 1:33:43, Hübschen J. (47) 1:34:19			
04:34:39	ESV		11.06.1978	Dülmen
	Schiek W. (33), Fiedler W. (40), Tiemann A. (27)			

**Marathon**

02:28:40	Kottig, Volker	57	09.10.1988	Berlin
----------	----------------	----	------------	--------

02:31:51	Böckenholt, Thomas	74	10.09.2006	Münster
02:34:37	Schiek, Wolfgang	33	24.04.1977	Köln
02:35:28	Althaus, Gregor	65	20.09.1998	Berlin
02:36:59	Stadthaus, Holger	73	08.05.2005	Hannover
02:38:28	Hübschen, Jochen	47	09.10.1988	Berlin

**Marathon Mannschaft**

07:59:36	ESV		26.10.1974	Essen
	Schiek W. (33) 2:36:36, Schmalz D. (33) 2:41:10, Jung K.-H. (35) 2:42:50			
08:02:23	ESV		09.10.1988	Berlin
	Kottig V. (57) 2:28:40, Hübschen J. (47) 2:38:28, Salzig 2:55:15			
08:07:24	ESV		25.10.1975	Essen
	Schiek W. (33) 2:36:20, Jung K.-H. (35) 2:39:50, Tiemann A. (27) 2:51:14			
08:08:11	ESV		20.03.2004	Steinfurt
	Böckenholt T. (74) 2:35:55, Saadani A. (67) 2:41:17, Steinke S. (73) 2:50:59			
08:14:17	ESV		03.05.1975	Dülmen
	Schiek W. (33) 2:36:25, Gräber D. (39) 2:48:42, Rumselke K. (28) 2:49:10			
08:15:51	ESV		05.09.2004	Münster
	Böckenholt T. (74) 2:37:51, Saadani A. (67) 2:42:16, Stadthaus V. (73) 2:55:44			

**50 km Straße**

04:31:44	Knein, Peter	62	06.09.1997	Rheine
04:37:34	Hoermann, Manfred	37	06.09.1997	Rheine

**M 30****100 km Straße**

07:15:05	Samulski, Peter	38	30.09.1989	Unna
07:48:36	Dr. Lange, Wulf	37	31.10.1987	Hanau
08:38:00	Becker, Klaus	48	28.04.1991	Hanau
08:43:19	Korte, Dieter	47	08.10.1988	Hamm
09:14:00	Küchler, Hans-Joachim	37	1969	Biel/CH
09:28:24	Plaßmann, Florenz	36	12.09.1981	Winschoten/NL

**100 km Straße Mannschaft**

24:15:28	ESV		31.10.1987	Hanau
	Samulski P. (38) 7:33:21, Dr. Lange W. (37) 7:48:36, Korte D. (47) 8:53:31			
24:51:41	ESV		30.09.1989	Unna
	Samulski P. (38) 7:15:05, Becker K. (48) 8:38:15, Korte D. (47) 8:58:21			
32:32:00	ESV		1969	Biel/CH
	Küchler Hans-J. (37) 9:14:00, v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Küchler Herm. (12) 12:34:00			
38:07:00	ESV		1969	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Küchler Herm. (12) 12:34:00, Retzlaff J. (10) 13:48:00			
43:02:00	ESV		1968	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 12:09:00, Babski B. (17) 15:06:00, Retzlaff J. (10) 15:46:00			

**24-Stundenlauf**

261,028 km	Samulski, Peter	38	17./18.08.91	Elze
200,475 km	Dr. Lange, Wulf	37	13.05.1989	Mörtenbach

**M 35****100 m**

12,4	Blank, Herbert	39	01.05.1988	Rheine
13,1	Kilian, Heinz	36	18.06.1971	Münster
13,2	Bode, Werner	36	18.06.1971	Münster
13,3	Winter, Helmut	34	18.06.1971	Münster

14,0	Gote, Hans	26	18.06.1971	Münster
<b>200 m</b>				
24,5	Blank, Herbert	39	16.05.1985	Warendorf
<b>400 m</b>				
53,88	Blank, Herbert	39	05.07.1986	Ahlen
58,3	Gräber, Dieter	39	10.07.1975	Münster
70,3	Dr. Monzen, Heinz	32	24.08.1977	Münster
<b>800 m</b>				
2:02,18	Winkler, Helmar	60	26.07.2003	Coesfeld
2:03,60	Bredelow, Axel	57	21.08.1993	Essen
2:04,77	Göcke, Rolf	57	29.05.1996	Münster
2:05,18	Blank, Herbert	39	18.08.1988	Dortmund
2:05,87	Bitter, Klaus	57	04.07.1992	Rheine
2:07,08	Newsam, Edward	62	14.05.2004	Münster-Roxel
<b>1000 m</b>				
2:39,35	Göcke, Rolf	57	08.08.1997	Menden
2:41,42	Bitter, Klaus	57	31.07.1992	Menden
2:41,52	Winkler, Helmar	60	01.09.2002	Lemgo
2:43,98	Bredelow, Axel	57	25.08.1993	Menden
2:49,4	Schmalz, Dieter	33	18.06.1971	Münster
2:49,50	Jung, Karl-Heinz	35	03.08.1975	Hagen
<b>1500 m</b>				
4:10,06	Göcke, Rolf	57	23.08.1992	Hagen
4:14,75	Winkler, Helmar	60	18.08.2002	Potsdam
4:14,92	Bitter, Klaus	57	06.05.1992	Menden
4:16,20	Jung, Karl-Heinz	35	17.08.1976	Gelsenkirchen
4:16,21	Bredelow, Axel	57	08.06.1992	Recklinghausen
4:32,95	Weßling, Johannes	69	27.06.2004	Havixbeck
<b>2000 m</b>				
5:51,21	Göcke, Rolf	57	25.04.1992	Dülmen
5:56,51	Bitter, Klaus	57	25.04.1992	Dülmen
<b>M 35</b>				
<b>3000 m</b>				
9:06,00	Jung, Karl-Heinz	35	23.07.1977	Dortmund
9:13,34	Vogt, Friedhelm	47	28.07.1988	Dortmund
9:14,80	Gräber, Dieter	39	20.07.1977	Recklinghausen
9:16,80	Schiek, Wolfgang	33	08.06.1977	Menden
9:22,26	Göcke, Rolf	57	07.07.1993	Kamen
9:26,20	Kreienbaum, Bernhard	42	16.07.1986	Menden
<b>5000 m</b>				
15:11,90	Vogt, Friedhelm	47	06.07.1984	Hamm
15:32,20	Jung, Karl-Heinz	35	08.08.1977	Göteborg/SWE
15:42,80	Schiek, Wolfgang	33	03.09.1977	Hamm
15:54,00	Gräber, Dieter	39	30.06.1977	Hamm
16:01,45	Göcke, Rolf	57	01.05.1992	Herne
16:02,20	Dr. Peters, Werner	58	23.05.1993	Münster



**10000 m**

32:25,20	Jung, Karl-Heinz	35	05.09.1981	Hamm
32:31:23	Vogt, Friedhelm	47	18.06.1985	Hamm
32:56,40	Schiek, Wolfgang	33	08.08.1976	Celle
33:15,48	Göcke, Rolf	57	06.05.1992	Menden
33:49,20	Mildner, Klaus	37	11.08.1977	Hamm
33:59,80	Gräber, Dieter	39	27.04.1975	Gelsenkirchen

**Stundenlauf**

17620 m	Schiek, Wolfgang	33	30.04.1977	Münster
17600 m	Vogt, Friedhelm	47	13.04.1985	Soest
17542 m	Jung, Karl-Heinz	35	24.05.1975	Bochum
17165 m	Mildner, Klaus	37	30.04.1977	Münster
16970 m	Wethmar, Klaus	42	10.07.1985	Osnabrück
17140 m	Gräber, Dieter	39	10.04.1976	Soest

**3 x 1000 m-Staffel**

8:43,52	ESV		02.08.2003	Schweinfurt
	Schmiemann B. (57), Göcke R. (57), Winkler H. (60)			
9:03,6	ESV		20.06.1972	Münster
	Schiek W. (33), Mildner K. (37), Schmalz D. (33)			

**5 km Straße**

15:58	Winkler, Helmar	60	19.09.1998	Steinfurt
16:31	Kreienbaum, Bernhard	42	15.06.1986	Ahlen
16:48	Dröge, Manfred	63	27.10.2001	Nordwalde
16:52	Geers, Manfred	62	30.04.2000	Münster
17:29	Mildner, Klaus	37	17.10.1987	Sythen
17:49	Göcke, Rolf	57	30.04.2003	Nordkirchen

**M 35****10 km Straße**

31:33	Keeney, Raymond	58	22.03.1997	Münster
32:33	Vogt, Friedhelm	47	06.04.1985	Paderborn
32:43	Dr. Peters, Werner	58	10.04.1993	Paderborn
32:53	Schiek, Wolfgang	33	24.01.1976	Hamm
32:53	Böckenholt, Thomas	74	24.01.2010	Hamm
33:01	Rachner, Detlef	51	10.04.1993	Paderborn

**10 km Straße Mannschaft**

01:41:25	ESV	.76		Refrath
	Jung K-H. (35) 33:20, Schiek W. (33) 33:23, Gräber D. (39) 34:42			
01:41:40	ESV		30.01.1993	Hamm
	Dr. Peters W. (58) 33:17, Hilland S. (57) 33:54, Hübschen J. (47) 34:29			
01:47:06	ESV		28.01.1995	Hamm
	Hilland S. (57) 35:15, Rachner D. (51) 35:51, Hübschen J. (47) 36:00			
01:49:52	ESV		07.05.1994	Rheine
	Göcke R. (57) 34:50, Kreienbaum B. (42) 37:24, Wethmar K. (42) 37:38			
01:50:17	ESV		11.03.2006	Münster
	Weßling J. (69) 36:07, Leistra F. (69) 36:22, Löckener B. (57) 37:48			
01:50:20	ESV		29.01.1994	Hamm
	Hübschen J. (47) 36:23, Growe A. (53) 36:56, Stadtmann A. (50) 37:01			

**15 km Straße**

49:22	Vogt, Friedhelm	47	16.02.1985	Hamm
49:41	Schiek, Wolfgang	33	06.04.1974	Kaarst
50:51	Dr. Peters, Werner	58	13.02.1993	Hamm
50:56	Böckenholt, Thomas	74	07.02.2010	Hamm
51:18	Rachner, Detlef	51	13.02.1993	Hamm
51:34	Hilland, Stefan	57	12.02.1994	Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

02:33:45	ESV		13.02.1993	Hamm
	Dr. Peters W. (58) 50:51, Rachner D. (51) 51:18, Hilland S. (57) 51:36			
02:34:45	ESV		09.02.1975	Refrath
	Schiek W. (33) 50:40, Jung K-H. (35) 51:46, Gräber D. (39) 52:19			
02:40:03	ESV		11.02.1995	Hamm
	Hilland S. (57) 52:43, Rachner D. (51) 53:05, Hübschen J. (47) 54:15			
02:48:33	ESV		12.02.1994	Hamm
	Löckener B. (57) 55:42, Weig H. (47) 56:25, Kuper K. (57) 56:26			
02:49:32	ESV		18.10.1980	Ergste
	Gräber D. (39) 53:45, Frye U. (37) 56:43, Rumselke K. (28) 59:04			
02:50:39	ESV		28.02.1976	Hamm
	Fiedler W. (40) 55:34, Rumselke K. (28) 56:21, Gläser G. (37) 58:44			

**20 km Straße**

01:08:06	Schiek, Wolfgang	33	26.03.1977	Hamm
01:08:18	Jung, Karl-Heinz	35	27.03.1976	Hamm
01:11:06	Gräber, Dieter	39	27.03.1976	Hamm
01:11:58	Fiedler, Willi	40	26.03.1977	Hamm
01:12:32	Schmalz, Dieter	33	11.03.1978	Hamm
01:12:34	Dr. Peters, Werner	58	25.04.1993	Münster

**M 35****20 km Straße Mannschaft**

03:28:17	ESV		27.03.1976	Hamm
	Jung K-H. (35) 1:08:18, Schiek W. (33) 1:08:53, Gräber D. (39) 1:11:06			
03:31:15	ESV		26.03.1977	Hamm
	Schiek W. (33) 1:08:06, Gräber D. (39) 1:11:11, Fiedler W. (40) 1:11:58			
03:37:05	ESV		11.08.1978	Hamm
	Schiek W. (33) 1:09:39, Schmalz D. (33) 1:12:32, Rumselke K. (28) 1:14:54			
03:51:34	ESV		27.03.1976	Hamm
	Fiedler W. (40) 1:15:31, Rumselke K. (28) 1:17:26, Gläser G. (37) 1:18:37			
03:54:46	ESV		31.08.1975	Obersuhl
	Schiek W. (33) 1:12:02, Jung K-H. (35) 1:19:50, Winter H. (34) 1:22:54			
03:58:14	ESV		16.08.1975	Papenburg
	Tiemann A. (27) 1:17:53, Winter H. (34) 1:18:37, Fiedler W. (40) 1:22:04			

**Halbmarathon**

01:10:48	Schiek, Wolfgang	33	16.04.1977	Den Haag/NL
01:14:00	Rachner, Detlef	51	27.02.1993	Hamm
01:14:38	Saadani, Abdellah	67	05.11.2006	Verl
01:15:45	Böckenholt, Thomas	74	21.02.2010	Hamm
01:15:51	Dr. Peters, Werner	58	27.02.1993	Hamm
01:16:17	Hilland, Stefan	57	27.02.1993	Hamm

**Halbmarathon Mannschaft**

03:46:08	ESV		27.02.1993	Hamm
	Rachner D. (51) 1:14:00, Dr. Peters W. (58) 1:15:51, Hilland S. (57) 1:16:17			
03:58:10	ESV		25.02.1995	Hamm
	Rachner D. (51) 1:17:09, Hübschen J. (47) 1:17:55, Growe A. (53) 1:23:06			

04:07:10	ESV		23.03.2002	Schotten
	Winkler H. (60) 1:21:18, Hilland S. (57) 1:21:30, Schmiemann B. (57) 1:24:22			
04:07:23	ESV		22.02.1992	Hamm
	Rachner D. (51) 1:16:07, Ende G. (50) 1:24:26, Becker K. (48) 1:26:50			
04:09:21	ESV		26.02.1994	Hamm
	Hübschen J. (47) 1:20:54, Weig H. (47) 1:23:50, Gräber D. (39) 1:24:37			
04:11:17	ESV		22.02.1992	Hamm
	Rundle T. (40) 1:21:23, Benstein W. (41) 1:23:57, Gräber D. (39) 1:25:57			

**25 km Straße**

01:24:02	Vogt, Friedhelm	47	06.03.1982	Hamm
01:25:25	Schiek, Wolfgang	33	30.10.1976	Scheeßel
01:25:50	Gräber, Dieter	39	06.04.1974	Unna
01:28:25	Kreienbaum, Bernhard	42	17.06.1985	Bad Oldesloe
01:29:09	Böckenholt, Thomas	74	19.06.2010	Everswinkel
01:29:18	Jung, Karl-Heinz	35	31.03.1979	Ahlen

**M 35****25 km Straße Mannschaft**

04:29:30	ESV		17.11.1976	Oldenburg
	Schiek W. (33) 1:26:34, Jung K.-H. (35) 1:29:44, Gräber D. (39) 1:33:12			
04:30:41	ESV		05.04.1980	Paderborn
	Vogt F. (47) 1:24:02, Gräber D. (39) 1:32:22, Fiedler W. (40) 1:34:17			
04:31:50	ESV		22.11.1972	Löningen
	Jung K.-H. (35) 1:29:18, Schiek W. (33) 1:29:28, Mildner K. (37) 1:33:04			
04:34:39	ESV		11.06.1978	Dülmen
	Schiek W. (33), Fiedler W. (40), Tiemann A. (27)			
04:36:17	ESV		20.11.1974	Löningen
	Jung K.-H. (35) 1:29:51, Schiek W. (33) 1:30:02, Tiemann A. (27) 1:36:24			
04:39:41	ESV		03.05.1980	Hamburg
	Jung K.-H. (35) 1:30:52, Schiek W. (33) 1:32:11, Schweins A. (34) 1:36:38			

**Marathon**

02:34:37	Schiek, Wolfgang	33	24.04.1977	Köln
02:37:30	Althaus, Gregor	65	06.04.2003	Bonn
02:38:28	Hübschen, Jochen	47	09.10.1988	Berlin
02:38:41	Samulski, Peter	38	26.09.1987	Duisburg
02:39:40	Fiedler, Willi	40	27.10.1979	Essen
02:39:50	Jung, Karl-Heinz	35	25.10.1975	Essen

**Marathon Mannschaft**

07:59:36	ESV		26.10.1974	Essen
	Schiek W. (33) 2:35:36, Schmalz D. (33) 2:41:10, Jung K.-H. (35) 2:42:50			
08:07:24	ESV		25.10.1975	Essen
	Schiek W. (33) 2:36:20, Jung K.-H. (35) 2:39:50, Tiemann A. (27) 2:51:14			
08:14:17	ESV		03.05.1975	Dülmen
	Schiek W. (33) 2:36:25, Gräber D. (39) 2:48:42, Rumselke K. (28) 2:49:10			
08:16:31	ESV		20.03.1993	Steinfurt
	Rachner D. (51) 2:41:18, Dr. Peters W. (58) 2:43:20, Weig H. (47) 2:51:53			
08:16:47	ESV		29.10.1977	Essen
	Schmalz D. (33) 2:41:12, Rumselke K. (28) 2:46:27, Fiedler W. (40) 2:49:08			
08:23:13	ESV		06.05.1978	Dülmen
	Schiek W. (33), Fiedler W. (40), Rumselke K. (28)			

**50 km Straße**

04:31:44	Knein, Peter	62	06.09.1997	Rheine
04:37:34	Hoermann, Manfred	37	06.09.1997	Rheine

**M 35****100 km Straße**

07:15:05	Samulski, Peter	38	30.09.1989	Unna
07:48:36	Dr. Lange, Wulf	37	31.10.1987	Hanau
08:38:00	Becker, Klaus	48	28.04.1991	Hanau
08:43:19	Korte, Dieter	47	08.10.1988	Hamm
09:28:24	Plaßmann, Florenz	36	12.09.1981	Winschoten/NL
09:40:44	Müller, Wolfgang	43	24.09.1994	Neuwittenbeck

**100 km Straße Mannschaft**

24:15:28	ESV		31.10.1987	Hanau
	Samulski P. (38) 7:33:21, Dr. Lange W. (37) 7:48:36, Korte D. (47) 8:53:31			
24:51:41	ESV		30.09.1989	Unna
	Samulski P. (38) 7:17:05, Becker K. (48) 8:38:15, Korte D. (47) 8:58:21			
38:07:00	ESV		1969	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Küchler Herm. (12) 12:34:00, Retzlaff J. (10) 13:48:00			
43:02:00	ESV		1968	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 12:09:00, Babski B. (17) 15:06:00, Retzlaff J. (10) 15:46:00			

**24-Stundenlauf**

261,028 km	Samulski, Peter	38	17./18.08.91	Elze
200,475 km	Dr. Lange, Wulf	37	13.05.1989	Mörtenbach

**M 40****100 m**

12,4	Blank, Herbert	39	01.05.1988	Rheine
13,14	Erlei, Udo	56	28.09.1996	Telgte
14,0	Gote, Hans	26	18.06.1971	Münster

**200 m**

24,5	Blank, Herbert	39	16.05.1985	Warendorf
------	----------------	----	------------	-----------

**400 m**

53,88	Blank, Herbert	39	05.07.1986	Ahlen
70,3	Dr. Monzen, Heinz	32	24.08.1977	Münster

**800 m**

2:02,18	Winkler, Helmar	60	26.07.2003	Coesfeld
2:05,18	Blank, Herbert	39	18.08.1988	Dortmund
2:05,49	Göcke, Rolf	57	27.07.1997	Dortmund
2:07,08	Newsam, Edward	62	14.05.2004	Münster-Roxel
2:12,23	Nowak, Georg	59	14.05.2009	Dortmund
2:18,63	Detering, Jochen	67	24.08.2007	Telgte

**1000 m**

2:39,35 ?	Göcke, Rolf	57	08.08.1997	Menden
2:41,52	Winkler, Helmar	60	01.09.2002	Lemgo
2:49,50	Jung, Karl-Heinz	35	03.08.1975	Hagen
2:54,14	Bredelow, Axel	57	10.06.1998	Nordkirchen
3:01,52	Schmiemann, Benno	57	01.07.2000	Minden

3:04,8	Lach, Rudi	28	18.06.1971	Münster
--------	------------	----	------------	---------

**1500 m**

4:14,75	Winkler, Helmar	60	18.08.2002	Potsdam
4:16,20	Jung, Karl-Heinz	35	17.08.1976	Gelsenkirchen
4:17,32	Göcke, Rolf	57	21.08.1997	Dortmund
4:35,20	Blank, Herbert	39	18.05.1985	Warendorf
4:47,50	Schmiemann, Benno	57	11.06.1998	Hagen
4:56,35	Löckener, Bernhard	57	30.05.2002	Ahlen

**3000 m**

9:06,00	Jung, Karl-Heinz	35	23.07.1977	Dortmund
9:13,34	Vogt, Friedhelm	47	28.07.1988	Dortmund
9:16,80	Schiek, Wolfgang	33	08.06.1977	Menden
9:23,90	Gräber, Dieter	39	12.06.1980	Menden
9:26,20	Kreienbaum, Bernhard	42	16.07.1986	Menden
9:29,18	Winkler, Helmar	60	18.07.2003	Telgte

**M 40****5000 m**

15:32,20	Jung, Karl-Heinz	35	08.08.1977	Göteborg/SWE
15:42,80	Schiek, Wolfgang	33	03.09.1977	Hamm
15:46,90	Vogt, Friedhelm	47	12.06.1987	Selm-Bork
16:03,60	Mildner, Klaus	37	28.07.1977	Hamm
16:11,50	Gräber, Dieter	39	16.06.1979	Ochtrup
16:17,70	Kreienbaum, Bernhard	42	08.07.1985	Hamm

**10000 m**

32:25,20	Jung, Karl-Heinz	35	05.09.1981	Hamm
32:56,40	Schiek, Wolfgang	33	08.08.1976	Celle
33:15,70	Vogt, Friedhelm	47	07.08.1987	Kamen
33:49,20	Mildner, Klaus	37	11.08.1977	Hamm
34:03,60	Kreienbaum, Bernhard	42	04.10.1986	Dülmen
34:05,08	Gräber, Dieter	39	07.06.1979	Bielefeld

**Stundenlauf**

17620 m	Schiek, Wolfgang	33	30.04.1977	Münster
17542 m	Jung, Karl-Heinz	35	24.05.1975	Bochum
17165 m	Mildner, Klaus	37	30.04.1977	Münster
16970 m	Wethmar, Klaus	42	10.07.1985	Osnabrück
16800 m	Gräber, Dieter	39	19.04.1980	Münster
16530 m	Fiedler, Willi	40	19.04.1980	Münster

**3 x 1000 m-Staffel**

8:43,52	ESV		02.08.2003	Schweinfurt
	Schmiemann B. (57), Göcke R. (57), Winkler H. (60)			
9:03,60	ESV		20.06.1972	Münster
	Schiek W. (33), Mildner K. (37), Schmalz D. (33)			

**5 km Straße**

16:31	Kreienbaum, Bernhard	42	15.06.1986	Ahlen
17:04	Winkler, Helmar	60	30.04.2000	Nordkirchen
17:06	Geers, Manfred	62	28.04.2002	Münster
17:06	Newsam, Edward	62	13.03.2004	Münster
17:29	Mildner, Klaus	37	17.10.1987	Sythen

17:49	Göcke, Rolf	57	30.04.2003	Nordkirchen
-------	-------------	----	------------	-------------

**10 km Straße**

32:53	Schiek, Wolfgang	33	24.01.1976	Hamm
33:01	Rachner, Detlef	51	10.04.1993	Paderborn
33:12	Jung, Karl-Heinz	35	11.10.1975	Düsseldorf
34:01	Vogt, Friedhelm	47	07.11.1987	Dülmen
34:12	Hübschen, Jochen	47	04.02.1989	Hamm
34:14	Kreienbaum, Bernhard	42	28.09.1985	Münster

**M 40****10 km Straße Mannschaft**

01:48:16	ESV		30.01.1993	Hamm
	Hübschen J. (47) 34:29, Weig H. (47) 35:55, Ende G. (50) 37:52			
01:49:51	ESV		28.01.1995	Hamm
	Rachner D. (51) 35:51, Hübschen J. (47) 36:00, Growe A. (53) 38:00			
01:50:20	ESV		29.01.1994	Hamm
	Hübschen J. (47) 36:23, Growe A. (53) 36:56, Stadtmann A. (50) 37:01			
01:52:21	ESV		29.06.1996	Münster
	Hellweg T. (55) 35:26, Growe A. (53) 36:29, Peters R. (41) 40:26			
01:52:36	ESV		27.10.2001	Nordwalde
	Winkler H. (60) 36:40, Hilland S. (57) 37:38, Schmiemann B. (57) 38:18			
01:56:41	ESV		28.10.1995	Nordwalde
	Kreienbaum B. (42) 38:07, Reis F. (46) 38:47, Growe A. (53) 39:47			

**15 km Straße**

49:41	Schiek, Wolfgang	33	06.04.1974	Kaarst
51:18	Rachner, Detlef	51	13.02.1993	Hamm
51:46	Jung, Karl-Heinz	35	09.02.1975	Refrath
52:57	Hübschen, Jochen	47	18.02.1989	Hamm
53:03	Kreienbaum, Bernhard	42	17.06.1987	Düsseldorf
53:26	Schmalz, Dieter	33	15.10.1977	Ergste

**15 km Straße Mannschaft**

02:41:04	ESV		13.02.1993	Hamm
	Rachner D. (51) 51:18, Hübschen J. (47) 54:18, Growe A. (53) 55:28			
02:44:35	ESV		11.02.1995	Hamm
	Rachner D. (51) 53:05, Hübschen J. (47) 54:15, Weig H. (47) 57:15			
02:49:32	ESV		18.10.1980	Ergste
	Gräber D. (39) 53:45, Frye U. (37) 56:43, Rumselke K. (28) 59:04			
02:52:28	ESV		08.02.1998	Hamm
	Hilland S. (57) 55:27, Schmiemann B. (57) 58:17, Ennen R. (56) 58:44			
02:59:10	ESV		12.02.1994	Hamm
	Wilken H. (47) 59:20, Müller W. (43) 59:37, Becker K. (48) 1:00:13			
03:00:01	ESV		03.09.1988	Dülmen
	Grätz H. (42) 56:57, Schaudinn W. (32) 1:00:52, Vogelsang G. (48) 1:02:12			

**20 km Straße**

01:08:06	Schiek, Wolfgang	33	26.03.1977	Hamm
01:08:18	Jung, Karl-Heinz	35	27.03.1976	Hamm
01:12:32	Schmalz, Dieter	33	11.03.1978	Hamm
01:14:54	Rumselke, Karl	28	11.03.1978	Hamm
01:15:11	Schweins, Albert	34	08.03.1980	Hamm
01:15:17	Tiemann, August	27	26.03.1977	Hamm

**M 40****20 km Straße Mannschaft**

03:37:05	ESV		11.03.1978	Hamm
	Schiek W. (33) 1:09:39, Schmalz D. (33) 1:12:32, Rumselke K. (28) 1:14:54			
03:54:46	ESV		31.08.1975	Obersuhl
	Schiek W. (33) 1:12:02, Jung K-H. (35) 1:19:50, Winter H. (34) 1:22:54			
04:08:22	ESV		27.03.1976	Hamm
	Lach R. (28) 1:19:15, Conrad M. (31) 1:19:51, Bartolomeus H. (14) 1:29:16			
04:19:58	ESV		26.02.1994	Hamm
	Stadtman A. (50) 1:25:34, Becker K. (48) 1:27:02, Wilken H. (47) 1:27:22			
04:29:49	ESV		25.04.1993	Münster
	Hoermann M. (37) 1:25:57, Poettken A. (36) 1:30:33, Schweins A. (34) 1:33:19			

**Halbmarathon**

01:10:48	Schiek, Wolfgang	33	16.04.1977	Den Haag/NL
01:14:00	Rachner, Detlef	51	27.02.1993	Hamm
01:14:53	Saadani, Abdellah	67	22.04.2007	Münster
01:16:53	Jung, Karl-Heinz	35	29.09.1979	Hanau
01:17:55	Hübschen, Jochen	47	25.02.1995	Hamm
01:19:25	Newsam, Erward	62	27.02.2005	Hamm

**Halbmarathon Mannschaft**

03:58:10	ESV		25.02.1995	Hamm
	Rachner D. (51) 1:17:09, Hübschen J. (47) 1:17:55, Growe A. (53) 1:23:06			
03:58:52	ESV		27.02.1993	Hamm
	Rachner D. (51) 1:14:00, Weig H. (47) 1:22:06, Gräber D. (39) 1:22:46			
04:07:10	ESV		23.03.2002	Schotten
	Winkler H. (60) 1:21:18, Hilland S. (57) 1:21:30, Schmiemann B. (57) 1:24:22			
04:07:23	ESV		22.02.1992	Hamm
	Rachner D. (51) 1:16:07, Ende G. (50) 1:24:26, Becker K. 848) 1:26:50			
04:09:21	ESV		26.02.1994	Hamm
	Hübschen J. (47) 1:20:54, Weig H. (47) 1:23:50, Gräber D. (39) 1:24:37			
04:11:17	ESV		22.02.1992	Hamm
	Rundle T. (40) 1:21:23, Benstein W. (41) 1:23:57, Gräber D. (39) 1:25:57			

**25 km Straße**

01:25:25	Schiek, Wolfgang	33	30.10.1976	Scheeßel
01:28:25	Kreienbaum, Bernhard	42	17.06.1985	Bad Oldesloe
01:29:18	Jung, Karl-Heinz	35	31.03.1979	Ahlen
01:30:00	Mildner, Klaus	37	14.05.1977	Stuttgart
01:30:58	Gräber, Dieter	39	10.04.1982	Paderborn
01:31:25	Samulski, Peter	38	06.04.1985	Paderborn

**M 40****25 km Straße Mannschaft**

04:30:41	ESV		05.04.1980	Paderborn
	Vogt F. (47) 1:24:02, Gräber D. (39) 1:32:22, Fiedler W. (40) 1:34:17			
04:39:41	ESV		03.05.1980	Hamburg
	Jung K-H. (35) 1:30:52, Schiek W. (33) 1:32:11, Schweins A. (34) 1:36:38			
04:43:31	ESV		05.05.1979	Griesheim
	Schiek W. (33), Rumselke K. (28), Schweins A. (34)			
04:44:16	ESV		06.03.1982	Hamm
	Wethmar K. (42) 1:33:42, Graetz H. (42) 1:33:49, Rumselke K. (28) 1:36:45			
04:47:04	ESV		15.09.1979	Münster
	Gräber D. (39), Schweins A. (34), Rumselke K. (28)			
04:52:36	ESV		24.09.1988	Münster
	Samulski P. (38) 1:31:35, Hübschen J. (47) 1:31:50, Jaisfeld H. (35) 1:49:11			

**Marathon**

02:34:37	Schiek, Wolfgang	33	24.04.1977	Köln
02:35:18	Saadani, Abdellah	67	14.10.2007	Essen
02:38:28	Hübschen, Jochen	47	09.10.1988	Berlin
02:38:41	Samulski, Peter	38	26.09.1987	Duisburg
02:39:50	Jung, Karl-Heinz	35	25.10.1975	Essen
02:40:52	Gräber, Dieter	39	24.04.1983	Bremen

**Marathon Mannschaft**

08:07:24	ESV		25.10.1975	Essen
	Schiek W. (33) 2:36:20, Jung K.-H. (35) 2:39:50, Tiemann A. (27) 2:51:14			
08:46:30	ESV		25.10.1980	Essen
	Gräber D. (39) 2:50:47, Frye U. (37) 2:56:53, Schweins A. (34) 2:58:50			
08:49:16	ESV		27.09.1992	Berlin
	Hübschen J. (47) 2:53:40, Weig H. (47) 2:56:12, Wegmann R. (44) 2:59:24			
08:50:41	ESV		19.03.1994	Steinfurt
	Hübschen J. (47) 2:52:35, Ennen R. (56) 2:53:33, Gräber D. (39) 3:04:33			
08:53:40	ESV		21.03.1992	Steinfurt
	Hübschen J. (47) 2:56:32, Gräber D. (39) 2:57:05, Rundle T. (40) 2:59:24			
08:57:47	ESV		19.05.1979	Dülmen
	Rumselke K. (28) , Dr. Monzen H. (32), Winter H. (34)			

**50 km Straße**

04:37:34	Hoermann, Manfred	37	06.09.1997	Rheine
----------	-------------------	----	------------	--------

**100 km Straße**

07:15:05	Samulski, Peter	38	30.09.1989	Unna
07:48:36	Dr. Lange, Wulf	37	31.10.1987	Hanau
08:38:00	Becker, Klaus	48	28.04.1991	Hanau
08:43:19	Korte, Dieter	47	08.10.1988	Hamm
09:28:24	Plaßmann, Florenz	36	12.09.1981	Winschoten/NL
09:40:44	Müller, Wolfgang	43	24.09.1994	Neuwittenbeck

**M 40****100 km Straße Mannschaft**

24:15:28	ESV		31.10.1987	Hanau
	Samulski P. (38) 7:33:21, Dr. Lange W. (37) 7:48:36, Korte D. (47) 8:53:31			
24:51:41	ESV		30.09.1989	Unna
	Samulski P. (38) 7:17:05, Becker K. (48) 8:38:15, Korte D. (47) 8:58:21			
38:07:00	ESV		1969	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Küchler Herm. (12) 12:34:00, Retzlaff J. (10) 13:48:00			
43:02:00	ESV		1968	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 12:09:00, Babski B. (17) 15:06:00, Retzlaff J. (10) 15:46:00			

**24-Stundenlauf**

261,028 km	Samulski, Peter	38	17./18.08.91	Elze
200,475 km	Dr. Lange, Wulf	37	13.05.1989	Mörtenbach

**M 45****100 m**

12,4	Blank, Herbert	39	01.05.1988	Rheine
14,0	Gote, Hans	26	18.06.1971	Münster

**200 m**

24,5	Blank, Herbert	39	16.05.1985	Warendorf
------	----------------	----	------------	-----------



26,75	Nowak, Georg	59	13.09.2008	Essen
<b>400 m</b>				
53,88	Blank, Herbert	39	05.07.1986	Ahlen
59,8	Nowak, Georg	59	24.08.2007	Telgte
70,3	Dr. Monzen, Heinz	32	24.08.1977	Münster
<b>800 m</b>				
2:05,18	Blank, Herbert	39	18.08.1988	Dortmund
2:12,04	Nowak, Georg	59	14.08.2008	Bergisch Gladbach
2:22,32	Schmiemann, Benno	57	26.07.2003	Coesfeld
2:29,39	Löckener, Bernhard	57	18.05.2002	Dortmund
<b>1000 m</b>				
2:51,10	Nowak, Georg	59	21.08.2008	Bergisch Gladbach
3:01,52	Schmiemann, Benno	57	01.07.2000	Minden
3:10,70	Löckener, Bernhard	57	19.04.2002	Münster-Roxel
3:35,6	Babski, Bernhard	17	18.06.1971	Münster
3:46,12	Mildner, Klaus	37	07.09.2002	Sarstedt
<b>1500 m</b>				
4:28,28	Jung, Karl-Heinz	35	08.09.1985	Rheine
4:28,63	Göcke, Rolf	57	29.06.2003	Havixbeck
4:34,81	Nowak, Georg	59	29.06.2008	Kevelaer
4:35,20	Blank, Herbert	39	18.05.1985	Warendorf
4:53,75	Schmiemann, Benno	57	29.06.03	Havixbeck
4:56,35	Löckener, Bernhard	57	30.05.2002	Ahlen
<b>3000 m</b>				
9:08,40	Jung, Karl-Heinz	35	08.09.1985	Rheine
9:18,60	Schiek, Wolfgang	33	19.08.1978	Recklinghausen
9:30,10	Mildner, Klaus	37	31.08.1988	Menden
9:40,70	Gräber, Dieter	39	14.06.1985	Dülmen
9:51,60	Kreienbaum, Bernhard	42	31.07.1987	Bielefeld
10:23,00	Samulski, Peter	38	21.05.1990	Münster
<b>5000 m</b>				
15:42,20	Jung, Karl-Heinz	35	09.08.1980	Helsinki/SF
15:55,50	Schiek, Wolfgang	33	23.07.1978	Recklinghausen
16:32,00	Gräber, Dieter	39	03.06.1987	Kamen
16:33,20	Mildner, Klaus	37	29.05.1988	Münster
16:48,13	Samulski, Peter	38	30.06.1988	Lage
16:51,00	Kreienbaum, Bernhard	42	02.07.1987	Bielefeld
<b>M 45</b>				
<b>10000 m</b>				
32:25,20	Jung, Karl-Heinz	35	05.09.1981	Hamm
33:23,20	Schiek, Wolfgang	33	26.08.1978	Hösbach
34:39,40	Mildner, Klaus	37	09.07.1988	Bad Oeynhausen
34:39,91	Gräber, Dieter	39	18.06.1985	Hamm
35:17,20	Kreienbaum, Bernhard	42	29.09.1989	Bielefeld
35:26,00	Samulski, Peter	38	03.08.1985	Hamm

**Stundenlauf**

17180 m	Schiek, Wolfgang	33	15.04.1978	Soest
16415 m	Tiemann, August	27	01.09.1977	Werl
16330 m	Samulski, Peter	38	13.04.1985	Soest
16189 m	Schweins, Albert	34	17.08.1985	Remscheid
16008 m	Rumselke, Karl	28	24.05.1975	Bochum
15966 m	Kreienbaum, Bernhard	42	11.11.1989	Marburg

**5 km Straße**

17:29	Mildner, Klaus	37	17.10.1987	Sythen
17:40	Kreienbaum, Bernhard	42	31.12.1990	Münster
17:49	Göcke, Rolf	57	30.04.2003	Nordkirchen
18:33	Löckener, Bernhard	57	28.04.2002	Münster
19:04	Schmiemann, Benno	57	31.12.2004	Münster
19:09	Göcke, Rolf	57	30.04.2010	Emsdetten

**10 km Straße**

33:58	Jung, Karl-Heinz	35	18.04.1987	Paderborn
34:11	Schiek, Wolfgang	33	31.01.1981	Hamm
34:29	Hübschen, Jochen	47	30.01.1993	Hamm
35:00	Kreienbaum, Bernhard	42	19.06.1987	Steinfurt
35:18	Grätz, Herbert	42	03.05.1987	Bremen
35:25	Samulski, Peter	38	17.06.1990	Ahlen

**10 km Straße Mannschaft**

01:49:05	ESV	30.01.1993	Hamm
	Hübschen J. (47) 34:29, Weig H. (47) 35:55, Gräber D. (39) 38:41		
01:52:11	ESV	28.01.1995	Hamm
	Hübschen J. (47) 36:00, Stadtmann A. (50) 38:01, Kreienbaum B. (42) 38:10		
02:04:46	ESV	29.01.1994	Hamm
	Jung K.-H. (35) 39:54, Hoermann M. (37) 41:00, Schweins A. (34) 43:52		
02:09:11	ESV	25.01.1998	Hamm
	Müller W. (43) 43:02, Becker W. (48) 43:20, Hoermann M. (37) 43:49		

**15 km Straße**

52:38	Schiek, Wolfgang	33	25.02.1978	Hamm
53:03	Kreienbaum, Bernhard	42	17.06.1987	Düsseldorf
53:42	Schmalz, Dieter	33	25.02.1978	Hamm
53:54	Jung, Karl-Heinz	35	31.12.1986	Werl
54:05	Gräber, Dieter	39	09.03.1985	Hamm
54:15	Hübschen, Jochen	47	11.02.1995	Hamm

**M 45****15 km Straße Mannschaft**

02:53:12	ESV	11.02.1995	Hamm
	Hübschen J. (47) 54:15, Weig H. (47) 57:15, Reis F. (46) 1:01:42		
02:59:10	ESV	12.02.1994	Hamm
	Wilken H. (47) 59:20, Müller W. (43) 59:37, Becker K. (48) 1:00:13		
03:06:15	ESV	28.02.1976	Hamm
	Conrads M. (31) 58:48, Lach R. (28) 59:37, Bartolomeus H. (14) 1:07:50		
03:15:21	ESV	08.02.1998	Hamm
	Müller W. (43) 1:03:41, Gräber D. (39) 1:04:07, Hoermann M. (37) 1:07:33		
03:17:01	ESV	11.02.1995	Hamm
	Benstein W. (41) 1:02:46, Müller W. (43) 1:04:32, Schweins A. (34) 1:09:43		
03:43:39	ESV	09.02.1997	Hamm
	Rachner V. (47) 1:10:49, Hoermann M. (37) 1:11:45, Karrasch G. (44) 1:21:05		

**20 km Straße**

01:09:39	Schiek, Wolfgang	33	11.03.1978	Hamm
01:12:32	Schmalz, Dieter	33	11.03.1978	Hamm
01:14:54	Rumselke, Karl	28	11.03.1978	Hamm
01:15:11	Schweins, Albert	34	08.03.1980	Hamm
01:15:17	Tiemann, August	27	26.03.1977	Hamm
01:19:15	Lach, Rudolf	28	27.03.1976	Hamm

**20 km Straße Mannschaft**

03:37:05	ESV		11.03.1978	Hamm
	Schiek W. (33) 1:09:39, Schmalz D. (33) 1:12:32, Rumselke K. (28) 1:14:54			
04:08:22	ESV		27.03.1976	Hamm
	Lach R. (28) 1:19:15, Conrad M. (31) 1:19:51, Bartolomeus H. (14) 1:29:16			
04:29:49	ESV		25.04.1993	Münster
	Hoermann M. (37) 1:25:57, Poettken A. (36) 1:30:33, Schweins A. (34) 1:33:19			

**Halbmarathon**

01:17:55	Hübschen, Jochen	47	25.02.1995	Hamm
01:19:00	Rachner, Detlef	51	24.02.1996	Hamm
01:19:47	Gräber, Dieter	39	04.10.1986	Hamm
01:20:31	Samulski, Peter	38	05.04.1987	Bochum
01:21:23	Rundle, Thomas	40	22.02.1992	Hamm
01:21:30	Hilland, Stefan	57	23.03.2002	Schotten

**M 45****Halbmarathon Mannschaft**

04:09:21	ESV		26.02.1994	Hamm
	Hübschen J. (47) 1:20:54, Weig H. (47) 1:23:50, Gräber D. (39) 1:24:37			
04:10:59	ESV		27.02.1993	Hamm
	Weig H. (47) 1:22:06, Gräber D. (39) 1:22:46, Benstein W. (41) 1:26:07			
04:11:17	ESV		22.02.1992	Hamm
	Rundle T. (40) 1:21:23, Benstein W. (41) 1:23:57, Gräber D. (39) 1:25:57			
04:11:37	ESV		25.02.1995	Hamm
	Hübschen J. (47) 1:17:55, Reis F. (46) 1:24:56, Müller W. (43) 1:28:46			
04:13:53	ESV		22.03.2003	Burghaslach
	Hilland S. (57) 1:23:17, Zimmer R. (55) 1:24:48, Schmiemann B. (57) 1:25:48			
04:14:48	ESV		22.02.1992	Hamm
	Hübschen J. (47) 1:22:15, Weig H. (47) 1:25:06, Müller W. (43) 1:27:27			

**25 km Straße**

01:27:23	Schiek, Wolfgang	33	31.03.1979	Ahlen
01:29:37	Jung, Karl-Heinz	35	04.10.1980	Münster
01:31:25	Samulski, Peter	38	06.04.1985	Paderborn
01:31:53	Gräber, Dieter	39	06.04.1985	Paderborn
01:34:15	Tiemann, August	27	11.06.1978	Dülmen
01:35:12	Rumselke, Karl	28	11.08.1979	Dülmen

**25 km Straße Mannschaft**

04:39:41	ESV		03.05.1980	Hamburg
	Jung K-H. (35) 1:30:52, Schiek W. (33) 1:32:11, Schweins A. (34) 1:36:38			
04:43:31	ESV		05.05.1979	Griesheim
	Schiek W. (33), Rumselke K. (28), Schweins A. (34)			
05:02:40	ESV		07.05.1988	Scheeßel
	Samulski P. (38) 1:36:13, Mildner K. (37) 1:42:52, Schweins A. (34) 1:43:35			
05:23:19	ESV		04.10.1980	Münster
	Dr. Monzen H. (32) 1:43:01, Lüdecke H. (28) 1:45:57, Kock B. (26) 1:51:41			

**Marathon**

02:35:27	Schiek, Wolfgang	33	23.09.1978	Steinwiesen
02:38:41	Samulski, Peter	38	26.09.1987	Duisburg
02:44:37	Schweins, Albert	34	24.04.1983	Bremen
02:45:56	Gräber, Dieter	39	06.05.1984	Bremen
02:46:27	Rumselke, Karl	28	29.10.1977	Essen
02:49:12	Dr. Lange, Wulf	37	24.04.1988	Hamburg

**M 45****Marathon Mannschaft**

08:49:16	ESV		27.09.1992	Berlin
	Hübschen J. (47) 2:53:40, Weig H. (47) 2:56:12, Wegmann R. (44) 2:59:24			
08:53:40	ESV		21.03.1992	Steinfurt
	Hübschen J. (47) 2:56:32, Gräber D. (39) 2:57:05, Rundle T. (40) 2:59:24			
08:57:47	ESV		19.05.1979	Dülmen
	Rumselke K. (28) , Dr. Monzen H. (32), Winter H. (34)			
09:10:09	ESV		21.03.1992	Steinfurt
	Gräber D. (39) 2:57:05, Rundle T. (40) 2:59:24, Samulski P. (38) 3:13:40			
09:14:20	ESV		08.09.2002	Münster
	Ennen R. ( 56) 3:02:22, Schmiemann B. (57) 3:04:37, Zimmer R. (55) 3:07:21			
09:26:43	ESV		19.03.1994	Steinfurt
	Weig H. (47) 2:59:33, Gräber D. (39) 3:04:33, Becker K. (48) 3:22:37			

**50 km Straße**

04:37:34	Hoermann, Manfred	37	06.09.1997	Rheine
----------	-------------------	----	------------	--------

**100 km Straße**

07:15:05	Samulski, Peter	38	30.09.1989	Unna
07:48:36	Dr. Lange, Wulf	37	31.10.1987	Hanau
09:28:24	Plassmann, Florenz	36	12.09.1981	Winschoten/NL
09:40:44	Müller, Wolfgang	43	24.09.1994	Neuwittenbeck
09:51:44	Hoermann, Manfred	37	05.09.1992	Rheine
10:44:00	von dem Berge, Theo	16	1969	Biel/CH

**100 km Straße Mannschaft**

38:07:00	ESV		1969	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Küchler Herm. (12) 12:34:00, Retzlaff J. (10) 13:48:00			
43:02:00	ESV		1968	Biel/CH
	v. d. Berge T. (16) 12:09:00, Babski B. (17) 15:06:00, Retzlaff J. (10) 15:46:00			

**24-Stundenlauf**

261,028 km	Samulski, Peter	38	17./18.08.91	Elze
200,475 km	Dr. Lange, Wulf	37	13.05.1989	Mörtenbach

**M 50****50 m**

6,9	Blank, Herbert	39	09.06.1989	Telgte
-----	----------------	----	------------	--------

**75 m**

9,6	Blank, Herbert	39	31.08.1990	Telgte
11,2	Babski, Bernhard	17	18.06.1971	Münster

**100 m**

	13,45	Blank, Herbert	39	13.08.1999	Telgte
<b>200 m</b>					
	25,31	Blank, Herbert	39	24.08.1990	Menden
<b>400 m</b>					
	55,23	Blank, Herbert	39	03.09.1989	Scheeßel
<b>800 m</b>					
	2:05,90	Blank, Herbert	39	01.09.1989	Scheeßel
	2:12,23	Nowak, Georg	59	14.05.2009	Dortmund
	2:51,86	Mildner, Klaus	37	30.05.2002	Ahlen
<b>1000 m</b>					
	3:14,56	Schmiemann, Benno	57	06.06.2007	Nordkirchen
	3:35,6	Babski, Bernhard	17	18.06.1971	Münster
	3:46,12	Mildner, Klaus	37	07.09.2002	Sarstedt
<b>1500 m</b>					
	4:28,28	Jung, Karl-Heinz	35	08.09.1985	Rheine
	4:38,40	Blank, Herbert	39	06.05.1989	Münster
	5:44,50	Mildner, Klaus	37	14.09.2002	Kamen
<b>3000 m</b>					
	9:19,60	Jung, Karl-Heinz	35	13.08.1985	Dortmund
	9:30,10	Mildner, Klaus	37	31.08.1988	Menden
	9:31,20	Schiek, Wolfgang	33	05.08.1983	Hamm
	10:23,00	Samulski, Peter	38	21.05.1990	Münster
	10:24,90	Kreienbaum, Bernhard	42	18.06.1993	Telgte
	10:31,10	Schweins, Albert	34	13.06.1984	Nammen
<b>5000 m</b>					
	16:13,10	Jung, Karl-Heinz	35	05.06.1985	Münster
	16:25,40	Schiek, Wolfgang	33	05.08.1983	Hamm
	16:33,50	Mildner, Klaus	37	07.09.1988	Kamen
	16:48,13	Samulski, Peter	38	30.06.1988	Lage
	17:03,90	Tiemann, August	27	30.06.1977	Hamm
	17:07,38	Wethmar, Klaus	42	26.09.1992	Brackwede
					<b>M 50</b>
<b>10000 m</b>					
	33:59,60	Jung, Karl-Heinz	35	04.10.1986	Dülmen
	34:35,40	Schiek, Wolfgang	33	08.10.1983	Dülmen
	34:39,40	Mildner, Klaus	37	09.07.1988	Bad Oeynhausen
	35:39,90	Wethmar, Klaus	42	05.09.1992	Halle
	35:42,20	Tiemann, August	27	18.09.1977	Rheine
	35:56,20	Samulski, Peter	38	31.07.1988	Bruchköbel
<b>Stundenlauf</b>					
	16901 m	Schiek, Wolfgang	33	17.08.1985	Remscheid
	16415 m	Tiemann, August	27	01.09.1977	Werl
	16189 m	Schweins, Albert	34	17.08.1985	Remscheid
	15640 m	Rumselke, Karl	28	21.04.1979	Soest

15196 m	von dem Berge, Theo	16	17.08.1969	Münster
14786 m	Grosse-Coosmann, Alwin	29	19.04.1980	Münster

**5 km Straße**

17:29	Mildner, Klaus	37	17.10.1987	Sythen
17:40	Kreienbaum, Bernhard	42	31.12.1992	Münster
19:09	Göcke, Rolf	57	30.04.2010	Emsdetten
19:22	Reis, Francisco	46	27.10.2001	Nordwalde
19:37	Nowak, Georg	59	31.12.2010	Münster
19:43	Gräber, Dieter	39	19.09.1998	Steinfurt

**7,5 km Straße**

31:04	Reis, Francisco	42	11.03.2000	Münster
-------	-----------------	----	------------	---------

**10 km Straße**

33:58	Jung, Karl-Heinz	35	18.04.1987	Paderborn
34:36	Schiek, Wolfgang	33	11.03.1984	Leverkusen
35:25	Samulski, Peter	38	17.06.1990	Ahlen
35:49	Mildner, Klaus	37	07.11.1987	Dülmen
35:56	Kreienbaum, Bernhard	42	10.04.1993	Paderborn
36:15	Gräber, Dieter	39	13.05.1990	Rheine

**10 km Straße Mannschaft**

01:57:22	ESV		30.01.1993	Hamm
	Gräber D. (39) 38:41, Müller W. (43) 39:05, Benstein W. (41) 39:36			
01:58:21	ESV		28.01.1995	Hamm
	Kreienbaum B. (42) 38:10, Jung K.-H. (35) 39:56, Benstein W. (41) 40:15			
02:04:46	ESV		29.01.1994	Hamm
	Jung K.-H. (35) 39:54, Hoermann M. (37) 41:00, Schweins A. (34) 43:52			
02:05:16	ESV		13.03.1999	Münster
	Kreienbaum B. (42) 40:18, Gräber D. (39) 40:54, Müller W. (43) 44:04			
02:09:11	ESV		25.01.1998	Hamm
	Müller W. (43) 43:02, Becker W. (48) 43:20, Hoermann M. (37) 43:49			

**M 50****15 km Straße**

53:54	Jung, Karl-Heinz	35	31.12.1986	Werl
55:15	Schiek, Wolfgang	33	09.01.1988	Vreden
55:53	Samulski, Peter	38	18.02.1989	Hamm
56:34	Rundle, Thomas	40	08.02.1992	Hamm
56:49	Gräber, Dieter	39	10.02.1990	Hamm
57:19	Dr. Lange, Wulf	37	20.02.1988	Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

03:15:21	ESV		08.02.1998	Hamm
	Müller W. (43) 1:03:41, Gräber D. (39) 1:04:07, Hoermann M. (37) 1:07:33			
03:17:01	ESV		11.02.1995	Hamm
	Benstein W. (41) 1:02:46, Müller W. (43) 1:04:32, Schweins A. (34) 1:09:43			
03:43:39	ESV		09.02.1997	Hamm
	Rachner V. (47) 1:10:49, Hoermann M. (37) 1:11:45, Karrasch G. (44) 1:21:05			

**20 km Straße**

01:14:54	Rumselke, Karl	28	11.03.1978	Hamm
01:15:17	Tiemann, August	27	26.03.1977	Hamm
01:21:46	Gräber, Dieter	39	24.04.1994	Münster

01:22:50	von dem Berge, Theo	16	1969	Ochtrup
01:24:16	Lach, Rudolf	28	11.03.1978	Hamm
01:25:57	Hoermann, Manfred	37	25.04.1993	Münster

**20 km Straße Mannschaft**

04:29:49	ESV		25.04.1993	Münster
Hoermann M. (37) 1:25:57, Poettken A. (36) 1:30:33, Schweins A. (34) 1:33:19				

**Halbmarathon**

01:15:35	Schiek, Wolfgang	33	05.06.1983	Senden
01:21:23	Rundle, Thomas	40	22.02.1992	Hamm
01:22:46	Gräber, Dieter	39	27.02.1993	Hamm
01:23:08	Kreienbaum, Bernhard	42	13.03.1994	Lissabon/POR
01:23:32	Reis, Francisco	46	01.04.2001	Lissabon/POR
01:27:07	Müller, Wolfgang	43	27.02.1993	Hamm

**Halbmarathon Mannschaft**

04:11:17	ESV		22.02.1992	Hamm
Rundle T. (40) 1:21:23, Benstein W. (41) 1:23:57, Gräber D. (39) 1:25:57				
04:17:00	ESV		27.02.1993	Hamm
Gräber D. (39) 1:22:46, Benstein W. (41) 1:26:07, Müller W. (43) 1:27:07				
04:20:39	ESV		26.02.1994	Hamm
Weig H. (47) 1:23:50, Gräber D. (39) 1:24:37, Hoermann M. (37) 1:32:12				
04:32:05	ESV		25.02.1995	Hamm
Müller W. (43) 1:28:46, Benstein W. (41) 1:28:57, Hoermann M. (37) 1:34:22				
04:35:28	ESV		22.02.1992	Hamm
Hoermann M. (37) 1:30:20, Poettken A. (36) 1:31:43, Schweins A. (34) 1:33:25				
04:47:51	ESV		22.02.1998	Hamm
Müller W. (43) 1:32:30, Becker K. (48) 1:36:18, Hoermann M. (37) 1:39:03				

**M 50****25 km Straße**

01:31:06	Schiek, Wolfgang	33	30.04.1983	Hanau
01:31:22	Jung, Karl-Heinz	35	27.04.1985	Passau
01:31:35	Samulski, Peter	38	24.09.1988	Münster
01:34:15	Tiemann, August	27	11.06.1978	Dülmen
01:35:12	Rumselke, Karl	28	11.08.1979	Dülmen
01:35:56	Schweins, Albert	34	13.10.1985	Papenburg

**25 km Straße Mannschaft**

05:02:40	ESV		07.05.1988	Scheeßel
Samulski P. (38) 1:36:13, Mildner K. (37) 1:42:52, Schweins A. (34) 1:43:35				

**Marathon**

02:41:23	Samulski, Peter	38	24.04.1988	Hamburg
02:46:09	Schweins, Albert	34	06.05.1984	Bremen
02:46:27	Rumselke, Karl	28	29.10.1977	Essen
02:49:12	Dr. Lange, Wulf	37	24.04.1988	Hamburg
02:51:12	Gräber, Dieter	39	27.09.1992	Berlin
02:54:00	Tiemann, August	27	13. .77	Hückelhoven

**Marathon Mannschaft**

09:10:09	ESV		21.03.1992	Steinfurt
Gräber D. (39) 2:57:05, Rundle T. (40) 2:59:24, Samulski P. (38) 3:13:40				
10:08:48	ESV		21.03.1998	Steinfurt

10:17:05 Hübschen J. (47) 3:11:16, Müller W. (43) 3:28:36, Gräber D. (39) 3:28:56  
 ESV 19.03.1994 Steinfurt  
 Gräber D. (39) 3:04:33, Müller W. (43) 3:27:37, Hoermann M. (37) 3:44:55

**50 km Straße**

04:37:34 Hoermann, Manfred 37 06.09.1997 Rheine

**100 km Straße**

07:15:05 Samulski, Peter 38 30.09.1989 Unna  
 07:48:36 Dr. Lange, Wulf 37 31.10.1987 Hanau  
 09:40:44 Müller, Wolfgang 43 24.09.1994 Neuwittenbeck  
 09:51:44 Hoermann, Manfred 37 05.09.1992 Rheine  
 10:44:00 von dem Berge, Theo 16 1969 Biel/CH  
 12:34:00 Kuchler, Hermann 11 1969 Biel/CH

**100 km Straße Mannschaft**

38:07:00 ESV 1969 Biel/CH  
 v. d. Berge T. (16) 10:44:00, Kuchler Herm. (12) 12:34:00, Retzlaff J. (10) 13:48:00  
 43:02:00 ESV 1968 Biel/CH  
 v. d. Berge T. (16) 12:09:00, Babski B. (17) 15:06:00, Retzlaff J. (10) 15:46:00

**24-Stunden-Lauf**

261,028 km Samulski, Peter 38 17./18.08.91 Elze  
 200,475 km Dr. Lange, Wulf 37 13.05.1989 Mörlenbach

**M 55****100 m**

13,45 Blank, Herbert 39 13.08.1999 Telgte

**200 m**

27,52 Blank, Herbert 39 13.08.1999 Telgte

**800 m**

2:51,86 Mildner, Klaus 37 30.05.2002 Ahlen

**1000 m**

3:46,12 Mildner, Klaus 37 07.09.2002 Sarstedt

**1500 m**

4:44,97 Jung, Karl-Heinz 35 29.07.1990 Herne  
 5:44,50 Mildner, Klaus 37 14.09.2002 Kamen

**3000 m**

10:05,66 Jung, Karl-Heinz 35 04.07.1991 Dortmund  
 10:24,70 Schiek, Wolfgang 33 03.06.1989 Arnsberg  
 10:59,4 von dem Berge, Theo 16 1971 Bergkamen  
 11:02,41 Schweins, Albert 34 14.06.1989 Hamm  
 11:05,33 Saatröwe, Jost 39 13.06.1997 Telgte  
 11:28,70 Gräber, Dieter 39 21.08.1998 Bergkamen

**5000 m**



16:59,33	Jung, Karl-Heinz	35	19.08.1990	Bad Homburg
17:31,63	Schiek, Wolfgang	33	17.04.1988	Warstein
18:44,80	Schweins, Albert	34	20.05.1989	Münster
18:58,80	Rumselke, Karl	28	06.07.1984	Hamm
19:05,00	Kreienbaum, Bernhard	42	01.08.1998	Minden
19:19,70	Grosse-Coosmann, Alwin	29	11.06.1984	Recklinghausen

**10000 m**

35:44,50	Schiek, Wolfgang	33	09.07.1988	Bad Oeynhausen
36:37,98	Jung, Karl-Heinz	35	30.06.1990	Budapest/HUN
38:46,90	Rumselke, Karl	28	15.06.1984	Bochum
38:47,6	von dem Berge, Theo	16	1973	Refrath
39:56,60	Schaudinn, Werner	32	02.07.1988	Coesfeld
40:09,20	Grosse-Coosmann, Alwin	29	22.08.1984	Brighton/GB

**Stundenlauf**

15920 m	Schiek, Wolfgang	33	09.04.1988	Soest
15184 m	von dem Berge, Theo	16	1972	Bochum
14260 m	Bartolomeus, Heinz	14	24.05.1975	Bochum
13620 m	Alpmann, Josef	20	08.05.1975	Münster
13180 m	Babski, Bernhard	17	08.05.1975	Münster
12870 m	Runge, Heinz	14	08.05.1975	Münster

**M 55****5 km Straße**

18:47	Kreienbaum, Bernhard	42	11.10.1997	Sythen
19:08	Reis, Francisco	46	03.08.2002	Greven
19:43	Gräber, Dieter	39	19.09.1998	Steinfurt
19:48	Jung, Karl-Heinz	35	30.04.2000	Münster
21:15	Mildner, Klaus	37	25.10.2003	Nordwalde
21:36	Vogt, Friedhelm	47	31.12.2002	Münster

**10 km Straße**

35:27	Jung, Karl-Heinz	35	13.05.1990	Rheine
37:06	Schiek, Wolfgang	33	03.07.1988	Elte
37:50	Gräber, Dieter	39	29.01.1994	Hamm
38:10	von dem Berge, Theo	16	1971	Düsseldorf
38:32	Kreienbaum, Bernhard	42	03.04.1999	Paderborn
38:51	Schaudinn, Werner	32	05.09.1987	Dülmen

**10 km Straße Mannschaft**

02:04:46	ESV		29.01.1994	Hamm
	Jung K.-H. (35) 39:54, Hoermann M. (37) 41:00, Schweins A. (34) 43:52			
02:05:16	ESV		13.03.1999	Münster
	Kreienbaum B. (42) 40:18, Gräber D. (39) 40:54, Müller W. (43) 44:04			

**15 km Straße**

55:15	Schiek, Wolfgang	33	09.01.1988	Vreden
56:20	Jung, Karl-Heinz	35	10.02.1990	Hamm
56:56	Gräber, Dieter	39	12.02.1994	Hamm
01:00:52	Schaudinn, Werner	32	03.09.1988	Dülmen
01:00:54	Reis, Francisco	46	10.02.2002	Hamm
01:01:23	Schweins, Albert	34	10.02.1990	Hamm

**15 km Straße Mannschaft**

03:15:21 ESV 08.02.1998 Hamm  
Müller W. (43) 1:03:41, Gräber D. (39) 1:04:07, Hoermann M. (37) 1:07:33

**20 km Straße**

01:21:46 Gräber, Dieter 39 24.04.1994 Münster  
01:25:57 Hoermann, Manfred 37 25.04.1993 Münster  
01:29:16 Bartolomeus, Heinz 14 27.03.1976 Hamm  
01:30:33 Poettken, Anton 36 25.04.1993 Münster  
01:31:34 Alpmann, Josef 20 08.03.1980 Hamm  
01:33:19 Schweins, Albert 34 25.04.1993 Münster

**20 km Straße Mannschaft**

04:29:49 ESV 25.04.1993 Münster  
Hoermann M. (37) 1:25:57, Poettken A. (36) 1:30:33, Schweins A. (34) 1:33:19

<b>M 55</b>
-------------

**Halbmarathon**

01:23:32 Reis, Francisco 46 01.04.2001 Lissabon/POR  
01:24:37 Gräber, Dieter 39 26.02.1994 Hamm  
01:27:03 Kreienbaum, Bernhard 42 21.03.1999 Lissabon/POR  
01:28:24 Hoermann, Manfred 37 27.02.1993 Hamm  
01:29:06 Jung, Karl-Heinz 35 09.04.1995 Rheinzabern  
01:31:43 Poettken, Anton 36 22.02.1992 Hamm

**Halbmarathon Mannschaft**

04:35:28 ESV 22.02.1992 Hamm  
Hoermann M. (37) 1:30:20, Poettken A. (36) 1:31:43, Schweins A. (34) 1:33:25  
04:37:31 ESV 26.02.1994 Hamm  
Gräber D. (39) 1:24:37, Hoermann M. (37) 1:32:12, Schweins A. (34) 1:40:42  
04:48:17 ESV 10.03.2001 Münster  
Reis F. (46) 1:26:41, Gräber D. (39) 1:35:57, Hoermann M. (37) 1:45:39  
04:52:46 ESV 09.04.1995 Rheinzabern  
Jung, K.-H. (35) 1:29:06, Schweins A. (34) 1:41:20, Winter H. (34) 1:42:20

**25 km Straße**

01:33:43 Schiek, Wolfgang 33 02.04.1988 Paderborn  
01:43:17 Schweins, Albert 34 25.03.1989 Paderborn  
01:44:10 von dem Berge, Theo 16 13.05.1972 Hamburg  
01:46:40 Rumselke, Karl 28 02.04.1988 Paderborn  
01:52:52 Bartolomeus, Heinz 14 20.03.1976 Oldenburg  
01:54:40 Alpmann, Josef 20 29.04.1978 Waldkraiburg

**Marathon**

02:56:30 Rumselke, Karl 28 20.10.1984 Essen  
03:04:33 Gräber, Dieter 39 19.03.1994 Steinfurt  
03:05:42 von dem Berge, Theo 16 1971 Refrath  
03:19:58 Müller, Wolfgang 43 19.04.1998 Hamburg  
03:21:26 Bartolomeus, Heinz 14 26.10.1974 Essen  
03:25:08 Hoermann, Manfred 37 21.03.1992 Steinfurt  
03:35:15 Kreienbaum, Bernhard 42 24.10.1999 Chicago/USA

**Marathon Mannschaft**

10:38:32 ESV 21.03.1998 Steinfurt  
Müller W. (43) 3:28:36, Gräber D. (39) 3:28:56, Hoermann M. (37) 3:41:06

**50 km Straße**

04:37:34	Hoermann, Manfred	37	06.09.1997	Rheine
----------	-------------------	----	------------	--------

**100 km Straße**

09:51:44	Hoermann, Manfred	37	05.09.1992	Elte
11:36:00	von dem Berge, Theo	16	1971	Biel/CH
12:34:00	Küchler, Hermann	12	1969	Biel/CH
13:48:00	Runge, Heinz	14	1969	Biel/CH
13:58:00	Bartolomeus, Heinz	14	1971	Biel/CH
14:49:00	Retzlaff, Hans	10	1969	Biel/CH

**M 60****100 m**

13,45	Blank, Herbert	39	13.08.1999	Telgte
-------	----------------	----	------------	--------

**200 m**

27,52	Blank, Herbert	39	13.08.1999	Telgte
-------	----------------	----	------------	--------

**800 m**

2:51,86	Mildner, Klaus	37	30.05.2002	Ahlen
---------	----------------	----	------------	-------

**1000 m**

3:46,12	Mildner, Klaus	37	07.09.2002	Sarstedt
---------	----------------	----	------------	----------

**1500 m**

5:40,31	Jung, Karl-Heinz	35	22.06.2000	Bielefeld
5:44,50	Mildner, Klaus	37	14.09.2002	Kamen

**3000 m**

11:37,27	Jung, Karl-Heinz	35	19.06.1998	Telgte
11:40,94	Saatröwe, Jost	39	27.08.1999	Menden
11:59,26	Mildner, Klaus	37	21.09.2002	Wittlich
12:28,27	Hoermann, Manfred	37	19.06.1998	Telgte

**5000 m**

19:40,02	Jung, Karl-Heinz	35	01.07.1998	Minden
20:43,88	Grosse-Coosmann, Alwin	29	23.08.1989	Menden
20:53,49	Mildner, Klaus	37	29.09.2002	Gladbeck

**Stundenlauf**

14260 m	Bartolomeus, Heinz	14	24.05.1975	Bochum
12870 m	Runge, Heinz	14	08.05.1975	Münster
12450 m	Babski, Bernhard	17	30.04.1977	Münster

**5 km Straße**

19:48	Jung, Karl-Heinz	35	30.04.2000	Münster
20:28	Gräber, Dieter	39	29.04.2001	Münster
21:15	Mildner, Klaus	37	25.10.2003	Nordwalde
22:15	Hoermann, Manfred	37	11.07.2001	Münster
24:08	Gläser, Günter	37	08.09.2001	Leipzig

24:04	Schaudinn, Werner	32	29.09.2001	Saerbeck
-------	-------------------	----	------------	----------

**10 km Straße**

39:56	Jung, Karl-Heinz	35	28.01.1995	Hamm
40:54	Gräber, Dieter	39	13.03.1999	Münster
40:57	Rumselke, Karl	28	13.05.1990	Rheine
43:04	Grosse-Coosmann, Alwin	29	27.05.1989	Münster
43:11	Schaudinn, Werner	32	28.08.1993	Saarbrücken
43:49	Hoermann, Manfred	37	25.01.1998	Hamm

**M 60****15 km Straße**

01:01:27	Rumselke, Karl	28	20.02.1988	Hamm
01:06:02	Gräber, Dieter	39	13.02.2000	Hamm
01:06:08	Schweins, Albert	34	12.02.1994	Hamm
01:07:33	Hoermann, Manfred	37	08.02.1998	Hamm
01:07:50	Bartolomeus, Heinz	14	28.02.1976	Hamm
01:09:17	Alpmann, Josef	20	16.02.1980	Hamm

**20 km Straße**

01:29:16	Bartolomeus, Heinz	14	27.03.1976	Hamm
01:31:34	Alpmann, Josef	20	08.03.1980	Hamm
01:38:28	Hoermann, Manfred	37	23.08.1997	Everswinkel

**Halbmarathon**

01:29:06	Jung, Karl-Heinz	35	09.04.1995	Rheinzabern
01:33:57	Gräber, Dieter	39	11.03.2000	Münster
01:39:03	Hoermann, Manfred	37	22.02.1998	Hamm
01:40:42	Schweins, Albert	34	26.02.1994	Hamm
01:41:53	Hoermann, Manfred	37	11.03.2000	Münster
01:42:20	Winter, Helmut	34	09.04.1995	Rheinzabern

**Halbmarathon Mannschaft**

04:52:46	ESV		09.04.1995	Rheinzabern
Jung, K.-H. (35) 1:29:06, Schweins A. (34) 1:41:20, Winter H. (34) 1:42:20				

**25 km Straße**

01:46:40	Rumselke, Karl	28	02.04.1988	Paderborn
01:52:52	Bartolomeus, Heinz	14	20.03.1976	Oldenburg

**Marathon**

03:13:31	Rumselke, Karl	28	24.04.1988	Hamburg
03:21:26	Bartolomeus, Heinz	14	26.10.1974	Essen
03:25:55	Gräber, Dieter	39	20.03.1999	Steinfurt
03:29:42	Kock, Bernhard	26	19.03.1988	Steinfurt
03:36:52	Limpert, Gerd	26	01.10.1989	Berlin
03:41:06	Hoermann, Manfred	37	21.03.1998	Steinfurt

**50 km Straße**

04:37:34	Hoermann, Manfred	37	06.09.1997	Rheine
----------	-------------------	----	------------	--------

**M 65****100 m**

14,00	Blank, Herbert	39	24.06.2005	Telgte
<b>200 m</b>				
28,59	Blank, Herbert	39	24.06.2005	Telgte
<b>800 m</b>				
2:51,86	Mildner, Klaus	37	30.05.2002	Ahlen
<b>1000 m</b>				
3:46,12	Mildner, Klaus	37	07.09.2002	Sarstedt
<b>1500 m</b>				
5:40,31	Jung, Karl-Heinz	35	22.06.2000	Bielefeld
5:44,50	Mildner, Klaus	37	14.09.2002	Kamen
<b>3000 m</b>				
11:59,26	Mildner, Klaus	37	21.09.2002	Willich
12:30,65	Jung, Karl-Heinz	35	28.06.2002	Telgte
<b>5000 m</b>				
20:53,49	Mildner, Klaus	37	29.09.2002	Gladbeck
25:19,90	Grosse-Coosmann, Alwin	29	18.07.1995	Buffalo/USA
<b>5 km Straße</b>				
19:48	Jung, Karl-Heinz	35	30.04.2000	Münster
21:15	Mildner, Klaus	37	25.10.2003	Nordwalde
21:36	Gräber, Dieter	39	26.06.2004	Everswinkel
23:11	Hoermann, Manfred	37	29.06.2002	Everswinkel
24:04	Schaudinn, Werner	32	29.09.2001	Saerbeck
29:41	Rumselke, Karl	28	31.12.2000	Münster
<b>10 km Straße</b>				
43:10	Jung, Karl-Heinz	35	28.10.2000	Nordwalde
44:45	Gräber, Dieter	39	12.06.2004	Werne
45:48	Schweins, Albert	34	11.07.2001	Münster
47:40	Rumselke, Karl	28	26.10.1996	Nordwalde
47:40	Schaudinn, Werner	32	11.10.1997	Haltern
49:52	Hoermann, Manfred	37	09.03.2002	Münster
<b>Halbmarathon</b>				
01:39:19	Gräber, Dieter	39	27.03.2004	Saerbeck
01:55:20	Hoermann, Manfred	37	06.09.2003	Rheine-Elte
<b>Marathon</b>				
03:29:24	Gräber, Dieter	39	02.05.2004	Düsseldorf
04:06:53	Hoermann, Manfred	37	08.09.2002	Münster
04:48:51	Grosse-Coosmann, Alwin	29	06.11.1994	New York/USA

**M 70**

<b>100 m</b>					
	14,46	Blank, Herbert	39	30.05.2009	Paderborn
<b>200 m</b>					
	29,66	Blank, Herbert	39	13.06.2009	Ahlen
<b>800 m</b>					
	3:11,91	Mildner, Klaus	37	02.06.2007	Dortmund
<b>1500 m</b>					
	6:26,70	Mildner, Klaus	37	07.06.2007	Essen
<b>5 km Straße</b>					
	29:41	Rumselke, Karl	28	31.12.2000	Münster
<b>10 km Straße</b>					
	53:44	Babski, Bernhard	17	24.09.1988	Münster
	57:43	Bartolomeus, Heinz	14	11.10.1986	Münster
<b>Halbmarathon</b>					
	1:46:51	Gräber, Dieter	39	08.05.2009	Emsdetten
<b>Marathon</b>					
	03:54:40	Gräber, Dieter	39	07.06.2009	Potsdam

**M 70**

<b>10 km Straße</b>					
	59:13	Schaudinn, Werner	32	08.09.2007	München

**TECHNISCHE DISZIPLINEN****Weitsprung****W Jgd B**

4,31 m	Wilke, Carla-Marie	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
3,66 m	Humburg, Isabel	97	S	03.06.2010	Münster

**W Jgd A**

4,31 m	Wilke, Carla-Marie	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
3,66 m	Humburg, Isabel	97	S	03.06.2010	Münster

**WHK**

4,31 m	Wilke, Carla-Marie	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
4,11 m	Schorsch, Bianka	65		06.06.2008	Telgte
3,66 m	Humburg, Isabel	97	S	03.06.2010	Münster
3,63 m	Schmiemann, Petra	56		13.06.1997	Telgte
3,51 m	Winkler, Brigitte	33		20.06.1972	Münster

**W 30**

4,11 m	Schorsch, Bianka	65		06.06.2008	Telgte
3,63 m	Schmiemann, Petra	56		13.06.1997	Telgte
3,51 m	Winkler, Brigitte	33		20.06.1972	Münster

**W 35**

4,11 m	Schorsch, Bianka	65		06.06.2008	Telgte
3,63 m	Schmiemann, Petra	56		13.06.1997	Telgte
3,51 m	Winkler, Brigitte	33		20.06.1972	Münster

**W 40**

4,11 m	Schorsch, Bianka	65		06.06.2008	Telgte
3,63 m	Schmiemann, Petra	56		13.06.1997	Telgte

**M Jgd B**

5,49 m	Bertermann, Tobias	93		02.06.2010	Nordkirchen
5,23 m	Austermann, Jan	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
4,68 m	Haferkamp, Georg	67		13.06.1981	Coesfeld
4,62 m	Stötzel, David	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
3,52 m	Hermes, Noah	99	S	03.06.2010	Münster
3,44 m	Schulte, Jannik	98	S	02.06.2010	Nordkirchen

**M Jgd A**

5,49 m	Bertermann, Tobias	93		02.06.2010	Nordkirchen
5,23 m	Austermann, Jan	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
4,98 m	Gläser, Frank	62		12.08.1979	Recklinghausen
4,62 m	Stötzel, David	95	S	02.06.2010	Nordkirchen
3,52 m	Hermes, Noah	99	S	03.06.2010	Münster
3,44 m	Schulte, Jannik	98	S	02.06.2010	Nordkirchen

**MHK**

6,26 m	Angermann, Christian	59		04.06.1989	Warendorf
6,08 m	Brinkert, Frank	66		05.05.1990	Münster-Roxel
6,07 m	Lammers, Dietmar	68		07.07.1989	Menden
5,99 m	Blank, Herbert	39		19.07.1986	Telgte
5,81 m	Jung, Frank	68		21.09.1996	Ahlen
5,81 m	Brinkert, Frank	66		13.06.1997	Telgte

**M 30**

6,26 m	Angermann, Christian	59		04.06.1989	Warendorf
5,99 m	Blank, Herbert	39		19.07.1986	Telgte
5,81 m	Brinkert, Frank	66		13.06.1997	Telgte
5,51 m	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57		06.05.1989	Münster
5,27 m	Kilian, Heinz	36		18.06.1971	Münster
5,24 m	Pech, Manfred	43		08.06.1979	Telgte

**M 35**

5,99 m	Blank, Herbert	39		19.07.1986	Telgte
5,27 m	Kilian, Heinz	36		18.06.1971	Münster
5,24 m	Pech, Manfred	43		08.06.1979	Telgte
5,18 m	Gräler, Karl-Heinz	36		18.06.1971	Münster
5,01 m	Erlei, Udo	56		28.06.1996	Telgte
4,87 m	Winter, Helmut	34		18.06.1971	Münster

**M 40**

5,99 m	Blank, Herbert	39		19.07.1986	Telgte
5,01 m	Erlei, Udo	56		28.06.1996	Telgte

**M 45**

5,99 m	Blank, Herbert	39		19.07.1986	Telgte
--------	----------------	----	--	------------	--------

<b>M 55</b>	5,08 m	Blank, Herbert	39	28.06.1996	Telgte
<b>M 60</b>	5,04 m	Blank, Herbert	39	16.06.2000	Telgte
<b>M 65</b>	4,58 m	Blank, Herbert	39	03.07.2010	Kevelaer
<b>M 70</b>	4,58 m	Blank, Herbert	39	03.07.2010	Kevelaer

**Dreisprung**

<b>MHK</b>	12,47 m	Jung, Detlev	60	16.09.1984	Münster
<b>M 40</b>	9,96 m	Erlei, Udo	56	06.07.1997	Münster

**Hochsprung**

<b>W 45</b>	1.00 m	Keller, Brigitte		16.09.1995	Ahlen
<b>MHK</b>	1,70 m	Endt, Marcus	70	26.05.1994	Münster-Roxel
	1,70 m	Jung, Frank	68	21.09.1996	Ahlen
	1,55 m	Blank, Herbert	39	08.09.1985	Rheine
<b>M 45</b>	1,55 m	Blank, Herbert	39	08.09.1985	Rheine
<b>M 65</b>	1,30 m	Blank, Herbert	39	16.09.2008	Oberarden
<b>M70</b>	1,29	Blank, Herbert	39	16.06.2009	Oberarden

**Stabhochsprung**

<b>MHK</b>	2,70 m	Jung, Frank	68	22.09.1996	Ahlen
------------	--------	-------------	----	------------	-------

**Kugel**

<b>W 35</b>	7,12 m	Winkler, Brigitte	33	20.08.1972	Bergkamen
	7,26 kg				
<b>MHK</b>	10,43 m	Pech, Manfred	43	08.06.1979	Telgte
	10,13 m	Blank, Herbert	39	10.07.1987	Telgte
	10,11 m	Endt, Marcus	70	29.05.1994	Münster-Roxel
	9,06 m	Jung, Frank	68	21.09.1996	Ahlen
	8,62 m	Erlei, Udo	56	28.06.1996	Telgte
	8,46 m	Brinkert, Frank	66	28.06.1996	Telgte
<b>M 30</b>	8,46 m	Brinkert, Frank	66	28.06.1996	Telgte



**M 35**

10,43 m	Pech, Manfred	43	08.06.1979	Telgte
---------	---------------	----	------------	--------

**M 40**

8,62 m	Erlei, Udo	56	28.06.1996	Telgte
--------	------------	----	------------	--------

**M 45**

10,13 m	Blank, Herbert	39	10.07.1987	Telgte
---------	----------------	----	------------	--------

6,25 kg

**M 50**

10,94 m	Blank, Herbert	39	09.06.1989	Telgte
---------	----------------	----	------------	--------

**M 55**

8,99 m	Blank, Herbert	39	28.06.1996	Telgte
--------	----------------	----	------------	--------

5 kg

**M 60**

11,74 m	Goldkamp, Kurt	47	26.06.2009	Telgte
10,36 m	Blank, Herbert	39	13.08.1999	Telgte

**Diskus**

2 kg

**MHK**

35,01 m	Pech, Manfred	43	06.06.1973	Münster
30,00 m	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf
28,70 m	Blank, Herbert	39	24.05.1986	Greven
25,84 m	Brinkert, Frank	66	06.05.1989	Münster
23,78 m	Lammers, Dietmar	68	05.06.1990	Münster-Roxel
22,34 m	Jung, Frank	68	22.09.1996	Ahlen

**M 30**

35,01 m	Pech, Manfred	43	06.06.1973	Münster
30,00 m	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf
23,57 m	Brinkert, Frank	66	30.05.1998	Ahlen
21,34 m	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57	06.05.1989	Münster

**M 35**

30,47 m	Pech, Manfred	43	08.06.1979	Telgte
---------	---------------	----	------------	--------

**M 45**

28,70 m	Blank, Herbert	39	24.05.1986	Greven
---------	----------------	----	------------	--------

1,5 kg

**M 50**

27,80 m	Blank, Herbert	39	04.06.1989	Warendorf
---------	----------------	----	------------	-----------

1 kg

**M 60**

39,38 m	Goldkamp, Kurt	47	24.10.2009	Soest
34,08 m	Blank, Herbert	39	15.05.2002	Münster-Roxel

1 kg

**M 65**

27,45 m	Blank, Herbert	39	24.06.2005	Telgte
---------	----------------	----	------------	--------

**Speer**

800 g

**MHK**

50,67 m	Brinkert, Frank	66	24.05.1998	Lippstadt
---------	-----------------	----	------------	-----------

46,60 m	Melzer, Oliver	71	23.05.1993	Münster-Roxel
41,84 m	Blank, Herbert	39	24.05.1986	Greven
40,94 m	Endt, Marcus	70	29.05.1994	Münster-Roxel
40,00 m	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57	06.05.1989	Münster
38,90 m	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf

**M 30**

50,67 m	Brinkert, Frank	66	24.05.1998	Lippstadt
40,00 m	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57	06.05.1989	Münster
38,90 m	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf

**M 45**

41,84 m	Blank, Herbert	39	24.05.1986	Greven
---------	----------------	----	------------	--------

**M 50**

37,74 m	Blank, Herbert	39	06.05.1989	Münster-Roxel
---------	----------------	----	------------	---------------

600 g

**M 60**

31,93 m	Goldkamp, Kurt	47	12.09.2009	Oberarden
31,20 m	Blank, Herbert	39	15.05.2002	Münster-Roxel

**Dreikampf**

75 m-Weit-Kugel 4 kg

**W 35**

1451 Pkt.	Winkler, Brigitte	33	20.06.1972	Münster
-----------	-------------------	----	------------	---------

**W 40**

1685 Pkt.	Winkler, Brigitte	33	06.06.1975	Münster
-----------	-------------------	----	------------	---------

**W 45**

1682 Pkt.	Winkler, Brigitte	33	08.06.1979	Telgte
-----------	-------------------	----	------------	--------

100 m-Weit-Kugel 7,26 kg

**MHK**

1550 Pkt.	Blank, Herbert	39	19.07.1986	Telgte
1462 Pkt.	Brinkert, Frank	66	13.06.1997	Telgte
1257 Pkt.	Bertsch, Daniel	68	21.09.1996	Ahlen
	12,76/5,47/6,50			
1231 Pkt.	Erlei, Udo	56	28.06.1996	Telgte
	13,14/5,01/8,62			

**M 30**

1462 Pkt.	Brinkert, Frank	66	13.06.1997	Telgte
-----------	-----------------	----	------------	--------

**M 40**

1231 Pkt.	Erlei, Udo	56	28.06.1996	Telgte
	13,14/5,01/8,62			

**M 45**

1550 Pkt.	Blank, Herbert	39	19.07.1986	Telgte
-----------	----------------	----	------------	--------

50 m-Weit-Kugel 6,25 kg

**M 50**

3252 Pkt.	Blank, Herbert	39	09.06.1989	Telgte
	6,9/5,53/10,94			

**M 55**

2906 Pkt.	Blank, Herbert	39	28.06.1996	Telgte
	7,16/5,08/8,99			

## 100 m-Weit-Kugel 5 kg

**M 60**

1256 Pkt.	Blank, Herbert	39	16.06.2000	Telgte
	13,62/5,04/10,21			

**Fünfkampf**

## Weit-Speer 800 g-200 m-Diskus 2 kg-1500 m

**MHK**

2921 Pkt.	Brinkert, Frank	66	22.10.1989	Gelsenkirchen
	6,07/47,04/24,03/24,56/4:26,2			
2739 Pkt.	Blank, Herbert	39	24.05.1986	Greven
	5,79/41,84/25,0/28,70/4:39,5 min			
2672 Pkt.	Lammers, Dietmar	70	09.06.1990	Ahlen
	6,01/31,82/23,3/23,78/4:43,4			
2621 Pkt.	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf
	6;26/38,90/25,09/30,00/5:12,6			
2400 Pkt.	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57	06.05.1989	Münster
	5,51/40,00/26,0/21,34/4:41,2			
2013 Pkt.	Klix, Uwe	67	14.05.1988	Warendorf
	5,05/23,78/26,2/18,30/4:40,4			

**M 30**

2794 Pkt.	Brinkert, Frank	66	30.05.1998	Ahlen
	5,75/48,66/24,99/23,57/4:29,99			
2621 Pkt.	Angermann, Christian	59	04.06.1989	Warendorf
	6;26/38,90/25,09/30,00/5:12,6			
2400 Pkt.	Dr. Kretzer, Hans-Martin	57	06.05.1989	Münster
	5,51/40,00/26,0/21,34/4:41,2			

**M 45**

2739 Pkt.	Blank, Herbert	39	24.05.1986	Greven
	5,79/41,84/25,0/28,70/4:39,5 min			

## Weit-Speer 800 g-200 m-Diskus 1,5 kg-1500 m

**M 50**

2540 Pkt.	Blank, Herbert	39	04.06.1989	Warendorf
	5,69/36,80/25,99/27,80/4:40,6			

**M 70**

3157 Pkt.	Blank, Herbert	39	13.06.2009	Ahlen
	4,28/27,57/29,66/27,12/7:39,74			

**Fünfkampf Mannschaft****MHK**

7989 Pkt.	ESV Münster	04.06.1989	Warendorf
	Brinkert F. (66) 2828 Pkt.-Angermann C. (59) 2621 Pkt.-Blank H. (39) 2540 Pkt.		
6620 Pkt.	ESV Münster	14.05.1988	Warendorf
	Brinkert F. (66) 2644 Pkt.-Klix U. (67) 2013 Pkt.-Südmersen H. (66) 1963 Pkt.		

**Zehnkampf****MHK**

## 100 m-Weit-Kugel-Hoch-400 m-110m-Hürden-.Diskus-Stabhoch-Speer-1500 m

4739 Pkt.	Jung, Frank	68	21./22.09.96	Ahlen
	12,41/5,81/9,06/1,70/52,58/21,69/22,34/2,70/32,78/4:24,96			