

## Männer offen

### 100m Männer offen

10,51 (0,0)	Kirstges, Pascal	1997	LG Rhein-Wied	08.07.2023	Kassel
10,69 (+1,4)	Bilo, Pierre	2001	TuS Dierdorf 1893	28.07.2023	Weinheim
10,82 (+1,1)	Kolberg, Lennert	1998	LG Rhein-Wied	13.05.2023	Neuwied
10,83 (+0,4)	Raadts, Florian	2001	LG Rhein-Wied	28.06.2023	Bernkastel-Kues
10,92 (+0,4)	van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	18.06.2023	Köln
10,96 (+0,2)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	17.06.2023	Diez
11,08 (+0,5)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
11,10 (+0,8)	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
11,17 (-0,4)	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
11,24 (-0,6)	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
11,27 (+1,1)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
11,28 (-0,3)	Simons, Johann	2004	TG Konz	06.05.2023	Trier
11,32 (+1,5)	Hamisch, Albrecht	2006	TG Konz	24.06.2023	Ulm
11,36 (+1,4)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	06.05.2023	Trier
11,38 (+1,3)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
11,39 (+1,4)	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
11,42 (+1,4)	Kiala, Bemvindo	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.05.2023	Trier
11,44 (+0,7)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	13.08.2023	Kaiserslautern
11,53 (+1,6)	Mohamadi, Ali	2001	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
11,62 (+1,4)	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	01.07.2023	Konz

### 200m Männer offen

21,33 (+0,6)	Kirstges, Pascal	1997	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Kassel
21,97 (+0,8)	Kolberg, Lennert	1998	LG Rhein-Wied	13.05.2023	Neuwied
22,02 (+1,1)	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Wetzlar
22,18 (+0,3)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
22,28 (+0,8)	van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	13.05.2023	Neuwied
22,42 (+0,8)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	25.06.2023	Ulm
22,53 (+1,3)	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	29.04.2023	Bellingham, WA (USA)
22,58 (+0,8)	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
22,83 (+1,8)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
22,92 (+0,3)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
23,02 (+1,3)	Hamisch, Albrecht	2006	TG Konz	06.05.2023	Trier
23,12 (-0,8)	Bilo, Pierre	2001	TuS Dierdorf 1893	22.04.2023	Dierdorf
23,37 (-1,0)	Simons, Johann	2004	TG Konz	11.06.2023	Ingelheim
23,76 (+0,3)	Simon, Matthias	2003	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
23,81 (+0,5)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
23,89 (+0,3)	Studert, Alexander	2005	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
23,89 (+1,8)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
24,06 (+1,3)	Kiala, Bemvindo	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.05.2023	Trier
24,07 (+0,7)	Mohamadi, Ali	2001	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
24,31 (+1,7)	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	22.04.2023	Birkenfeld

400m				Männer offen	
48,69	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
49,88	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	11.06.2023	Ingelheim
50,32	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	21.07.2023	Rostock
50,75	van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Wetzlar
51,09	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
51,15	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
51,16	Keller, Jan	2003	TG Konz	06.05.2023	Trier
52,18	Fuchs, Constantin	2002	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
52,41	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	15.07.2023	Zweibrücken
52,63	Simon, Matthias	2003	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023	Ingelheim
53,48	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	17.05.2023	Koblenz
53,52	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	01.07.2023	Konz
53,70	Pluymackers, Robin	2004	LG Rhein-Wied	17.05.2023	Koblenz
53,83	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
53,83	Leidinger, Alexander	1994	Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
54,05	Weissenfels, Marek	2001	LG Rhein-Wied	27.05.2023	Siegburg
54,10	Boseck, Michael	2003	TuS Dierdorf 1893	11.06.2023	Ingelheim
54,39	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
54,77	Simon, Felix	2005	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023	Ingelheim
54,80	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)

800m				Männer offen	
1:49,53	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	10.06.2023	Loughborough (GBR)
1:55,62	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	21.06.2023	Pfungstadt
1:56,21	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	07.06.2023	Dortmund
1:56,39	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	07.06.2023	Dortmund
1:56,45	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
1:57,50	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	27.07.2023	Saarbrücken
1:58,00	Fuchs, Constantin	2002	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
1:58,90	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	27.07.2023	Saarbrücken
1:59,47	Pluymackers, Robin	2004	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
2:00,93	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
2:02,12	Hubertz, Hannes	2004	Post-Sportverein Trier	05.07.2023	Pfungstadt
2:03,59	Gerth, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
2:04,98	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	10.05.2023	Simmern
2:05,23	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
2:05,73	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
2:05,90	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	24.05.2023	Mayen
2:06,16	Walkenbach, Steffen	2007	LG Sieg	06.05.2023	Trier
2:07,25	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
2:07,46	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	05.07.2023	Pfungstadt
2:08,19	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz

1000m				Männer offen	
2:33,90	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	06.09.2023	Pfungstadt
2:45,77	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	26.08.2023	Urmitz
2:48,37	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
2:51,60	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	21.04.2023	Ochtendung
2:55,22	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
2:56,77	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2:56,81	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	13.07.2023	Saarbrücken
2:56,81	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	16.09.2023	La Wantzenau (FRA)
3:00,32	Yanchev, Matey	2007	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
3:03,83	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
3:06,10	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	26.08.2023	Urmitz
3:06,21	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	24.04.2023	Köln
3:07,06	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
3:07,2*	Glesius, Kilian	2004	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:08,27	Müller, Dirk	1968	LLG Hunsrück	14.10.2023	Aschaffenburg
3:08,6*	Jost, Leander	2007	TV 1848 Oberstein	25.09.2023	Dieburg
3:09,6*	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	25.09.2023	Dieburg
3:10,9*	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:14,82	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	26.08.2023	Urmitz
3:17,04	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	02.07.2023	Konz

1500m				Männer offen	
3:49,51	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	27.05.2023	Lede (BEL)
3:53,72	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	27.07.2023	Saarbrücken
3:58,14	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	05.08.2023	Leuven (BEL)
4:01,09	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	09.08.2023	Pfungstadt
4:03,52	Gerth, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:03,79	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:04,03	Pluymackers, Robin	2004	LG Rhein-Wied	07.06.2023	Dortmund
4:08,70	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:11,61	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:12,42	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:21,85	Bell, Lorenz	2000	LG Vulkaneifel	03.05.2023	Pfungstadt
4:21,85	Hubertz, Hannes	2004	Post-Sportverein Trier	20.05.2023	Karlsruhe
4:23,97	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	11.06.2023	Ingelheim
4:25,68	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:27,09	Spiestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
4:31,47	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	03.06.2023	Püttlingen
4:33,04	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
4:33,84	Koster, Andreas	1995	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:35,00	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
4:36,89	Ruth, Aaron	2007	VfR Baumholder	11.06.2023	Ingelheim

## 3000m Männer offen

8:23,95	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	01.05.2023	Herentals (BEL)
8:25,81	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
8:32,17	Gerth, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	22.07.2023	Rostock
8:37,80	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	22.07.2023	Rostock
8:54,05	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	07.06.2023	Dortmund
9:29,08	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	27.05.2023	Siegburg
9:29,16	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
9:31,94	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
9:32,16	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	24.08.2023	Bergisch Gladbach
9:32,98	Pluymackers, Robin	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
9:35,00	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.07.2023	Stuttgart
9:40,09	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
9:42,78	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
9:46,56	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
9:55,19	Koster, Andreas	1995	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
9:59,00	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	08.09.2023	Trier
10:03,82	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
10:05,54	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	18.06.2023	Aichach
10:06,81	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	08.09.2023	Trier
10:10,36	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	08.09.2023	Trier

## 5000m Männer offen

14:05,78	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	27.05.2023	Lede (BEL)
14:32,14	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	13.07.2023	Saarbrücken
14:44,33	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	20.05.2023	Karlsruhe
14:51,45	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	14.04.2023	Azusa, CA (USA)
15:25,53	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	17.05.2023	Koblenz
15:57,52	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.09.2023	Pfungstadt
15:59,18	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	17.05.2023	Koblenz
16:09,75	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	17.05.2023	Koblenz
16:16,78	Althoff, Benedikt	1996	LG Bernkastel/Wittlich	13.05.2023	Gerolstein
16:17,52	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	16.07.2023	Wittlich
16:29,35	Marondel, Fabian	1996	Silvesterlauf Trier	06.05.2023	Trier
16:42,46	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Hachenburg
16:54,97	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	06.05.2023	Trier
17:41,84	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	24.05.2023	Mayen
17:49,31	von Wirth, Dominik	1990	TG Konz	16.07.2023	Wittlich
18:14,01	Ferger, Maximilian	1993	WSG Bad Marienberg	16.09.2023	Hachenburg
18:14,88	Kalter, Niklas	1998	DJK Ochtendung	24.05.2023	Mayen
18:32,02	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	13.05.2023	Gerolstein
18:59,55	Saul, Marco	1982	LG Sieg	31.08.2023	Bergisch Gladbach
19:01,20	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	16.07.2023	Wittlich

## 10000m

Männer offen

30:42,49	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	08.09.2023	Trier
32:14,72	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	08.09.2023	Trier
32:45,12	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	08.09.2023	Trier
33:46,50	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	08.09.2023	Trier
33:50,72	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	21.04.2023	Ochtendung
37:42,93	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	21.04.2023	Ochtendung
37:52,31	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	21.04.2023	Ochtendung
38:50,69	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
38:58,75	Geimer, Christian	1992	LG Westerwald	21.04.2023	Ochtendung
40:19,95	Krämer, Dennis	1974	TV Weisel	21.04.2023	Ochtendung
40:27,79	Saul, Marco	1982	LG Sieg	07.09.2023	Bergisch Gladbach
40:51,17	Pulger, Stefan	1966	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
40:55,78	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
41:25,96	Jöxen, Willi	1959	LG Vulkaneifel	07.09.2023	Bergisch Gladbach
41:54,06	Diedershagen, Johannes	1990	LG Sieg	21.04.2023	Ochtendung
42:15,14	Szardien, Sebastian	1982	LG Lahn-Aar-Esterau	15.09.2023	Mengerskirchen
42:35,22	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	21.04.2023	Ochtendung
42:50,50	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	07.09.2023	Bergisch Gladbach
44:42,61	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	21.04.2023	Ochtendung
45:21,50	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	21.04.2023	Ochtendung

## 5km Straßenlauf

Männer offen

14:51	Meyrer, Devin	1997	LG Kreis Ahrweiler	15.10.2023	Detroit, MI (USA)
15:24	Spietersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	24.09.2023	Diez
15:34	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	05.03.2023	Leverkusen
15:34	Schweikert, Markus	1994	Silvesterlauf Trier	17.05.2023	Boppard
16:03	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	03.09.2023	Trier
16:13	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
16:14	Gerth, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	18.03.2023	Schweich
16:21	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	15.04.2023	Mainz
16:23	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	18.03.2023	Schweich
16:26	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	05.03.2023	Leverkusen
16:27	Rüdel, Lennart	1996	LLG Hunsrück	15.04.2023	Mainz
16:39	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	18.03.2023	Schweich
16:40	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	29.10.2023	Föhren
16:44	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
16:46	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
16:56	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	05.03.2023	Leverkusen
17:09	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
17:10	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
17:20	Ewen, Oliver	1983	Lauftreff Schweich	14.06.2023	Kastellaun
17:28	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	18.03.2023	Schweich

## 10km Straßenlauf

Männer offen

28:34	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	29.07.2023	Berlin
30:53	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	22.04.2023	Hermeskeil
31:02	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	29.07.2023	Berlin
31:08	Spiestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	15.10.2023	Berlin
31:13	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	28.01.2023	Kirchen
31:40	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Gillensfeld
32:04	Theis, Lucas	1993	Post-Sportverein Trier	12.11.2022	Langsur
32:34	Wolff, Markus	1984	Lauftreff Schweich	10.04.2023	Grevenmacher (LUX)
32:35	Gallo, Christoph	1989	LG Vulkaneifel	18.03.2023	Schweich
32:35	Theobald, Andreas	1993	Post-Sportverein Trier	23.09.2023	Pronsfeld
32:42	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	11.03.2023	Urmitz
32:54	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
32:58	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	11.11.2023	Langsur
33:04	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
33:05	Schmidt, Daniel	1986	Silvesterlauf Trier	02.04.2023	Brunssum (NED)
33:21	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	10.09.2023	Bad Liebenzell
33:25	Duppich, Yannik	1990	Silvesterlauf Trier	22.04.2023	Hermeskeil
33:31	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	22.01.2023	Köln
33:35	Pütz, Yannick	1997	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
33:40	Gerth, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	05.03.2023	Leverkusen

## Halbmarathon

Männer offen

1:01:44	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	02.04.2023	Berlin
1:07:40	Spiestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	01.10.2023	Köln
1:09:03	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	23.04.2023	Bonn
1:10:50	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	01.10.2023	Köln
1:11:10	Wolff, Markus	1984	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:12:32	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Köln
1:12:44	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	25.06.2023	Trier
1:13:57	Auer, Ruben	1993	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:14:06	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:14:25	Ebel, Alois	1993	HSC 1990 Gamlen	01.10.2023	Köln
1:14:43	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:14:57	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	29.10.2023	Föhren
1:15:19	Marbut, Robin	1991	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Köln
1:15:39	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:15:55	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:16:36	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	19.11.2022	Essen
1:17:45	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:20:33	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	23.04.2023	Bonn
1:25:25	Kreier, Siegmund	1976	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:25:32	Weber, Max	1984	Diezer TSK Oranien	15.10.2023	Offenbach

<b>Marathon</b>				<b>Männer offen</b>
2:08:28	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	24.09.2023 Berlin
2:32:59	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	29.10.2023 Frankfurt
2:36:22	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	01.10.2023 Almaty (KAZ)
2:37:15	Leins, Sebastian	1982	LG Sieg	01.10.2023 Köln
2:37:44	Wolff, Markus	1984	Lauftreff Schweich	23.04.2023 Bonn
2:38:14	Theis, Lucas	1993	Post-Sportverein Trier	24.09.2023 Berlin
2:38:50	Marbut, Robin	1991	Post-Sportverein Trier	29.10.2023 Frankfurt
2:42:14	Schenke, Leon	2000	LG Kreis Ahrweiler	29.10.2023 Frankfurt
2:43:02	Simon, David	1991	RSC Untermosel	24.09.2023 Berlin
2:47:33	Steffes, Christian	1993	DJK Ochendung	01.10.2023 Köln
2:49:31	Flesch, Johannes	1987	LG Bernkastel/Wittlich	24.09.2023 Berlin
2:49:47	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	24.09.2023 Berlin
2:51:27	Metzger, Rene	1985	LG Sieg	01.10.2023 Köln
2:56:32	Rausch, Alexander	1981	LG Laacher See	24.09.2023 Berlin
2:57:31	Olk, Lars	1985	LG Bernkastel/Wittlich	26.03.2023 Hannover
2:59:13	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	23.04.2023 Bonn
3:00:26	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	24.09.2023 Berlin
3:00:56	Nickchen, Daniel	1988	VfR Baumholder	23.04.2023 Hamburg
3:03:05	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	01.10.2023 Köln
3:06:25	Althoff, Benedikt	1996	LG Bernkastel/Wittlich	29.10.2023 Frankfurt

<b>100km Straßenlauf</b>				<b>Männer offen</b>
10:15:41	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	01.04.2023 Ubstadt-Weiher

<b>110m Hürden (1,067 m)</b>				<b>Männer offen</b>
14,41 (+0,1)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	08.07.2023 Kassel
14,67 (+0,1)	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	12.05.2023 Monmouth, OR (USA)
15,58 (-0,3)	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023 Konz
17,73 (+1,3)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023 Konz
19,96 (+2,8)	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023 Konz

<b>Keine Korrektur möglich</b>				
19,96 (+2,8)	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023 Konz

<b>400m Hürden (914 mm)</b>				<b>Männer offen</b>
55,18	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	24.03.2023 San Marcos, CA (USA)
58,56	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied
60,58	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023 Trier
60,71	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	20.09.2023 Heuchelheim
61,05	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023 Ingelheim
63,36	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023 Neuwied

<b>3000m Hindernis (914 mm)</b>				<b>Männer offen</b>
10:47,10	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	10.06.2023 Koblenz

## Hochsprung

Männer offen

2,01	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
1,98	Keser, Felix	2000	LG Westerwald	11.06.2023	Ingelheim
1,97	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
1,93	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
1,92	Hoffmann, Jason	2006	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Konz
1,86	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	24.06.2023	Ulm
1,81	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
1,79	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
1,77	Bures, Jonathan	2008	LG Bitburg-Prüm	14.05.2023	Neuwied
1,77	Geisbüsch, Felix	2001	LA TuS Mayen	01.07.2023	Konz
1,75	Fusenig, Nicolas	1999	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
1,75	Simon, Matthias	2003	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
1,73	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	14.05.2023	Neuwied
1,72	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
1,72	Weyer, Tyler	2007	LG Vulkaneifel	09.09.2023	Euskirchen
1,71	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
1,70	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
1,69	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	26.08.2023	Urmitz
1,68	Dötsch, Marius	2006	TV Kärlich 08	20.06.2023	Koblenz
1,64	Muffert, Kai	2004	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
1,64	Venz, Leander	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
1,64	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1,64	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	09.09.2023	Euskirchen
1,64	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf

## Stabhochsprung

Männer offen

5,00	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	23.07.2023	Bydgoszcz (POL)
4,06	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	03.09.2023	Bad Ems
3,80	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
3,70	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	28.10.2023	Kapstadt (RSA)
3,60	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	06.05.2023	Trier
3,50	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	15.07.2023	Zweibrücken
3,50	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
3,40	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	13.05.2023	Kreuztal
3,30	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
3,10	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
3,10	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
3,10	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
2,90	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
2,80	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
2,80	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
2,70	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
2,60	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2,46	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	03.09.2023	Bad Ems
2,40	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
2,20	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	10.09.2023	Euskirchen



## Weitsprung

Männer offen

7,35 (+0,4)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
6,85 (-0,8)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
6,84 (0,0)	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
6,74 (+0,3)	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
6,62 (+0,1)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	25.06.2023	Ulm
6,57 (+0,1)	Hoffmann, Jason	2006	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023	Koblenz
6,56 (+2,1)	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
6,28 (0,0)	Schmitt, Elias	2005	LG Sieg	17.09.2023	Brey
6,20 (0,0)	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	17.09.2023	Brey
6,07 (0,0)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,99 (-0,8)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
5,99 (0,0)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	17.09.2023	Brey
5,93 (+1,2)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,92 (-1,2)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	27.05.2023	Siegburg
5,92 (+0,1)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,90 (+1,9)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023	Ingelheim
5,84 (+0,7)	Muffert, Kai	2004	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
5,83 (+0,3)	Kaminski, Cedric	2004	LG Kreis Ahrweiler	23.06.2023	Remagen
5,78 (+0,9)	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	23.04.2023	Diez
5,75 (+1,0)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf

## Keine Korrektur möglich

6,56 (+2,1)	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
-------------	------------------------	------	---------------	------------	----------------

## Dreisprung

Männer offen

11,98 (0,0)	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied
11,14 (0,0)	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	17.09.2023	Brey
11,00 (+0,1)	Müller, Yanniss	2006	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
10,74 (-2,1)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
10,52 (0,0)	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier

## Kugelstoß (7,26 kg)

Männer offen

20,07	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	25.06.2023	Ulm
19,00	Schwöbel, Leon	1997	LG Rhein-Wied	11.06.2023	Ingelheim
14,42	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
14,09	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	01.08.2023	Eppstein
13,77	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Brey
13,49	Schneider, Martin	1993	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Trier
13,11	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	15.06.2023	Bengel
12,83	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	05.08.2023	Villmar
11,97	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
11,93	Kastner, Thomas	1987	TuS Duchroth	09.07.2023	Bad König
11,91	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	08.06.2023	Koblenz
11,84	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich
11,67	Sturm, Anton	1998	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
11,53	Quirnbach, Michael	1976	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
11,14	Sopp, Maximilian	1996	TV 1861 Bad Ems	17.06.2023	Diez
10,82	Hübner, Kai Sebastian	2002	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
10,76	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	22.04.2023	Werl
10,74	Hahn, Björn	1993	TV 1848 Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
10,67	Lieser, Jan Lucas	2002	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
10,63	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	21.05.2023	Holzappel

## Diskuswurf (2 kg)

Männer offen

45,84	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	25.06.2023	Ulm
45,17	Schwöbel, Leon	1997	LG Rhein-Wied	01.08.2023	Eppstein
45,01	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	01.08.2023	Eppstein
43,67	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
42,12	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	05.08.2023	Villmar
39,22	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	10.09.2023	Trier
35,42	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
34,56	Mürtz, Leon	2003	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
34,49	Hahn, Niklas	1998	TV 1848 Oberstein	10.09.2023	Trier
34,28	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	21.05.2023	Holzappel
33,56	Hübner, Kai Sebastian	2002	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
33,52	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
32,54	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
31,83	Schneider, Martin	1993	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich
31,23	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich
31,02	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
29,91	Sturm, Anton	1998	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
29,68	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
29,46	Sopp, Maximilian	1996	TV 1861 Bad Ems	17.06.2023	Diez
29,23	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich

## Hammerwurf (7,26 kg)

Männer offen

44,47	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	10.09.2023	Trier
42,46	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	02.04.2023	Mutterstadt
34,93	Mohr, Paul	1998	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
34,10	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	12.08.2023	Mönchengladbach
34,08	Schmittinger, Falk	2001	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
27,75	Thiele, Jochen	1983	TV Germania Trier	29.04.2023	Bengel
25,33	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	26.11.2022	Mutterstadt
20,88	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	04.06.2023	Haßloch

## Speerwurf (800 g)

Männer offen

62,00	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
53,61	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Pescara (ITA)
51,72	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
48,55	Sturm, Anton	1998	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
46,79	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
46,74	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	11.06.2023	Ingelheim
46,61	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
45,82	Willrich, Dominik	2002	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
43,79	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Bad Kreuznach
43,40	Mürtz, Leon	2003	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
43,16	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	24.06.2023	Köln
42,38	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	13.08.2023	Mönchengladbach
42,19	Fehlandt, Markus	1975	DJK Mudersbach	22.07.2023	Wetzlar
39,78	Schmitt, Elias	2005	LG Sieg	22.07.2023	Wetzlar
39,54	Schütz, Laurenz	1997	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
39,46	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier
38,98	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	11.06.2023	Ingelheim
38,08	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
35,61	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
35,29	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich

<b>Fünfkampf</b>		WEI - SPE (800 g) - 200 - DIS (2 kg) - 1K5		<b>Männer offen</b>	
3879	Kazmirek, Kai 7,35 (+0,4) - 62,00 - 22,18 (+0,3) - 43,67 - 4:51,74	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
3239	Reinhard, Hendrik 6,84 (0,0) - 41,12 - 22,11 (+0,3) - 28,99 - 4:38,85	1994	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2796	Wagner, Joshua 6,74 (+0,3) - 35,61 - 22,56 (+0,3) - 27,38 - 5:25,26	2000	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
2710	Shestopal, Serhii 5,84 (0,0) - 29,84 - 22,92 (+0,3) - 24,34 - 4:34,65	2004	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
2574	Lösch, Justin 5,37 (-0,1) - 43,72 - 25,55 (0,0) - 33,29 - 5:04,76	1996	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2490	Jacobi, Paul 6,04 (0,0) - 30,04 - 24,77 (0,0) - 22,00 - 4:43,37	2004	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2431	Mesloh, Lars 5,65 (0,0) - 44,66 - 27,90 (0,0) - 30,33 - 5:00,99	1996	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
2371	Fuchs, Maximilian 5,89 (+1,0) - 32,10 - 25,28 (+0,6) - 24,26 - 5:02,91	2000	LG Bernkastel/Wittlich	10.09.2023	Bad Ems
2224	Löffler, Nico 6,15 (0,0) - 38,08 - 24,44 (0,0) - 22,85 - 6:13,62	2005	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
2142	Reimert, Dustin 5,47 (+0,5) - 30,21 - 25,68 (+0,6) - 19,88 - 5:02,64	1996	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems

<b>Zehnkampf</b>		100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400    11H (1,067 m) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5		<b>Männer offen</b>	
8038	Kazmirek, Kai 11,08 (+0,5) - 7,02 (+1,8) - 14,42 - 1,97 - 48,69    14,58 (-0,8) - 42,92 - 5,00 - 60,92 - 4:39,34	1991	LG Rhein-Wied	22./23.07.2023	Bydgoszcz (POL)
6022	Reinhard, Hendrik 11,30 (-0,8) - 6,38 (+0,4) - 11,62 - 1,74 - 50,85    15,58 (-0,3) - 31,02 - 2,40 - 38,67 - 4:35,00	1994	LG Rhein-Wied	01./02.07.2023	Konz
4741	Mesloh, Lars 13,39 (-0,3) - 5,45 (+2,2) - 9,92 - 1,56 - 59,90    19,96 (+2,8) - 32,26 - 3,80 - 48,34 - 5:02,29	1996	TV 1861 Bad Ems	01./02.07.2023	Konz
4388	Fuchs, Maximilian 12,62 (+0,1) - 5,31 (+0,4) - 8,79 - 1,59 - 56,51    17,73 (+1,3) - 24,57 - 2,80 - 26,34 - 5:04,31	2000	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz
3412	Holstein, Timo 12,78 (-0,3) - 4,71 (-1,5) - 9,06 - 1,50 - 57,32    aufg. (0,0) - 25,16 - ogV. - 33,57 - 5:05,13	1985	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz

## Frauen offen

<b>100m</b>				<b>Frauen offen</b>	
11,55 (+1,7)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	25.06.2023	Rhede
11,97 (+1,4)	Brunnhübner, Lena	2001	LG Rhein-Wied	27.05.2023	Weinheim
12,01 (+1,4)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	22.07.2023	Rostock
12,13 (+1,5)	Roos, Jessica	1994	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
12,22 (+1,6)	Ehrhardt, Sina	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
12,39 (+0,4)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	08.07.2023	Mannheim
12,43 (+0,7)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	06.05.2023	Trier
12,44 (+1,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Wetzlar
12,59 (+0,6)	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
12,59 (-1,1)	Müller, Viktoria	1996	LG Rhein-Wied	11.06.2023	Ingelheim
12,69 (-1,1)	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	19.09.2023	Berlin
12,73 (+0,2)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	10.05.2023	Simmern
12,74 (+1,7)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
12,74 (+0,4)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
12,77 (+1,5)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
12,78 (+0,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
12,79 (+1,5)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Trier
12,82 (-1,1)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	12.09.2023	Rehlingen
12,85 (-0,5)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
12,86 (0,0)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz

200m				Frauen offen
23,68 (-0,3)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	25.06.2023 Rhede
24,90 (+0,8)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	25.06.2023 Ulm
24,94 (0,0)	Ehrhardt, Sina	2005	LG Rhein-Wied	18.06.2023 Aichach
25,12 (+0,9)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	23.07.2023 Rostock
25,28 (-0,2)	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	29.07.2023 Stuttgart
25,44 (+1,5)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	20.05.2023 Filderstadt
25,79 (0,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	18.06.2023 Köln
25,83 (+0,5)	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied
26,00 (+0,3)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	01.09.2023 Hannover
26,17 (-0,2)	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	11.06.2023 Ingelheim
26,21 (+0,5)	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	14.05.2023 Neuwied
26,43 (+0,5)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.05.2023 Filderstadt
26,69 (+0,2)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	14.05.2023 Neuwied
26,72 (0,0)	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	11.06.2023 Ingelheim
26,74 (+0,8)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz
26,79 (+0,5)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	13.08.2023 Mönchengladbach
26,87 (+0,5)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	06.05.2023 Trier
26,88 (+2,0)	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023 Jacksonville, FL (USA)
26,93 (+1,8)	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.06.2023 Diez
26,95 (+0,8)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	06.05.2023 Trier

400m				Frauen offen
54,77	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	29.07.2023 Stuttgart
56,44	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	14.05.2023 Neuwied
56,77	Ehrhardt, Sina	2005	LG Rhein-Wied	22.07.2023 Rostock
56,85	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	11.06.2023 Ingelheim
58,43	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	28.06.2023 Bernkastel-Kues
59,40	Schmitter, Verena	1999	Post-Sportverein Trier	27.07.2023 Saarbrücken
59,76	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023 Ingelheim
59,82	Fischbach, Irina	2004	LG Rhein-Wied	09.07.2023 Dierdorf
59,83	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2023 Koblenz
60,18	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	11.06.2023 Ingelheim
60,94	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
61,38	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	13.07.2023 Saarbrücken
61,67	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	10.06.2023 Koblenz
61,87	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	09.07.2023 Dierdorf
62,75	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	09.08.2023 Pfungstadt
63,15	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	27.07.2023 Saarbrücken
63,74	Simon, Ann-Sophie	2006	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023 Trier
63,83	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	17.06.2023 Diez
63,87	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	09.07.2023 Dierdorf
63,98	Hatzmann, Kira	2003	LG Westerwald	20.05.2023 Wetzlar

800m				Frauen offen	
1:59,69	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	21.06.2023	Pfungstadt
2:02,86	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	21.06.2023	Pfungstadt
2:03,70	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	21.06.2023	Pfungstadt
2:10,06	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Ciney (BEL)
2:13,38	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
2:15,76	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	29.07.2023	Stuttgart
2:16,40	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.07.2023	Stuttgart
2:20,49	Fischbach, Irina	2004	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
2:20,79	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	11.06.2023	Ingelheim
2:21,68	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	05.07.2023	Pfungstadt
2:22,15	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	08.12.2023	Dubai (UAE)
2:22,73	Stampfl, Hannah Juliana	2005	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
2:22,84	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	28.05.2023	Rehlingen
2:23,19	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	05.07.2023	Koblenz
2:23,44	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	03.09.2023	Hannover
2:23,72	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	12.05.2023	Denton, TX (USA)
2:24,61	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2023	Neuwied
2:24,69	Frieb-Preis, Madita	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	14.05.2023	Neuwied
2:25,04	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konuz
2:26,76	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	26.08.2023	Urmitz

1000m				Frauen offen	
2:37,85	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023	Pliezhausen
2:54,12	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	13.07.2023	Saarbrücken
3:01,50	Schlund, Charlotte	1994	Post-Sportverein Trier	13.07.2023	Saarbrücken
3:13,15	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.09.2023	Pfungstadt
3:13,44	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	26.08.2023	Urmitz
3:13,65	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	21.04.2023	Ochtendung
3:13,75	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	06.09.2023	Pfungstadt
3:15,24	Althaus, Sarah-Maria	1998	Diezer TSK Oranien	26.08.2023	Urmitz
3:15,50	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	13.07.2023	Saarbrücken
3:24,28	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	21.04.2023	Ochtendung
3:26,22	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)
3:33,2*	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:34,2*	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:35,13	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)
3:37,7*	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:38,8*	Fluck, Noelle	2004	Diezer TSK Oranien	25.09.2023	Dieburg
3:40,4*	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:40,9*	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:43,5*	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	25.09.2023	Dieburg
3:48,4*	Selbach, Hanna	2008	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg

1500m				Frauen offen	
4:14,86	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	28.05.2023	Rehlingen
4:29,94	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	21.06.2023	Pfungstadt
4:43,09	Stampfl, Hannah Juliana	2005	LG Rhein-Wied	21.07.2023	Rostock
4:56,79	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	09.08.2023	Pfungstadt
4:58,49	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	20.05.2023	Karlsruhe
5:04,29	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
5:10,64	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2023	Koblenz
5:35,28	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	12.08.2023	Mönchengladbach
5:36,60	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
5:48,20	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	22.04.2023	Wittlich
5:56,64	Althaus, Sarah-Maria	1998	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
6:20,40	Sprünker, Lisa	2006	Athletic-Team Wittlich	22.04.2023	Wittlich
6:30,29	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	16.07.2023	Wittlich
6:39,29	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	16.07.2023	Wittlich
6:55,43	Schröder, Tanja	1973	LAZ Birkenfeld	16.07.2023	Wittlich
7:22,64	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	12.08.2023	Mönchengladbach
8:01,17	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	16.07.2023	Wittlich

3000m				Frauen offen
9:12,76	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	03.06.2023 Regensburg
10:23,68	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	05.07.2023 Pfungstadt
10:26,20	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
10:35,06	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	20.07.2023 Saarbrücken
11:00,39	Pink, Judith	1999	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
11:06,87	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	30.09.2023 Viernheim
11:14,60	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	14.05.2023 Neuwied
11:16,84	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	10.05.2023 Simmern
11:20,45	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	26.08.2023 Urmitz
11:21,49	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	11.06.2023 Ingelheim
11:21,61	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023 Neuwied
11:35,59	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	23.04.2023 Konz
11:53,25	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	06.05.2023 Trier
11:58,20	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
12:03,05	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	28.06.2023 Bernkastel-Kues
12:03,70	Fuhs, Neele	2004	TuS Fortuna 1884 Saarburg	15.07.2023 Zweibrücken
12:07,29	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
12:11,64	Blöcher, Benita	2003	Diezer TSK Oranien	17.06.2023 Diez
12:11,81	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023 Neuwied
12:12,96	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	17.06.2023 Diez

5000m				Frauen offen
17:56,01	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	13.07.2023 Saarbrücken
19:13,44	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	06.05.2023 Trier
19:33,54	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	11.06.2023 Ingelheim
20:31,70	Fröhlig, Katharina	2001	LG Vulkaneifel	13.05.2023 Gerolstein
20:54,49	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	16.07.2023 Wittlich
21:17,86	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	16.09.2023 Hachenburg
21:19,46	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	06.05.2023 Trier
22:07,34	Endres, Carolin	1998	DJK Ochtendung	24.05.2023 Mayen
22:07,48	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.09.2023 Pfungstadt
23:21,57	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	16.07.2023 Wittlich
23:36,22	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	27.05.2023 Edenkoben
23:57,06	Schenke, Sabine	1968	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023 Wittlich
24:20,61	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	16.09.2023 Hachenburg
25:25,50	Schröder, Tanja	1973	LAZ Birkenfeld	16.07.2023 Wittlich
26:55,52	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	25.09.2023 Pescara (ITA)
28:26,64	Brenk, Marita	1955	LG Westerwald	16.09.2023 Hachenburg
28:39,20	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	25.09.2023 Pescara (ITA)

10000m				Frauen offen
40:52,07	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	15.09.2023 Mengerskirchen
56:34,32	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	21.04.2023 Ochtendung
57:14,82	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	21.04.2023 Ochtendung
58:47,23	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	24.09.2023 Pescara (ITA)

## 5km Straßenlauf

Frauen offen

15:48	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	31.12.2023	Trier
16:02	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	31.12.2023	Trier
17:30	Bermes, Chiara	1993	Lauftreff Schweich	31.12.2022	Trier
17:38	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	31.12.2022	Trier
17:59	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	31.12.2022	Trier
18:05	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	05.03.2023	Leverkusen
18:32	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	31.12.2023	Trier
18:35	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	16.12.2023	Abu Dhabi (UAE)
18:43	Bäcker, Lucie	2009	RSG Montabaur	13.05.2023	Bad Ems
18:47	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	17.09.2023	Trier
18:57	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier
18:57	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
18:58	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	31.12.2023	Trier
19:07	Pink, Judith	1999	Post-Sportverein Trier	31.12.2023	Trier
19:15	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	31.12.2022	Trier
19:24	Fröhlig, Katharina	2001	LG Vulkaneifel	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
19:25	Weber, Judith	1984	Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier
19:39	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	11.03.2023	Urmitz
19:41	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	31.12.2023	Trier
19:44	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	31.12.2022	Trier

## 10km Straßenlauf

Frauen offen

36:27	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	05.03.2023	Leverkusen
37:26	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	25.06.2023	Trier
37:35	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
37:35	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	22.10.2023	Ljubljana (SLO)
37:43	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
38:04	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
38:06	von Keutz, Pia	1992	Lauftreff Schweich	10.09.2023	Bad Liebenzell
38:08	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	15.04.2023	Mülheim/Mosel
39:35	Bermes, Chiara	1993	Lauftreff Schweich	10.09.2023	Bad Liebenzell
39:46	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	25.06.2023	Trier
40:07	Weber, Judith	1984	Post-Sportverein Trier	25.06.2023	Trier
40:37	Arent, Nicole	1980	BBC Koblenz-Horchheim	11.03.2023	Urmitz
41:01	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld
41:08	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	11.03.2023	Urmitz
41:22	Breuer, Gina	1992	TG Konz	11.11.2023	Langsur
41:50	Zeni, Christine	1991	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
42:09	Kühn, Anke	1982	HSC 1990 Gamlen	04.03.2023	Koblenz
42:16	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	11.03.2023	Urmitz
42:24	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld
42:34	Weidner, Nadine	1984	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld

## Halbmarathon

Frauen offen

1:18:40	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	01.10.2023	Köln
1:20:27	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	02.04.2023	Berlin
1:23:01	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:23:19	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	22.10.2023	Valencia (ESP)
1:24:03	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	25.06.2023	Trier
1:25:32	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:26:23	Theisen, Anna-Lena	1997	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Würzburg
1:29:29	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:31:52	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:33:28	Schönhofen, Isabel	1991	Lauftreff Schweich	29.10.2023	Föhren
1:33:38	Breuer, Gina	1992	TG Konz	19.03.2023	Saarbrücken
1:33:54	Fröhlich, Emily	2002	LG Lahn-Aar-Esterau	19.03.2023	Frankfurt
1:35:53	Leis, Katja	1976	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:36:03	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:36:13	Weidner, Nadine	1984	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:36:34	Wagner, Annika	2001	LG Idar-Oberstein	07.05.2023	Mainz
1:37:31	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:38:07	Fröhlig, Katharina	2001	LG Vulkaneifel	07.05.2023	Mainz
1:38:15	Kühn, Anke	1982	HSC 1990 Gamlen	11.06.2023	Duisburg
1:38:30	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	19.03.2023	Frankfurt

## Marathon

Frauen offen

2:50:22	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Köln
2:54:29	von Keutz, Pia	1992	Lauftreff Schweich	15.10.2023	Budapest (HUN)
2:59:11	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	23.04.2023	Hamburg
3:03:30	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	24.09.2023	Berlin
3:34:29	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	24.09.2023	Berlin
3:35:49	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	30.06.2023	Marburg
3:36:43	Kappel, Christina	1977	TuS Irmenach-Beuren 1913	23.04.2023	Bonn
3:40:55	Streit, Jutta	1972	Lauffreunde Naheland	29.10.2023	Frankfurt
3:43:58	Kath, Petra	1966	LG Kreis Ahrweiler	29.10.2023	Frankfurt
3:49:10	Wagner, Jennifer	1983	Diezer TSK Oranien	29.10.2023	Frankfurt
3:56:13	Cartier, Anne	1977	TG Konz	29.10.2023	Frankfurt
3:56:28	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	23.04.2023	Bonn
3:56:28	Heerkens, Maxi	1982	TV 1867 Bad Sobernheim	07.05.2023	Mainz
3:57:36	Schmidt, Antonia	1995	LAZ Birkenfeld	24.09.2023	Berlin
3:58:03	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	07.05.2023	Mainz
4:02:05	Schneider, Petra	1970	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023	Mainz
4:04:27	Frantzen, Nicole	1982	LG Laacher See	24.09.2023	Berlin
4:09:18	Drehmann, Sissy	1989	LG Westerwald	29.10.2023	Frankfurt
4:11:43	Dillenberger-Reifenrath, Judith	1982	TV Weisel	29.10.2023	Frankfurt
4:12:48	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	03.09.2023	Münster

## 100km Straßenlauf

Frauen offen

9:23:22	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	01.04.2023	Ubstadt-Weiher
9:42:34	Schübelin, Sabrina	1981	VfR Baumholder	01.04.2023	Ubstadt-Weiher

## 100m Hürden (838 mm)

Frauen offen

13,29 (+0,3)	Müller, Viktoria	1996	LG Rhein-Wied	08.07.2023	Kassel
14,91 (-0,2)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
14,91 (+0,9)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Aichach
15,05 (-0,7)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
15,30 (+2,3)	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023	Denton, TX (USA)
15,32 (+0,6)	Lorenz, Nina	2001	LG Rhein-Wied	25.06.2023	Ulm
15,64 (+1,8)	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
16,03 (+2,1)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
16,41 (+2,1)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	01.07.2023	Konz
16,91 (+2,1)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
16,98 (-1,5)	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
19,17 (+2,1)	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
19,61 (-0,2)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	01.07.2023	Konz



## 100m Hürden (838 mm)

Frauen offen

### Korrigierte Leistung

15,99 (+0,6)	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	24.03.2023	San Marcos, TX (USA)
17,83 (-1,0)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	15.07.2023	Zweibrücken

### Keine Korrektur möglich

16,03 (+2,1)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
16,91 (+2,1)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
19,17 (+2,1)	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz

## 400m Hürden (762 mm)

Frauen offen

61,66	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	22.07.2023	Rostock
64,24	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	22.04.2023	Houston, TX (USA)
64,25	Fischbach, Irina	2004	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
65,57	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	15.07.2023	Zweibrücken
65,78	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	14.05.2023	Neuwied
69,46	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
69,92	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	09.07.2023	Neckarsulm
70,35	Schulten, Jule	2004	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
79,15	Zavelberg, Isabella Maria	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023	Ingelheim

## 3000m Hindernis (762 mm)

Frauen offen

9:20,08	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	27.08.2023	Budapest (HUN)
---------	---------------	------	--------------------	------------	----------------

## 5000m Bahngehen

Frauen offen

30:13,45	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	24.06.2023	Bühlertal
----------	--------------	------	--------------------	------------	-----------

## 10km Gehen

Frauen offen

1:02:36	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	15.04.2023	Erfurt
---------	--------------	------	--------------------	------------	--------

## Hochsprung

Frauen offen

1,68	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	04.06.2023	Püttlingen
1,64	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	16.08.2023	Meckenheim
1,61	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
1,61	Zerwes, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
1,61	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023	Denton, TX (USA)
1,60	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	23.04.2023	Bingen
1,60	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	16.08.2023	Meckenheim
1,60	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	02.09.2023	Hannover
1,59	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
1,56	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	20.05.2023	Filderstadt
1,56	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	16.08.2023	Meckenheim
1,56	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
1,55	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
1,54	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
1,54	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
1,53	Müller, Paulina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
1,53	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
1,53	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023	Diez
1,53	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
1,53	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	13.08.2023	Mönchengladbach

## Stabhochsprung

Frauen offen

3,50	Schinke, Julia	2007	TuS 1908 Sohren	04.06.2023	Zweibrücken
3,13	Betzing, Hanna	2008	TuS 1908 Sohren	18.07.2023	Darmstadt
2,80	Zerwes, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
2,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
2,55	Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	12.05.2023	Bad Ems
2,50	Neuls, Lisa	2008	TuS 1908 Sohren	14.05.2023	Neuwied
2,50	Flach, Caroline	2006	TuS 1908 Sohren	15.07.2023	Zweibrücken
2,46	Mesloh, Nadja	1988	TV 1861 Bad Ems	03.09.2023	Bad Ems
2,40	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	29.08.2023	Zweibrücken

## Weitsprung

Frauen offen

5,87 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	18.06.2023	Aichach
5,78 (+0,9)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	02.07.2023	Konz
5,70 (+1,7)	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	24.03.2023	San Marcos, TX (USA)
5,36 (0,0)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
5,31 (-0,8)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	06.05.2023	Trier
5,31 (+0,5)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
5,29 (-0,1)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
5,28 (+0,2)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	17.09.2023	Brey
5,27 (-0,4)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	23.04.2023	Konz
5,27 (+1,2)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
5,25 (+1,0)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
5,23 (-1,0)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
5,20 (+0,7)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	17.06.2023	Diez
5,20 (+1,4)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,19 (0,0)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	29.04.2023	Friedberg/HE
5,17 (+1,0)	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	12.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
5,11 (+0,1)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	07.05.2023	Hachenburg
5,05 (+1,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	28.05.2023	Limburgerhof
5,03 (-1,2)	Hofmann, Chayenne	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	22.07.2023	Wetzlar
5,03 (+0,9)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz

## Dreisprung

Frauen offen

11,66 (0,0)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
10,86 (0,0)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
10,51 (0,0)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
9,89 (-2,0)	Fink, Zoe-May	2005	LG Idar-Oberstein	23.04.2023	Konz
9,85 (+0,3)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	17.09.2023	Brey
9,82 (-0,5)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	14.05.2023	Neuwied
9,72 (+0,2)	Schäfer, Helen	2007	LG Westerwald	17.09.2023	Brey
9,52 (0,0)	Tomulets, Diana	1977	MTV 1877 Bad Kreuznach	17.09.2023	Brey
9,45 (-1,3)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
9,42 (+1,4)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	22.09.2023	Ottweiler
9,35 (0,0)	Hofmann, Chayenne	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.05.2023	Trier
8,41 (-2,4)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	13.08.2023	Mönchengladbach

## Kugelstoß (4 kg)

Frauen offen

12,89	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	13.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
12,70	Mesloh, Nadja	1988	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
12,57	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	22.09.2023	Pescara (ITA)
11,66	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	06.05.2023	Trier
11,66	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	17.09.2023	Brey
11,46	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
11,06	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
10,94	Daum, Lena	1998	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
10,52	Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
10,22	Schiffmann, Sophie	2002	LG Westerwald	24.05.2023	Friedberg/HE
10,05	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
9,88	Denzin, Shana Lou	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2023	Neuwied
9,75	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	15.04.2023	Kingsville, TX (USA)
9,73	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	29.04.2023	St. Wendel
9,66	Elges, Laura	2000	LG Idar-Oberstein	11.06.2023	Ingelheim
9,54	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
9,52	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
9,50	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	25.09.2023	Dieburg
9,49	Jüngling, Jennifer	1989	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
9,38	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	13.08.2023	Mönchengladbach

## Diskuswurf (1 kg)

Frauen offen

53,49	Kaiser, Hanna	2002	TuS 1862 Kirn	01.08.2023	Eppstein
41,41	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	21.05.2023	Holzappel
37,92	Mesloh, Nadja	1988	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
37,69	Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
36,09	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	01.06.2023	Betzdorf
35,68	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	06.05.2023	Trier
33,90	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.05.2023	Trier
33,63	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	18.06.2023	Aichach
32,40	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
31,35	Daum, Lena	1998	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
31,07	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	09.09.2023	Bengel
30,59	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	30.09.2023	Idar-Oberstein
29,12	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,87	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,25	Denzin, Shana Lou	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2023	Neuwied
27,57	Krupp, Lisa	2005	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
26,60	Brunnhübner, Lena	2001	LG Rhein-Wied	01.08.2023	Eppstein
25,19	Jüngling, Jennifer	1989	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
25,14	Wetzel, Lina	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	17.06.2023	Diez
24,75	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied

## Hammerwurf (4 kg)

Frauen offen

42,33	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.04.2023	Bengel
36,37	Hübner, Marie	1999	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
31,98	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
28,69	Richter, Nicoll	1975	Post-Sportverein Trier	29.04.2023	Bengel
24,95	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	20.05.2023	Holzappel

## Speerwurf (600 g)

Frauen offen

42,88	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	12.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
40,44	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	21.09.2023	Pescara (ITA)
35,09	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	26.03.2023	Koblenz
35,06	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
33,73	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
33,16	Elges, Laura	2000	LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
32,87	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
32,76	Österreicher, Sarah	1989	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
31,90	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
31,36	Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
29,96	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
29,68	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	17.03.2023	San Antonio, TX (USA)
29,63	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	15.07.2023	Zweibrücken
28,50	Meindl, Laura	1983	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,00	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	15.07.2023	Zweibrücken
27,45	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
27,31	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	15.07.2023	Zweibrücken
26,93	Krupp, Lisa	2005	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
26,87	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	12.07.2023	Trebur
26,63	Busch, Daniela	1986	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel

## Fünfkampf

100 - HOC - KUG (4 kg) - WEI - 800

Frauen offen

2602	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
	13,44 (0,0) - 1,32 - 7,30 - 4,50 (-0,2) - 2:29,68				
2503	Hatzmann, Kira	2003	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
	14,04 (0,0) - 1,24 - 7,79 - 4,72 (-0,8) - 2:30,75				
2456	Daum, Lena	1998	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
	14,05 (0,0) - 1,32 - 9,99 - 4,48 (0,0) - 2:48,52				
2406	Blöcher, Chiara	2002	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
	14,30 (0,0) - 1,52 - 7,80 - 4,29 (0,0) - 2:52,10				
1871	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
	14,32 (0,0) - 1,20 - 9,11 - 3,96 (0,0) - 3:15,54				
1654	Hain, Sofie	1998	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
	15,40 (0,0) - 1,20 - 8,90 - 4,00 (-0,2) - 3:24,26				
1566	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
	15,61 (0,0) - 1,20 - 7,62 - 3,78 (+0,4) - 3:14,29				

## Siebenkampf

10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 || WEI - SPE (600 g) - 800

Frauen offen

4840	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11./12.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
	15,64 (+1,8) - 1,54 - 12,67 - 26,88 (+2,0)    5,17 (+1,0) - 42,88 - 2:32,80				
4680	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover
	15,48 (-1,1) - 1,56 - 10,49 - 26,00 (+0,3)    5,67 (0,0) - 33,94 - 2:41,85				
4633	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	11./12.05.2023	Denton, TX (USA)
	15,30 (+2,3) - 1,61 - 9,51 - 28,08 (+2,0)    5,61 (+1,2) - 28,90 - 2:23,72				
3925	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
	16,91 (+2,1) - 1,50 - 7,95 - 26,74 (+0,8)    5,13 (+0,6) - 24,07 - 2:37,04				
3922	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	01./02.07.2023	Konz
	15,45 (-0,2) - 1,44 - 9,34 - 27,88 (-0,8)    5,24 (+0,3) - 20,51 - 2:43,44				
3721	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	01./02.07.2023	Konz
	16,41 (+2,1) - 1,47 - 7,78 - 28,80 (+0,8)    5,12 (+1,3) - 26,18 - 2:44,88				
3681	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
	16,03 (+2,1) - 1,47 - 7,66 - 27,20 (-0,8)    4,71 (+2,2) - 15,63 - 2:35,94				
3180	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
	19,17 (+2,1) - 1,35 - 7,73 - 29,87 (+0,8)    4,17 (+0,4) - 27,45 - 2:29,69				

**Siebenkampf** 10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 || WEI - SPE (600 g) - 800 **Frauen offen**

2983 Heinemann, Lara 2004 LG Sieg 01./02.07.2023 Konz  
19,61 (-0,2) - 1,35 - 7,17 - 28,45 (-0,8) || 4,38 (+0,5) - 23,07 - 2:46,41

## Männer

**100m** **Männer**

10,51 (0,0)	Kirstges, Pascal	1997 LG Rhein-Wied	08.07.2023	Kassel
10,69 (+1,4)	Bilo, Pierre	2001 TuS Dierdorf 1893	28.07.2023	Weinheim
10,82 (+1,1)	Kolberg, Lennert	1998 LG Rhein-Wied	13.05.2023	Neuwied
10,83 (+0,4)	Raadts, Florian	2001 LG Rhein-Wied	28.06.2023	Bernkastel-Kues
10,92 (+0,4)	van Wees, Reiko	2000 LG Rhein-Wied	18.06.2023	Köln
10,96 (+0,2)	Pees, Michael	1996 LG Sieg	17.06.2023	Diez
11,10 (+0,8)	Wagner, Joshua	2000 LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
11,24 (-0,6)	Reinhard, Hendrik	1994 LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
11,53 (+1,6)	Mohamadi, Ali	2001 Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
11,63 (0,0)	Born, Marc	2003 Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken

**200m** **Männer**

21,33 (+0,6)	Kirstges, Pascal	1997 LG Rhein-Wied	09.07.2023	Kassel
21,97 (+0,8)	Kolberg, Lennert	1998 LG Rhein-Wied	13.05.2023	Neuwied
22,02 (+1,1)	Reinhard, Hendrik	1994 LG Rhein-Wied	22.07.2023	Wetzlar
22,28 (+0,8)	van Wees, Reiko	2000 LG Rhein-Wied	13.05.2023	Neuwied
22,42 (+0,8)	Pees, Michael	1996 LG Sieg	25.06.2023	Ulm
22,53 (+1,3)	Wagner, Joshua	2000 LG Westerwald	29.04.2023	Bellingham, WA (USA)
23,12 (-0,8)	Bilo, Pierre	2001 TuS Dierdorf 1893	22.04.2023	Dierdorf
23,76 (+0,3)	Simon, Matthias	2003 LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
24,07 (+0,7)	Mohamadi, Ali	2001 Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
24,31 (+1,7)	Düren, Lennox	2001 TuS 1862 Kirn	22.04.2023	Birkenfeld

**400m** **Männer**

49,88	Reinhard, Hendrik	1994 LG Rhein-Wied	11.06.2023	Ingelheim
50,75	van Wees, Reiko	2000 LG Rhein-Wied	22.07.2023	Wetzlar
51,16	Keller, Jan	2003 TG Konz	06.05.2023	Trier
52,18	Fuchs, Constantin	2002 Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
52,63	Simon, Matthias	2003 LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023	Ingelheim
53,83	Leidinger, Alexander	1994 Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
54,05	Weissenfels, Marek	2001 LG Rhein-Wied	27.05.2023	Siegburg
54,10	Boseck, Michael	2003 TuS Dierdorf 1893	11.06.2023	Ingelheim
54,39	Nitsch, Philipp	2003 Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
55,05	Geisbüsch, Felix	2001 LA TuS Mayen	01.07.2023	Konz

**800m** **Männer**

1:49,53	Anthony, Sebastian	1997 Silvesterlauf Trier	10.06.2023	Loughborough (GBR)
1:55,62	Wöll, Finn	2003 TuS Katzenelnb.-Klingelb.	21.06.2023	Pfungstadt
1:56,21	Nitsch, Philipp	2003 Post-Sportverein Trier	07.06.2023	Dortmund
1:56,45	Gindorf, Damian	1994 Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
1:57,50	Dern, Benjamin	2003 Silvesterlauf Trier	27.07.2023	Saarbrücken
1:58,00	Fuchs, Constantin	2002 Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
1:58,90	Erz, Yannik	1995 LG Bernkastel/Wittlich	27.07.2023	Saarbrücken
2:05,90	van Beek, Jannik	1997 DJK Ochtendung	24.05.2023	Mayen
2:07,46	Waldstädt, Tim	1998 LG Rhein-Wied	05.07.2023	Pfungstadt
2:09,15	Simon, Matthias	2003 LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier

<b>1000m</b>					<b>Männer</b>
2:33,90	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	06.09.2023	Pfungstadt
2:45,77	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	26.08.2023	Urmitz

  

<b>1500m</b>					<b>Männer</b>
3:49,51	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	27.05.2023	Lede (BEL)
3:53,72	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	27.07.2023	Saarbrücken
3:58,14	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	05.08.2023	Leuven (BEL)
4:01,09	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	09.08.2023	Pfungstadt
4:03,79	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:12,42	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:21,85	Bell, Lorenz	2000	LG Vulkaneifel	03.05.2023	Pfungstadt
4:23,97	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	11.06.2023	Ingelheim
4:27,09	Spiestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
4:33,84	Koster, Andreas	1995	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier

  

<b>3000m</b>					<b>Männer</b>
8:23,95	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	01.05.2023	Herentals (BEL)
8:25,81	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
9:29,08	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	27.05.2023	Siegburg
9:31,94	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
9:40,09	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
9:55,19	Koster, Andreas	1995	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
9:59,00	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	08.09.2023	Trier

  

<b>5000m</b>					<b>Männer</b>
14:05,78	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	27.05.2023	Lede (BEL)
14:32,14	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	13.07.2023	Saarbrücken
14:44,33	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	20.05.2023	Karlsruhe
14:51,45	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	14.04.2023	Azusa, CA (USA)
15:25,53	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	17.05.2023	Koblenz
15:57,52	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.09.2023	Pfungstadt
15:59,18	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	17.05.2023	Koblenz
16:09,75	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	17.05.2023	Koblenz
16:16,78	Althoff, Benedikt	1996	LG Bernkastel/Wittlich	13.05.2023	Gerolstein
16:29,35	Marondel, Fabian	1996	Silvesterlauf Trier	06.05.2023	Trier

  

<b>10000m</b>					<b>Männer</b>
30:42,49	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	08.09.2023	Trier
32:14,72	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	08.09.2023	Trier
32:45,12	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	08.09.2023	Trier
33:50,72	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	21.04.2023	Ochtendung
37:42,93	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	21.04.2023	Ochtendung

  

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Männer</b>
14:51	Meyrer, Devin	1997	LG Kreis Ahrweiler	15.10.2023	Detroit, MI (USA)
15:24	Spiestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	24.09.2023	Diez
15:34	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	05.03.2023	Leverkusen
15:34	Schweikert, Markus	1994	Silvesterlauf Trier	17.05.2023	Boppard
16:21	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	15.04.2023	Mainz
16:27	Rüdel, Lennart	1996	LLG Hunsrück	15.04.2023	Mainz
16:39	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	18.03.2023	Schweich
16:44	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
17:37	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
17:41	Koster, Andreas	1995	Post-Sportverein Trier	10.04.2023	Grevenmacher (LUX)

## 5km-Mannschaft

Männer

51:40	Post-Sportverein Trier Wirtz, Abraham (2000) - 16:44; Gindorf, Damian (1994) - 17:12; Chigine, Christophe (1987) - 17:44	29.10.2023	Föhren
53:23	LG Rhein-Wied Lembach, Phil (1996) - 17:38; Henne, Sebastian (2009) - 17:44; Gilberg, Thomas (1969) - 18:01	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
55:07	LG Rhein-Wied Neumann, Denni (2005) - 16:40; Neumann, Ingo (1971) - 18:37; Klein, Uwe (1972) - 19:50	29.10.2023	Föhren
55:55	LLG Hunsrück Rüdel, Lennart (1996) - 16:39; Mallmann, Dieter (1961) - 19:31; Müller, Felix (2008) - 19:45	17.05.2023	Boppard
57:23	LG Meulenwald Föhren Müller, Martin (1990) - 17:00; Nolles, Alwin (1963) - 19:16; Schiltz, Gilbert (1958) - 21:07	29.10.2023	Föhren
1:00:46	LG Bernkastel/Wittlich Olk, Lars (1985) - 18:52; Simon, Matthias (2003) - 19:08; Frank, Hans-Leo (1964) - 22:46	29.10.2023	Föhren
1:04:53	DJK Ochtendung Schümmer, Horst (1958) - 20:45; Eich, Rainer (1956) - 21:35; Dietrich, Rolf (1958) - 22:33	29.10.2023	Föhren
1:05:27	LG Sieg Stock, Lennart (2010) - 21:41; Stock, Jochen (1971) - 21:53; Lichte, Hans-Jürgen (1954) - 21:53	08.10.2023	Herdorf
1:09:20	Lauffreunde Naheland Schmidt, Felix (1982) - 21:00; Kellermann, Ernst (1957) - 23:51; Erbert, Michael (1958) - 24:29	17.05.2023	Boppard
1:13:54	LAZ Birkenfeld Franke, Marten (2006) - 18:53; Jonas, Wolfgang (1964) - 21:34; Schinnerer, Alfred (1939) - 33:27	29.10.2023	Föhren

## 10km Straßenlauf

Männer

28:34	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	29.07.2023	Berlin
30:53	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	22.04.2023	Hermeskeil
31:02	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	29.07.2023	Berlin
31:08	Spriestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	15.10.2023	Berlin
31:13	Teame, Ahferom	1999	LG Sieg	28.01.2023	Kirchen
31:40	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Gillendorf
32:04	Theis, Lucas	1993	Post-Sportverein Trier	12.11.2022	Langsur
32:58	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	11.11.2023	Langsur
33:35	Pütz, Yannick	1997	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
33:50	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	08.04.2023	Paderborn

## 10km-Mannschaft

Männer

1:34:30	Silvesterlauf Trier Fitwi Sibhatu, Samuel (1996) - 28:34; Reuter, Tom (1999) - 31:02; Marondel, Fabian (1996) - 34:54	29.07.2023	Berlin
1:39:33	LG Rhein-Wied Rupprecht, Sebastian (1990) - 32:54; Marx, Stefan (1982) - 33:04; Pütz, Yannick (1997) - 33:35	11.03.2023	Urmitz
1:43:04	LG Rhein-Wied Waldstädt, Tim (1998) - 33:59; Lembach, Phil (1996) - 34:25; Becker, Benjamin (1985) - 34:40	11.03.2023	Urmitz
1:45:06	Post-Sportverein Trier Quint, Simon (2004) - 33:23; Theis, Lucas (1993) - 33:43; Adam, Philipp (2005) - 38:00	10.09.2023	Bad Liebenzell

## 10km-Mannschaft

Männer

1:49:35	<b>LG Rhein-Wied</b> Auer, Ruben (1993) - 34:52; Neumann, Denni (2005) - 36:02; Kreier, Siegmund (1976) - 38:41	11.03.2023	Urmitz
1:53:25	<b>LG Meulenwald Föhren</b> Müller, Martin (1990) - 32:42; Nolles, Alwin (1963) - 37:52; Schiltz, Gilbert (1958) - 42:51	11.03.2023	Urmitz
1:54:06	<b>Laufftreff Schweich</b> Wilhelms, André (1990) - 35:20; Hofer, Christian (1982) - 38:58; Engel, Dirk (1970) - 39:48	05.03.2023	Leverkusen
1:54:48	<b>LG Sieg</b> Teame, Ahferom (1999) - 31:56; Metzger, Rene (1985) - 35:41; Zab, Gunnar (1970) - 47:11	11.03.2023	Urmitz
1:55:06	<b>TG Konz</b> von Wirth, Dominik (1990) - 36:45; Haumann, Hendrik (1980) - 38:14; Schumacher, Jens (1969) - 40:07	23.09.2023	Pronsfeld
1:55:54	<b>LG Laacher See</b> Rausch, Alexander (1981) - 37:39; Hermes, Marc (1997) - 38:47; Krämer, Michael (1971) - 39:28	11.03.2023	Urmitz



## 10km-Mannschaft

Männer

### Halbmarathon

Männer

1:01:44	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	02.04.2023	Berlin
1:07:40	Spiestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	01.10.2023	Köln
1:09:03	Erz, Yannik	1995	LG Bernkastel/Wittlich	23.04.2023	Bonn
1:14:57	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	29.10.2023	Föhren
1:16:36	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	19.11.2022	Essen
1:28:20	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	29.10.2023	Föhren
1:29:32	Kalter, Niklas	1998	DJK Ochtendung	23.04.2023	Bonn
1:33:41	Rahimi, Raheb	1998	LG Laacher See	29.10.2023	Föhren
1:38:53	Stein, Karl Philipp	2000	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Köln
1:40:53	Hänsel, Tim	1998	TuS Niederneisen	19.03.2023	Frankfurt

### Halbmarathon-Mannschaft

Männer

3:42:46	LG Rhein-Wied Auer, Ruben (1993) - 1:13:57; Rupprecht, Sebastian (1990) - 1:14:06; Marx, Stefan (1982) - 1:14:43	23.04.2023	Bonn
3:54:46	Laufftreff Schweich Wolff, Markus (1984) - 1:11:10; Adams, Matthias (1990) - 1:15:39; Engel, Dirk (1970) - 1:27:57	26.03.2023	Freiburg
3:59:05	LG Rhein-Wied Becker, Benjamin (1985) - 1:15:55; Neumann, Denni (2005) - 1:17:45; Kreier, Siegmund (1976) - 1:25:25	23.04.2023	Bonn
4:39:25	Laufftreff Schweich Olk, Winfried (1966) - 1:28:40; Hofer, Christian (1982) - 1:29:53; Kremer, Ferdinand (1950) - 1:40:52	26.03.2023	Freiburg
4:54:16	Lauffreunde Naheland Wachner, Nils (1991) - 1:28:15; Krist, Thorsten (1974) - 1:42:15; Kramarz, Andreas (1975) - 1:43:46	29.10.2023	Föhren
4:57:14	SC Concordia Saffig Röttgen, Christian (1985) - 1:29:16; Moser, Christian (1979) - 1:43:59; Zäck, Daniel (1988) - 1:43:59	29.10.2023	Föhren
5:03:41	HSC 1990 Gamlen Herrmann, Heiko (1993) - 1:36:07; Krämer, Dietmar (1979) - 1:40:44; Baumgart, Ivo (1970) - 1:46:50	29.10.2023	Föhren
5:04:57	LAZ Birkenfeld Paulus, Walter (1961) - 1:40:03; Jonas, Wolfgang (1964) - 1:40:50; Weber, Dennis (1994) - 1:44:04	01.10.2023	Köln
5:21:25	Spiridon Hochwald Mannerhans, Daniel (1971) - 1:32:48; Witt, Rainer (1976) - 1:53:22; Thome, Norbert (1965) - 1:55:15	26.03.2023	Freiburg
6:10:57	Lauffreunde Naheland Nicola, Markus (1975) - 1:57:37; Erbert, Michael (1958) - 1:59:25; Müller, Peter (1953) - 2:13:55	29.10.2023	Föhren

### Marathon

Männer

2:08:28	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	24.09.2023	Berlin
2:36:22	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	01.10.2023	Almaty (KAZ)
2:42:14	Schenke, Leon	2000	LG Kreis Ahrweiler	29.10.2023	Frankfurt
2:59:13	Lembach, Phil	1996	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
3:06:25	Althoff, Benedikt	1996	LG Bernkastel/Wittlich	29.10.2023	Frankfurt
3:36:45	Kölbach, Julius	2004	LG Sieg	01.10.2023	Köln

### Marathon-Mannschaft

Männer

9:05:27	LG Sieg Leins, Sebastian (1982) - 2:37:15; Metzger, Rene (1985) - 2:51:27; Kölbach, Julius (2004) - 3:36:45	01.10.2023	Köln
---------	--	------------	------

### 110m Hürden (1,067 m)

Männer

14,67 (+0,1)	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	12.05.2023	Monmouth, OR (USA)
15,58 (-0,3)	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
17,73 (+1,3)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz

<b>400m Hürden (914 mm)</b>					<b>Männer</b>
55,18	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	24.03.2023	San Marcos, CA (USA)
61,05	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023	Ingelheim
<b>3000m Hindernis (914 mm)</b>					<b>Männer</b>
10:47,10	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	10.06.2023	Koblenz
<b>4x100m</b>					<b>Männer</b>
40,59	LG Rhein-Wied Kolberg, Lennert (1998); van Wees, Reiko (2000); Kirstges, Pascal (1997); Raadts, Florian (2001);			09.07.2023	Kassel
44,84	LG Bernkastel/Wittlich Studert, Alexander (2005); Simon, Matthias (2003); Hoffmann, Jason (2006); Schnitzius, Jonas (2006);			28.06.2023	Bernkastel-Kues
51,37	LG Bitburg-Prüm Bast, Fabian (1998); Müller, Markus (1999); Dahm, Johannes (1999); Reichert, Andreas (1991);			28.06.2023	Bernkastel-Kues
52,00	StG Burgbrohl/C./N. Bläser, Manuel (1977); Rübenach, Peter (1968); Doetsch, Jens (1978); Weber, Frank (1971);			13.08.2023	Mönchengladbach
<b>4x400m</b>					<b>Männer</b>
4:17,79	LLG Hunsrück Brausch, Marco (1976); Rötsch, Christian (1978); Müller, Dirk (1968); Bernd, Volker (1974);			29.04.2023	Bietigheim
<b>3x1000m</b>					<b>Männer</b>
7:58,39	Post-Sportverein Trier Fuchs, Constantin (2002); Nitsch, Philipp (2003); Rinnenburger, Jan (2004);			29.04.2023	Bietigheim
8:08,71	LG Rhein-Wied Waldstädt, Tim (1998); Lembach, Phil (1996); Pütz, Yannick (1997);			16.04.2023	Bad Ems
8:32,36	Post-Sportverein Trier Koster, Andreas (1995); Wirtz, Abraham (2000); Hering, Jakob (2000);			16.04.2023	Bad Ems
9:24,00	StG Diez/Lehmen/Ochtendung Kundke, Sven (1982); Spriestersbach, Marek (1995); Potratz, Jan (1996);			18.06.2023	Diez
<b>Hochsprung</b>					<b>Männer</b>
1,98	Keser, Felix	2000	LG Westerwald	11.06.2023	Ingelheim
1,79	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
1,77	Geisbüsch, Felix	2001	LA TuS Mayen	01.07.2023	Konz
1,75	Fusenig, Nicolas	1999	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
1,75	Simon, Matthias	2003	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
1,59	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
1,56	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	01.07.2023	Konz
<b>Stabhochsprung</b>					<b>Männer</b>
3,80	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
3,10	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
2,80	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
2,40	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz

<b>Weitsprung</b>					<b>Männer</b>	
6,84	(0,0)	Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
6,74	(+0,3)	Wagner, Joshua	2000	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
5,90	(+1,9)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023	Ingelheim
5,65	(0,0)	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
5,57	(+0,8)	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
5,51	(+0,8)	Geisbüsch, Felix	2001	LA TuS Mayen	01.07.2023	Konz
5,47	(+0,5)	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
5,42	(-1,0)	Sopp, Maximilian	1996	TV 1861 Bad Ems	17.06.2023	Diez
5,37	(-0,1)	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
5,17	(+0,7)	Schütz, Laurenz	1997	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems

<b>Dreisprung</b>					<b>Männer</b>	
10,52	(0,0)	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier

<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>					<b>Männer</b>	
20,07		Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	25.06.2023	Ulm
19,00		Schwöbel, Leon	1997	LG Rhein-Wied	11.06.2023	Ingelheim
13,77		Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Brey
12,83		Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	05.08.2023	Villmar
11,97		Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
11,91		Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	08.06.2023	Koblenz
11,67		Sturm, Anton	1998	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
11,14		Sopp, Maximilian	1996	TV 1861 Bad Ems	17.06.2023	Diez
10,82		Hübner, Kai Sebastian	2002	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
10,76		Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	22.04.2023	Werl

<b>Diskuswurf (2 kg)</b>					<b>Männer</b>	
45,84		Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	25.06.2023	Ulm
45,17		Schwöbel, Leon	1997	LG Rhein-Wied	01.08.2023	Eppstein
42,12		Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	05.08.2023	Villmar
35,42		Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
34,56		Mürtz, Leon	2003	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
34,49		Hahn, Niklas	1998	TV 1848 Oberstein	10.09.2023	Trier
34,28		Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	21.05.2023	Holzappel
33,56		Hübner, Kai Sebastian	2002	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
32,54		Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
31,02		Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz

<b>Hammerwurf (7,26 kg)</b>					<b>Männer</b>	
42,46		Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	02.04.2023	Mutterstadt
34,93		Mohr, Paul	1998	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
34,08		Schmittinger, Falk	2001	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel

<b>Speerwurf (800 g)</b>					<b>Männer</b>	
51,72		Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
48,55		Sturm, Anton	1998	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
46,79		Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
46,61		Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
45,82		Willrich, Dominik	2002	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
43,79		Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Bad Kreuznach
43,40		Mürtz, Leon	2003	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
43,16		Reinhard, Hendrik	1994	LG Rhein-Wied	24.06.2023	Köln
39,54		Schütz, Laurenz	1997	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
39,46		Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier

<b>Fünfkampf</b>		WEI - SPE (800 g) - 200 - DIS (2 kg) - 1K5		<b>Männer</b>	
3239	Reinhard, Hendrik 6,84 (0,0) - 41,12 - 22,11 (+0,3) - 28,99 - 4:38,85	1994	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2796	Wagner, Joshua 6,74 (+0,3) - 35,61 - 22,56 (+0,3) - 27,38 - 5:25,26	2000	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
2710	Shestopal, Serhii 5,84 (0,0) - 29,84 - 22,92 (+0,3) - 24,34 - 4:34,65	2004	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
2574	Lösch, Justin 5,37 (-0,1) - 43,72 - 25,55 (0,0) - 33,29 - 5:04,76	1996	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2490	Jacobi, Paul 6,04 (0,0) - 30,04 - 24,77 (0,0) - 22,00 - 4:43,37	2004	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2431	Mesloh, Lars 5,65 (0,0) - 44,66 - 27,90 (0,0) - 30,33 - 5:00,99	1996	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
2371	Fuchs, Maximilian 5,89 (+1,0) - 32,10 - 25,28 (+0,6) - 24,26 - 5:02,91	2000	LG Bernkastel/Wittlich	10.09.2023	Bad Ems
2224	Löffler, Nico 6,15 (0,0) - 38,08 - 24,44 (0,0) - 22,85 - 6:13,62	2005	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
2142	Reimert, Dustin 5,47 (+0,5) - 30,21 - 25,68 (+0,6) - 19,88 - 5:02,64	1996	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
2051	Schütz, Laurenz 5,17 (+0,7) - 39,54 - 27,75 (+0,8) - 27,65 - 5:32,15	1997	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems

<b>Fünfkampf-Mannschaft</b>				<b>Männer</b>	
9692	LG Rhein-Wied Kazmirek, Kai (1991) - 3879; Reinhard, Hendrik (1994) - 3239; Lösch, Justin (1996) - 2574			10.09.2023	Bad Ems
7365	TV 1861 Bad Ems Shestopal, Serhii (2004) - 2710; Mesloh, Lars (1996) - 2431; Löffler, Nico (2005) - 2224			10.09.2023	Bad Ems
6360	LG Rhein-Wied Jacobi, Paul (2004) - 2490; Reimert, Dustin (1996) - 2142; Becker, Manuel (1991) - 1728			10.09.2023	Bad Ems
4027	SpVgg. 04/13 Burgbrohl Bläser, Manuel (1977) - 1887; Rübenach, Peter (1968) - 1537; Gottwald, Christian (1976) - 603			30.09.2023	Nieder-Olm

<b>Zehnkampf</b>		100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400    11H (1,067 m) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5		<b>Männer</b>	
6022	Reinhard, Hendrik 11,30 (-0,8) - 6,38 (+0,4) - 11,62 - 1,74 - 50,85    15,58 (-0,3) - 31,02 - 2,40 - 38,67 - 4:35,00	1994	LG Rhein-Wied	01./02.07.2023	Konz
4741	Mesloh, Lars 13,39 (-0,3) - 5,45 (+2,2) - 9,92 - 1,56 - 59,90    19,96 (+2,8) - 32,26 - 3,80 - 48,34 - 5:02,29	1996	TV 1861 Bad Ems	01./02.07.2023	Konz
4388	Fuchs, Maximilian 12,62 (+0,1) - 5,31 (+0,4) - 8,79 - 1,59 - 56,51    17,73 (+1,3) - 24,57 - 2,80 - 26,34 - 5:04,31	2000	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz

## Frauen

<b>100m</b>				<b>Frauen</b>	
11,55 (+1,7)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	25.06.2023	Rhede
11,97 (+1,4)	Brunnhübner, Lena	2001	LG Rhein-Wied	27.05.2023	Weinheim
12,13 (+1,5)	Roos, Jessica	1994	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
12,44 (+1,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Wetzlar
12,59 (-1,1)	Müller, Viktoria	1996	LG Rhein-Wied	11.06.2023	Ingelheim
12,77 (+1,5)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
12,82 (-1,1)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	12.09.2023	Rehlingen
12,91 (+0,6)	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
13,04 (-0,1)	Georg, Luisa	2000	LAZ Birkenfeld	20.07.2023	Saarbrücken
13,19 (+1,5)	Brächer, Elena	1994	LG Bitburg-Prüm	06.05.2023	Trier

200m				Frauen
23,68 (-0,3)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	25.06.2023 Rhede
25,28 (-0,2)	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	29.07.2023 Stuttgart
25,79 (0,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	18.06.2023 Köln
26,17 (-0,2)	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	11.06.2023 Ingelheim
26,72 (0,0)	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	11.06.2023 Ingelheim
26,74 (+0,8)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz
26,88 (+2,0)	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023 Jacksonville, FL (USA)
27,04 (0,0)	Georg, Luisa	2000	LAZ Birkenfeld	20.07.2023 Saarbrücken
27,14 (+0,7)	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	06.05.2023 Trier
27,20 (-0,8)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz

400m				Frauen
54,77	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	29.07.2023 Stuttgart
56,85	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	11.06.2023 Ingelheim
59,40	Schmitter, Verena	1999	Post-Sportverein Trier	27.07.2023 Saarbrücken
59,76	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023 Ingelheim
60,18	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	11.06.2023 Ingelheim
60,94	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
61,87	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	09.07.2023 Dierdorf
63,98	Hatzmann, Kira	2003	LG Westerwald	20.05.2023 Wetzlar
64,11	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	27.07.2023 Saarbrücken
64,94	Georg, Luisa	2000	LAZ Birkenfeld	13.07.2023 Saarbrücken

800m				Frauen
1:59,69	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	21.06.2023 Pfungstadt
2:02,86	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	21.06.2023 Pfungstadt
2:03,70	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	21.06.2023 Pfungstadt
2:10,06	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Ciney (BEL)
2:13,38	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	11.06.2023 Ingelheim
2:23,72	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	12.05.2023 Denton, TX (USA)
2:29,56	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	20.07.2023 Saarbrücken
2:29,68	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023 Bad Ems
2:30,75	Hatzmann, Kira	2003	LG Westerwald	10.09.2023 Bad Ems
2:32,37	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	08.04.2023 Oxford, MS (USA)

1000m				Frauen
2:37,85	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023 Pliezhausen
2:54,12	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	13.07.2023 Saarbrücken
3:01,50	Schlund, Charlotte	1994	Post-Sportverein Trier	13.07.2023 Saarbrücken
3:13,44	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	26.08.2023 Urmitz
3:15,24	Althaus, Sarah-Maria	1998	Diezer TSK Oranien	26.08.2023 Urmitz
3:15,50	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	13.07.2023 Saarbrücken
4:08,1*	Alt, Carla	2003	TuS Roland Brey	25.09.2023 Dieburg

1500m				Frauen
4:14,86	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	28.05.2023 Rehlingen
4:29,94	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	21.06.2023 Pfungstadt
5:56,64	Althaus, Sarah-Maria	1998	Diezer TSK Oranien	17.06.2023 Diez

3000m				Frauen
9:12,76	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	03.06.2023 Regensburg
10:26,20	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
11:00,39	Pink, Judith	1999	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
11:06,87	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	30.09.2023 Viernheim
12:11,64	Blöcher, Benita	2003	Diezer TSK Oranien	17.06.2023 Diez
12:55,80	von Klitzing, Katharina	1994	DJK Ochtendung	21.04.2023 Ochtendung

## 5000m Frauen

19:33,54	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	11.06.2023	Ingelheim
20:31,70	Fröhlig, Katharina	2001	LG Vulkaneifel	13.05.2023	Gerolstein
22:07,34	Endres, Carolin	1998	DJK Ochtdendung	24.05.2023	Mayen
22:07,48	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.09.2023	Pfungstadt

## 10000m Frauen

40:52,07	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	15.09.2023	Mengerskirchen
----------	--------------	------	--------------	------------	----------------

## 5km Straßenlauf Frauen

16:02	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	31.12.2023	Trier
17:30	Bermes, Chiara	1993	Lauftreff Schweich	31.12.2022	Trier
17:38	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	31.12.2022	Trier
18:05	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	05.03.2023	Leverkusen
18:57	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
18:58	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	31.12.2023	Trier
19:07	Pink, Judith	1999	Post-Sportverein Trier	31.12.2023	Trier
19:24	Fröhlig, Katharina	2001	LG Vulkaneifel	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
19:41	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	31.12.2023	Trier
19:44	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	31.12.2022	Trier

## 5km-Mannschaft Frauen

1:01:02	LLG Hunsrück Müller, Lena (2001) - 19:19; May, Emma (2006) - 19:51; Petry, Alice (1982) - 21:52	17.05.2023	Boppard
---------	--	------------	---------

## 10km Straßenlauf Frauen

36:27	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	05.03.2023	Leverkusen
37:35	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	22.10.2023	Ljubljana (SLO)
39:46	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	25.06.2023	Trier
42:08	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
42:24	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld
43:42	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	15.10.2023	Offenbach
44:04	Wagner, Annika	2001	LG Idar-Oberstein	04.06.2023	Ingelheim
44:07	Althaus, Sarah-Maria	1998	Diezer TSK Oranien	11.03.2023	Urmitz
44:25	Schmidt, Antonia	1995	LAZ Birkenfeld	22.04.2023	Hermeskeil
44:59	Kremer, Annika	1995	LG Meulenwald Föhren	23.09.2023	Pronsfeld

## 10km-Mannschaft Frauen

## 10km-Mannschaft

Frauen

2:00:58	<b>Laufftreff Schweich</b> Engel, Yvonne (1977) - 38:16; Frank, Teresa (1993) - 39:18; Adams, Eva (1984) - 43:24	18.03.2023	Schweich
2:02:04	<b>LG Rhein-Wied</b> Rennecke, Franziska (1999) - 36:43; Zeni, Christine (1991) - 41:50; Neumann, Sabine (1973) - 43:31	11.03.2023	Urmitz
2:13:28	<b>Laufftreff Schweich</b> Dussaucy, Maelynn (1994) - 43:27; Berens, Bernadette (1980) - 44:25; Weidner, Nadine (1984) - 45:36	18.03.2023	Schweich
2:24:21	<b>LLG Hunsrück</b> Müller, Lena (2001) - 43:08; Petry, Alice (1982) - 47:37; Lang, Jessica (2001) - 53:36	11.03.2023	Urmitz
2:25:24	<b>TG Konz</b> Engel-Haumann, Miriam (1981) - 45:15; Schikowski, Irene (1962) - 47:06; Kleinert, Ute (1960) - 53:03	18.03.2023	Schweich
2:26:18	<b>LG Meulenwald Föhren</b> Kremer, Annika (1995) - 44:59; Willgerodt, Charlotte Christina (1995) - 48:05; Haas, Marion (1963) - 53:14	23.09.2023	Pronsfeld
2:40:39	<b>LG Bernkastel/Wittlich</b> Pfeiffer, Annika (1982) - 47:20; Brösch, Marie (2005) - 55:48; Simon, Bettina (1976) - 57:31	11.03.2023	Urmitz
2:40:53	<b>LG Sieg</b> Hedwig, Diana (1983) - 46:12; Pershin, Svetlana (1982) - 54:36; Maleike-Jacobs, Eva (1981) - 1:00:05	11.03.2023	Urmitz
2:45:15	<b>LG Laacher See</b> Kaiser, Elisabeth (1963) - 50:35; Monschauer, Barbara (1950) - 57:04; Breslauer, Karin (1972) - 57:36	11.03.2023	Urmitz
3:33:54	<b>Diezer TSK Oranien</b> Althaus, Sarah-Maria (1998) - 44:07; Gürth, Sarah (1967) - 53:03; Wagner, Jennifer (1983) - 1:56:44	11.03.2023	Urmitz

## 10km-Mannschaft Frauen

### Halbmarathon Frauen

1:20:27	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	02.04.2023	Berlin
1:26:23	Theisen, Anna-Lena	1997	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Würzburg
1:31:52	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:33:54	Fröhlich, Emily	2002	LG Lahn-Aar-Esterau	19.03.2023	Frankfurt
1:36:34	Wagner, Annika	2001	LG Idar-Oberstein	07.05.2023	Mainz
1:38:07	Fröhlig, Katharina	2001	LG Vulkaneifel	07.05.2023	Mainz
1:39:15	Schmitt, Theresa	1997	LG Sieg	01.10.2023	Köln
1:39:32	Stickel, Tyra	1998	LG Westerwald	19.03.2023	Frankfurt
1:42:04	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	12.02.2023	Mörfelden
1:43:30	Marinus, Julia	2000	TV Eintracht Cochem	02.04.2023	Berlin

### Halbmarathon-Mannschaft Frauen

	Lauftreff Schweich ( ) - : ( ) - : ( ) -			26.03.2023	Freiburg
4:16:34	Lauftreff Schweich Bauer, Michelle (1989) - 1:24:52; Engel, Yvonne (1977) - 1:25:32; Frank, Teresa (1993) - 1:26:10			26.03.2023	Freiburg
4:28:23	Lauftreff Schweich Hausmann, Tine (1982) - 1:23:01; Adams, Eva (1984) - 1:29:29; Leis, Katja (1976) - 1:35:53			01.10.2023	Köln
5:44:35	LAZ Birkenfeld Weber, Doris (1960) - 1:49:34; Schneider, Petra (1975) - 1:57:00; Meyer, Annika (1984) - 1:58:01			01.10.2023	Köln
6:13:49	LG Sieg Hedwig, Diana (1983) - 1:48:42; Pershin, Svetlana (1982) - 2:00:52; Maleike-Jacobs, Eva (1981) - 2:24:15			29.10.2023	Föhren

### Marathon Frauen

2:50:22	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Köln
3:57:36	Schmidt, Antonia	1995	LAZ Birkenfeld	24.09.2023	Berlin
4:27:30	Willgerodt, Charlotte Christina	1995	LG Meulenwald Föhren	01.10.2023	Köln

### 100m Hürden (838 mm) Frauen

13,29 (+0,3)	Müller, Viktoria	1996	LG Rhein-Wied	08.07.2023	Kassel
15,32 (+0,6)	Lorenz, Nina	2001	LG Rhein-Wied	25.06.2023	Ulm
15,64 (+1,8)	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
15,99 (+0,6)	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	25.03.2023	San Marcos, TX (USA)

### 400m Hürden (762 mm) Frauen

64,24	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	22.04.2023	Houston, TX (USA)
69,46	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier

### 3000m Hindernis (762 mm) Frauen

9:20,08	Gürth, Olivia	2002	Diezer TSK Oranien	27.08.2023	Budapest (HUN)
---------	---------------	------	--------------------	------------	----------------

### 4x100m Frauen



<b>4x100m</b>				<b>Frauen</b>
46,35	LG Rhein-Wied Roscher, Kira (1998); Brunnhübner, Lena (2001); Roos, Jessica (1994); Junk, Sophia (1999);		11.06.2023	Ingelheim
49,72	Post-Sportverein Trier Schulten, Jule (2004); Steilen, Lilian (2003); Schumacher, Maren (2002); Kupczik, Rebecca (2001);		06.05.2023	Trier
51,65	LG Sieg Mockenhaupt, Anna-Lena (1998); Kammerl, Lara (2006); van der Zwaag, Jule (2007); Stinner, Julia (2003);		11.06.2023	Ingelheim
53,0*	TuS Fortuna 1884 Saarburg Greif, Julia (1995); Speck, Magdalena (2003); Weber, Sina (2007); Klose, Gianna (2007);		22.09.2023	Ottweiler
53,87	Post-Sportverein Trier Richter, Nicoll (1975); Schröter, Melanie (1979); Metz, Mareike (1981); Udelhoven, Karin (1973);		28.06.2023	Bernkastel-Kues
57,46	Diezer TSK Oranien Kah, Leonie (2002); Daum, Lena (1998); Blöcher, Chiara (2002); Blöcher, Benita (2003);		18.06.2023	Diez
<b>4x400m</b>				<b>Frauen</b>
4:09,17	LG Rhein-Wied Suta, Anesa (2002); Fischbach, Irina (2004); Stampfl, Hannah Juliana (2005); Rühle, Miriam (2004);		29.04.2023	Bietigheim
4:13,69	Post-Sportverein Trier Teller, Sandra (1997); Schumacher, Maren (2002); Steilen, Lilian (2003); Kupczik, Rebecca (2001);		16.04.2023	Bad Ems
4:24,37	LG Westerwald Hatzmann, Kira (2003); Strödter, Johanna (2006); Huke, Anna (1999); Hehl, Jill (2007);		16.04.2023	Bad Ems
<b>3x800m</b>				<b>Frauen</b>
8:37,34	Diezer TSK Oranien Holzhäuser, Lara (2009); Blöcher, Benita (2003); Althaus, Sarah-Maria (1998);		18.06.2023	Diez
<b>Hochsprung</b>				<b>Frauen</b>
1,61	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023 Denton, TX (USA)
1,54	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	11.05.2023 Jacksonville, FL (USA)
1,52	Blöcher, Chiara	2002	Diezer TSK Oranien	10.09.2023 Bad Ems
1,50	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz
1,47	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz
1,32	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023 Bad Ems
1,32	Daum, Lena	1998	Diezer TSK Oranien	10.09.2023 Bad Ems
1,24	Hatzmann, Kira	2003	LG Westerwald	10.09.2023 Bad Ems
1,20	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	10.09.2023 Bad Ems
1,20	Hain, Sofie	1998	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023 Bad Ems
<b>Stabhochsprung</b>				<b>Frauen</b>
2,55	Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	12.05.2023 Bad Ems
<b>Weitsprung</b>				<b>Frauen</b>
5,70 (+1,7)	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	24.03.2023 San Marcos, TX (USA)
5,23 (-1,0)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	28.06.2023 Bernkastel-Kues
5,20 (+0,7)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	17.06.2023 Diez
5,17 (+1,0)	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	12.05.2023 Jacksonville, FL (USA)
4,95 (+0,6)	Schneider, Lena	1994	TG Konz	23.04.2023 Konz
4,92 (+0,2)	Brächer, Elena	1994	LG Bitburg-Prüm	18.05.2023 Köln
4,85 (+0,3)	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023 Diez
4,78 (+1,5)	Hatzmann, Kira	2003	LG Westerwald	17.06.2023 Diez
4,75 (-1,8)	Georg, Luisa	2000	LAZ Birkenfeld	22.04.2023 Birkenfeld
4,68 (+0,2)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	02.07.2023 Konz

## Dreisprung Frauen

11,66	(0,0)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
-------	-------	-----------------	------	------------------------	------------	-------

## Kugelstoß (4 kg) Frauen

12,89		Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	13.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
11,66		Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	17.09.2023	Brey
10,94		Daum, Lena	1998	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
10,52		Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
10,22		Schiffmann, Sophie	2002	LG Westerwald	24.05.2023	Friedberg/HE
10,05		Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
9,75		Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	15.04.2023	Kingsville, TX (USA)
9,66		Elges, Laura	2000	LG Idar-Oberstein	11.06.2023	Ingelheim
9,52		Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
8,90		Hain, Sofie	1998	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems

## Diskuswurf (1 kg) Frauen

53,49		Kaiser, Hanna	2002	TuS 1862 Kirn	01.08.2023	Eppstein
37,69		Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
36,09		Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	01.06.2023	Betzdorf
31,35		Daum, Lena	1998	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
26,60		Brunnhübner, Lena	2001	LG Rhein-Wied	01.08.2023	Eppstein
23,12		Brünner, Johanna	2003	LG Lahn-Aar-Esterau	17.06.2023	Diez
22,33		Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	01.04.2023	Idar-Oberstein
21,25		Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
21,05		Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	21.05.2023	Holzappel

## Hammerwurf (4 kg) Frauen

42,33		Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.04.2023	Bengel
36,37		Hübner, Marie	1999	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel

## Speerwurf (600 g) Frauen

42,88		Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	12.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
35,09		Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	26.03.2023	Koblenz
33,16		Elges, Laura	2000	LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
31,90		Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
31,36		Mesloh, Sarah	1994	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
29,68		Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	17.03.2023	San Antonio, TX (USA)
26,39		Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	07.10.2023	Villmar
24,07		Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
22,02		Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	21.05.2023	Holzappel
15,63		Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz

<b>Fünfkampf</b>		100 - HOC - KUG (4 kg) - WEI - 800		<b>Frauen</b>	
2602	Menrath, Carolina 13,44 (0,0) - 1,32 - 7,30 - 4,50 (-0,2) - 2:29,68	1995	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
2503	Hatzmann, Kira 14,04 (0,0) - 1,24 - 7,79 - 4,72 (-0,8) - 2:30,75	2003	LG Westerwald	10.09.2023	Bad Ems
2456	Daum, Lena 14,05 (0,0) - 1,32 - 9,99 - 4,48 (0,0) - 2:48,52	1998	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
2406	Blöcher, Chiara 14,30 (0,0) - 1,52 - 7,80 - 4,29 (0,0) - 2:52,10	2002	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
1871	Kah, Leonie 14,32 (0,0) - 1,20 - 9,11 - 3,96 (0,0) - 3:15,54	2002	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
1654	Hain, Sofie 15,40 (0,0) - 1,20 - 8,90 - 4,00 (-0,2) - 3:24,26	1998	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
1566	Schunk, Lisa 15,61 (0,0) - 1,20 - 7,62 - 3,78 (+0,4) - 3:14,29	2005	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems

<b>Fünfkampf-Mannschaft</b>				<b>Frauen</b>	
6733	Diezer TSK Oranien Daum, Lena (1998) - 2456; Blöcher, Chiara (2002) - 2406; Kah, Leonie (2002) - 1871			10.09.2023	Bad Ems
5822	LG Kreis Ahrweiler Menrath, Carolina (1995) - 2602; Hain, Sofie (1998) - 1654; Schunk, Lisa (2005) - 1566			10.09.2023	Bad Ems

<b>Siebenkampf</b>		10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200    WEI - SPE (600 g) - 800		<b>Frauen</b>	
4840	Decker, Franziska 15,64 (+1,8) - 1,54 - 12,67 - 26,88 (+2,0)    5,17 (+1,0) - 42,88 - 2:32,80	1999	LG Rhein-Wied	11./12.05.2023	Jacksonville, FL (USA)
4633	Wilms, Maren 15,30 (+2,3) - 1,61 - 9,51 - 28,08 (+2,0)    5,61 (+1,2) - 28,90 - 2:23,72	1999	LG Rhein-Wied	11./12.05.2023	Denton, TX (USA)
3925	Steilen, Lilian 16,91 (+2,1) - 1,50 - 7,95 - 26,74 (+0,8)    5,13 (+0,6) - 24,07 - 2:37,04	2003	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
3681	Kupczik, Rebecca 16,03 (+2,1) - 1,47 - 7,66 - 27,20 (-0,8)    4,71 (+2,2) - 15,63 - 2:35,94	2001	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz

<b>Siebenkampf-Mannschaft</b>				<b>Frauen</b>	
10786	Post-Sportverein Trier Steilen, Lilian (2003) - 3925; Kupczik, Rebecca (2001) - 3681; Schmidt, Lilian (2004) - 3180			01.07.2023	Konz

## Männer & Frauen

<b>4x400m</b>				<b>Männer &amp; Frauen</b>	
3:50,52	LG Rhein-Wied Mürtz, Leon (2003); Fiedler, Radha (1996); Suta, Anesa (2002); Reinhard, Hendrik (1994);			16.04.2023	Bad Ems
4:10,88	LG Kreis Ahrweiler Kaminski, Cedric (2004); Schunk, Lisa (2005); Menrath, Carolina (1995); Jüris, Raphael (2004);			16.04.2023	Bad Ems

## Männliche Jugend U20

<b>100m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
11,17 (-0,4)	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	09.07.2023 Dierdorf
11,28 (-0,3)	Simons, Johann	2004	TG Konz	06.05.2023 Trier
11,38 (+1,3)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023 Limburgerhof
11,62 (+1,4)	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	01.07.2023 Konz
11,64 (+1,4)	Studert, Alexander	2005	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023 Bernkastel-Kues
11,69 (-0,3)	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	14.05.2023 Neuwied
11,78 (-0,8)	Leffler, Finn	2004	LG Koblenz-Rhens	26.08.2023 Urmitz
11,79 (+0,2)	Muffert, Kai	2004	Diezer TSK Oranien	17.06.2023 Diez
12,01 (+0,9)	Schmitt, Elias	2005	LG Sieg	23.04.2023 Diez
12,28 (+0,1)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	01.07.2023 Konz
<b>200m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
22,58 (+0,8)	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	09.07.2023 Dierdorf
22,92 (+0,3)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023 Bad Ems
23,37 (-1,0)	Simons, Johann	2004	TG Konz	11.06.2023 Ingelheim
23,89 (+0,3)	Studert, Alexander	2005	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023 Neuwied
24,44 (0,0)	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023 Bad Ems
24,45 (+1,8)	Kaminski, Cedric	2004	LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023 Diez
24,49 (+1,8)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Diez
24,98 (+1,2)	Muffert, Kai	2004	Diezer TSK Oranien	17.06.2023 Diez
25,12 (+0,6)	Seifert, Nils	2005	Diezer TSK Oranien	10.09.2023 Bad Ems
25,26 (+0,3)	Schmitt, Friedo	2004	LG Koblenz-Rhens	14.05.2023 Neuwied
<b>400m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
50,32	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	21.07.2023 Rostock
51,09	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023 Trier
51,15	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	14.05.2023 Neuwied
53,48	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	17.05.2023 Koblenz
53,52	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	01.07.2023 Konz
53,70	Pluymackers, Robin	2004	LG Rhein-Wied	17.05.2023 Koblenz
53,83	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	01.07.2023 Konz
54,77	Simon, Felix	2005	LG Bernkastel/Wittlich	11.06.2023 Ingelheim
55,37	Hubertz, Hannes	2004	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
57,51	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023 Konz
<b>800m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
1:56,39	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	07.06.2023 Dortmund
1:59,47	Pluymackers, Robin	2004	LG Rhein-Wied	10.06.2023 Koblenz
2:00,93	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	15.07.2023 Zweibrücken
2:02,12	Hubertz, Hannes	2004	Post-Sportverein Trier	05.07.2023 Pfungstadt
2:03,59	Gerth, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
2:07,25	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
2:08,19	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	23.04.2023 Konz
2:08,47	Gierenz, Tim	2005	LG Bernkastel/Wittlich	23.04.2023 Konz
2:09,07	Simon, Felix	2005	LG Bernkastel/Wittlich	27.07.2023 Saarbrücken
2:09,13	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	23.04.2023 Diez
<b>1000m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
2:48,37	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	21.04.2023 Ochtendung
3:03,83	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.08.2023 Urmitz
3:07,2*	Glesius, Kilian	2004	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023 Dieburg

1500m			Männliche Jugend U20
4:03,52	Gerth, Jan	2004 Post-Sportverein Trier	06.05.2023 Trier
4:04,03	Pluymackers, Robin	2004 LG Rhein-Wied	07.06.2023 Dortmund
4:11,61	Quint, Simon	2004 Post-Sportverein Trier	06.05.2023 Trier
4:21,85	Hubertz, Hannes	2004 Post-Sportverein Trier	20.05.2023 Karlsruhe
4:25,68	Adam, Philipp	2005 Post-Sportverein Trier	06.05.2023 Trier
4:33,04	Shestopal, Serhii	2004 TV 1861 Bad Ems	02.07.2023 Konz
4:37,17	Jacobi, Paul	2004 LG Rhein-Wied	02.07.2023 Konz
5:05,68	Flach, Tristan	2004 TuS 1908 Sohren	02.07.2023 Konz
5:07,11	Seifert, Nils	2005 Diezer TSK Oranien	10.09.2023 Bad Ems
5:17,06	Janitz, Ben	2004 TuS 1908 Sohren	02.07.2023 Konz

3000m			Männliche Jugend U20
8:32,17	Gerth, Jan	2004 Post-Sportverein Trier	22.07.2023 Rostock
8:37,80	Quint, Simon	2004 Post-Sportverein Trier	22.07.2023 Rostock
9:29,16	Neumann, Denni	2005 LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
9:32,98	Pluymackers, Robin	2004 LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied
9:42,78	Adam, Philipp	2005 Post-Sportverein Trier	14.05.2023 Neuwied
10:17,20	Rinnenburger, Jan	2004 Post-Sportverein Trier	08.09.2023 Trier
10:26,50	Kumarathas, Matusen	2005 Post-Sportverein Trier	08.09.2023 Trier
10:39,82	Simon, Felix	2005 LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023 Bernkastel-Kues
11:12,84	Manhart, Hagen Nicolas	2004 TG Konz	23.04.2023 Konz
11:43,73	Glesius, Kilian	2004 LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023 Bernkastel-Kues

5km Straßenlauf			Männliche Jugend U20
16:14	Gerth, Jan	2004 Post-Sportverein Trier	18.03.2023 Schweich
16:23	Quint, Simon	2004 Post-Sportverein Trier	18.03.2023 Schweich
16:40	Neumann, Denni	2005 LG Rhein-Wied	29.10.2023 Föhren
16:56	Adam, Philipp	2005 Post-Sportverein Trier	05.03.2023 Leverkusen
18:09	Gierenz, Tim	2005 LG Bernkastel/Wittlich	05.03.2023 Leverkusen
18:55	Kumarathas, Matusen	2005 Post-Sportverein Trier	29.10.2023 Föhren
18:59	Kölbach, Julius	2004 LG Sieg	08.10.2023 Herdorf
20:59	Philippi, Louis	2005 Silvesterlauf Trier	18.03.2023 Schweich
22:17	Brusius, Tim-Lennart	2005 SV Göttschied	19.03.2023 Bad Kreuznach

5km-Mannschaft			Männliche Jugend U20
49:57	Post-Sportverein Trier Gerth, Jan (2004) - 16:14; Quint, Simon (2004) - 16:23; Adam, Philipp (2005) - 17:20		18.03.2023 Schweich
58:37	LG Sieg Hehn, Julius (2008) - 18:29; Kölbach, Julius (2004) - 18:59; Hombach, Hendrik (2007) - 21:09		08.10.2023 Herdorf

10km Straßenlauf			Männliche Jugend U20
33:21	Quint, Simon	2004 Post-Sportverein Trier	10.09.2023 Bad Liebenzell
33:40	Gerth, Jan	2004 Post-Sportverein Trier	05.03.2023 Leverkusen
33:56	Adam, Philipp	2005 Post-Sportverein Trier	05.03.2023 Leverkusen
33:59	Neumann, Denni	2005 LG Rhein-Wied	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
35:21	Kölbach, Julius	2004 LG Sieg	28.01.2023 Kirchen
37:35	Gierenz, Tim	2005 LG Bernkastel/Wittlich	11.03.2023 Urmitz
43:01	Simon, Felix	2005 LG Bernkastel/Wittlich	11.03.2023 Urmitz
44:30	Seifert, Nils	2005 Diezer TSK Oranien	24.09.2023 Diez
47:42	Philippi, Louis	2005 Silvesterlauf Trier	25.06.2023 Trier

10km-Mannschaft			Männliche Jugend U20
-----------------	--	--	----------------------

---

**10km-Mannschaft**

**Männliche Jugend U20**

1:42:02

Post-Sportverein Trier

05.03.2023 Leverkusen

Gerth, Jan (2004) - 33:40; Adam, Philipp (2005) - 33:56; Quint, Simon (2004) - 34:26

## 10km-Mannschaft

Männliche Jugend U20

### Halbmarathon

Männliche Jugend U20

1:17:45	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:30:24	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	25.06.2023	Trier
1:43:18	Glesius, Kilian	2004	LG Bernkastel/Wittlich	25.06.2023	Trier
2:10:48	Braun, Kjell	2005	MTV 1877 Bad Kreuznach	07.05.2023	Mainz

## 110m Hürden (991 mm)

Männliche Jugend U20

15,27 (-1,2)	Studert, Alexander	2005	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
15,76 (+0,2)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	24.06.2023	Köln
16,06 (+0,1)	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
16,87 (+0,4)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
17,24 (-0,8)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
17,60 (+0,1)	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
17,89 (+0,3)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hagen
18,92 (-0,8)	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
19,44 (-0,8)	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz

## 400m Hürden (914 mm)

Männliche Jugend U20

58,56	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
60,58	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
60,71	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	20.09.2023	Heuchelheim
63,36	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied

## 4x100m

Männliche Jugend U20

45,29	LG Rhein-Wied Conze, David (2005); Franz, Robin (2006); Ott, Robin (2007); Kreuter, Eric (2004);	10.06.2023	Koblenz
49,93	LG Rhein-Wied Dasbach, Jonas (2007); Meuter, Paul (2007); Pluymackers, Robin (2004); Seibel, Marc (2007);	10.06.2023	Koblenz
52,82	StG Diez/Lehmen/Ochtendung Hörl, Cornelius (2004); Seifert, Nils (2005); Baranowski, Felix (2009); Stange, Jakob (2006);	18.06.2023	Diez

## 4x400m

Männliche Jugend U20

3:29,60	LG Rhein-Wied Franz, Robin (2006); Jacobi, Paul (2004); Ott, Robin (2007); Kreuter, Eric (2004);	29.04.2023	Bietigheim
3:42,36	TV 1861 Bad Ems Löffler, Nico (2005); Carrera, Juan Carlos (2006); Shestopal, Serhii (2004); Dziubak, Anatolii (2006);	16.04.2023	Bad Ems

## 3x1000m

Männliche Jugend U20

7:59,60	Post-Sportverein Trier Decker, Louis (2006); Gerth, Jan (2004); Kumarathas, Matusen (2005);	29.04.2023	Bietigheim
8:19,83	Post-Sportverein Trier Quint, Simon (2004); Adam, Philipp (2005); Hubertz, Hannes (2004);	29.04.2023	Bietigheim
8:49,68	LG Bernkastel/Wittlich Yanchev, Matey (2007); Gierenz, Tim (2005); Simon, Felix (2005);	16.04.2023	Bad Ems
8:50,06	LG Rhein-Wied Neumann, Denni (2005); Henne, Florian (2006); Jacobi, Paul (2004);	16.04.2023	Bad Ems

## 3x1000m

## Männliche Jugend U20

11:11,69 StG Diez/Lehmen/Ochtendung 18.06.2023 Diez  
Hörl, Cornelius (2004); Stange, Jakob (2006); Seifert, Nils (2005);

## Hochsprung

## Männliche Jugend U20

2,01	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
1,81	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
1,71	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
1,69	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	26.08.2023	Urmitz
1,64	Muffert, Kai	2004	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
1,63	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
1,61	Seifert, Nils	2005	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
1,57	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
1,56	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
1,50	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz

## Stabhochsprung

## Männliche Jugend U20

4,06	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	03.09.2023	Bad Ems
3,60	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	06.05.2023	Trier
3,10	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
3,10	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
2,90	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
2,80	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz

## Weitsprung

## Männliche Jugend U20

6,28	(0,0)	Schmitt, Elias	2005	LG Sieg	17.09.2023	Brey
6,20	(0,0)	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	17.09.2023	Brey
6,07	(0,0)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,99	(0,0)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	17.09.2023	Brey
5,84	(+0,7)	Muffert, Kai	2004	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
5,83	(+0,3)	Kaminski, Cedric	2004	LG Kreis Ahrweiler	23.06.2023	Remagen
5,64	(+1,1)	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
5,64	(+1,0)	Leffler, Finn	2004	LG Koblenz-Rhens	26.08.2023	Urmitz
5,43	(+0,9)	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
5,28	(-0,4)	Glesius, Kilian	2004	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues

## Kugelstoß (6 kg)

## Männliche Jugend U20

11,93	Glesius, Kilian	2004	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
11,36	Schmitt, Elias	2005	LG Sieg	23.04.2023	Diez
11,36	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied
10,65	Seibel, Marc	2007	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
10,62	Kaminski, Cedric	2004	LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023	Diez
10,50	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
10,32	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	17.06.2023	Diez
10,17	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
9,77	Conze, David	2005	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
9,71	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz



<b>Diskuswurf (1,75 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
36,21	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
30,99	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
29,22	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
27,51	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	29.05.2023	Limburgerhof
27,33	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	29.05.2023	Limburgerhof
27,14	Seibel, Marc	2007	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
23,48	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	29.05.2023	Limburgerhof
20,25	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
19,15	Meuter, Paul	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
15,31	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin

<b>Hammerwurf (6 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
40,41	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	10.04.2023	Trier
29,44	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	23.07.2023	Trier

<b>Speerwurf (800 g)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
39,78	Schmitt, Elias	2005	LG Sieg	22.07.2023	Wetzlar
38,08	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems
32,15	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
32,12	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	14.05.2023	Neuwied
30,95	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	14.05.2023	Neuwied
30,92	Seibel, Marc	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
30,81	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	02.07.2023	Konz
30,32	Seifert, Nils	2005	Diezer TSK Oranien	10.09.2023	Bad Ems
29,87	Dasbach, Jonas	2007	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
29,84	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	10.09.2023	Bad Ems

<b>Fünfkampf</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
100 - WEI - KUG (6 kg) - HOC - 400					
3002	Löffler, Nico	2005	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
	11,64 (+1,6) - 5,91 (0,0) - 9,70 - 1,81 - 54,76				
2951	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
	11,38 (+1,3) - 5,59 (-1,0) - 10,26 - 1,60 - 52,39				
2618	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
	12,28 (+0,1) - 5,57 (-2,1) - 9,31 - 1,56 - 53,83				
2497	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	01.07.2023	Konz
	12,48 (+0,1) - 5,27 (+0,7) - 11,00 - 1,62 - 58,20				
2453	Janitz, Ben	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
	12,51 (-0,3) - 5,43 (+0,9) - 10,17 - 1,56 - 57,51				
2440	Flach, Tristan	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
	12,47 (+0,1) - 5,64 (+1,1) - 7,24 - 1,71 - 57,70				
1978	Dilk, Elias	2004	TuS 1908 Sohren	01.07.2023	Konz
	13,21 (-0,3) - 5,13 (-1,0) - 10,50 - 1,50 - 65,95				

Zehnkampf			100 - WEI - KUG (6 kg) - HOC - 400    11H (991 mm) - DIS (1,75 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5	Männliche Jugend U20
5123	Jacobi, Paul	2004 LG Rhein-Wied	12,28 (+0,1) - 5,57 (-2,1) - 9,31 - 1,56 - 53,83    17,96 (-0,8) - 26,19 - 3,80 - 31,94 - 4:37,17	01./02.07.2023 Konz
5060	Shestopal, Serhii	2004 TV 1861 Bad Ems	11,63 (-0,8) - 4,75 (-0,7) - 9,74 - 1,59 - 51,59    17,24 (-0,8) - 26,93 - 2,80 - 29,54 - 4:33,04	01./02.07.2023 Konz
4976	Löffler, Nico	2005 TV 1861 Bad Ems	11,62 (+1,4) - 5,86 (-0,5) - 9,05 - 1,68 - 53,52    16,06 (+0,1) - 24,12 - 3,10 - 33,55 - 5:58,91	01./02.07.2023 Konz
4657	Janitz, Ben	2004 TuS 1908 Sohren	12,51 (-0,3) - 5,43 (+0,9) - 10,17 - 1,56 - 57,51    17,60 (+0,1) - 30,99 - 3,10 - 30,81 - 5:17,06	01./02.07.2023 Konz
4370	Carrera, Juan Carlos	2006 TV 1861 Bad Ems	12,48 (+0,1) - 5,27 (+0,7) - 11,00 - 1,62 - 58,20    19,44 (-0,8) - 23,34 - 2,70 - 27,50 - 4:54,24	01./02.07.2023 Konz
4168	Flach, Tristan	2004 TuS 1908 Sohren	12,47 (+0,1) - 5,64 (+1,1) - 7,24 - 1,71 - 57,70    18,92 (-0,8) - 20,25 - 2,90 - 19,28 - 5:05,68	01./02.07.2023 Konz
3696	Dilk, Elias	2004 TuS 1908 Sohren	13,21 (-0,3) - 5,13 (-1,0) - 10,50 - 1,50 - 65,95    aufg. (0,0) - 36,21 - 3,40 - 29,60 - 5:34,07	01./02.07.2023 Konz

Zehnkampf-Mannschaft			Männliche Jugend U20
14406	TV 1861 Bad Ems	Shestopal, Serhii (2004) - 5060; Löffler, Nico (2005) - 4976; Carrera, Juan Carlos (2006) - 4370	01.07.2023 Konz
12521	TuS 1908 Sohren	Janitz, Ben (2004) - 4657; Flach, Tristan (2004) - 4168; Dilk, Elias (2004) - 3696	01.07.2023 Konz

## Weibliche Jugend U20

100m			Weibliche Jugend U20
12,22 (+1,6)	Ehrhardt, Sina	2005 LG Rhein-Wied	06.05.2023 Trier
12,59 (+0,6)	Rühle, Miriam	2004 LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied
12,85 (-0,5)	Ließfeld, Vivien	2004 LG Rhein-Wied	15.07.2023 Zweibrücken
13,03 (+1,6)	Berghäuser, Lena	2005 TV 1861 Bad Ems	06.05.2023 Trier
13,20 (+1,5)	Fink, Zoe-May	2005 LG Idar-Oberstein	06.05.2023 Trier
13,27 (+0,2)	Schaefer, Seraphina	2004 LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023 Bernkastel-Kues
13,31 (+1,4)	Fischbach, Irina	2004 LG Rhein-Wied	17.05.2023 Koblenz
13,34 (+1,4)	Zerwes, Marie	2005 LG Rhein-Wied	17.05.2023 Koblenz
13,47 (-0,5)	Gerheim, Laura Luise	2004 LG Lahn-Aar-Esterau	23.04.2023 Diez
13,50 (-0,5)	Garaboa, Lorena	2004 LG Westerwald	23.04.2023 Diez

200m			Weibliche Jugend U20
24,94 (0,0)	Ehrhardt, Sina	2005 LG Rhein-Wied	18.06.2023 Aichach
25,83 (+0,5)	Rühle, Miriam	2004 LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied
26,00 (+0,3)	Ließfeld, Vivien	2004 LG Rhein-Wied	01.09.2023 Hannover
27,08 (+1,8)	Berghäuser, Lena	2005 TV 1861 Bad Ems	17.06.2023 Diez
27,74 (+0,4)	Fischbach, Irina	2004 LG Rhein-Wied	17.05.2023 Koblenz
28,04 (+1,4)	Heinemann, Lara	2004 LG Sieg	16.09.2023 Hachenburg
28,27 (+0,1)	Auler, Nele	2005 LLG Hunsrück	10.05.2023 Simmern
28,31 (+1,2)	Bolkenius, Carolin	2004 TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2023 Koblenz
28,47 (+0,8)	Jung, Lea	2004 LG Sieg	06.05.2023 Trier
29,62 (-0,1)	Jungmann, Eva Maria	2004 LAZ Birkenfeld	28.06.2023 Bernkastel-Kues

400m			Weibliche Jugend U20
56,77	Ehrhardt, Sina	2005 LG Rhein-Wied	22.07.2023 Rostock
59,82	Fischbach, Irina	2004 LG Rhein-Wied	09.07.2023 Dierdorf
61,67	Rühle, Miriam	2004 LG Rhein-Wied	10.06.2023 Koblenz
62,75	Peiker, Csenge	2004 LG Lahn-Aar-Esterau	09.08.2023 Pfungstadt
63,87	Heinemann, Lara	2004 LG Sieg	09.07.2023 Dierdorf
66,30	Jung, Lea	2004 LG Sieg	27.05.2023 Siegburg
67,89	Renk, Emily	2004 LG Sieg	17.06.2023 Diez
72,83	Schunk, Lisa	2005 LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023 Diez

800m				Weibliche Jugend U20	
2:20,49	Fischbach, Irina	2004	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
2:22,73	Stampfl, Hannah Juliana	2005	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
2:24,61	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2023	Neuwied
2:28,06	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	01.05.2023	Köln
2:28,34	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
2:35,43	Renk, Emily	2004	LG Sieg	17.05.2023	Koblenz
2:41,12	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
2:41,85	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2:44,88	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	02.07.2023	Konz
2:46,41	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	02.07.2023	Konz

1000m				Weibliche Jugend U20	
3:13,65	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	21.04.2023	Ochtendung
3:24,28	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	21.04.2023	Ochtendung
3:38,8*	Fluck, Noelle	2004	Diezer TSK Oranien	25.09.2023	Dieburg
3:59,4*	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	25.09.2023	Dieburg

1500m				Weibliche Jugend U20	
4:43,09	Stampfl, Hannah Juliana	2005	LG Rhein-Wied	21.07.2023	Rostock
4:58,49	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	20.05.2023	Karlsruhe
5:04,29	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
5:10,64	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2023	Koblenz

3000m				Weibliche Jugend U20	
10:23,68	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	05.07.2023	Pfungstadt
10:35,06	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
12:03,70	Fuhs, Neele	2004	TuS Fortuna 1884 Saarburg	15.07.2023	Zweibrücken

5000m				Weibliche Jugend U20	
17:56,01	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	13.07.2023	Saarbrücken
19:13,44	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	06.05.2023	Trier

5km Straßenlauf				Weibliche Jugend U20	
17:59	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	31.12.2022	Trier
18:57	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier
20:54	Fuhs, Neele	2004	TuS Fortuna 1884 Saarburg	31.12.2023	Trier
21:21	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier
21:28	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	24.09.2023	Diez
22:32	Dolk, Johanna	2004	Silvesterlauf Trier	17.09.2023	Trier
23:41	Petry, Eva	2005	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
24:13	Henger, Marit	2004	Lauffreunde Naheland	17.05.2023	Boppard
26:31	Brösch, Marie	2005	LG Bernkastel/Wittlich	31.12.2023	Trier

10km Straßenlauf				Weibliche Jugend U20	
37:26	Thein, Emma	2004	Post-Sportverein Trier	25.06.2023	Trier
47:59	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	12.11.2022	Langsur
48:42	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	12.11.2022	Langsur
51:39	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	08.10.2023	Herdorf
55:48	Brösch, Marie	2005	LG Bernkastel/Wittlich	11.03.2023	Urmitz

<b>Halbmarathon</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
1:40:20	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	01.10.2023	Köln
2:12:07	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	01.10.2023	Köln
<b>100m Hürden (838 mm)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
14,91 (+0,9)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Aichach
15,05 (-0,7)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
16,98 (-1,5)	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
17,83 (-1,0)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	15.07.2023	Zweibrücken
19,61 (-0,2)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	01.07.2023	Konz
<b>400m Hürden (762 mm)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
64,25	Fischbach, Irina	2004	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
70,35	Schulten, Jule	2004	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
<b>2000m Hindernis (762 mm)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
7:52,51	Stampfl, Hannah Juliana	2005	LG Rhein-Wied	27.05.2023	Siegburg
8:04,60	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	10.06.2023	Koblenz
<b>4x100m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
48,89	LG Rhein-Wied Fischbach, Irina (2004); Rühle, Miriam (2004); Ließfeld, Vivien (2004); Ehrhardt, Sina (2005);			21.07.2023	Rostock
49,68	LG Idar-Oberstein Fink, Zoe-May (2005); Schmitz, Mara Sophie (2007); Weber, Antonia (2006); Schmitz, Mia Louisa (2006);			06.05.2023	Trier
52,45	LG Lahn-Aar-Esterau Gerheim, Laura Luise (2004); Sturm, Merle (2005); Hofmann, Chayenne (2007); Isola, Angelina (2008);			18.06.2023	Diez
53,14	LG Sieg Jung, Lea (2004); Scheel, Kim Maya (2006); Heinemann, Lara (2004); Adam, Marie (2007);			06.05.2023	Trier
53,91	LG Rhein-Wied Böckmann, Marie (2005); Peerenboom, Charlotte (2007); Brocker, Marie (2006); Zerwes, Marie (2005);			16.09.2023	Berlin
57,96	Diezer TSK Oranien Rasbach, Lina (2004); Seifert, Vivien (2008); Lüderitz, Leni (2008); Holzhäuser, Lara (2009);			18.06.2023	Diez
<b>4x400m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
4:12,59	LG Rhein-Wied Böckmann, Marie (2005); Fischbach, Irina (2004); Stampfl, Hannah Juliana (2005); Rühle, Miriam (2004);			16.04.2023	Bad Ems
4:15,31	Post-Sportverein Trier Sonnenberg, Greta (2007); Schmidt, Lilian (2004); Schwind, Hannah (2007); Schulten, Jule (2004);			16.04.2023	Bad Ems
4:17,65	LG Idar-Oberstein Fink, Zoe-May (2005); Weber, Antonia (2006); Schmitz, Mia Louisa (2006); Schmitz, Mara Sophie (2007);			16.04.2023	Bad Ems
4:28,05	LG Sieg Jung, Lea (2004); Renk, Emily (2004); Heinemann, Lara (2004); van der Zwaag, Jule (2007);			16.04.2023	Bad Ems

<b>Hochsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
1,61	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
1,61	Zerwes, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
1,56	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	20.05.2023	Filderstadt
1,52	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	23.04.2023	Bingen
1,51	Ehrhardt, Sina	2005	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
1,50	Schaefer, Seraphina	2004	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
1,49	Schmidt, Stephanie	2004	LG Kreis Ahrweiler	03.09.2023	Meckenheim
1,43	Sturm, Merle	2005	LG Lahn-Aar-Esterau	23.04.2023	Diez
1,39	Gerheim, Laura Luise	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	23.04.2023	Diez
1,35	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	01.07.2023	Konz
1,35	Schmidt, Lilian	2004	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz

<b>Stabhochsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
2,80	Zerwes, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
2,40	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	29.08.2023	Zweibrücken

<b>Weitsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
5,87 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	18.06.2023	Aichach
5,31 (-0,8)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	06.05.2023	Trier
4,98 (0,0)	Gerheim, Laura Luise	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	23.04.2023	Diez
4,93 (+1,1)	Sturm, Merle	2005	LG Lahn-Aar-Esterau	23.04.2023	Diez
4,93 (-0,4)	Schaefer, Seraphina	2004	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,87 (+1,3)	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	15.07.2023	Zweibrücken
4,80 (0,0)	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
4,74 (-0,6)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	06.09.2023	Westerburg
4,69 (+0,5)	Zerwes, Marie	2005	LG Rhein-Wied	18.07.2023	Bad Bergzabern
4,68 (+0,4)	Garaboa, Lorena	2004	LG Westerwald	23.04.2023	Diez

<b>Dreisprung</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
9,89 (-2,0)	Fink, Zoe-May	2005	LG Idar-Oberstein	23.04.2023	Konz
9,82 (-0,5)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	14.05.2023	Neuwied

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
11,46	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
11,06	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
9,88	Denzin, Shana Lou	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2023	Neuwied
9,54	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
9,50	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	25.09.2023	Dieburg
8,68	Fluck, Noelle	2004	Diezer TSK Oranien	25.09.2023	Dieburg
8,48	Senz, Caecilia	2004	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
8,45	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	15.07.2023	Zweibrücken
8,44	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	14.05.2023	Neuwied
8,29	Weiß, Viona	2007	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
31,07	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	09.09.2023	Bengel
27,57	Krupp, Lisa	2005	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
22,45	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023	Neuwied
22,09	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	01.06.2023	Betzdorf
19,32	Bergmann, Sara	2005	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
18,49	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz

## Hammerwurf (4 kg) Weibliche Jugend U20

31,98	Schinke, Lena	2004 TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
-------	---------------	----------------------	------------	--------

## Speerwurf (600 g) Weibliche Jugend U20

35,06	Ließfeld, Vivien	2004 LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
33,73	Böckmann, Marie	2005 LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
32,87	Medinger, Celina	2007 LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
29,63	Berghäuser, Lena	2005 TV 1861 Bad Ems	15.07.2023	Zweibrücken
28,00	Weber, Antonia	2006 LG Idar-Oberstein	15.07.2023	Zweibrücken
27,45	Schmidt, Lilian	2004 Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
27,31	Trappen, Nora	2006 TuS 1862 Kirn	15.07.2023	Zweibrücken
26,93	Krupp, Lisa	2005 LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
26,87	Auler, Nele	2005 LLG Hunsrück	12.07.2023	Trebur
26,13	Denzin, Shana Lou	2007 LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel

## Vierkampf Weibliche Jugend U20

10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200

2827	Ließfeld, Vivien 15,48 (-1,1) - 1,56 - 10,49 - 26,00 (+0,3)	2004 LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
2207	Auler, Nele 16,41 (+2,1) - 1,47 - 7,78 - 28,80 (+0,8)	2005 LLG Hunsrück	01.07.2023	Konz
1737	Heinemann, Lara 19,61 (-0,2) - 1,35 - 7,17 - 28,45 (-0,8)	2004 LG Sieg	01.07.2023	Konz

## Siebenkampf Weibliche Jugend U20

10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 || WEI - SPE (600 g) - 800

4680	Ließfeld, Vivien 15,48 (-1,1) - 1,56 - 10,49 - 26,00 (+0,3)    5,67 (0,0) - 33,94 - 2:41,85	2004 LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover
3721	Auler, Nele 16,41 (+2,1) - 1,47 - 7,78 - 28,80 (+0,8)    5,12 (+1,3) - 26,18 - 2:44,88	2005 LLG Hunsrück	01./02.07.2023	Konz
3180	Schmidt, Lilian 19,17 (+2,1) - 1,35 - 7,73 - 29,87 (+0,8)    4,17 (+0,4) - 27,45 - 2:29,69	2004 Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
2983	Heinemann, Lara 19,61 (-0,2) - 1,35 - 7,17 - 28,45 (-0,8)    4,38 (+0,5) - 23,07 - 2:46,41	2004 LG Sieg	01./02.07.2023	Konz

## Männliche Jugend U18

### 100m Männliche Jugend U18

11,27 (+1,1)	Franz, Robin	2006 LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
11,32 (+1,5)	Hamisch, Albrecht	2006 TG Konz	24.06.2023	Ulm
11,36 (+1,4)	Hehn, Daniel	2007 LG Sieg	06.05.2023	Trier
11,39 (+1,4)	von der Heyden, Daniel	2007 LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
11,42 (+1,4)	Kiala, Bemvindo	2007 LG Kreis Ahrweiler	06.05.2023	Trier
11,44 (+0,7)	Jäckel, Jonas	2007 TV 1848 Oberstein	13.08.2023	Kaiserslautern
11,76 (+0,5)	Leitz, Florian	2006 Post-Sportverein Trier	24.06.2023	Köln
11,80 (+1,2)	Steinbach, Julian	2007 LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
11,80 (+1,4)	Schnitzius, Jonas	2006 LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
11,93 (+1,2)	Höch, Johan	2007 LG Sieg	06.05.2023	Trier

<b>200m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
22,83 (+1,8)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
23,02 (+1,3)	Hamisch, Albrecht	2006	TG Konz	06.05.2023	Trier
23,81 (+0,5)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
23,89 (+1,8)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
24,06 (+1,3)	Kiala, Bemvindo	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.05.2023	Trier
24,35 (+0,1)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	11.06.2023	Ingelheim
24,42 (-2,5)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
24,55 (+1,6)	Keßler, Sverre	2007	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
24,58 (-0,4)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
25,16 (+0,3)	Dziubak, Anatolii	2006	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied
25,16 (-0,8)	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	12.07.2023	Trebur

  

<b>400m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
52,41	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	15.07.2023	Zweibrücken
54,80	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
55,31	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
55,51	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	02.09.2023	Hannover
55,98	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	22.07.2023	Wetzlar
56,81	Keßler, Sverre	2007	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
57,17	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	09.07.2023	Dierdorf
57,53	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	17.06.2023	Diez
57,59	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	05.07.2023	Pfungstadt
57,79	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	27.07.2023	Saarbrücken

  

<b>800m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
2:05,73	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
2:06,16	Walkenbach, Steffen	2007	LG Sieg	06.05.2023	Trier
2:09,51	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	14.05.2023	Neuwied
2:11,92	Yanchev, Matey	2007	LG Bernkastel/Wittlich	20.07.2023	Saarbrücken
2:12,06	Ruth, Aaron	2007	VfR Baumholder	22.04.2023	Birkenfeld
2:19,77	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	05.07.2023	Friedrichsthal
2:20,94	Meuter, Paul	2007	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
2:21,87	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	23.04.2023	Diez
2:24,16	Mattern, Sebastian	2006	TG Konz	23.04.2023	Konz
2:43,89	Augst, Tristan	2007	LG Westerwald	06.09.2023	Westerburg

  

<b>1000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
2:51,60	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	21.04.2023	Ochtendung
2:56,81	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	13.07.2023	Saarbrücken
3:00,32	Yanchev, Matey	2007	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
3:06,10	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	26.08.2023	Urmitz
3:08,6*	Jost, Leander	2007	TV 1848 Oberstein	25.09.2023	Dieburg
3:09,6*	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	25.09.2023	Dieburg
3:25,2*	Schnitzius, Jonas	2006	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
4:12,6*	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	08.06.2023	Koblenz

  

<b>1500m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
4:08,70	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	06.05.2023	Trier
4:31,47	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	03.06.2023	Püttlingen
4:36,89	Ruth, Aaron	2007	VfR Baumholder	11.06.2023	Ingelheim
4:38,46	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	15.07.2023	Zweibrücken
4:54,24	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
5:04,07	Meuter, Paul	2007	LG Rhein-Wied	09.08.2023	Pfungstadt
5:16,21	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	28.10.2023	Kapstadt (RSA)
5:20,20	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	03.09.2023	Hannover

<b>3000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
8:54,05	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	07.06.2023 Dortmund
10:03,82	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
10:06,81	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	08.09.2023 Trier
10:27,15	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	06.05.2023 Trier
10:28,41	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	06.05.2023 Trier
10:51,39	Yanchev, Matey	2007	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023 Trier
10:57,54	Jost, Leander	2007	TV 1848 Oberstein	06.05.2023 Trier

<b>5000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
18:32,02	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	13.05.2023 Gerolstein
19:14,75	Meirich, Louis	2007	WSG Bad Marienberg	16.09.2023 Hachenburg

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
16:13	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	29.10.2023 Föhren
17:10	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
17:49	Schwarzer, Philipp	2007	LG Kreis Ahrweiler	05.03.2023 Leverkusen
18:26	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
18:39	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	22.04.2023 Hermeskeil
19:02	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	18.03.2023 Schweich
19:05	Meirich, Louis	2007	WSG Bad Marienberg	11.02.2023 Dornburg
19:59	Hombach, Hendrik	2007	LG Sieg	28.01.2023 Kirchen
20:14	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	28.01.2023 Kirchen
20:47	Yanchev, Matey	2007	LG Bernkastel/Wittlich	05.03.2023 Leverkusen

<b>10km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
38:27	Meirich, Louis	2007	WSG Bad Marienberg	11.03.2023 Urmitz
38:59	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	11.03.2023 Urmitz
39:05	Mannion, Aidan	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.03.2023 Urmitz
39:39	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	11.11.2023 Langsur
40:12	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	18.03.2023 Schweich
40:46	Müller, Moritz	2006	LG Kreis Ahrweiler	11.03.2023 Urmitz
41:58	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.03.2023 Urmitz
44:29	Hoppe, Maximilian	2008	TuS Fortuna 1884 Saarburg	12.11.2022 Langsur

<b>10km-Mannschaft</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
2:01:49	LG Kreis Ahrweiler			11.03.2023 Urmitz
Mannion, Aidan (2007) - 39:05; Müller, Moritz (2006) - 40:46; Jüris, Kilian (2007) - 41:58				

<b>110m Hürden (914 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
15,04 (-0,6)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	23.07.2023 Rostock
15,04 (+0,5)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	13.08.2023 Kaiserslautern
16,81 (-1,7)	Höch, Johan	2007	LG Sieg	27.05.2023 Siegburg
17,72 (+0,3)	Schnitzius, Jonas	2006	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023 Trier

<b>400m Hürden (838 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
65,10	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.09.2023 Heuchelheim

<b>2000m Hindernis (838 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>
7:18,84	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	10.06.2023 Koblenz
7:24,15	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	29.04.2023 Neuss



<b>4x100m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
46,90	LG Sieg Pickard, Moritz (2008); Höch, Johan (2007); Walkenbach, Steffen (2007); Hassel, Leo (2009);			05.07.2023	Koblenz
<b>3x1000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
9:08,24	LG Sieg Hehn, Julius (2008); Renk, Simon (2008); Walkenbach, Steffen (2007);			16.04.2023	Bad Ems
<b>5km Gehen</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
31:49	Kellen, Jakob	2009	Diezer TSK Oranien	02.09.2023	Reichenbach
<b>Hochsprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
1,93	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
1,92	Hoffmann, Jason	2006	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Konz
1,86	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	24.06.2023	Ulm
1,72	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	28.05.2023	Limburgerhof
1,72	Weyer, Tyler	2007	LG Vulkaneifel	09.09.2023	Euskirchen
1,70	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
1,68	Dötsch, Marius	2006	TV Kärlich 08	20.06.2023	Koblenz
1,64	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	09.09.2023	Euskirchen
1,64	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf
1,60	Dasbach, Jonas	2007	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
1,60	Höch, Johan	2007	LG Sieg	20.06.2023	Koblenz
<b>Stabhochsprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
3,70	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	28.10.2023	Kapstadt (RSA)
3,50	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	15.07.2023	Zweibrücken
3,40	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	13.05.2023	Kreuztal
2,70	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	02.07.2023	Konz
<b>Weitsprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
6,85 (-0,8)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
6,62 (+0,1)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	25.06.2023	Ulm
6,57 (+0,1)	Hoffmann, Jason	2006	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023	Koblenz
5,99 (-0,8)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
5,92 (-1,2)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	27.05.2023	Siegburg
5,78 (+0,9)	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	23.04.2023	Diez
5,75 (+1,0)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf
5,74 (+0,5)	Höch, Johan	2007	LG Sieg	06.05.2023	Trier
5,70 (+1,8)	Schnitzius, Jonas	2006	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023	Koblenz
5,65 (+0,3)	Steinbach, Julian	2007	LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
<b>Dreisprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
11,98 (0,0)	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied
11,00 (+0,1)	Müller, Yannic	2006	LG Westerwald	06.05.2023	Trier

<b>Kugelstoß (5 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
14,85	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
13,61	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
13,09	Carrera, Juan Carlos	2006	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
12,07	Winkler, Ole	2007	TV 1848 Oberstein	01.04.2023	Idar-Oberstein
11,71	Schollmeyer, Samuel	2007	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg
11,30	Weyer, Tyler	2007	LG Vulkaneifel	09.09.2023	Euskirchen
11,28	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
11,26	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	20.06.2023	Koblenz
11,07	Steinbach, Julian	2007	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
10,72	Schnitzius, Jonas	2006	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg

<b>Diskuswurf (1,5 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
41,34	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
40,21	Schollmeyer, Samuel	2007	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
37,14	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	28.10.2023	Kapstadt (RSA)
24,38	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	10.09.2023	Trier
22,38	Kohlhaas, Mathias	2007	SV Urmitz	11.06.2023	Ingelheim
18,20	Dziubak, Anatolii	2006	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel

<b>Hammerwurf (5 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
34,02	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	23.07.2023	Trier

<b>Speerwurf (700 g)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
48,21	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	03.09.2023	Hannover
45,87	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	28.10.2023	Kapstadt (RSA)
45,08	Walkenbach, Steffen	2007	LG Sieg	20.06.2023	Koblenz
43,53	Etz Korn, Silas	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	20.06.2023	Koblenz
42,60	Hoffmann, Jason	2006	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier
40,29	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	22.07.2023	Wetzlar
38,63	Höch, Johan	2007	LG Sieg	06.05.2023	Trier
35,40	Pfaffenberger, Moritz	2008	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
34,21	Weyer, Tyler	2007	LG Vulkaneifel	06.05.2023	Trier
33,16	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023	Koblenz

<b>Fünfkampf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
100 - WEI - KUG (5 kg) - HOC - 400					
3418	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27.10.2023	Kapstadt (RSA)
	11,39 (+1,4) - 6,56 (+2,1) - 14,85 - 1,70 - 54,80				
3345	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	02.09.2023	Hannover
	11,63 (-1,0) - 6,62 (+0,1) - 12,95 - 1,83 - 55,51				
2602	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	09.09.2023	Euskirchen
	12,37 (+0,2) - 5,52 (-0,5) - 10,58 - 1,64 - 57,03				
2459	Weyer, Tyler	2007	LG Vulkaneifel	01.07.2023	Konz
	12,66 (+1,1) - 5,31 (-1,5) - 10,49 - 1,65 - 58,39				

<b>Zehnkampf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
100 - WEI - KUG (5 kg) - HOC - 400    11H (914 mm) - DIS (1,5 kg) - STA - SPE (700 g) - 1K5					
6288	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	02./03.09.2023	Hannover
	11,63 (-1,0) - 6,62 (+0,1) - 12,95 - 1,83 - 55,51    15,12 (+0,2) - 40,09 - 3,30 - 48,21 - 5:20,20				
6269	von der Heyden, Daniel	2007	LG Rhein-Wied	27./28.10.2023	Kapstadt (RSA)
	11,39 (+1,4) - 6,56 (+2,1) - 14,85 - 1,70 - 54,80    16,19 (+3,3) - 37,14 - 3,70 - 45,87 - 5:16,21				

## Weibliche Jugend U18

### 100m Weibliche Jugend U18

12,01 (+1,4)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	22.07.2023	Rostock
12,39 (+0,4)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	08.07.2023	Mannheim
12,43 (+0,7)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	06.05.2023	Trier
12,69 (-1,1)	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	19.09.2023	Berlin
12,74 (+0,4)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
12,78 (+0,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
12,79 (+1,5)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Trier
12,86 (0,0)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
12,95 (+0,2)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
13,00 (+1,2)	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.06.2023	Diez

### 200m Weibliche Jugend U18

24,90 (+0,8)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	25.06.2023	Ulm
25,12 (+0,9)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	23.07.2023	Rostock
25,44 (+1,5)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	20.05.2023	Filderstadt
26,21 (+0,5)	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	14.05.2023	Neuwied
26,43 (+0,5)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.05.2023	Filderstadt
26,69 (+0,2)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	14.05.2023	Neuwied
26,87 (+0,5)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	06.05.2023	Trier
26,93 (+1,8)	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.06.2023	Diez
26,96 (-1,6)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
27,06 (-0,6)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	15.07.2023	Zweibrücken

### 400m Weibliche Jugend U18

56,44	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	14.05.2023	Neuwied
58,43	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	28.06.2023	Bernkastel-Kues
59,83	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2023	Koblenz
61,38	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	13.07.2023	Saarbrücken
63,15	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
63,74	Simon, Ann-Sophie	2006	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier
63,83	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	17.06.2023	Diez
64,04	Ateschrang, Emily	2006	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
64,13	Frieb-Preis, Madita	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2023	Koblenz
64,27	Strödter, Johanna	2006	LG Westerwald	20.05.2023	Wetzlar

### 800m Weibliche Jugend U18

2:20,79	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	11.06.2023	Ingelheim
2:21,68	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	05.07.2023	Pfungstadt
2:23,19	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	05.07.2023	Koblenz
2:23,44	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	03.09.2023	Hannover
2:24,69	Frieb-Preis, Madita	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	14.05.2023	Neuwied
2:25,04	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
2:27,15	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	18.06.2023	Luxemburg (LUX)
2:31,18	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	14.05.2023	Neuwied
2:35,29	Peerenboom, Charlotte	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
2:37,11	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin

### 1000m Weibliche Jugend U18

3:13,75	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	06.09.2023	Pfungstadt
3:33,2*	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:40,9*	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:53,2*	Bangert, Jana	2007	TV 1848 Oberstein	25.09.2023	Dieburg
3:55,2*	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	25.09.2023	Dieburg
3:59,1*	Weiß, Viona	2007	TV 1861 Bad Ems	08.06.2023	Koblenz

<b>1500m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
4:56,79	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	09.08.2023	Pfungstadt
5:36,60	Replinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	27.07.2023	Saarbrücken
5:48,20	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	22.04.2023	Wittlich
6:20,40	Sprünker, Lisa	2006	Athletic-Team Wittlich	22.04.2023	Wittlich

<b>3000m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
11:21,49	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	11.06.2023	Ingelheim
11:53,25	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	06.05.2023	Trier
12:07,29	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
12:22,15	Mohr, Laura	2007	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin

<b>5000m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
21:17,86	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	16.09.2023	Hachenburg

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
19:47	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	31.12.2023	Trier
20:05	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	24.09.2023	Diez
22:46	Spang, Maren	2005	TuS Fortuna 1884 Saarburg	31.12.2023	Trier
24:22	Laske, Maya Sophie	2007	Post-Sportverein Trier	31.12.2023	Trier
25:52	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf
27:35	Brösch, Marie	2005	LG Bernkastel/Wittlich	31.12.2022	Trier

<b>10km Straßenlauf</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
42:16	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	11.03.2023	Urmitz
42:54	Smolka, Lia	2008	LG Rhein-Wied	14.06.2023	Kastellaun
43:01	Replinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	11.11.2023	Langsur
45:52	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	11.03.2023	Urmitz
52:17	Engel, Eva	2009	LG Bernkastel/Wittlich	23.09.2023	Pronsfeld

<b>100m Hürden (762 mm)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
13,80 (-0,3)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	23.07.2023	Rostock
14,54 (-1,9)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.08.2023	Kreuztal
14,58 (-0,1)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	24.06.2023	Köln
15,64 (+0,3)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	23.04.2023	Konz
15,80 (0,0)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
16,00 (0,0)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	03.06.2023	Troisdorf
16,54 (+0,3)	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	23.04.2023	Konz
16,81 (-0,9)	Cordes, Maja	2007	LG Sieg	27.05.2023	Siegburg
17,24 (-0,2)	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
17,44 (-0,2)	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
17,44 (-0,2)	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz

<b>400m Hürden (762 mm)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
61,66	Schmitz, Mara Sophie	2007	LG Idar-Oberstein	22.07.2023	Rostock
65,57	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	15.07.2023	Zweibrücken
65,78	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	14.05.2023	Neuwied
79,15	Zavelberg, Isabella Maria	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023	Ingelheim

<b>2000m Hindernis (762 mm)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
7:48,47	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	08.09.2023	Trier

  

<b>4x100m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
50,41	Post-Sportverein Trier Thesen, Linda (2007); Schwind, Hannah (2007); Sonnenberg, Greta (2007); Moll, Marlene (2008);			15.07.2023	Zweibrücken
51,58	LG Rhein-Wied Brockner, Marie (2006); Peerenboom, Charlotte (2007); Ateschrang, Emily (2006); Medinger, Celina (2007);			25.06.2023	Ulm
53,01	LG Bernkastel/Wittlich Ambrosius, Anna (2007); Simon, Ann-Sophie (2006); Kahl, Livia (2007); Thomas, Lilian Sophie (2007);			06.05.2023	Trier
54,75	LG Kreis Ahrweiler Zatcha, Christine (2007); Hogen, Mia (2007); Zavelberg, Isabella Maria (2007); Müller, Lea (2007);			11.06.2023	Ingelheim

  

<b>3x800m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
8:20,84	LG Rhein-Wied Köhler, Laura (2007); Mohr, Laura (2007); Oehl, Laura (2008);			16.04.2023	Bad Ems

  

<b>Hochsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
1,68	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	04.06.2023	Püttlingen
1,60	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	16.08.2023	Meckenheim
1,60	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	02.09.2023	Hannover
1,59	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
1,55	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
1,53	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
1,52	Koppelkamm, Emma	2006	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier
1,49	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
1,47	Gansemer, Julie	2007	TuS Dierdorf 1893	23.04.2023	Diez
1,44	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	22.04.2023	Birkenfeld
1,44	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	09.09.2023	Euskirchen

  

<b>Stabhochsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
3,50	Schinke, Julia	2007	TuS 1908 Sohren	04.06.2023	Zweibrücken
2,50	Flach, Caroline	2006	TuS 1908 Sohren	15.07.2023	Zweibrücken

  

<b>Weitsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
5,78 (+0,9)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	02.07.2023	Konz
5,36 (0,0)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
5,27 (-0,4)	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	23.04.2023	Konz
5,27 (+1,2)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
5,19 (0,0)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	29.04.2023	Friedberg/HE
5,03 (-1,2)	Hofmann, Chayenne	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	22.07.2023	Wetzlar
5,03 (+0,9)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
4,92 (+0,2)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.05.2023	Trier
4,92 (+0,1)	Kammerl, Lara	2006	LG Sieg	06.05.2023	Trier
4,92 (+2,0)	Cordes, Maja	2007	LG Sieg	17.06.2023	Diez

  

<b>Dreisprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
9,85 (+0,3)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	17.09.2023	Brey
9,72 (+0,2)	Schäfer, Helen	2007	LG Westerwald	17.09.2023	Brey
9,42 (+1,4)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	22.09.2023	Ottweiler
9,35 (0,0)	Hofmann, Chayenne	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.05.2023	Trier

## Kugelstoß (3 kg)

## Weibliche Jugend U18

13,01	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
11,30	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023	Ingelheim
11,30	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	02.09.2023	Hannover
11,26	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier
11,10	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	01.07.2023	Konz
10,92	Weiß, Viona	2007	TV 1861 Bad Ems	06.05.2023	Trier
10,86	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.08.2023	Kreuztal
10,74	Zatcha, Christine	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023	Ingelheim
10,67	Denzin, Shana Lou	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	10.04.2023	Trier
10,19	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein

## Diskuswurf (1 kg)

## Weibliche Jugend U18

41,41	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	21.05.2023	Holzappel
29,12	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,87	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,25	Denzin, Shana Lou	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2023	Neuwied
23,55	Adam, Marie	2007	LG Sieg	11.06.2023	Ingelheim
23,22	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Trier
21,73	Scheel, Kim Maya	2006	LG Sieg	11.06.2023	Ingelheim
20,11	Genné, Paula	2006	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
19,98	Hoffmann, Rebecca	2006	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	21.05.2023	Holzappel
19,38	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	10.09.2023	Trier

## Hammerwurf (3 kg)

## Weibliche Jugend U18

30,69	Denzin, Shana Lou	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	29.04.2023	Bengel
30,31	Flach, Caroline	2006	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel

## Speerwurf (500 g)

## Weibliche Jugend U18

40,68	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	06.05.2023	Trier
36,38	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
35,89	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	30.09.2023	Idar-Oberstein
33,88	Schneider, Merle	2007	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Konz
33,38	Cordes, Maja	2007	LG Sieg	20.08.2023	Kreuztal
30,91	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	21.05.2023	Filderstadt
30,54	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	11.06.2023	Ingelheim
30,44	Thomas, Lilian Sophie	2007	LG Bernkastel/Wittlich	06.05.2023	Trier
29,70	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
29,40	Schmitz, Mia Louisa	2006	LG Idar-Oberstein	18.06.2023	Luxemburg (LUX)

<b>Vierkampf</b>		10H (762 mm) - HOC - KUG (3 kg) - 200		<b>Weibliche Jugend U18</b>	
3133	Servatius, Elenor 14,03 (+0,1) - 1,60 - 11,03 - 25,67 (+0,5)	2007	Athletic-Team Wittlich	02.09.2023	Hannover
2974	Schwind, Hannah 14,73 (-0,8) - 1,60 - 11,30 - 26,60 (+0,3)	2007	Post-Sportverein Trier	02.09.2023	Hannover
2809	Medinger, Celina 14,62 (+1,9) - 1,56 - 10,53 - 27,58 (+0,2)	2007	LG Rhein-Wied	20.05.2023	Filderstadt
2670	Schmitz, Mia Louisa 16,02 (0,0) - 1,53 - 9,11 - 25,61 (+0,2)	2006	LG Idar-Oberstein	17.06.2023	Luxemburg (LUX)
2326	Thomas, Lilian Sophie 17,44 (-0,2) - 1,53 - 10,65 - 29,04 (-2,3)	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
2206	Kahl, Livia 17,24 (-0,2) - 1,53 - 8,59 - 29,15 (-2,3)	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
2132	Zinn, Tiara 16,63 (+1,7) - 1,44 - 8,20 - 29,38 (0,0)	2006	LG Rhein-Wied	09.09.2023	Euskirchen
2104	Backes, Luisa Ella 17,93 (-0,4) - 1,41 - 7,88 - 27,23 (-3,5)	2007	TuS 1862 Kirn	01.07.2023	Konz
2031	Sonnenberg, Greta 17,58 (-0,4) - 1,35 - 8,81 - 28,58 (-3,5)	2007	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
2012	Cordes, Maja 16,84 (-1,9) - 1,33 - 8,60 - 29,47 (-0,9)	2007	LG Sieg	19.08.2023	Kreuztal

<b>Siebenkampf</b>		10H (762 mm) - HOC - KUG (3 kg) - 200    WEI - SPE (500 g) - 800		<b>Weibliche Jugend U18</b>	
5300	Servatius, Elenor 14,06 (-0,8) - 1,59 - 11,10 - 26,01 (-2,3)    5,78 (+0,9) - 39,54 - 2:24,19	2007	Athletic-Team Wittlich	01./02.07.2023	Konz
4728	Schwind, Hannah 14,70 (-0,8) - 1,56 - 10,75 - 26,49 (-2,3)    5,08 (+0,7) - 30,48 - 2:25,04	2007	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
4421	Schmitz, Mia Louisa 16,02 (0,0) - 1,53 - 9,11 - 25,61 (+0,2)    4,99 (-0,7) - 29,40 - 2:27,15	2006	LG Idar-Oberstein	17./18.06.2023	Luxemburg (LUX)
4263	Medinger, Celina 14,70 (-0,6) - 1,57 - 9,74 - 27,15 (0,0)    4,95 (0,0) - 29,87 - 2:51,3*	2007	LG Rhein-Wied	29./30.07.2023	Regensburg
3667	Thomas, Lilian Sophie 17,44 (-0,2) - 1,53 - 10,65 - 29,04 (-2,3)    4,56 (+1,0) - 27,66 - 2:49,73	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz
3548	Kahl, Livia 17,24 (-0,2) - 1,53 - 8,59 - 29,15 (-2,3)    4,40 (+0,9) - 27,88 - 2:46,39	2007	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz
3471	Cordes, Maja 16,84 (-1,9) - 1,33 - 8,60 - 29,47 (-0,9)    4,86 (+0,3) - 33,38 - 2:56,77	2007	LG Sieg	19./20.08.2023	Kreuztal
3431	Sonnenberg, Greta 17,58 (-0,4) - 1,35 - 8,81 - 28,58 (-3,5)    4,59 (0,0) - 26,41 - 2:42,90	2007	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
3379	Backes, Luisa Ella 17,93 (-0,4) - 1,41 - 7,88 - 27,23 (-3,5)    4,77 (0,0) - 23,43 - 2:53,92	2007	TuS 1862 Kirn	01./02.07.2023	Konz
3258	Weber, Antonia 17,80 (-0,4) - 1,26 - 9,40 - 29,17 (-1,0)    4,73 (+1,0) - 28,69 - 2:55,36	2006	LG Idar-Oberstein	01./02.07.2023	Konz

<b>Siebenkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U18</b>	
11345	Post-Sportverein Trier Schwind, Hannah (2007) - 4728; Sonnenberg, Greta (2007) - 3431; Moll, Marlene (2008) - 3186	01.07.2023	Konz
10429	Athletic-Team Wittlich Servatius, Elenor (2007) - 5300; Hees, Sara-Maxima (2008) - 2934; Merrem, Klara (2007) - 2195	01.07.2023	Konz
10035	LG Bernkastel/Wittlich Thomas, Lilian Sophie (2007) - 3667; Kahl, Livia (2007) - 3548; Licht, Christina (2006) - 2820	01.07.2023	Konz

## Männliche Jugend U16

<b>4x100m</b>		<b>Männliche Jugend U16</b>	
---------------	--	-----------------------------	--

4x100m		Männliche Jugend U16
46,30	LG Rhein-Wied Plenert Fabing, Samuel (2009); Überhofen, Maximilian (2008); Lehnart, Samuel (2008); Seibel, Noah (2009);	30.07.2023 Stuttgart
50,26	LG Rhein-Wied Kraus, Jasper (2008); Uffmann, Elias (2010); Veit, Philipp (2009); Godlewsky, Friedrich (2008);	10.06.2023 Koblenz
51,24	LG Bernkastel/Wittlich Götz, Cedric (2009); Hauth, Matthias (2008); Van der Eerden, Noel (2009); Klassen, Lennart (2009);	22.04.2023 Wittlich
51,60	LG Sieg Zöller, Marius (2008); Utzeri, Leo (2009); Neumann, Ben (2010); Hassel, Leo (2009);	14.05.2023 Neuwied
53,20	TG Konz Bach, Leonard (2009); Choppin, Maurice (2009); Hartmann, Vincent (2009); Duda, Noah (2009);	22.04.2023 Wittlich

3x1000m		Männliche Jugend U16
9:04,74	LG Rhein-Wied Veit, Philipp (2009); Henne, Sebastian (2009); Lehnart, Samuel (2008);	16.04.2023 Bad Ems
9:57,24	TG Konz Hartmann, Vincent (2009); Duda, Noah (2009); Choppin, Maurice (2009);	16.04.2023 Bad Ems
9:58,22	LG Rhein-Wied Tamke, Maro (2009); Pohl, Eric (2009); Plenert Fabing, Samuel (2009);	16.04.2023 Bad Ems

Vierkampf-Mannschaft		Männliche Jugend U16
9399	LG Bitburg-Prüm Bures, Jonathan (2008) - 1979; Huwer, Ritchie (2008) - 1946; Venz, Leander (2008) - 1942; Bretz, Nouel (2008) - 1830; Dahm, Felix (2009) - 1702	17.09.2023 Bitburg
7951	LG Rhein-Wied Godlewsky, Friedrich (2008) - 1935; Überhofen, Maximilian (2008) - 1883; Stiehler, Len Emilian (2009) - 1601; Carstens, Jona (2009) - 1491; Theisen, Tim (2009) - 1041	02.07.2023 Konz

Neunkampf-Mannschaft		Männliche Jugend U16
14290	LG Rhein-Wied Seibel, Noah (2009) - 5087; Lehnart, Samuel (2008) - 4710; Plenert Fabing, Samuel (2009) - 4493	01.09.2023 Hannover

Blockwettkampf-Mannschaft		Männliche Jugend U16
12539	LG Rhein-Wied Seibel, Noah (2009) - 2673; Lehnart, Samuel (2008) - 2577; Plenert Fabing, Samuel (2009) - 2501; Godlewsky, Friedrich (2008) - 2435; Veit, Philipp (2009) - 2353	07.05.2023 Hachenburg
10847	LG Bernkastel/Wittlich Klassen, Lennart (2009) - 2352; Weis, Wolf (2008) - 2293; Götz, Cedric (2009) - 2216; Van der Eerden, Noel (2009) - 2118; Görngen, Nils (2009) - 1868	07.05.2023 Hachenburg

## Jugend M15

100m		Jugend M15
12,05 (+0,3)	Lehnart, Samuel	2008 LG Rhein-Wied 01.07.2023 Konz
12,14 (+0,2)	Überhofen, Maximilian	2008 LG Rhein-Wied 10.06.2023 Koblenz
12,14 (0,0)	Pickard, Moritz	2008 LG Sieg 05.07.2023 Koblenz
12,34 (+0,3)	Zöller, Marius	2008 LG Sieg 09.07.2023 Dierdorf
12,47 (+1,1)	Pauly, Nicolas	2008 TG Konz 02.07.2023 Konz
12,67 (+1,1)	Steeb, Raphael	2008 LAZ Birkenfeld 28.06.2023 Bernkastel-Kues
12,78 (+0,9)	Huwer, Ritchie	2008 LG Bitburg-Prüm 17.09.2023 Bitburg
12,79 (+0,3)	Kraus, Jasper	2008 LG Rhein-Wied 09.07.2023 Dierdorf
12,98 (-0,2)	Wolf, Lasse	2008 TuS Katzenelnb.-Klingelb. 09.07.2023 Diez
13,01 (+1,1)	Venz, Leander	2008 LG Bitburg-Prüm 02.07.2023 Konz



<b>300m</b>					<b>Jugend M15</b>
38,75	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	29.05.2023	Mönchengladbach
40,47	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	10.05.2023	Simmern
40,61	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
40,88	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	22.04.2023	Wittlich
42,27	Hoppe, Maximilian	2008	TuS Fortuna 1884 Saarburg	14.05.2023	Neuwied
42,65	Wolf, Lasse	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.06.2023	Diez
43,01	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
43,09	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	22.04.2023	Wittlich
55,26	Mertini, Björn	2008	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
<b>800m</b>					<b>Jugend M15</b>
2:04,98	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	10.05.2023	Simmern
2:09,95	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
2:11,79	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.05.2023	Rehlingen
2:12,00	Bibow, Hendrik	2008	LG Boppard-Bad Salzig	11.06.2023	Ingelheim
2:14,47	Renk, Simon	2008	LG Sieg	15.07.2023	Zweibrücken
2:14,96	Pickard, Moritz	2008	LG Sieg	27.05.2023	Siegburg
2:15,49	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	20.07.2023	Saarbrücken
2:16,74	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	12.07.2023	Trebur
2:22,68	Fries, Lias Ben	2008	TV 1861 Bad Ems	26.08.2023	Urmitz
2:25,55	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	15.06.2023	Konz
<b>1000m</b>					<b>Jugend M15</b>
2:56,77	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2:56,81	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	16.09.2023	La Wantzenau (FRA)
3:10,9*	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
<b>2000m</b>					<b>Jugend M15</b>
6:17,99	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
6:28,60	Hoppe, Maximilian	2008	TuS Fortuna 1884 Saarburg	08.09.2023	Trier
6:32,16	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	08.09.2023	Trier
6:35,50	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	08.09.2023	Trier
7:08,21	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
<b>3000m</b>					<b>Jugend M15</b>
9:35,00	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.07.2023	Stuttgart
10:14,52	Hoppe, Maximilian	2008	TuS Fortuna 1884 Saarburg	18.06.2023	Aichach
10:39,27	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	09.08.2023	Pfungstadt
10:39,71	Kraus, Jasper	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend M15</b>
17:09	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Föhren
17:42	Hoppe, Maximilian	2008	TuS Fortuna 1884 Saarburg	08.10.2023	Föhren
18:13	Erhardt, Albert	2008	DJK Hasborn	08.10.2023	Föhren
18:29	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf
18:52	Rüb, Kolja	2008	RSG Montabaur	03.09.2023	Wallmerod
19:00	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	29.10.2023	Föhren
21:53	Dörle, Nils	2008	LG Kreis Ahrweiler	11.03.2023	Urmitz
22:41	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	11.03.2023	Urmitz

## 80m Hürden (838 mm) Jugend M15

11,27 (+0,5)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
11,77 (-1,5)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
12,59 (-1,5)	Hauth, Matthias	2008	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
13,59 (+0,2)	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
14,03 (-0,7)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
14,26 (+0,2)	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
15,09 (-0,1)	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
15,10 (-1,1)	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	14.05.2023	Neuwied

## 300m Hürden (838 mm) Jugend M15

41,45	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	30.07.2023	Stuttgart
-------	-----------------	------	---------------	------------	-----------

## 1500m Hindernis (762 mm) Jugend M15

4:57,70	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	29.07.2023	Stuttgart
5:15,13	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	10.06.2023	Koblenz

## Hochsprung Jugend M15

1,77	Bures, Jonathan	2008	LG Bitburg-Prüm	14.05.2023	Neuwied
1,73	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	14.05.2023	Neuwied
1,64	Venz, Leander	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
1,64	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1,61	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
1,56	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
1,56	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
1,54	Bretz, Nouel	2008	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
1,53	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
1,52	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	26.08.2023	Urmitz

## Stabhochsprung Jugend M15

3,30	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
------	-----------------	------	---------------	------------	----------

## Weitsprung Jugend M15

5,93 (+1,2)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,60 (+1,7)	Bures, Jonathan	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
5,38 (0,0)	Pickard, Moritz	2008	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
5,21 (+0,2)	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	23.04.2023	Konz
5,20 (+0,3)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
5,14 (+0,6)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
5,12 (+1,7)	Venz, Leander	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
5,04 (0,0)	Pfaffenberger, Moritz	2008	TV 1861 Bad Ems	14.05.2023	Neuwied
5,02 (+1,3)	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
5,02 (+0,2)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	09.07.2023	Dierdorf

## Dreisprung Jugend M15

11,14 (0,0)	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	17.09.2023	Brey
10,74 (-2,1)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg

## Kugelstoß (4 kg)

Jugend M15

12,33	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
11,25	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	22.04.2023	Wittlich
10,44	Renk, Simon	2008	LG Sieg	06.05.2023	Wetzlar
10,40	Hauth, Matthias	2008	LG Bernkastel/Wittlich	10.04.2023	Trier
10,26	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	09.09.2023	Bengel
10,17	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
10,02	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	29.05.2023	Mönchengladbach
9,80	Venz, Leander	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
9,53	Pickard, Moritz	2008	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
9,46	Bures, Jonathan	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz

## Diskuswurf (1 kg)

Jugend M15

39,07	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
32,38	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
27,64	Pfaffenberger, Moritz	2008	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
27,60	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
27,09	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	30.09.2023	Idar-Oberstein
26,73	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	26.03.2023	Koblenz
21,93	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
21,04	Renk, Simon	2008	LG Sieg	26.03.2023	Koblenz

## Speerwurf (600 g)

Jugend M15

45,88	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	17.06.2023	Aichach
40,75	Pfaffenberger, Moritz	2008	TV 1861 Bad Ems	15.07.2023	Zweibrücken
38,19	Renk, Simon	2008	LG Sieg	07.05.2023	Siegen
35,82	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
29,85	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
29,60	Bretz, Nouel	2008	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
28,99	Hauth, Matthias	2008	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
28,84	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	30.09.2023	Idar-Oberstein
27,84	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	18.06.2023	Prüm
27,09	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz

## Ballwurf (200 g)

Jugend M15

61,00	Renk, Simon	2008	LG Sieg	29.04.2023	Katzenelnbogen
56,00	Pfaffenberger, Moritz	2008	TV 1861 Bad Ems	29.04.2023	Katzenelnbogen
51,00	Knob, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
50,00	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Konz
43,50	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
43,00	Wolf, Lasse	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.04.2023	Katzenelnbogen
43,00	Wolf, Malte	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.04.2023	Katzenelnbogen

<b>Vierkampf</b>		100 - WEI - HOC - KUG (4 kg)			<b>Jugend M15</b>
2105	Lehnart, Samuel 12,06 (+0,4) - 5,83 (0,0) - 1,59 - 8,88	2008	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
2027	Godlewsky, Friedrich 13,06 (+0,3) - 5,20 (-1,2) - 1,64 - 10,06	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
2020	Bures, Jonathan 13,30 (+1,1) - 5,60 (+1,7) - 1,64 - 9,46	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
2010	Venz, Leander 13,01 (+1,1) - 5,12 (+1,7) - 1,64 - 9,80	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz
1949	Pickard, Moritz 12,40 (0,0) - 5,38 (0,0) - 1,38 - 9,53	2008	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
1946	Huwer, Ritchie 12,78 (+0,9) - 4,89 (+0,6) - 1,50 - 9,98	2008	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
1903	Knob, Theo 13,49 (+0,6) - 5,02 (+1,3) - 1,56 - 9,39	2008	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
1883	Überhofen, Maximilian 12,20 (+1,1) - 5,14 (+0,6) - 1,44 - 7,53	2008	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
1881	Pauly, Nicolas 12,47 (+1,1) - 4,91 (+1,7) - 1,36 - 9,44	2008	TG Konz	02.07.2023	Konz
1830	Bretz, Nouel 13,39 (+0,9) - 4,97 (0,0) - 1,54 - 7,97	2008	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg

<b>Neunkampf</b>		100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC    80H (838 mm) - DIS (1 kg) - STA - SPE (600 g) - 1K0			<b>Jugend M15</b>
4710	Lehnart, Samuel 12,06 (+0,4) - 5,83 (0,0) - 8,88 - 1,59    11,67 (-1,4) - 25,89 - 3,30 - 23,63 - 2:56,77	2008	LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - HOC - SPE (600 g)			<b>Jugend M15</b>
2577	Lehnart, Samuel 12,45 (-0,3) - 12,08 (-0,7) - 5,17 (-1,1) - 1,60 - 24,53	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2435	Godlewsky, Friedrich 13,28 (-0,3) - 14,03 (-0,7) - 5,18 (+0,3) - 1,56 - 29,85	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2182	Kunz, Julian 13,91 (-0,3) - 15,41 (-0,7) - 4,61 (0,0) - 1,56 - 20,46	2008	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0			<b>Jugend M15</b>
2291	Knob, Theo 13,71 (-0,2) - 13,59 (+0,2) - 4,86 (0,0) - 51,00 - 7:08,21	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
2194	Hehn, Julius 13,69 (-0,2) - 14,26 (+0,2) - 4,56 (-0,2) - 43,50 - 7:04,55	2008	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - KUG (4 kg) - DIS (1 kg)			<b>Jugend M15</b>
2348	Überhofen, Maximilian 12,32 (-0,3) - 12,73 (-0,1) - 4,86 (+0,3) - 8,06 - 21,93	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2293	Weis, Wolf 14,09 (-0,3) - 15,09 (-0,1) - 4,49 (+0,2) - 11,11 - 30,73	2008	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg

## Jugend M14

				<b>Jugend M14</b>
<b>100m</b>				
12,26 (-0,1)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023 Hannover
12,46 (+1,1)	Duda, Noah	2009	TG Konz	20.07.2023 Saarbrücken
12,53 (-0,3)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023 Hannover
12,61 (0,0)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	16.09.2023 Hachenburg
12,65 (+0,6)	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	16.08.2023 Meckenheim
12,89 (+0,4)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023 Neuwied
13,01 (-0,2)	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023 Zweibrücken
13,08 (+0,2)	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	10.06.2023 Koblenz
13,09 (+1,1)	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	28.06.2023 Bernkastel-Kues
13,24 (-0,7)	Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	06.09.2023 Westerbürg
<b>300m</b>				
43,56	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	22.04.2023 Wittlich
45,41	Eckstein, Leonard	2009	Diezer TSK Oranien	28.10.2023 Diez
46,00	Baranowski, Felix	2009	Diezer TSK Oranien	28.10.2023 Diez
46,73	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023 Bernkastel-Kues
52,56	Kaiser, Chris	2009	TuS Dierdorf 1893	17.06.2023 Diez
<b>800m</b>				
2:05,23	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
2:15,79	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	15.07.2023 Zweibrücken
2:19,16	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	26.08.2023 Urmitz
2:20,87	Surdyk, Tim	2009	LA TuS Mayen	24.05.2023 Mayen
2:22,30	Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	24.05.2023 Mayen
2:22,91	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	20.07.2023 Saarbrücken
2:25,0*	Choppin, Maurice	2009	TG Konz	18.06.2023 Prüm
2:25,58	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023 Friedrichsthal
2:27,56	Künster, Louis	2009	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2023 Koblenz
2:30,33	Ruth, Mika	2009	VfR Baumholder	15.07.2023 Zweibrücken
<b>1000m</b>				
3:06,21	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	24.04.2023 Köln
3:07,06	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	02.07.2023 Konz
3:17,04	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	02.07.2023 Konz
3:18,02	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	02.07.2023 Konz
3:18,46	Künster, Louis	2009	TSV Moselfeuer Lehmen	21.04.2023 Ochtendung
3:23,44	Choppin, Maurice	2009	TG Konz	02.07.2023 Konz
<b>2000m</b>				
6:29,65	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	08.09.2023 Trier
6:36,11	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023 Hachenburg
6:58,52	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	08.09.2023 Trier
6:59,71	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	08.09.2023 Trier
8:12,60	Löhfelm, Moritz	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023 Bernkastel-Kues
8:18,24	Salzer, Hannes Richard	2009	LG Westerwald	07.05.2023 Hachenburg
<b>3000m</b>				
9:46,56	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
10:05,54	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	18.06.2023 Aichach
10:21,75	Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	15.07.2023 Zweibrücken
10:24,30	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	18.06.2023 Aichach
11:06,97	Pohl, Eric	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
11:39,62	Choppin, Maurice	2009	TG Konz	23.04.2023 Konz

## 5km Straßenlauf

Jugend M14

17:44	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
18:29	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	11.03.2023	Urmitz
18:44	Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
18:48	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	05.03.2023	Leverkusen
20:13	Dockter, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	08.10.2023	Föhren
20:26	Pohl, Eric	2009	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
24:22	Salzer, Hannes Richard	2009	LG Westerwald	11.02.2023	Dornburg
25:51	Hirt, Lasse	2009	LLG Hunsrück	19.03.2023	Bad Kreuznach
25:56	Geisinger, Maximilian	2009	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf

## 80m Hürden (838 mm)

Jugend M14

11,70 (+0,4)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Aichach
12,90 (-0,2)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
12,94 (-0,2)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	14.05.2023	Neuwied
13,23 (-0,1)	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	07.05.2023	Hachenburg
13,57 (-0,8)	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
13,78 (-0,1)	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
13,83 (-0,8)	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
14,65 (-1,2)	Theisen, Tim	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
15,43 (-0,5)	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
15,49 (-0,8)	Duda, Noah	2009	TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
15,49 (+0,4)	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg

## 3000m Bahngehen

Jugend M14

16:46,36	Kellen, Jakob	2009	Diezer TSK Oranien	24.09.2023	Neuss
----------	---------------	------	--------------------	------------	-------

## Hochsprung

Jugend M14

1,62	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
1,62	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
1,62	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	17.09.2023	Bitburg
1,60	Duda, Noah	2009	TG Konz	17.06.2023	Aichach
1,56	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1,52	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	16.08.2023	Meckenheim
1,50	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
1,48	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
1,48	Dockter, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
1,46	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	17.09.2023	Bitburg

## Stabhochsprung

Jugend M14

3,50	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2,60	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2,46	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	03.09.2023	Bad Ems
1,90	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	02.07.2023	Konz
1,70	Choppin, Maurice	2009	TG Konz	02.07.2023	Konz

## Weitsprung

Jugend M14

5,92 (+0,1)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,31 (+1,2)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
5,21 (-0,6)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	27.05.2023	Siegburg
5,18 (+0,1)	Dahm, Felix	2009	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
5,12 (0,0)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023	Neuwied
4,95 (0,0)	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
4,92 (-1,0)	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	23.04.2023	Konz
4,91 (-1,9)	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
4,89 (-0,1)	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	17.09.2023	Bitburg
4,86 (0,0)	Duda, Noah	2009	TG Konz	14.05.2023	Neuwied

## Kugelstoß (4 kg)

Jugend M14

13,51	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
11,76	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
11,08	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
10,46	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	11.07.2023	Wittlich
10,23	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	07.10.2023	Villmar
9,51	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
9,41	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	14.05.2023	Neuwied
9,05	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	02.07.2023	Konz
8,87	Ruth, Mika	2009	VfR Baumholder	15.07.2023	Zweibrücken
8,85	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
8,85	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	09.09.2023	Elz

## Diskuswurf (1 kg)

Jugend M14

38,38	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	01.08.2023	Eppstein
36,09	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
33,27	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
31,67	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	09.09.2023	Bengel
30,65	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
25,62	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	09.09.2023	Elz
25,50	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
23,03	Bach, Leonard	2009	TG Konz	10.09.2023	Trier
20,78	Van der Eerden, Noel	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
20,25	Buhs, Philipp	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel

## Speerwurf (600 g)

Jugend M14

42,59	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
34,58	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
32,64	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
29,65	German, Milow	2009	LG Bitburg-Prüm	22.04.2023	Wittlich
28,50	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
28,22	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
26,67	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
26,62	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
23,46	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
22,33	Baranowski, Felix	2009	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel

## Ballwurf (200 g)

Jugend M14

43,50	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
42,00	Baranowski, Felix	2009	Diezer TSK Oranien	29.04.2023	Katzenelnbogen
36,50	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
36,50	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	22.09.2023	Ottweiler
35,00	Bach, Leonard	2009	TG Konz	22.09.2023	Ottweiler
31,00	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	15.06.2023	Konz
30,00	Salzer, Hannes Richard	2009	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg

<b>Vierkampf</b>		100 - WEI - HOC - KUG (4 kg)		<b>Jugend M14</b>	
2282	Seibel, Noah 12,26 (-0,1) - 5,77 (0,0) - 1,62 - 13,51	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
2078	Plenert Fabing, Samuel 12,53 (-0,3) - 5,21 (0,0) - 1,62 - 10,35	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
1949	Hassel, Leo 12,61 (0,0) - 4,97 (-0,4) - 1,50 - 9,51	2009	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
1939	Klassen, Lennart 13,18 (+1,2) - 4,46 (0,0) - 1,50 - 11,76	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1889	Hoffmann, Gregor 12,90 (-0,9) - 4,89 (-0,1) - 1,50 - 8,92	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	17.09.2023	Bitburg
1828	Götz, Cedric 13,46 (+0,6) - 4,50 (+1,4) - 1,44 - 10,29	2009	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
1771	Knob, Johan 13,60 (-0,9) - 4,36 (+0,6) - 1,62 - 7,60	2009	Post-Sportverein Trier	17.09.2023	Bitburg
1764	Hering, Andrik 13,48 (+0,6) - 4,61 (+2,0) - 1,40 - 9,05	2009	TuS Jahn Argenthal	02.07.2023	Konz
1702	Hartmann, Vincent 13,77 (-0,9) - 4,42 (0,0) - 1,46 - 7,96	2009	TG Konz	17.09.2023	Bitburg
1702	Dahm, Felix 13,31 (+1,2) - 4,80 (+0,2) - 1,38 - 7,23	2009	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg

<b>Neunkampf</b>		100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC    80H (838 mm) - DIS (1 kg) - STA - SPE (600 g) - 1K0		<b>Jugend M14</b>	
5087	Seibel, Noah 12,26 (-0,1) - 5,77 (0,0) - 13,51 - 1,62    11,70 (+0,1) - 32,34 - 3,50 - 42,59 - 3:08,02	2009	LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover
4493	Plenert Fabing, Samuel 12,53 (-0,3) - 5,21 (0,0) - 10,35 - 1,62    13,89 (+0,7) - 30,45 - 2,60 - 32,45 - 3:20,01	2009	LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover
3559	Hartmann, Vincent 13,90 (-0,8) - 4,23 (+0,9) - 7,37 - 1,41    16,56 (+1,1) - 18,01 - 1,90 - 20,20 - 3:17,04	2009	TG Konz	01./02.07.2023	Konz
3024	Choppin, Maurice 15,47 (-0,8) - 3,68 (+0,2) - 5,65 - 1,29    16,31 (+1,6) - 13,79 - 1,70 - 12,68 - 3:23,44	2009	TG Konz	01./02.07.2023	Konz

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - HOC - SPE (600 g)		<b>Jugend M14</b>	
2501	Plenert Fabing, Samuel 12,87 (-0,4) - 13,24 (-0,8) - 5,05 (0,0) - 1,52 - 33,22	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2352	Klassen, Lennart 13,08 (-0,3) - 13,57 (-0,8) - 4,16 (0,0) - 1,56 - 28,50	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
2254	Duda, Noah 12,88 (-0,3) - 15,49 (-0,8) - 4,79 (-0,9) - 1,56 - 17,79	2009	TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
2096	Hering, Andrik 13,68 (-0,4) - 15,43 (-0,5) - 4,33 (0,0) - 1,36 - 23,46	2009	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
1994	Kaufmann, Manuel 15,24 (-0,4) - 14,39 (-0,5) - 4,33 (-0,6) - 1,40 - 18,50	2009	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1940	Stiehler, Len Emilian 14,11 (-0,3) - 15,83 (-0,8) - 4,12 (+0,1) - 1,36 - 15,57	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1868	Görgen, Nils 15,07 (-0,4) - 16,10 (-0,5) - 4,02 (-0,2) - 1,32 - 18,77	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1845	Knob, Johan 13,25 (-0,3) - aufg. (-0,5) - 4,74 (+0,1) - 1,52 - 22,14	2009	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg



<b>Blockwettkampf Lauf</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0	<b>Jugend M14</b>	
2353	Veit, Philipp 13,18 (-0,3) - 13,83 (-0,8) - 4,95 (0,0) - 43,50 - 6:36,11	2009 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1965	Löcher, Jonas 15,06 (-0,3) - 16,21 (-0,8) - 3,93 (0,0) - 36,50 - 6:37,31	2009 LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
1955	Hartmann, Vincent 13,62 (-0,3) - 16,23 (-0,8) - 4,37 (0,0) - 28,00 - 7:31,77	2009 TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
1825	Salzer, Hannes Richard 13,97 (-0,3) - 16,14 (-0,8) - 3,91 (0,0) - 30,00 - 8:18,24	2009 LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - KUG (4 kg) - DIS (1 kg)	<b>Jugend M14</b>	
2673	Seibel, Noah 12,53 (-0,3) - 12,18 (-0,1) - 5,39 (+0,1) - 10,69 - 34,20	2009 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2337	Hoffmann, Gregor 13,04 (-0,3) - 13,23 (-0,1) - 4,58 (+0,4) - 8,78 - 28,17	2009 SpVgg. 04/13 Burgbrohl	07.05.2023	Hachenburg
2216	Götz, Cedric 13,84 (-0,3) - 15,76 (-0,1) - 4,33 (+0,3) - 9,82 - 30,65	2009 LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
2118	Van der Eerden, Noel 13,43 (-0,3) - 15,67 (-0,1) - 4,75 (+0,2) - 8,54 - 20,78	2009 LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg

## Weibliche Jugend U16

<b>5km-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>	
1:09:28	Diezer TSK Oranien Seifert, Vivien (2008) - 22:57; Lüderitz, Leni (2008) - 23:11; Preußner, Lucy (2008) - 23:20	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
1:12:21	LG Bernkastel/Wittlich Simon, Maria (2010) - 22:27; Richter, Julia (2009) - 24:52; Engel, Eva (2009) - 25:02	11.03.2023	Urmitz

<b>4x100m</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>	
49,25	LG Rhein-Wied Karst, Johanna (2008); Götz, Lotta (2008); Eichhorn, Lena (2008); Schmidt, Lina (2009);	29.07.2023	Stuttgart
52,45	LG Rhein-Wied Lemke, Lisa Sophie (2008); Schmitt, Amelie (2008); Meuter, Lotta (2009); Franz, Mira (2009);	16.09.2023	Berlin
52,69	LG Bernkastel/Wittlich Discher, Emma (2009); Selbach, Hanna (2008); Rabiejan Harati, Emilia (2009); Götz, Katharina (2009);	28.06.2023	Bernkastel-Kues
53,01	LAZ Birkenfeld Schneider, Johanna (2008); Nolden, Imke (2008); Jansen, Nora (2008); Schmidt, Lene (2008);	14.05.2023	Neuwied
53,07	Post-Sportverein Trier Mattern, Friederike (2008); Stohmann, Hannah (2008); Schmitt, Lotte (2009); Blasius, Hannah (2009);	28.06.2023	Bernkastel-Kues

<b>4x100m</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
53,38	LG Rhein-Wied Babel, Jule (2008); Stein, Eva-Fabienne (2009); Weber, Svea (2010); Kopietz, Michelle (2010);	14.05.2023 Neuwied
53,81	TG Konz Weirich, Anna (2009); Karges, Anna (2009); Laux, Rosalie (2009); Grundhöfer, Sophie (2008);	14.05.2023 Neuwied
54,01	LG Kreis Ahrweiler Sachs, Jette (2009); Leimkühler, Elise (2009); Jünger, Clara (2009); Köning, Lisa (2008);	15.07.2023 Zweibrücken
55,06	Diezer TSK Oranien Garaboa, Luisa (2010); Hohnel, Franziska (2008); Dittmar, Charlotte (2008); Schilk, Julia (2008);	18.06.2023 Diez
57,39	TuS Dierdorf 1893 Schrading, Simone (2008); Marker, Johanna (2009); Kessel, Anna (2009); Schüler, Lina (2009);	09.07.2023 Dierdorf

<b>3x800m</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
7:46,52	Post-Sportverein Trier Schmitt, Lotte (2009); Stohmann, Hannah (2008); Mattern, Friederike (2008);	16.04.2023 Bad Ems
7:59,60	LG Rhein-Wied Böckmann, Leonie (2008); Auer, Lara (2008); Eichhorn, Lena (2008);	16.04.2023 Bad Ems
8:01,35	TG Konz Vandenbussche, Julie (2009); Wagner, Nele (2010); Vandenbussche, Emie (2011);	16.04.2023 Bad Ems
8:02,46	RSG Montabaur Eulberg, Solea (2008); Solbach, Emilia (2009); Bäcker, Lucie (2009);	16.04.2023 Bad Ems
8:29,07	LG Kreis Ahrweiler Wilhein, Julia (2010); Jünger, Clara (2009); Leimkühler, Helene (2009);	16.04.2023 Bad Ems
8:42,32	Diezer TSK Oranien Lüderitz, Leni (2008); Preußner, Lucy (2008); Hohnel, Franziska (2008);	16.04.2023 Bad Ems
8:43,89	Diezer TSK Oranien Garaboa, Luisa (2010); Seifert, Vivien (2008); Dittmar, Charlotte (2008);	18.06.2023 Diez
9:08,87	LG Bernkastel/Wittlich Simon, Maria (2010); Richter, Julia (2009); Engel, Eva (2009);	16.04.2023 Bad Ems

<b>Siebenkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
10554	LG Rhein-Wied Schmitt, Amelie (2008) - 3541; Götz, Lotta (2008) - 3512; Böckmann, Leonie (2008) - 3501	01.09.2023 Hannover
9273	Post-Sportverein Trier Mattern, Friederike (2008) - 3119; Schmitt, Lotte (2009) - 3083; Stohmann, Hannah (2008) - 3071	01.07.2023 Konz
9186	LG Bernkastel/Wittlich Trossen, Xenia (2009) - 3152; Discher, Emma (2009) - 3096; Selbach, Hanna (2008) - 2938	01.07.2023 Konz

<b>Vierkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
9703	LG Rhein-Wied Böckmann, Leonie (2008) - 2095; Schmitt, Amelie (2008) - 2092; Stein, Eva-Fabienne (2009) - 1949; Franz, Mira (2009) - 1866; Schreiber, Solveig (2008) - 1701	09.07.2023 Dierdorf
9322	LG Bernkastel/Wittlich Trossen, Xenia (2009) - 1945; Discher, Emma (2009) - 1939; Selbach, Hanna (2008) - 1879; Rabiejan Harati, Emilia (2009) - 1830; Götz, Katharina (2009) - 1729	17.09.2023 Bitburg
8781	Post-Sportverein Trier Mattern, Friederike (2008) - 1886; Schwind, Elisabeth (2010) - 1845; Schmitt, Lotte (2009) - 1731; Stohmann, Hannah (2008) - 1726; Blasius, Hannah (2009) - 1593	17.09.2023 Bitburg
8296	LG Bitburg-Prüm Munzel, Victoria (2008) - 1821; Heyn, Henrike (2009) - 1652; Gieretz, Finja (2008) - 1648; Kranz, Marie (2008) - 1624; Heyn, Sontje (2009) - 1551	02.07.2023 Konz

Blockwettkampf-Mannschaft			Weibliche Jugend U16	
12476	LG Rhein-Wied Schmitt, Amelie (2008) - 2510; Götz, Lotta (2008) - 2500; Eichhorn, Lena (2008) - 2497; Böckmann, Leonie (2008) - 2491; Stein, Eva-Fabienne (2009) - 2478		07.05.2023	Hachenburg
11814	LG Rhein-Wied Lemke, Lisa Sophie (2008) - 2462; Schmidt, Lina (2009) - 2397; Karst, Johanna (2008) - 2352; Franz, Mira (2009) - 2303; Monschauer, Johanna (2008) - 2300		07.05.2023	Hachenburg
11212	Post-Sportverein Trier Schmitt, Lotte (2009) - 2320; Stohmann, Hannah (2008) - 2314; Mattern, Friederike (2008) - 2299; Moll, Marlene (2008) - 2170; Koch, Katharina (2008) - 2109		07.05.2023	Hachenburg
11002	LG Bernkastel/Wittlich Discher, Emma (2009) - 2309; Trossen, Xenia (2009) - 2241; Selbach, Hanna (2008) - 2167; Kalles, Theresa (2009) - 2151; Rabiejan Harati, Emilia (2009) - 2134		07.05.2023	Hachenburg
9978	LG Rhein-Wied Oehl, Laura (2008) - 2264; Meuter, Lotta (2009) - 2211; Stieber, Aglaia (2009) - 1997; Babel, Jule (2008) - 1902; El Barkouki, Manal (2008) - 1604		07.05.2023	Hachenburg

## Jugend W15

100m					Jugend W15
12,73 (+0,2)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	10.05.2023	Simmern
12,91 (+0,4)	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
12,95 (+1,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
13,17 (+0,7)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
13,36 (+0,2)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
13,38 (+0,4)	Lemke, Lisa Sophie	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
13,39 (-0,1)	Köning, Lisa	2008	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
13,53 (+0,3)	Oehl, Laura	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
13,54 (0,0)	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.07.2023	Saarbrücken
13,55 (+0,2)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	10.05.2023	Simmern

300m					Jugend W15
41,64	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	10.05.2023	Simmern
43,76	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
44,14	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	30.04.2023	Neuss
44,36	Oehl, Laura	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
44,60	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	10.05.2023	Simmern
44,76	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.04.2023	Katzenelnbogen
45,23	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	24.09.2023	Limburg
45,84	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
46,33	Selbach, Hanna	2008	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
46,51	Babel, Jule	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken

800m					Jugend W15
2:15,76	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	29.07.2023	Stuttgart
2:16,40	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.07.2023	Stuttgart
2:33,49	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
2:34,34	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	05.07.2023	Koblenz
2:34,68	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2:35,17	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
2:36,65	Seifert, Vivien	2008	Diezer TSK Oranien	14.05.2023	Neuwied
2:37,65	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
2:37,66	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
2:38,48	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	10.05.2023	Simmern

1000m					Jugend W15
3:13,15	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.09.2023	Pfungstadt
3:26,22	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)
3:48,4*	Selbach, Hanna	2008	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:58,9*	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	08.06.2023	Koblenz
4:00,88	Pervetica, Emma Matilda	2008	DJK Ochtendung	21.04.2023	Ochtendung
4:21,94	Rübenach, Colleen	2008	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	21.04.2023	Ochtendung

2000m				Jugend W15
7:23,26	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	08.09.2023 Trier
7:29,14	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	08.09.2023 Trier
7:29,44	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	15.07.2023 Zweibrücken
7:39,90	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	07.05.2023 Hachenburg
7:41,93	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	08.09.2023 Trier
7:42,35	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023 Hachenburg
8:01,09	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023 Hachenburg
8:20,52	Preußner, Lucy	2008	Diezer TSK Oranien	07.05.2023 Hachenburg
8:46,33	Lüderitz, Leni	2008	Diezer TSK Oranien	07.05.2023 Hachenburg

3000m				Jugend W15
11:16,84	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	10.05.2023 Simmern
11:21,61	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023 Neuwied
11:58,20	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
12:46,38	Auer, Lara	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
12:48,42	Oehl, Laura	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin

5km Straßenlauf				Jugend W15
20:20	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	08.10.2023 Föhren
20:39	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	23.09.2023 Pronsfeld
20:47	Biehl, Lucie	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	24.09.2023 Diez
21:08	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	03.09.2023 Trier
21:08	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
22:57	Seifert, Vivien	2008	Diezer TSK Oranien	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
23:11	Lüderitz, Leni	2008	Diezer TSK Oranien	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
23:20	Preußner, Lucy	2008	Diezer TSK Oranien	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
23:51	Pervetica, Emma Matilda	2008	DJK Ochtendung	02.07.2023 Köln
24:15	Eulberg, Solea	2008	RSG Montabaur	24.09.2023 Diez

80m Hürden (762 mm)				Jugend W15
11,99 (-0,4)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	17.06.2023 Aichach
12,17 (+0,9)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Aichach
12,37 (+0,4)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	10.06.2023 Koblenz
12,75 (-0,1)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Aichach
12,88 (-2,3)	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	22.04.2023 Wittlich
12,93 (-0,4)	Lemke, Lisa Sophie	2008	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Aichach
12,96 (-0,1)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Aichach
12,98 (-0,3)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	07.05.2023 Hachenburg
13,13 (-0,3)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023 Neuwied
13,28 (-0,3)	Oehl, Laura	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023 Hachenburg

300m Hürden (762 mm)				Jugend W15
45,23	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	29.07.2023 Stuttgart
48,63	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	17.06.2023 Aichach
48,64	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	15.07.2023 Zweibrücken
51,29	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	29.05.2023 Mannheim
52,03	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied
52,74	Babel, Jule	2008	LG Rhein-Wied	29.05.2023 Mönchengladbach
53,27	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023 Neuwied

<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend W15</b>
1,64	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	16.08.2023	Meckenheim
1,60	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	23.04.2023	Bingen
1,56	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	16.08.2023	Meckenheim
1,52	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1,52	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
1,49	Lemke, Lisa Sophie	2008	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
1,48	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1,48	Köning, Lisa	2008	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
1,48	Grundhöfer, Sophie	2008	TG Konz	15.06.2023	Konz
1,48	Eulberg, Solea	2008	RSG Montabaur	20.06.2023	Koblenz
1,48	Hees, Sara-Maxima	2008	Athletic-Team Wittlich	19.09.2023	Berlin
1,48	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)

<b>Stabhochsprung</b>					<b>Jugend W15</b>
3,13	Betzing, Hanna	2008	TuS 1908 Sohren	18.07.2023	Darmstadt
2,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
2,50	Neuls, Lisa	2008	TuS 1908 Sohren	14.05.2023	Neuwied

<b>Weitsprung</b>					<b>Jugend W15</b>
5,31 (+0,5)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
5,29 (-0,1)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
5,25 (+1,0)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
5,11 (+0,1)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	07.05.2023	Hachenburg
5,05 (+1,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	28.05.2023	Limburgerhof
4,95 (+0,1)	Munzel, Victoria	2008	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
4,94 (+1,3)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	28.05.2023	Limburgerhof
4,91 (0,0)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,89 (0,0)	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	29.04.2023	Villmar
4,85 (+0,2)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover

<b>Dreisprung</b>					<b>Jugend W15</b>
10,86 (0,0)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
10,51 (0,0)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	14.05.2023	Neuwied
9,45 (-1,3)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Jugend W15</b>
11,85	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	28.05.2023	Limburgerhof
10,94	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	01.06.2023	Betzdorf
10,65	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	30.09.2023	Idar-Oberstein
10,47	Pitzen, Lotta	2008	LG Koblenz-Rhens	14.05.2023	Neuwied
10,26	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	05.07.2023	Koblenz
9,78	Haubrich, Melina	2008	LG Sieg	27.05.2023	Siegburg
9,53	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	01.04.2023	Idar-Oberstein
9,50	Selbach, Hanna	2008	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
9,47	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
9,43	Wetzel, Lina	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	22.04.2023	Selters/Ts.

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Jugend W15</b>	
33,63	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	18.06.2023	Aichach
32,40	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Leichlingen
30,59	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	30.09.2023	Idar-Oberstein
25,14	Wetzel, Lina	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	17.06.2023	Diez
23,97	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	15.07.2023	Zweibrücken
23,24	Thommes, Hannah	2008	LG Bitburg-Prüm	14.05.2023	Neuwied
22,27	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
21,91	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	10.09.2023	Trier
19,15	Wolf, Emma	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	07.10.2023	Villmar
18,51	Pitzen, Lotta	2008	LG Koblenz-Rhens	26.03.2023	Koblenz

<b>Hammerwurf (3 kg)</b>				<b>Jugend W15</b>	
29,02	Wetzel, Lina	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	09.09.2023	Elz
24,06	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	22.07.2023	Zweibrücken
22,50	Wolf, Emma	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	22.04.2023	Selters/Ts.

<b>Speerwurf (500 g)</b>				<b>Jugend W15</b>	
36,52	Lemke, Lisa Sophie	2008	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
33,15	Vollmer, Mona	2008	Athletic-Team Wittlich	22.04.2023	Wittlich
31,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
28,70	Gerstenschläger, Nina	2008	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,57	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	24.06.2023	Köln
27,44	Hees, Sara-Maxima	2008	Athletic-Team Wittlich	21.05.2023	Filderstadt
27,14	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	28.05.2023	Limburgerhof
27,12	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)
25,34	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
25,13	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied

<b>Ballwurf (200 g)</b>				<b>Jugend W15</b>	
42,50	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	07.05.2023	Hachenburg
42,50	Bayray, Lidya	2008	LG Rhein-Wied	20.06.2023	Koblenz
35,50	Wolf, Emma	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	29.04.2023	Katzenelnbogen
31,00	Pagenkopf, Lena	2008	TG Konz	15.06.2023	Konz
30,00	Preußner, Lucy	2008	Diezer TSK Oranien	07.05.2023	Hachenburg
28,50	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
27,50	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
27,50	Lüderitz, Leni	2008	Diezer TSK Oranien	07.05.2023	Hachenburg
27,00	Neuneier, Caroline	2008	LG Koblenz-Rhens	26.04.2023	Brey
26,00	Schmitt, Marleen	2008	Silvesterlauf Trier	15.06.2023	Konz

<b>Vierkampf</b>		100 - WEI - HOC - KUG (3 kg)		<b>Jugend W15</b>	
2095	Böckmann, Leonie 14,06 (-0,6) - 5,29 (-0,1) - 1,60 - 10,12	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
2092	Schmitt, Amelie 13,36 (+0,2) - 4,69 (+0,2) - 1,52 - 11,50	2008	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
2063	Schmidt, Lene 12,82 (+3,0) - 4,92 (0,0) - 1,60 - 7,81	2008	LAZ Birkenfeld	23.04.2023	Bingen
1913	Köning, Lisa 13,43 (-1,3) - 4,47 (+1,5) - 1,44 - 8,95	2008	LG Kreis Ahrweiler	02.07.2023	Konz
1886	Mattern, Friederike 14,04 (-0,4) - 4,62 (0,0) - 1,46 - 8,79	2008	Post-Sportverein Trier	17.09.2023	Bitburg
1879	Selbach, Hanna 14,16 (0,0) - 4,38 (0,0) - 1,46 - 9,50	2008	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1849	Nolden, Imke 13,55 (+3,0) - 4,86 (0,0) - 1,40 - 7,29	2008	LAZ Birkenfeld	23.04.2023	Bingen
1834	Karst, Johanna 13,21 (-1,3) - 4,21 (+0,8) - 1,32 - 9,13	2008	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
1832	Schwan, Luzia 13,59 (+0,6) - 4,80 (+0,6) - 1,22 - 9,82	2008	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
1821	Munzel, Victoria 13,83 (-1,3) - 4,70 (+1,0) - 1,36 - 8,15	2008	LG Bitburg-Prüm	02.07.2023	Konz

<b>Siebenkampf</b>		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC    80H (762 mm) - SPE (500 g) - 800		<b>Jugend W15</b>	
3559	Schmitt, Amelie 13,67 (0,0) - 4,79 (+0,6) - 11,35 - 1,54    12,99 (-0,4) - 28,46 - 2:40,16	2008	LG Rhein-Wied	01./02.07.2023	Konz
3512	Götz, Lotta 13,03 (-0,9) - 5,04 (0,0) - 9,38 - 1,46    12,61 (-0,9) - 22,82 - 2:34,68	2008	LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover
3509	Eichhorn, Lena 13,22 (+0,6) - 5,25 (+1,0) - 7,33 - 1,48    12,43 (-0,4) - 21,46 - 2:21,99	2008	LG Rhein-Wied	01./02.07.2023	Konz
3501	Böckmann, Leonie 14,67 (-0,5) - 4,84 (0,0) - 9,85 - 1,58    13,06 (-1,5) - 31,29 - 2:35,17	2008	LG Rhein-Wied	01./02.09.2023	Hannover
3119	Mattern, Friederike 14,45 (+1,4) - 4,56 (+0,6) - 7,89 - 1,33    14,36 (-1,0) - 26,85 - 2:38,94	2008	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
3071	Stohmann, Hannah 13,62 (0,0) - 4,48 (+0,4) - 7,70 - 1,33    13,78 (-0,4) - 14,89 - 2:37,46	2008	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
2938	Selbach, Hanna 14,08 (+0,7) - 4,40 (+1,6) - 8,43 - 1,39    16,62 (+2,0) - 19,19 - 2:56,06	2008	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz
2828	Gerstenschläger, Nina 14,71 (+1,4) - 4,02 (+1,8) - 7,38 - 1,33    15,89 (+2,0) - 24,86 - 3:01,83	2008	LG Idar-Oberstein	01./02.07.2023	Konz
2808	Haubrich, Melina 14,49 (0,0) - 4,31 (+0,4) - 7,84 - 1,24    15,78 (-1,2) - 22,84 - 3:06,64	2008	LG Sieg	09./10.09.2023	Euskirchen

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>			100 - 80H (762 mm) - WEI - HOC - SPE (500 g)		<b>Jugend W15</b>
2500	Götz, Lotta	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	13,09 (+0,3) - 12,74 (+0,2) - 4,81 (-0,6) - 1,52 - 16,13				
2497	Eichhorn, Lena	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	13,17 (+0,7) - 12,53 (+0,2) - 4,90 (+0,1) - 1,40 - 20,87				
2491	Böckmann, Leonie	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	14,46 (-0,1) - 13,20 (+0,2) - 4,70 (-0,8) - 1,56 - 27,11				
2462	Lemke, Lisa Sophie	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	13,52 (-0,1) - 13,07 (-0,1) - 4,49 (0,0) - 1,40 - 28,12				
2409	Nolden, Imke	2008 LAZ Birkenfeld	07.05.2023	Hachenburg	
	13,68 (-0,1) - 12,98 (-0,3) - 4,40 (0,0) - 1,44 - 22,21				
2352	Karst, Johanna	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	13,16 (+0,3) - 12,95 (-0,1) - 4,22 (0,0) - 1,48 - 13,18				
2317	Köning, Lisa	2008 LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg	
	13,39 (-0,1) - 13,55 (+0,2) - 4,00 (0,0) - 1,48 - 16,80				
2310	Hees, Sara-Maxima	2008 Athletic-Team Wittlich	07.05.2023	Hachenburg	
	13,83 (+0,3) - 15,47 (-0,1) - 4,57 (+0,4) - 1,40 - 26,61				
2299	Mattern, Friederike	2008 Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg	
	14,28 (+0,7) - 13,67 (-0,3) - 4,32 (+0,2) - 1,40 - 23,26				
2264	Oehl, Laura	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	13,53 (+0,3) - 13,28 (-0,3) - 4,76 (-0,5) - 1,44 - 8,35				

<b>Blockwettkampf Lauf</b>			100 - 80H (762 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0		<b>Jugend W15</b>
2660	Schmidt, Lene	2008 LAZ Birkenfeld	07.05.2023	Hachenburg	
	12,97 (-0,3) - 12,34 (-0,4) - 5,11 (+0,1) - 42,50 - 7:39,90				
2314	Stohmann, Hannah	2008 Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg	
	13,87 (-0,3) - 13,58 (-0,4) - 4,50 (+1,6) - 27,50 - 7:42,35				
2170	Moll, Marlene	2008 Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg	
	14,37 (-0,3) - 14,85 (-0,4) - 4,34 (-0,7) - 28,50 - 8:01,09				
2075	Preußner, Lucy	2008 Diezer TSK Oranien	07.05.2023	Hachenburg	
	14,10 (-0,3) - 16,07 (-0,4) - 3,95 (+1,1) - 30,00 - 8:20,52				
1964	Lüderitz, Leni	2008 Diezer TSK Oranien	07.05.2023	Hachenburg	
	15,10 (-0,3) - 17,77 (-0,4) - 4,64 (0,0) - 27,50 - 8:46,33				

<b>Blockwettkampf Wurf</b>			100 - 80H (762 mm) - WEI - KUG (3 kg) - DIS (1 kg)		<b>Jugend W15</b>
2510	Schmitt, Amelie	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	14,13 (-0,7) - 13,05 (-0,2) - 4,66 (+0,8) - 11,19 - 28,69				
2300	Monschauer, Johanna	2008 LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg	
	13,87 (-0,7) - 13,39 (-0,2) - 5,24 (-0,3) - 7,77 - 17,46				

## Jugend W14

<b>100m</b>			<b>Jugend W14</b>	
13,11 (-0,6)	Meuter, Lotta	2009 LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
13,29 (-1,3)	Franzmann, Emma	2009 TuS 1862 Kirn	02.07.2023	Konz
13,35 (0,0)	Trossen, Xenia	2009 LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
13,37 (-0,5)	Schmidt, Lina	2009 LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
13,44 (+0,2)	Ostermann, Franziska	2009 LG Bitburg-Prüm	15.07.2023	Zweibrücken
13,45 (-0,7)	Franz, Mira	2009 LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
13,61 (+1,4)	Jünger, Clara	2009 LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023	Diez
13,74 (+0,1)	Laux, Rosalie	2009 TG Konz	18.06.2023	Aichach
13,75 (+0,2)	Blasius, Hannah	2009 Post-Sportverein Trier	15.07.2023	Zweibrücken
13,76 (0,0)	Rabiejjan Harati, Emilia	2009 LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg



300m				Jugend W14	
46,20	Laux, Rosalie	2009	TG Konz	23.04.2023	Konz
46,61	Karges, Anna	2009	TG Konz	28.06.2023	Bernkastel-Kues
47,43	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	17.06.2023	Diez
47,44	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	29.05.2023	Mönchengladbach
48,62	Schneider, Mathilda	2009	LG Sieg	12.08.2023	Finnentrop
49,07	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	28.06.2023	Bernkastel-Kues
49,48	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	17.06.2023	Diez
49,58	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	17.06.2023	Diez
49,68	Drexler, Hanna	2009	TG Konz	23.04.2023	Konz
50,16	Münch, Mia	2009	LG Sieg	12.08.2023	Finnentrop

800m				Jugend W14	
2:26,76	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	26.08.2023	Urmitz
2:32,82	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	20.07.2023	Saarbrücken
2:36,91	Hamm, Loreen	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
2:37,03	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	24.05.2023	Mayen
2:37,06	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	22.04.2023	Wittlich
2:39,57	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	02.07.2023	Konz
2:42,61	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	10.06.2023	Koblenz
2:44,18	Münch, Mia	2009	LG Sieg	26.08.2023	Urmitz
2:44,91	Engel, Giovanna	2009	TG Konz	22.04.2023	Wittlich
2:46,57	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	24.05.2023	Mayen

1000m				Jugend W14	
3:34,2*	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:35,13	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)
3:37,7*	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:40,4*	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	25.09.2023	Dieburg
3:43,5*	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	25.09.2023	Dieburg
3:50,3*	Fischer, Isabel	2010	Diezer TSK Oranien	25.09.2023	Dieburg
4:07,6*	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	08.06.2023	Koblenz
4:13,2*	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	25.09.2023	Dieburg
4:23,8*	Hertrich, Mia	2009	TV 1848 Oberstein	08.06.2023	Koblenz
4:51,0*	Mathy, Aliah	2009	TuS Roland Brey	08.06.2023	Koblenz

2000m				Jugend W14	
7:05,68	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	08.09.2023	Trier
7:30,91	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	18.06.2023	Aichach
7:38,21	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	18.06.2023	Aichach
7:58,33	Wihl, Lisa	2009	TuS Mosella Schweich	08.09.2023	Trier
8:03,98	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
9:06,30	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
9:08,69	Engel, Eva	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
9:18,44	Holzhäuser, Lara	2009	Diezer TSK Oranien	07.05.2023	Hachenburg
9:20,94	Schmidt-Nechl, Viktoria	2009	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Eppelheim

3000m				Jugend W14	
11:14,60	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	14.05.2023	Neuwied
11:20,45	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	26.08.2023	Urmitz
11:35,59	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	23.04.2023	Konz
12:11,81	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
12:24,03	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	10.06.2023	Koblenz
12:40,80	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	14.05.2023	Neuwied
15:31,72	Leimkühler, Elise	2009	LG Kreis Ahrweiler	10.06.2023	Koblenz

## 5km Straßenlauf

Jugend W14

18:43	Bäcker, Lucie	2009	RSG Montabaur	13.05.2023	Bad Ems
20:49	Wihl, Lisa	2009	TuS Mosella Schweich	11.03.2023	Urmitz
20:53	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochendung	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
20:59	Solbach, Emilia	2009	RSG Montabaur	11.03.2023	Urmitz
21:21	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	18.03.2023	Schweich
21:53	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	11.03.2023	Urmitz
22:06	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
23:09	Engel, Giovanna	2009	TG Konz	18.03.2023	Schweich
23:36	Münch, Mia	2009	LG Sieg	31.12.2023	München
24:52	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	11.03.2023	Urmitz

## 80m Hürden (762 mm)

Jugend W14

12,72 (+1,3)	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Aichach
13,04 (-0,9)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.05.2023	Siegburg
13,09 (0,0)	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Aichach
13,28 (-0,9)	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	02.09.2023	Hannover
13,45 (-0,6)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	15.07.2023	Zweibrücken
13,53 (-1,0)	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
13,62 (-1,0)	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
13,76 (-1,0)	Weirich, Anna	2009	TG Konz	14.05.2023	Neuwied
13,88 (+0,6)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	30.09.2023	Diekirch (LUX)
14,10 (+0,2)	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg

## 300m Hürden (762 mm)

Jugend W14

62,77	Hennemann, Victoria	2009	TG Konz	09.05.2023	Rehlingen
65,86	Stein, Amelie	2009	TG Konz	09.05.2023	Rehlingen

## Hochsprung

Jugend W14

1,54	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
1,53	Müller, Paulina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
1,53	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
1,53	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	17.06.2023	Diez
1,52	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1,52	Rabiejan Harati, Emilia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
1,50	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1,46	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	26.08.2023	Urmitz
1,45	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
1,45	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	01.07.2023	Konz

## Weitsprung

Jugend W14

5,20 (+1,4)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
5,00 (0,0)	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,94 (-0,3)	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,85 (+0,3)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	23.06.2023	Remagen
4,83 (+0,7)	Weirich, Anna	2009	TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
4,79 (+0,3)	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	23.04.2023	Diez
4,75 (+0,5)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	15.07.2023	Zweibrücken
4,71 (+1,2)	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	28.05.2023	Limburgerhof
4,68 (+0,7)	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	23.06.2023	Remagen
4,63 (+0,2)	Heyn, Henrike	2009	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
4,63 (+0,4)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	02.07.2023	Konz

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W14

10,62	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	01.09.2023	Hannover
10,11	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
10,02	Rabiejan Harati, Emilia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023	Koblenz
8,94	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
8,78	Weirich, Anna	2009	TG Konz	22.04.2023	Wittlich
8,78	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
8,76	Götz, Katharina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
8,72	Mathy, Aliah	2009	TuS Roland Brey	26.04.2023	Brey
8,53	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
8,39	Müller, Paulina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken

## Diskuswurf (1 kg)

Jugend W14

24,75	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.05.2023	Neuwied
23,98	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
23,61	Rabiejan Harati, Emilia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
20,53	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
20,45	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023	Neuwied
19,73	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	07.05.2023	Hachenburg
18,05	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	10.06.2023	Koblenz
17,24	Nied, Neele Malin	2009	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
17,03	Weirich, Anna	2009	TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
16,20	Brusius, Anna Katharina	2009	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein

## Speerwurf (500 g)

Jugend W14

35,01	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	29.05.2023	Limburgerhof
27,98	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	14.05.2023	Neuwied
26,69	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	14.05.2023	Neuwied
26,40	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	15.07.2023	Zweibrücken
25,92	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
24,01	Bandel, Benita	2009	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
23,75	Rabiejan Harati, Emilia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	30.09.2023	Idar-Oberstein
23,31	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
22,68	Discher, Emma	2009	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
21,73	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

## Ballwurf (200 g)

Jugend W14

46,00	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	26.08.2023	Nieukerk
39,50	Mathy, Aliah	2009	TuS Roland Brey	17.09.2023	Brey
37,50	Ludwig, Benita	2009	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.04.2023	Katzenelnbogen
37,00	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Konz
36,50	Bandel, Benita	2009	TV 1861 Bad Ems	29.04.2023	Katzenelnbogen
33,00	Müller, Paulina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Konz
29,00	Schmidt-Nechl, Viktoria	2009	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Eppelheim
27,50	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
26,50	Klotz, Finja	2009	TuS Roland Brey	26.04.2023	Brey
23,00	Hennemann, Victoria	2009	TG Konz	22.09.2023	Ottweiler

<b>Vierkampf</b>		100 - WEI - HOC - KUG (3 kg)			<b>Jugend W14</b>
1949	Stein, Eva-Fabienne 14,03 (+1,2) - 4,56 (-0,1) - 1,48 - 10,21	2009	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1945	Trossen, Xenia 13,35 (0,0) - 4,61 (0,0) - 1,50 - 8,33	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1940	Jünger, Clara 13,50 (+2,1) - 4,78 (-0,4) - 1,48 - 8,34	2009	LG Kreis Ahrweiler	02.07.2023	Konz
1939	Discher, Emma 13,91 (0,0) - 4,74 (0,0) - 1,50 - 8,94	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1907	Rabiejan Harati, Emilia 13,60 (+2,1) - 4,62 (+2,1) - 1,44 - 8,73	2009	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
1866	Franz, Mira 13,45 (-0,7) - 4,52 (-1,2) - 1,52 - 6,75	2009	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1846	Meuter, Lotta 13,58 (+2,1) - 4,86 (+0,8) - 1,40 - 7,29	2009	LG Rhein-Wied	02.07.2023	Konz
1845	Schwind, Elisabeth 14,01 (0,0) - 4,08 (0,0) - 1,50 - 8,67	2010	Post-Sportverein Trier	17.09.2023	Bitburg
1827	Müller, Paulina 14,43 (+3,7) - 4,23 (0,0) - 1,52 - 8,30	2009	LG Bernkastel/Wittlich	02.07.2023	Konz
1770	Sachs, Jette 13,72 (+2,1) - 4,63 (+0,4) - 1,40 - 6,49	2009	LG Kreis Ahrweiler	02.07.2023	Konz

<b>Siebenkampf</b>		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC    80H (762 mm) - SPE (500 g) - 800			<b>Jugend W14</b>
3402	Stein, Eva-Fabienne 13,95 (+0,6) - 4,71 (+1,2) - 10,13 - 1,45    13,50 (+0,5) - 35,01 - 2:51,98	2009	LG Rhein-Wied	28./29.05.2023	Limburgerhof
3152	Trossen, Xenia 13,68 (+0,7) - 4,75 (+1,2) - 7,65 - 1,39    13,62 (-1,0) - 20,96 - 2:50,72	2009	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz
3144	Reinhard, Maja 14,30 (+1,4) - 4,31 (+1,0) - 8,05 - 1,45    14,34 (+2,0) - 25,80 - 2:45,44	2009	LG Kreis Ahrweiler	01./02.07.2023	Konz
3096	Discher, Emma 14,15 (0,0) - 4,63 (+1,0) - 8,55 - 1,42    15,12 (-1,0) - 22,68 - 2:52,36	2009	LG Bernkastel/Wittlich	01./02.07.2023	Konz
3083	Schmitt, Lotte 13,99 (+1,4) - 4,69 (+0,4) - 6,78 - 1,39    14,63 (-1,0) - 21,40 - 2:39,57	2009	Post-Sportverein Trier	01./02.07.2023	Konz
2960	Höch, Marlene 14,68 (+0,5) - 4,51 (+0,8) - 7,51 - 1,44    15,80 (-2,2) - 21,61 - 2:54,94	2009	LG Sieg	09./10.09.2023	Euskirchen
2730	Wiesemann, Zoey 14,43 (+1,4) - 3,88 (+0,5) - 6,42 - 1,18    14,15 (-0,2) - 17,88 - 2:52,51	2010	Athletic-Team Wittlich	01./02.07.2023	Konz
2712	Bandel, Benita 15,23 (+0,6) - 4,08 (+1,0) - 5,57 - 1,30    15,13 (+2,0) - 19,91 - 2:51,93	2009	TV 1861 Bad Ems	01./02.07.2023	Konz

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		100 - 80H (762 mm) - WEI - HOC - SPE (500 g)	<b>Jugend W14</b>	
2478	Stein, Eva-Fabienne	2009 LG Rhein-Wied 13,95 (0,0) - 13,41 (-0,1) - 4,52 (0,0) - 1,48 - 30,07	07.05.2023	Hachenburg
2397	Schmidt, Lina	2009 LG Rhein-Wied 13,51 (0,0) - 13,47 (+0,3) - 4,47 (0,0) - 1,44 - 21,73	07.05.2023	Hachenburg
2309	Discher, Emma	2009 LG Bernkastel/Wittlich 13,94 (-0,1) - 14,10 (+0,2) - 4,04 (0,0) - 1,52 - 20,10	07.05.2023	Hachenburg
2304	Reinhard, Maja	2009 LG Kreis Ahrweiler 14,37 (-0,2) - 14,78 (-0,1) - 4,51 (0,0) - 1,40 - 27,83	07.05.2023	Hachenburg
2303	Franz, Mira	2009 LG Rhein-Wied 13,89 (-0,1) - 13,19 (+0,2) - 3,97 (+0,2) - 1,48 - 17,62	07.05.2023	Hachenburg
2289	Jünger, Clara	2009 LG Kreis Ahrweiler 14,34 (+1,1) - 13,36 (+0,1) - 4,53 (+0,4) - 1,40 - 18,82	03.10.2023	Siegen
2241	Trossen, Xenia	2009 LG Bernkastel/Wittlich 13,92 (-0,2) - 13,77 (-0,1) - 4,29 (0,0) - 1,36 - 18,36	07.05.2023	Hachenburg
2211	Meuter, Lotta	2009 LG Rhein-Wied 13,58 (-0,2) - 15,08 (+0,2) - 4,48 (+0,4) - 1,40 - 15,23	07.05.2023	Hachenburg
2151	Kalles, Theresa	2009 LG Bernkastel/Wittlich 14,75 (-0,1) - 15,52 (+0,2) - 4,25 (0,0) - 1,40 - 21,59	07.05.2023	Hachenburg
2097	Höch, Marlene	2009 LG Sieg 14,71 (-0,1) - 16,05 (-0,1) - 4,40 (+0,3) - 1,40 - 17,01	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		100 - 80H (762 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0	<b>Jugend W14</b>	
2340	Schmitt, Lotte	2009 Post-Sportverein Trier 14,22 (+0,2) - 14,44 (+0,8) - 4,74 (+1,0) - 43,00 - 8:15,87	20.08.2023	Duisburg
1892	Schmidt-Nechl, Viktoria	2009 LG Kreis Ahrweiler 14,89 (+0,4) - 16,53 (+0,7) - 3,78 (-0,1) - 29,00 - 9:20,94	07.05.2023	Eppelheim
1780	Holzhäuser, Lara	2009 Diezer TSK Oranien 14,74 (-0,2) - 17,03 (-0,4) - 3,86 (-0,3) - 17,50 - 9:18,44	07.05.2023	Hachenburg
1769	Richter, Julia	2009 LG Bernkastel/Wittlich 15,29 (-0,2) - 19,63 (-0,4) - 3,77 (+2,2) - 27,50 - 9:06,30	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		100 - 80H (762 mm) - WEI - KUG (3 kg) - DIS (1 kg)	<b>Jugend W14</b>	
2185	Weirich, Anna	2009 TG Konz 13,89 (-0,1) - 14,19 (+0,2) - 4,83 (+0,7) - 7,35 - 17,03	07.05.2023	Hachenburg
2134	Rabiejan Harati, Emilia	2009 LG Bernkastel/Wittlich 13,89 (-0,1) - 14,43 (+0,2) - 3,92 (-1,3) - 8,53 - 17,94	07.05.2023	Hachenburg
2010	Marker, Johanna	2009 TuS Dierdorf 1893 14,55 (-0,1) - 15,77 (+0,2) - 3,84 (+0,2) - 7,93 - 19,73	07.05.2023	Hachenburg
1999	Götz, Katharina	2009 LG Bernkastel/Wittlich 14,33 (-0,1) - 15,79 (+0,2) - 4,08 (0,0) - 8,47 - 13,93	07.05.2023	Hachenburg
1997	Stieber, Aglaia	2009 LG Rhein-Wied 14,78 (-0,1) - 15,62 (+0,2) - 3,93 (-0,4) - 8,06 - 18,24	07.05.2023	Hachenburg

## Männliche Jugend U14

4x75m	<b>Männliche Jugend U14</b>			
-------	-----------------------------	--	--	--

<b>4x75m</b>		<b>Männliche Jugend U14</b>
40,67	Post-Sportverein Trier Braun, Moritz (2010); Rademacher, Gabriel (2010); Metz, Benedikt (2010); Gemke, Oskar (2010);	01.07.2023 Konz
41,48	LG Rhein-Wied Roos, Emil (2010); Oster, Leo (2010); Damm, Leon (2011); Kummer, Marc-Noël (2010);	09.07.2023 Dierdorf
42,10	TuS Dierdorf 1893 Kneutgen, Runar (2011); Rudolph, Matias (2010); Krischer, Niklas (2010); Salma, Elias (2011);	09.07.2023 Dierdorf
42,15	LG Bernkastel/Wittlich Zahu, Vlad (2010); Griebeler, Oskar (2010); Lehnertz, Maximilian (2011); Glesius, Philipp (2011);	01.07.2023 Konz
42,98	LG Sieg Blum, David (2011); Möller, Luis (2010); Neumann, Ben (2010); van der Zwaag, Mats (2011);	10.06.2023 Koblenz
43,60	LG Lahn-Aar-Esterau Brünner, Aart (2010); Herpel, Malte (2011); Geschwind, Rafael (2010); Schiele, Noah (2011);	18.06.2023 Diez
46,97	TG Konz Hartmann, Samuel (2011); Lutz, Philipp (2011); Heisler, Marlon (2010); Francois, Leonard-Philippe (2011);	01.07.2023 Konz
47,62	LG Rhein-Wied Weiler, Justus (2012); Buhr, Vincent (2012); Karst, Julius (2011); Kollig, Timo (2011);	01.10.2023 Neuwied
48,18	LG Rhein-Wied Landen, Bela (2012); Strauß, Julian (2011); Lenz, Lukas (2010); Roth, Romeo (2010);	09.07.2023 Dierdorf
<b>3x800m</b>		<b>Männliche Jugend U14</b>
7:59,70	LG Sieg Stock, Lennart (2010); Knie, Julius (2010); van der Zwaag, Mats (2011);	16.04.2023 Bad Ems
8:39,11	Post-Sportverein Trier Metz, Benedikt (2010); Koch, Simon (2011); Gemke, Oskar (2010);	16.04.2023 Bad Ems
8:48,39	LG Rhein-Wied Damm, Leon (2011); Kollig, Timo (2011); Roth, Romeo (2010);	16.04.2023 Bad Ems
8:57,84	TuS Dierdorf 1893 Knaupe, David Digafu (2011); Kneutgen, Runar (2011); Rudolph, Matias (2010);	18.06.2023 Diez
9:14,25	LG Lahn-Aar-Esterau Schiele, Noah (2011); Herpel, Malte (2011); Geschwind, Rafael (2010);	18.06.2023 Diez
<b>Dreikampf-Mannschaft</b>		<b>Männliche Jugend U14</b>
5858	LG Bernkastel/Wittlich Griebeler, Oskar (2010) - 1243; Lehnertz, Maximilian (2011) - 1215; Hajek, David (2011) - 1158; Zahu, Vlad (2010) - 1147; Porn, Maximilian (2011) - 1095	17.09.2023 Bitburg
5594	Post-Sportverein Trier Rademacher, Gabriel (2010) - 1220; Metz, Benedikt (2010) - 1184; Gemke, Oskar (2010) - 1156; Rademacher, Raphael (2010) - 1032; Braun, Moritz (2010) - 1002	01.07.2023 Konz
5158	TuS Dierdorf 1893 Rudolph, Matias (2010) - 1190; Krischer, Niklas (2010) - 1067; Salma, Elias (2011) - 1037; Kneutgen, Runar (2011) - 949; Lehmann, Luis (2010) - 915	09.07.2023 Dierdorf
4837	LG Lahn-Aar-Esterau Brünner, Aart (2010) - 1379; Geschwind, Rafael (2010) - 1079; Schiele, Noah (2011) - 966; Herpel, Malte (2011) - 758; Habon, Liam (2011) - 655	09.07.2023 Diez
4460	TG Konz Weber, Matthias (2011) - 947; Heisler, Marlon (2010) - 938; Hartmann, Samuel (2011) - 898; Lebesmühlbacher, Leon (2011) - 870; Lutz, Philipp (2011) - 807	01.07.2023 Konz
4131	LG Bernkastel/Wittlich Glesius, Philipp (2011) - 869; Eifel, Lennox (2011) - 844; Weber, Ben (2011) - 830; Gippert, Maximilian (2011) - 796; Hardt, Johannes (2011) - 792	17.09.2023 Bitburg
4121	LG Rhein-Wied Roth, Romeo (2010) - 886; Damm, Leon (2011) - 852; Kollig, Timo (2011) - 834; Sommer, Phillip (2011) - 781; Lenz, Lukas (2010) - 768	09.07.2023 Dierdorf
<b>Vierkampf-Mannschaft</b>		<b>Männliche Jugend U14</b>
6835	TuS Dierdorf 1893 Rudolph, Matias (2010) - 1552; Krischer, Niklas (2010) - 1429; Salma, Elias (2011) - 1355; Lehmann, Luis (2010) - 1255; Kneutgen, Runar (2011) - 1244	09.07.2023 Dierdorf
6494	LG Lahn-Aar-Esterau Brünner, Aart (2010) - 1774; Geschwind, Rafael (2010) - 1496; Schiele, Noah (2011) - 1317; Herpel, Malte (2011) - 1017; Habon, Liam (2011) - 890	09.07.2023 Diez



## Blockwettkampf-Mannschaft

## Männliche Jugend U14

9464	LG Bernkastel/Wittlich Hajek, David (2011) - 2035; Griebeler, Oskar (2010) - 1984; Zahu, Vlad (2010) - 1939; Lehnertz, Maximilian (2011) - 1803; Haase, Nicolas (2010) - 1703	07.05.2023	Hachenburg
8518	Post-Sportverein Trier Metz, Benedikt (2010) - 1948; Gemke, Oskar (2010) - 1891; Hertel, Julian (2010) - 1725; Jäckels, Jonas (2010) - 1511; Braun, Moritz (2010) - 1443	07.05.2023	Hachenburg
7797	LG Rhein-Wied Uffmann, Elias (2010) - 2398; Hartmann, Ben (2012) - 1411; Kollig, Timo (2011) - 1351; Sommer, Phillip (2011) - 1326; Roth, Romeo (2010) - 1311	07.05.2023	Hachenburg

## Jugend M13

### 75m

### Jugend M13

9,73	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	22.07.2023	Wetzlar
9,77	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
10,29	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Diez
10,30	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
10,35	Roos, Emil	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
10,39	Tackmann, Ruben	2010	LG Westerwald	17.06.2023	Diez
10,41	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
10,2*	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
10,54	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	26.08.2023	Urmitz
10,3*	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm

### 800m

### Jugend M13

2:19,80	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
2:25,96	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
2:27,68	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
2:31,28	Stock, Lennart	2010	LG Sieg	28.05.2023	Siegburg
2:34,57	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
2:41,58	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
2:42,79	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
2:43,40	Gemke, Oskar	2010	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
2:44,0*	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	18.06.2023	Prüm
2:45,43	Zahu, Vlad	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz

### 2000m

### Jugend M13

7:21,56	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
7:44,27	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
8:05,05	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
8:20,12	Gemke, Oskar	2010	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier

### 5km Straßenlauf

### Jugend M13

18:28	Teusch, Jonas	2009	LG Bernkastel/Wittlich	01.11.2022	Hockenheim
20:27	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	08.10.2023	Föhren
20:46	Roth, Leon	2010	DJK Hasborn	08.10.2023	Föhren
20:55	Schwarzer, Johan	2010	LG Kreis Ahrweiler	05.03.2023	Leverkusen
21:08	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	08.10.2023	Föhren
21:29	Radunski, Noel	2010	LG Idar-Oberstein	19.03.2023	Bad Kreuznach
21:41	Stock, Lennart	2010	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf
22:02	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	18.03.2023	Schweich
22:16	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	24.09.2023	Diez
22:32	Wagener, Joschua	2010	Diezer TSK Oranien	24.09.2023	Diez



## 60m Hürden (762 mm)

Jugend M13

9,23	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	01.10.2023	Neuwied
10,14	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
10,2*	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
10,3*	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg
10,81	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	10.06.2023	Koblenz
10,8*	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
11,14	Gemke, Oskar	2010	Post-Sportverein Trier	10.06.2023	Koblenz
11,22	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	18.06.2023	Diez
11,0*	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
11,77	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg

## Hochsprung

Jugend M13

1,56	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
1,44	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1,42	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	09.07.2023	Diez
1,38	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	18.06.2023	Prüm
1,38	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.07.2023	Diez
1,36	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1,35	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	23.04.2023	Diez
1,35	Wagener, Joschua	2010	Diezer TSK Oranien	23.04.2023	Diez
1,34	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	26.08.2023	Urmitz
1,34	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg

## Weitsprung Zone

Jugend M13

5,44	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	23.06.2023	Remagen
5,30	Roos, Emil	2010	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
5,21	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	05.08.2023	Villmar
5,07	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
4,94	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
4,93	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	01.07.2023	Konz
4,69	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,69	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	18.07.2023	Bad Bergzabern
4,63	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	26.08.2023	Urmitz
4,59	Zahu, Vlad	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend M13

12,72	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	17.09.2023	Brey
10,99	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
10,71	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf
9,92	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	09.09.2023	Bengel
9,27	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
9,06	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	06.09.2023	Westerburg
8,91	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	30.09.2023	Idar-Oberstein
8,88	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
8,01	Huwig, Phil	2010	VfR Baumholder	08.10.2023	Überherrn
7,55	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm

## Diskuswurf (750 g)

Jugend M13

40,20	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	22.04.2023	Selters/Ts.
33,98	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	09.09.2023	Elz
28,97	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	01.10.2023	Neuwied
27,17	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
23,98	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	30.09.2023	Idar-Oberstein
23,21	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
18,12	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
17,14	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
14,13	Lenz, Lukas	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
11,81	Harrington, Leon	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel

## Speerwurf (400 g)

Jugend M13

32,33	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	26.03.2023	Koblenz
31,04	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
26,70	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	30.09.2023	Idar-Oberstein
23,15	Ludwig, Leon	2010	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
22,61	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	21.05.2023	Holzappel
22,16	Zahu, Vlad	2010	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
20,91	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
19,83	Hertel, Julian	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
18,80	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
18,68	Huwig, Phil	2010	VfR Baumholder	08.10.2023	Überherrn

## Ballwurf (200 g)

Jugend M13

51,00	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
47,00	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Diez
46,00	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	16.09.2023	Hachenburg
43,50	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.07.2023	Diez
42,50	Huwig, Phil	2010	VfR Baumholder	22.09.2023	Ottweiler
41,00	Hees, Finn Simon	2010	Athletic-Team Wittlich	15.06.2023	Konz
40,50	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg
40,00	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	17.09.2023	Netphen
38,50	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
38,50	Möller, Luis	2010	LG Sieg	17.09.2023	Netphen

## Dreikampf

75M - WEZ - BAL (200 g)

Jugend M13

1467	Jüris, Lorenz 9,92 - 5,32 - 51,00	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.07.2023	Konz
1379	Brünner, Aart 10,15 - 5,14 - 43,50	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.07.2023	Diez
1296	Roos, Emil 10,35 - 4,91 - 37,50	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1271	Schneider, Toni 10,37 - 4,50 - 40,50	2010	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg
1263	Rudolph, Matias 10,77 - 4,49 - 46,00	2010	TuS Dierdorf 1893	16.09.2023	Hachenburg
1262	Neumann, Ben 10,68 - 4,93 - 37,00	2010	LG Sieg	01.07.2023	Konz
1257	Griebeler, Oskar 10,55 - 4,92 - 34,50	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
1220	Rademacher, Gabriel 10,88 - 4,62 - 38,50	2010	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
1204	Metz, Benedikt 10,73 - 4,43 - 37,00	2010	Post-Sportverein Trier	17.09.2023	Bitburg
1184	Tackmann, Ruben 10,69 - 4,52 - 32,00	2010	LG Westerwald	01.07.2023	Konz

<b>Vierkampf</b>		75M - WEZ - BAL (200 g) - HOC		<b>Jugend M13</b>	
1774	Brünner, Aart 10,15 - 5,14 - 43,50 - 1,34	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.07.2023	Diez
1685	Neumann, Ben 10,66 - 4,67 - 38,50 - 1,42	2010	LG Sieg	09.07.2023	Diez
1666	Schneider, Toni 10,37 - 4,50 - 40,50 - 1,34	2010	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg
1614	Rudolph, Matias 10,77 - 4,49 - 46,00 - 1,26	2010	TuS Dierdorf 1893	16.09.2023	Hachenburg
1548	Oster, Leo 10,90 - 4,50 - 29,50 - 1,36	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1496	Geschwind, Rafael 10,98 - 4,19 - 26,50 - 1,38	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.07.2023	Diez
1429	Krischer, Niklas 11,29 - 4,15 - 29,50 - 1,28	2010	TuS Dierdorf 1893	09.07.2023	Dierdorf
1412	Knie, Julius 11,51 - 4,13 - 31,50 - 1,26	2010	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
1255	Lehmann, Luis 12,04 - 3,87 - 22,00 - 1,24	2010	TuS Dierdorf 1893	09.07.2023	Dierdorf
1181	Roth, Romeo 12,43 - 3,77 - 23,50 - 1,16	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - HOC - SPE (400 g)		<b>Jugend M13</b>	
2398	Uffmann, Elias 10,39 - 10,2* - 5,07 - 1,44 - 31,04	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2047	Neumann, Ben 10,73 - 11,4* - 4,62 - 1,40 - 16,44	2010	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1948	Metz, Benedikt 11,13 - 10,8* - 4,23 - 1,32 - 14,42	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1939	Zahu, Vlad 11,46 - 11,7* - 4,41 - 1,32 - 20,87	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1725	Hertel, Julian 11,25 - 12,9* - 3,95 - 1,16 - 19,83	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1703	Haase, Nicolas 12,06 - 11,8* - 3,93 - 1,20 - 15,43	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1311	Roth, Romeo 12,04 - 12,7* - 3,83 - ogV. - 15,28	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend M13</b>	
2432	Jüris, Lorenz 10,09 - 10,3* - 5,16 - 51,00 - 2:19,80	2010	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Hachenburg
1984	Griebeler, Oskar 10,86 - 11,0* - 4,46 - 34,00 - 2:43,24	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1891	Gemke, Oskar 10,93 - 11,0* - 4,32 - 25,50 - 2:44,93	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1864	Rademacher, Gabriel 11,26 - 13,15 - 4,18 - 37,00 - 2:30,13	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
1712	Möller, Luis 11,68 - 12,8* - 4,02 - 37,00 - 2:51,91	2010	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1696	Rademacher, Raphael 11,35 - 14,17 - 3,77 - 32,50 - 2:34,57	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
1680	Knie, Julius 11,55 - 12,61 - 3,85 - 26,50 - 2:46,42	2010	LG Sieg	01.10.2023	Neuwied
1670	Geschwind, Rafael 11,89 - 12,40 - 4,11 - 25,50 - 2:50,80	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	01.10.2023	Neuwied

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend M13</b>	
1511	Jäckels, Jonas 12,14 - 13,9* - 3,83 - 34,00 - 3:06,94	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1481	Kunz, Robin 12,05 - 13,2* - 3,78 - 23,50 - 3:04,32	2010	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - KUG (3 kg) - DIS (750 g)		<b>Jugend M13</b>	
2669	Brünner, Aart 10,11 - 9,66 - 5,03 - 11,07 - 37,72	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	25.06.2023	Erbach
2553	Jüris, Lorenz 9,77 - 10,14 - 5,20 - 10,99 - 27,17	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
2153	Rudolph, Matias 10,71 - 11,97 - 4,55 - 8,86 - 28,97	2010	TuS Dierdorf 1893	01.10.2023	Neuwied
2144	Schneider, Toni 10,62 - 10,3* - 4,58 - 7,33 - 23,29	2010	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg
1815	Kummer, Marc-Noël 11,35 - 13,66 - 3,68 - 8,88 - 23,21	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1743	Retzlaff, Konstantin 11,13 - 13,01 - 4,04 - 7,05 - 17,14	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1238	Lenz, Lukas 13,30 - 14,3* - 3,06 - 5,46 - 14,13	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

## Jugend M12

<b>75m</b>		<b>Jugend M12</b>			
10,55	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	10.05.2023	Simmern
10,67	Grobbel, Moritz	2011	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
10,67	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	03.10.2023	Mannheim
10,75	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
10,83	Schu, Niklas	2011	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
10,87	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	17.06.2023	Diez
10,87	Porn, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
10,92	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.07.2023	Konz
11,03	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	08.06.2023	Koblenz
11,15	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	17.06.2023	Diez

<b>800m</b>		<b>Jugend M12</b>			
2:30,80	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.07.2023	Konz
2:33,05	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg
2:36,45	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	08.09.2023	Trier
2:36,95	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	01.07.2023	Konz
2:39,55	Vogt, Kian Levin	2011	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
2:41,82	Zink, Niclas	2011	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
2:41,86	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	01.07.2023	Konz
2:43,07	Damm, Leon	2011	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
2:45,64	Weber, Matthias	2011	TG Konz	01.07.2023	Konz
2:46,03	Jacobs, Jonah	2011	Silvesterlauf Trier	22.04.2023	Wittlich

<b>2000m</b>		<b>Jugend M12</b>			
7:20,62	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	09.09.2023	Diekirch (LUX)
7:24,97	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	28.06.2023	Bernkastel-Kues
7:37,97	Jacobs, Jonah	2011	Silvesterlauf Trier	08.09.2023	Trier
7:52,10	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	08.09.2023	Trier
7:59,19	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
8:15,37	Lutz, Philipp	2011	TG Konz	08.09.2023	Trier
10:41,89	Smemanis, Teo	2011	LG Bernkastel/Wittlich	08.09.2023	Trier

## 5km Straßenlauf

Jugend M12

20:48	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	18.03.2023	Schweich
21:05	Zink, Niclas	2011	LG Rhein-Wied	13.05.2023	Bad Ems
21:36	Sommer, Phillip	2011	LG Rhein-Wied	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
22:22	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	08.10.2023	Föhren
23:00	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	08.10.2023	Föhren
26:21	Stücher, Elias	2011	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf
26:33	Habon, Liam	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	24.09.2023	Diez
27:54	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	19.03.2023	Bad Kreuznach

## 60m Hürden (762 mm)

Jugend M12

11,48	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	18.06.2023	Diez
11,3*	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
11,97	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	01.10.2023	Neuwied
11,9*	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	07.05.2023	Hachenburg
12,31	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	10.06.2023	Koblenz
12,32	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	23.09.2023	Schiffingen (LUX)
12,39	Salma, Elias	2011	TuS Dierdorf 1893	18.06.2023	Diez
12,40	Knaupe, David Digafu	2011	TuS Dierdorf 1893	18.06.2023	Diez
12,2*	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
12,5*	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
12,5*	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	07.05.2023	Hachenburg

## Hochsprung

Jugend M12

1,44	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	13.06.2023	Konz
1,37	Schu, Niklas	2011	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
1,32	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	10.06.2023	Koblenz
1,32	Schipke, Louis	2011	SV Urmitz	09.07.2023	Dierdorf
1,31	Knaupe, David Digafu	2011	TuS Dierdorf 1893	23.04.2023	Diez
1,30	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	21.05.2023	Grevenmacher (LUX)
1,28	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1,28	Salma, Elias	2011	TuS Dierdorf 1893	01.10.2023	Neuwied
1,28	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	01.10.2023	Neuwied
1,28	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	03.10.2023	Mannheim

## Weitsprung Zone

Jugend M12

4,61	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	03.10.2023	Mannheim
4,59	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	08.06.2023	Koblenz
4,52	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	18.06.2023	Prüm
4,52	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
4,51	Porn, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,39	Grobbe, Moritz	2011	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
4,38	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
4,35	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	17.06.2023	Diez
4,32	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf
4,31	Quiring, Dominik	2011	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend M12

8,84	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
8,23	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
8,18	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
7,42	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	25.09.2023	Dieburg
7,38	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	09.09.2023	Bengel
7,36	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
7,30	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
7,10	Weber, Ben	2011	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
7,01	Maas, Gabriel	2011	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
6,89	Grobbe, Moritz	2011	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz

## Diskuswurf (750 g)

Jugend M12

27,81	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
24,14	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	01.10.2023	Neuwied
23,80	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
22,37	Gordner, Ben	2011	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
21,86	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	09.09.2023	Bengel
20,10	Weber, Ben	2011	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
19,45	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
19,27	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	07.10.2023	Villmar
18,84	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	26.03.2023	Koblenz
18,32	Porn, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg

## Hammerwurf (3 kg)

Jugend M12

20,75	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	10.09.2023	Trier
-------	---------------	------	-------------------	------------	-------

## Speerwurf (400 g)

Jugend M12

26,44	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
25,37	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
25,24	Salma, Elias	2011	TuS Dierdorf 1893	01.10.2023	Neuwied
24,91	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
23,26	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
21,70	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	08.10.2023	Überherrn
19,38	Maas, Gabriel	2011	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
19,00	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
18,79	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	10.06.2023	Düdelingen (LUX)
18,33	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	18.06.2023	Prüm

## Ballwurf (200 g)

Jugend M12

43,00	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
38,00	Pitzen, Moritz	2011	LG Koblenz-Rhens	26.04.2023	Brey
37,50	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	17.09.2023	Brey
37,00	Schipke, Louis	2011	SV Urmitz	23.04.2023	Diez
36,50	Salma, Elias	2011	TuS Dierdorf 1893	23.04.2023	Diez
36,00	Schu, Niklas	2011	SV Urmitz	23.04.2023	Diez
35,00	Weber, Matthias	2011	TG Konz	01.07.2023	Konz
35,00	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
34,00	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	23.04.2023	Diez
34,00	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	01.07.2023	Konz

<b>Dreikampf</b>		75M - WEZ - BAL (200 g)		<b>Jugend M12</b>	
1227	Weber, Felix 10,67 - 4,61 - 36,50	2011	LG Idar-Oberstein	03.10.2023	Mannheim
1215	Lehnertz, Maximilian 10,75 - 4,52 - 37,50	2011	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1158	Hajek, David 10,84 - 4,24 - 35,00	2011	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1124	Ludwig, Jannick 10,92 - 4,32 - 30,00	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.07.2023	Konz
1121	Grobbel, Moritz 10,84 - 4,28 - 29,00	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1107	Dötsch, Janne 11,36 - 4,26 - 34,00	2011	LG Westerwald	01.07.2023	Konz
1101	Schu, Niklas 10,87 - 3,79 - 34,50	2011	SV Urmitz	09.07.2023	Dierdorf
1095	Porn, Maximilian 11,13 - 4,36 - 28,00	2011	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1054	Schipke, Louis 11,64 - 4,04 - 33,50	2011	SV Urmitz	09.07.2023	Dierdorf
1037	Salma, Elias 11,74 - 4,02 - 32,50	2011	TuS Dierdorf 1893	09.07.2023	Dierdorf
<b>Vierkampf</b>		75M - WEZ - BAL (200 g) - HOC		<b>Jugend M12</b>	
1589	Weber, Felix 10,67 - 4,61 - 36,50 - 1,28	2011	LG Idar-Oberstein	03.10.2023	Mannheim
1507	Schu, Niklas 10,87 - 3,79 - 34,50 - 1,36	2011	SV Urmitz	09.07.2023	Dierdorf
1438	Schipke, Louis 11,64 - 4,04 - 33,50 - 1,32	2011	SV Urmitz	09.07.2023	Dierdorf
1382	Dötsch, Janne 11,25 - 3,92 - 29,00 - 1,24	2011	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
1355	Salma, Elias 11,74 - 4,02 - 32,50 - 1,20	2011	TuS Dierdorf 1893	09.07.2023	Dierdorf
1346	van der Zwaag, Mats 11,56 - 3,87 - 30,00 - 1,22	2011	LG Sieg	09.07.2023	Diez
1317	Schiele, Noah 11,36 - 3,76 - 23,00 - 1,26	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	09.07.2023	Diez
1296	Kneutgen, Runar 11,46 - 3,73 - 30,50 - 1,14	2011	TuS Dierdorf 1893	16.09.2023	Hachenburg
1267	Quiring, Dominik 11,48 - 3,77 - 23,50 - 1,18	2011	Diezer TSK Oranien	09.07.2023	Diez
1267	Reuber, Jari 12,54 - 3,72 - 29,00 - 1,26	2011	LG Sieg	09.07.2023	Diez
<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - HOC - SPE (400 g)		<b>Jugend M12</b>	
2035	Hajek, David 11,04 - 11,3* - 4,05 - 1,40 - 23,26	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1979	Pitzen, Moritz 11,17 - 12,2* - 4,58 - 1,28 - 26,44	2011	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1802	Salma, Elias 12,02 - 12,53 - 3,78 - 1,28 - 25,24	2011	TuS Dierdorf 1893	01.10.2023	Neuwied
1768	Roos, Jan Paul 11,77 - 12,24 - 3,85 - 1,28 - 17,37	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	01.10.2023	Neuwied
1231	Karst, Julius 12,28 - 12,8* - 3,53 - ogV. - 13,77	2011	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend M12</b>	
1803	Lehnertz, Maximilian 11,22 - 12,5* - 4,00 - 43,00 - 2:53,10	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1783	Weber, Felix 11,45 - 12,0* - 4,23 - 29,50 - 2:45,73	2011	LG Idar-Oberstein	07.05.2023	Hachenburg
1758	van der Zwaag, Mats 12,10 - 12,1* - 4,12 - 31,50 - 2:39,00	2011	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1672	Roos, Jan Paul 11,80 - 11,9* - 3,94 - 25,00 - 2:50,77	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	07.05.2023	Hachenburg
1667	Dötsch, Janne 11,96 - 13,9* - 3,98 - 31,00 - 2:33,05	2011	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg
1582	Leiss, Jonathan 12,80 - 12,5* - 3,51 - 28,50 - 2:39,82	2012	LLG Hunsrück	07.05.2023	Hachenburg
1484	Mönch, Benjamin 12,32 - 12,9* - 3,68 - 23,00 - 2:58,82	2011	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
1433	Lutz, Philipp 12,80 - 13,28 - 3,34 - 26,50 - 2:57,56	2011	TG Konz	01.10.2023	Neuwied
1424	Kollig, Timo 12,37 - 14,14 - 3,39 - 23,50 - 2:50,84	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1411	Hartmann, Ben 12,25 - 12,8* - 3,42 - 17,50 - 3:00,02	2012	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - KUG (3 kg) - DIS (750 g)		<b>Jugend M12</b>	
1967	Weber, Felix 10,94 - 11,97 - 4,40 - 7,02 - 24,14	2011	LG Idar-Oberstein	01.10.2023	Neuwied
1696	Schiele, Noah 11,61 - 11,4* - 4,02 - 6,66 - 12,23	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	07.05.2023	Hachenburg
1670	Porn, Maximilian 11,01 - 12,6* - 4,04 - 5,00 - 18,32	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1528	Holzhäuser, Max 12,00 - 13,4* - 3,88 - 5,93 - 15,46	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	07.05.2023	Hachenburg
1162	Weiler, Justus 12,48 - 15,2* - 3,38 - 5,03 - 8,52	2012	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1007	Siedlaczek, Ben 14,16 - 15,5* - 2,56 - 5,00 - 12,45	2011	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

## Weibliche Jugend U14

<b>4x75m</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
40,64	LG Rhein-Wied Kopietz, Michelle (2010); Weber, Svea (2010); Dott, Mia (2010); Forneberg, Lina (2011);	01.07.2023	Konz



<b>4x75m</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>
41,09	LG Sieg Göldner, Emma (2010); Page, Zoe (2010); Göldner, Laura (2012); Stendenbach, Matilda (2011);	01.07.2023 Konz
41,62	Post-Sportverein Trier Gans, Ida (2011); Förster, Lilly (2011); Raithel, Mila (2011); Schwind, Elisabeth (2010);	01.07.2023 Konz
42,05	LG Kreis Ahrweiler Näkel, Lina (2011); Dahmen, Paula Mailin (2010); Scheufen, Johanna Sophie (2011); Schuh, Magdalena (2012);	18.06.2023 Diez
42,98	LG Koblenz-Rhens Post, Emma (2010); Wiesmann, Pia (2010); Herborg, Marleen (2010); Herborg, Nele (2010);	09.07.2023 Dierdorf
44,17	LG Rhein-Wied Assenmacher, Nora (2010); Stein, Ida-M. (2011); Eichhorn, Klara (2011); Bohutyn, Mira (2011);	01.10.2023 Neuwied
44,28	LG Bernkastel/Wittlich Weis, Miene (2010); Haubs, Linnea (2010); Franzen, Stella (2010); Licht, Franziska (2010);	22.04.2023 Wittlich
44,29	LG Bitburg-Prüm Thill, Gloria (2010); Eppers, Sina (2010); Bures, Elisabeth (2011); Mann, Anne-Sophie (2011);	22.04.2023 Wittlich
45,13	TG Konz Wagner, Nele (2010); Nemeč, Laura (2010); Forket Dauffy, Sarah (2010); Schumacher, Mia (2011);	01.07.2023 Konz
45,58	LG Bernkastel/Wittlich Hower, Josefine (2011); Hayer, Lea (2012); Stormanns, Victoria (2012); Becker, Maja (2011);	22.04.2023 Wittlich

<b>3x800m</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>
8:05,83	Post-Sportverein Trier Schwind, Elisabeth (2010); Thees, Carla (2011); Förster, Lilly (2011);	16.04.2023 Bad Ems
8:09,53	RSG Montabaur Solbach, Pauline (2011); Bäcker, Juna (2012); Wendland, Ida (2010);	16.04.2023 Bad Ems
9:12,88	LG Sieg Stendenbach, Matilda (2011); Muth, Lucy (2010); Page, Zoe (2010);	16.04.2023 Bad Ems

<b>Dreikampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>
6458	LG Rhein-Wied Kopietz, Michelle (2010) - 1507; Weber, Svea (2010) - 1352; Dott, Mia (2010) - 1232; Freischlader, Adriana (2011) - 1213; Stein, Ida-M. (2011) - 1154	09.07.2023 Dierdorf
6405	LG Bitburg-Prüm Trappen, Luisa (2010) - 1402; Mann, Anne-Sophie (2011) - 1328; Berens, Luci (2011) - 1304; Bretz, Louana (2010) - 1189; Bures, Elisabeth (2011) - 1182	17.09.2023 Bitburg
6181	LG Bernkastel/Wittlich Weis, Miene (2010) - 1321; Becker, Maja (2011) - 1306; Haubs, Linnea (2010) - 1236; Müller, Annabell (2010) - 1181; Knospe, Paula (2011) - 1137	17.09.2023 Bitburg
6060	Post-Sportverein Trier Schwind, Elisabeth (2010) - 1373; Raithel, Mila (2011) - 1342; Förster, Lilly (2011) - 1141; Gans, Ida (2011) - 1125; Gaspar, Mara (2010) - 1079	01.07.2023 Konz
5906	LG Sieg Göldner, Emma (2010) - 1264; Stendenbach, Matilda (2011) - 1259; Göldner, Laura (2012) - 1194; Page, Zoe (2010) - 1147; Meißner, Emma (2011) - 1042	01.07.2023 Konz
5786	LG Kreis Ahrweiler Näkel, Lina (2011) - 1348; Wilhein, Julia (2010) - 1223; Klotzki, Eileen (2010) - 1163; Sebastian, Emma (2010) - 1041; Freudenberg, Marie (2011) - 1011	09.07.2023 Dierdorf
5782	LG Koblenz-Rhens Herborg, Marleen (2010) - 1270; Wiesmann, Pia (2010) - 1230; Herborg, Nele (2010) - 1229; Zwierzynska, Hanna (2010) - 1095; Post, Emma (2010) - 958	09.07.2023 Dierdorf

<b>Dreikampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
5665	TG Konz Schumacher, Mia (2011) - 1218; Vandenbussche, Emie (2011) - 1154; Forket Dauffy, Sarah (2010) - 1128; Petry, Camila (2010) - 1092; Nemeec, Laura (2010) - 1073	17.09.2023	Bitburg
5488	LG Rhein-Wied Forneberg, Lina (2011) - 1217; Bohutyn, Mira (2011) - 1139; Assenmacher, Nora (2010) - 1067; Eichhorn, Klara (2011) - 1067; Skoda, Maxima (2011) - 998	01.10.2023	Neuwied
5441	LG Bitburg-Prüm Seiberts, Lisa (2010) - 1126; Bungartz, Heidi (2011) - 1109; Hartmann, Lena (2011) - 1086; Thill, Gloria (2010) - 1063; Moos, Alexa (2011) - 1057	17.09.2023	Bitburg

<b>Vierkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
7356	LG Koblenz-Rhens Wiesmann, Pia (2010) - 2335; Herborg, Marleen (2010) - 1585; Herborg, Nele (2010) - 1544; Zwierzynska, Hanna (2010) - 1410; Post, Emma (2010) - 1219	09.07.2023	Dierdorf
5738	LG Kreis Ahrweiler Mertens, Amelie (2011) - 1340; Lehnert, Carolina (2011) - 1296; Müller, Nina (2011) - 1069; Barry, Binta (2011) - 1068; Bungart, Tjara (2010) - 965	07.05.2023	Eppelheim

<b>Blockwettkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
10200	Post-Sportverein Trier Schwind, Elisabeth (2010) - 2335; Raithel, Mila (2011) - 2086; Förster, Lilly (2011) - 2062; Sienkiewicz, Juni (2010) - 1903; Gans, Ida (2011) - 1814	07.05.2023	Hachenburg
9880	LG Rhein-Wied Weber, Svea (2010) - 2365; Dott, Mia (2010) - 1956; Stein, Ida-M. (2011) - 1932; Schellinger, Fine (2011) - 1822; Bohutyn, Mira (2011) - 1805	01.10.2023	Neuwied
9442	LG Bernkastel/Wittlich Weis, Miene (2010) - 2082; Haubs, Linnea (2010) - 2035; Franzen, Stella (2010) - 1868; Knospe, Paula (2011) - 1750; Studert, Pauline (2010) - 1707	07.05.2023	Hachenburg
9233	LG Koblenz-Rhens Wiesmann, Pia (2010) - 2041; Herborg, Marleen (2010) - 1936; Herborg, Nele (2010) - 1917; Schramm, Ada (2010) - 1714; Post, Emma (2010) - 1625	07.05.2023	Hachenburg
9046	TG Konz Vandenbussche, Emie (2011) - 2001; Schumacher, Mia (2011) - 1868; Wagner, Nele (2010) - 1833; Forket Dauffy, Sarah (2010) - 1804; Michels, Alena (2010) - 1540	07.05.2023	Hachenburg

## Jugend W13

<b>75m</b>		<b>Jugend W13</b>	
10,34	Klapperich, Paula	2010 LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023 Hachenburg
10,50	Weber, Svea	2010 LG Rhein-Wied	29.05.2023 Mönchengladbach
10,57	Kopietz, Michelle	2010 LG Rhein-Wied	01.07.2023 Konz
10,62	Garaboa, Luisa	2010 Diezer TSK Oranien	09.07.2023 Diez
10,68	Gerharz, Clara	2010 TV 1861 Bad Ems	26.08.2023 Urmitz
10,69	Claßen, Anna	2010 TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.06.2023 Diez
10,73	Dott, Mia	2010 LG Rhein-Wied	29.05.2023 Mönchengladbach
10,75	Schwind, Elisabeth	2010 Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz
10,79	Wiesemann, Zoey	2010 Athletic-Team Wittlich	07.05.2023 Hachenburg
10,81	Trappen, Luisa	2010 LG Bitburg-Prüm	17.09.2023 Bitburg

<b>800m</b>		<b>Jugend W13</b>	
2:30,67	Hoffmann, Johanna	2010 VfR Baumholder	15.07.2023 Zweibrücken
2:36,11	Wiesemann, Zoey	2010 Athletic-Team Wittlich	04.08.2023 Düsseldorf
2:37,05	Schwind, Elisabeth	2010 Post-Sportverein Trier	01.07.2023 Konz
2:40,24	Wagner, Nele	2010 TG Konz	28.05.2023 Rehlingen
2:40,93	Kopietz, Michelle	2010 LG Rhein-Wied	16.09.2023 Berlin
2:43,94	Wilhein, Julia	2010 LG Kreis Ahrweiler	24.05.2023 Mayen
2:46,11	Steeb, Annick	2010 LAZ Birkenfeld	05.07.2023 Friedrichsthal
2:46,15	Simon, Maria	2010 LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023 Wittlich
2:48,30	Weis, Miene	2010 LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023 Koblenz
2:49,46	Bartlett, Avelina	2010 TG Konz	18.07.2023 Bad Bergzabern

<b>2000m</b>					<b>Jugend W13</b>
7:44,95	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
7:54,94	Wagner, Nele	2010	TG Konz	08.09.2023	Trier
8:30,86	Herrig, Anne	2010	Silvesterlauf Trier	08.09.2023	Trier
8:31,22	Boucha, Assia	2010	TG Konz	08.09.2023	Trier
9:12,35	Gaspar, Mara	2010	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
9:18,32	Sienkiewicz, Juni	2010	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
9:34,78	Bartlett, Avelina	2010	TG Konz	08.09.2023	Trier
9:34,78	Petry, Camila	2010	TG Konz	08.09.2023	Trier
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend W13</b>
19:39	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	11.03.2023	Urmitz
22:18	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	18.03.2023	Schweich
24:13	Bartlett, Avelina	2010	TG Konz	08.10.2023	Föhren
<b>60m Hürden (762 mm)</b>					<b>Jugend W13</b>
10,15	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
10,22	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
10,0*	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
10,40	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
10,54	Wiesemann, Zoey	2010	Athletic-Team Wittlich	22.04.2023	Wittlich
10,4*	Schwarzkopf, Sophia	2010	SV Windhagen	07.05.2023	Hachenburg
10,94	Gerharz, Clara	2010	TV 1861 Bad Ems	01.10.2023	Neuwied
11,10	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	29.05.2023	Mönchengladbach
11,21	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
11,6*	Wiesmann, Pia	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend W13</b>
1,56	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
1,52	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1,48	Haubs, Linnea	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
1,44	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Diez
1,40	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1,35	Schnock, Lara	2010	LG Sieg	23.04.2023	Diez
1,34	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	09.07.2023	Diez
1,32	Wiesmann, Pia	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1,32	Franzen, Stella	2010	LG Bernkastel/Wittlich	11.07.2023	Wittlich
1,32	Dahmen, Paula Mailin	2010	LG Kreis Ahrweiler	03.09.2023	Meckenheim
<b>Weitsprung Zone</b>					<b>Jugend W13</b>
4,91	Fischer, Isabel	2010	Diezer TSK Oranien	25.09.2023	Dieburg
4,83	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
4,66	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Diez
4,66	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
4,62	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	23.06.2023	Remagen
4,54	Claßen, Anna	2010	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	23.04.2023	Diez
4,50	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez
4,46	Wiesemann, Zoey	2010	Athletic-Team Wittlich	18.07.2023	Bad Bergzabern
4,46	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
4,45	Göldner, Emma	2010	LG Sieg	23.04.2023	Diez

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W13

9,19	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
8,86	Schwarzkopf, Sophia	2010	SV Windhagen	07.05.2023	Hachenburg
8,67	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	17.09.2023	Bitburg
8,50	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Berlin
8,28	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	26.08.2023	Urmitz
7,99	Fischer, Isabel	2010	Diezer TSK Oranien	25.09.2023	Dieburg
7,88	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	17.09.2023	Brey
7,85	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
7,60	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	24.09.2023	Limburg
7,36	Haubs, Linnea	2010	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied

## Diskuswurf (750 g)

Jugend W13

22,04	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
21,52	Schwarzkopf, Sophia	2010	SV Windhagen	07.05.2023	Hachenburg
20,84	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
20,82	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
20,18	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
19,81	Gerharz, Clara	2010	TV 1861 Bad Ems	01.10.2023	Neuwied
19,22	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
16,33	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
15,96	Kotorov, Liana	2010	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
14,20	Comtesse, Johanna	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

## Speerwurf (400 g)

Jugend W13

27,64	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
26,06	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	08.10.2023	Überherrn
25,95	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
24,47	Wiesemann, Zoey	2010	Athletic-Team Wittlich	24.09.2023	Stuttgart
23,63	Müller, Annabell	2010	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
20,36	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	22.04.2023	Wittlich
19,06	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	26.03.2023	Koblenz
19,00	Gerharz, Clara	2010	TV 1861 Bad Ems	29.04.2023	Katzenelnbogen
18,23	Wiesmann, Pia	2010	LG Koblenz-Rhens	26.03.2023	Koblenz
17,75	Seiberts, Lisa	2010	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm

## Ballwurf (200 g)

Jugend W13

50,00	Kopietz, Michelle	2010	LG Rhein-Wied	20.06.2023	Koblenz
42,00	Müller, Annabell	2010	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
39,50	Wiesemann, Zoey	2010	Athletic-Team Wittlich	11.07.2023	Wittlich
39,50	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
38,50	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	10.06.2023	Koblenz
38,00	Swenne, Cleo	2010	LAZ Birkenfeld	22.09.2023	Ottweiler
36,00	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	01.07.2023	Konz
36,00	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	05.07.2023	Koblenz
33,00	Comtesse, Johanna	2010	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
31,00	Göldner, Emma	2010	LG Sieg	10.06.2023	Koblenz

<b>Dreikampf</b>	75M - WEZ - BAL (200 g)			<b>Jugend W13</b>	
1507	Kopietz, Michelle 10,64 - 4,69 - 48,00	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1402	Trappen, Luisa 10,81 - 4,46 - 39,50	2010	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
1374	Wiesemann, Zoey 10,95 - 4,33 - 39,50	2010	Athletic-Team Wittlich	11.07.2023	Wittlich
1373	Schwind, Elisabeth 10,75 - 4,42 - 35,50	2010	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
1352	Weber, Svea 10,57 - 4,23 - 33,50	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1343	Claßen, Anna 10,71 - 4,49 - 30,50	2010	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	09.07.2023	Diez
1321	Weis, Miene 11,09 - 4,26 - 35,50	2010	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2023	Bitburg
1309	Garaboa, Luisa 10,62 - 4,48 - 26,00	2010	Diezer TSK Oranien	09.07.2023	Diez
1304	Göldner, Emma 10,96 - 4,33 - 31,00	2010	LG Sieg	09.07.2023	Diez
1270	Herborg, Marleen 10,96 - 4,15 - 29,50	2010	LG Koblenz-Rhens	09.07.2023	Dierdorf

<b>Vierkampf</b>	75M - WEZ - BAL (200 g) - HOC			<b>Jugend W13</b>	
1951	Kopietz, Michelle 10,64 - 4,69 - 48,00 - 1,40	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1869	Weber, Svea 10,57 - 4,23 - 33,50 - 1,52	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1724	Claßen, Anna 10,71 - 4,49 - 30,50 - 1,30	2010	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	09.07.2023	Diez
1716	Garaboa, Luisa 10,62 - 4,48 - 26,00 - 1,34	2010	Diezer TSK Oranien	09.07.2023	Diez
1659	Göldner, Emma 10,96 - 4,33 - 31,00 - 1,26	2010	LG Sieg	09.07.2023	Diez
1641	Spürkmann, Annike 11,52 - 4,24 - 30,00 - 1,34	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Diez
1598	Wiesmann, Pia 11,27 - 4,33 - 26,00 - 1,28	2010	LG Koblenz-Rhens	09.07.2023	Dierdorf
1585	Herborg, Marleen 10,96 - 4,15 - 29,50 - 1,20	2010	LG Koblenz-Rhens	09.07.2023	Dierdorf
1574	Dott, Mia 10,81 - 4,27 - 22,50 - 1,24	2010	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1571	Gerharz, Clara 10,81 - 4,11 - 25,50 - 1,22	2010	TV 1861 Bad Ems	09.07.2023	Diez

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - HOC - SPE (400 g)		<b>Jugend W13</b>	
2446	Schwind, Elisabeth 10,79 - 10,40 - 4,22 - 1,56 - 25,95	2010	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Neuwied
2394	Kopietz, Michelle 10,89 - 10,0* - 4,66 - 1,36 - 27,64	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
2365	Weber, Svea 10,74 - 10,15 - 4,47 - 1,48 - 17,63	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
2041	Wiesmann, Pia 11,19 - 11,6* - 4,25 - 1,32 - 14,98	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
2035	Haubs, Linnea 11,39 - 11,9* - 4,18 - 1,36 - 15,98	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
2030	Dott, Mia 11,09 - 11,4* - 4,25 - 1,28 - 14,44	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1868	Franzen, Stella 11,55 - 12,4* - 4,07 - 1,24 - 13,26	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1850	Schnock, Lara 11,50 - 14,0* - 4,15 - 1,32 - 13,03	2010	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1804	Forket Dauffy, Sarah 11,35 - 12,7* - 3,81 - 1,24 - 10,94	2010	TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
1744	Laux, Frida 12,08 - 13,6* - 3,92 - 1,24 - 13,19	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend W13</b>	
2191	Wiesemann, Zoey 10,79 - 10,5* - 4,16 - 26,50 - 2:48,28	2010	Athletic-Team Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1930	Nagel, Josefine 11,57 - 12,37 - 4,17 - 24,50 - 3:04,48	2010	MTV 1877 Bad Kreuznach	29.04.2023	Mannheim
1922	Page, Zoe 11,41 - 13,6* - 4,35 - 24,00 - 2:54,48	2010	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1903	Sienkiewicz, Juni 11,22 - 13,0* - 3,93 - 22,50 - 2:54,63	2010	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1857	Wagner, Nele 12,17 - 13,23 - 3,84 - 22,00 - 2:43,38	2010	TG Konz	01.10.2023	Neuwied
1786	Assenmacher, Nora 12,31 - 12,67 - 3,83 - 24,00 - 3:10,61	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1714	Schramm, Ada 11,46 - 14,1* - 3,94 - 17,00 - 3:09,98	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1707	Studert, Pauline 12,20 - 13,0* - 3,81 - 17,50 - 3:06,57	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1625	Post, Emma 11,91 - 14,2* - 3,56 - 18,00 - 3:13,75	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1586	Licht, Franziska 12,47 - 14,2* - 3,42 - 24,00 - 3:27,03	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - KUG (3 kg) - DIS (750 g)		<b>Jugend W13</b>	
2274	Klapperich, Paula 10,57 - 10,22 - 4,62 - 7,21 - 20,84	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied
2226	Schwarzkopf, Sophia 11,16 - 10,4* - 4,28 - 8,86 - 21,52	2010	SV Windhagen	07.05.2023	Hachenburg
2140	Gerharz, Clara 10,77 - 10,94 - 4,43 - 6,74 - 19,81	2010	TV 1861 Bad Ems	01.10.2023	Neuwied
2082	Weis, Miene 11,15 - 11,1* - 3,97 - 7,41 - 22,04	2010	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1956	Dott, Mia 11,09 - 11,81 - 4,19 - 6,32 - 16,33	2010	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1936	Herborg, Marleen 11,24 - 12,7* - 3,69 - 7,59 - 20,82	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1917	Herborg, Nele 10,90 - 12,9* - 3,93 - 6,55 - 19,22	2010	LG Koblenz-Rhens	07.05.2023	Hachenburg
1785	Klingbeil, Lara 11,56 - 12,5* - 3,90 - 6,14 - 14,13	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1580	Comtesse, Johanna 12,19 - 14,9* - 3,52 - 6,16 - 14,20	2010	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg

## Jugend W12

<b>75m</b>		<b>Jugend W12</b>			
10,16	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
10,42	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	09.07.2023	Dierdorf
10,2*	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
10,55	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
10,81	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	10.06.2023	Koblenz
10,82	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.07.2023	Konz
10,89	Forneberg, Lina	2011	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
10,7*	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
10,96	Hehl, Lynn	2011	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
11,07	Raitheil, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
11,07	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	01.07.2023	Konz

<b>800m</b>		<b>Jugend W12</b>			
2:22,15	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	08.12.2023	Dubai (UAE)
2:22,84	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	28.05.2023	Rehlingen
2:32,40	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	07.05.2023	Hachenburg
2:38,47	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	01.10.2023	Neuwied
2:39,98	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	01.07.2023	Konz
2:41,27	Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	17.06.2023	Blankenfelde-Mahlow
2:41,57	Eichhorn, Klara	2011	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
2:44,93	Weller, Malin	2011	LG Sieg	20.06.2023	Koblenz
2:45,31	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
2:46,35	Forneberg, Lina	2011	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Diez

<b>2000m</b>		<b>Jugend W12</b>			
6:39,65	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	28.06.2023	Bernkastel-Kues
7:05,36	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	28.06.2023	Bernkastel-Kues
7:10,60	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	15.07.2023	Zweibrücken
7:31,22	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	08.09.2023	Trier
7:58,88	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	21.05.2023	Grevenmacher (LUX)
8:03,16	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	28.06.2023	Bernkastel-Kues
8:09,85	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	08.09.2023	Trier
8:21,05	Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	15.07.2023	Zweibrücken
8:23,95	Thees, Carla	2011	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier
8:25,81	Morgen, Marie	2011	Post-Sportverein Trier	08.09.2023	Trier

## 5km Straßenlauf

Jugend W12

18:35	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	16.12.2023	Abu Dhabi (UAE)
20:04	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	08.10.2023	Föhren
21:00	Solbach, Pauline	2011	RSG Montabaur	03.09.2023	Wallmerod
22:26	Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	06.05.2023	Berlin
22:43	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	17.05.2023	Boppard
24:35	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	08.10.2023	Föhren
27:54	Fürstenfelder, Matilda	2011	Diezer TSK Oranien	24.09.2023	Diez
31:22	Ziegner, Malina	2012	LG Westerwald	02.07.2023	Köln
31:22	Augst, Carlotta June	2012	LG Westerwald	02.07.2023	Köln
31:54	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf

## 60m Hürden (762 mm)

Jugend W12

10,72	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Neu-Isenburg
11,27	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	23.09.2023	Schiffingen (LUX)
11,31	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	22.04.2023	Wittlich
11,1*	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
11,40	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	01.10.2023	Neuwied
11,5*	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
11,7*	Keller, Clara Sophie	2012	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
11,99	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
12,07	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
12,22	Ludwig, Emelie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	23.09.2023	Schiffingen (LUX)

## Hochsprung

Jugend W12

1,46	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Neu-Isenburg
1,40	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied
1,34	Redinger, Emily	2011	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
1,34	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
1,32	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1,32	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
1,30	Bures, Elisabeth	2011	LG Bitburg-Prüm	22.04.2023	Wittlich
1,28	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	23.04.2023	Konz
1,28	Bungartz, Heidi	2011	LG Bitburg-Prüm	23.04.2023	Konz
1,28	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1,28	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
1,28	Gans, Ida	2011	Post-Sportverein Trier	18.06.2023	Prüm
1,28	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied

## Weitsprung Zone

Jugend W12

4,86	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	09.07.2023	Dierdorf
4,71	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
4,70	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	18.07.2023	Bad Bergzabern
4,70	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	26.08.2023	Urmitz
4,67	Hehl, Lynn	2011	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
4,63	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	18.07.2023	Bad Bergzabern
4,57	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
4,57	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied
4,56	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf
4,51	Waschulewski, Maya	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied



## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W12

7,79	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	08.10.2023	Überherrn
6,73	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	28.09.2023	Betzdorf
6,70	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	18.06.2023	Prüm
6,63	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	23.04.2023	Konz
6,29	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	26.03.2023	Koblenz
6,17	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	18.06.2023	Prüm
6,15	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	23.04.2023	Konz
5,92	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied
5,62	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	26.08.2023	Urmitz
5,56	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied

## Diskuswurf (750 g)

Jugend W12

19,10	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	08.10.2023	Überherrn
15,50	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied
14,30	Gabert, Nele	2011	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg
11,12	Henne, Marlene	2011	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
10,99	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
9,48	Hennemann, Leni	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel

## Speerwurf (400 g)

Jugend W12

22,01	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
20,79	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
19,60	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Neu-Isenburg
18,88	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	18.06.2023	Prüm
18,32	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
17,60	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
17,08	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	01.10.2023	Neuwied
17,06	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	08.10.2023	Überherrn
16,77	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
14,91	Glitza, Ariane	2011	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz

## Ballwurf (200 g)

Jugend W12

36,00	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
34,50	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	10.06.2023	Koblenz
34,50	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	01.10.2023	Neuwied
34,00	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Diez
32,00	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
30,50	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	01.10.2023	Neuwied
30,00	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Diez
29,50	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	23.04.2023	Bingen
29,50	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	10.06.2023	Koblenz
29,50	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	17.09.2023	Bitburg

<b>Dreikampf</b>		75M - WEZ - BAL (200 g)		<b>Jugend W12</b>	
1348	Näkel, Lina 10,42 - 4,86 - 23,50	2011	LG Kreis Ahrweiler	09.07.2023	Dierdorf
1342	Raithel, Mila 11,07 - 4,53 - 34,00	2011	Post-Sportverein Trier	01.07.2023	Konz
1328	Mann, Anne-Sophie 10,84 - 4,36 - 32,00	2011	LG Bitburg-Prüm	17.09.2023	Bitburg
1327	Berens, Luci 11,48 - 4,57 - 36,00	2011	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied
1321	Hehl, Lynn 10,96 - 4,67 - 28,50	2011	LG Westerwald	09.07.2023	Dierdorf
1318	Becker, Maja 10,22 - 4,67 - 20,50	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Neuwied
1308	Stendenbach, Matilda 10,93 - 4,54 - 28,50	2011	LG Sieg	09.07.2023	Dierdorf
1276	Hahn, Alina 10,83 - 4,45 - 25,00	2011	LG Idar-Oberstein	01.07.2023	Konz
1275	Muxfeld, Jennifer 11,07 - 4,40 - 28,00	2011	TuS Jahn Argenthal	01.07.2023	Konz
1247	Balles, Frieda 11,65 - 4,19 - 33,50	2011	TV Eintracht Cochem	09.07.2023	Dierdorf

<b>Vierkampf</b>		75M - WEZ - BAL (200 g) - HOC		<b>Jugend W12</b>	
1792	Näkel, Lina 10,42 - 4,86 - 23,50 - 1,40	2011	LG Kreis Ahrweiler	09.07.2023	Dierdorf
1616	Stendenbach, Matilda 10,82 - 4,31 - 25,00 - 1,26	2011	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
1562	Balles, Frieda 11,65 - 4,19 - 33,50 - 1,20	2011	TV Eintracht Cochem	09.07.2023	Dierdorf
1525	Schumacher, Mia 11,22 - 4,39 - 25,50 - 1,16	2011	TG Konz	22.07.2023	Stuttgart
1479	Summers, Amelie 11,52 - 4,04 - 23,50 - 1,22	2011	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Diez
1442	Stein, Ida-M. 11,74 - 3,79 - 29,00 - 1,16	2011	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
1388	Bauer, Mia Naemi 11,71 - 3,71 - 25,50 - 1,14	2011	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	09.07.2023	Diez
1371	Gaß, Lovis 11,86 - 3,82 - 25,00 - 1,12	2011	LLG Hunsrück	09.07.2023	Dierdorf
1340	Mertens, Amelie 12,11 - 3,66 - 18,00 - 1,24	2011	LG Kreis Ahrweiler	07.05.2023	Eppelheim
1320	Bock, Clara Lina 12,26 - 3,63 - 20,00 - 1,20	2011	TuS Dierdorf 1893	09.07.2023	Dierdorf

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - HOC - SPE (400 g)		<b>Jugend W12</b>	
2328	Näkel, Lina 10,57 - 10,72 - 4,31 - 1,46 - 19,60	2011	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Neu-Isenburg
2086	Raithel, Mila 11,10 - 11,5* - 4,24 - 1,32 - 17,60	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
2046	Stendenbach, Matilda 11,03 - 11,1* - 3,92 - 1,28 - 16,77	2011	LG Sieg	07.05.2023	Hachenburg
1958	Muxfeld, Jennifer 11,36 - 13,4* - 4,04 - 1,28 - 22,01	2011	TuS Jahn Argenthal	07.05.2023	Hachenburg
1932	Stein, Ida-M. 11,87 - 11,99 - 3,56 - 1,28 - 20,79	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1869	Schumacher, Mia 11,42 - 13,83 - 4,09 - 1,24 - 17,08	2011	TG Konz	01.10.2023	Neuwied
1822	Schellinger, Fine 12,30 - 12,07 - 3,84 - 1,16 - 18,32	2011	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Neuwied
1759	Keller, Clara Sophie 11,89 - 11,7* - 3,80 - 1,12 - 12,75	2012	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1750	Knospe, Paula 11,67 - 13,2* - 3,71 - 1,24 - 11,79	2011	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Hachenburg
1746	Friedl, Charlotte 11,18 - 12,91 - 3,73 - 1,20 - 8,63	2011	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Neuwied

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend W12</b>	
2168	Hahn, Alina 10,84 - 11,40 - 4,31 - 23,00 - 2:38,47	2011	LG Idar-Oberstein	01.10.2023	Neuwied
2062	Förster, Lilly 11,46 - 11,5* - 4,15 - 18,50 - 2:30,66	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
2031	Balles, Frieda 11,95 - 13,08 - 4,05 - 34,50 - 2:41,19	2011	TV Eintracht Cochem	01.10.2023	Neuwied
2012	Vandenbussche, Emie 11,68 - 13,51 - 3,86 - 30,50 - 2:33,73	2011	TG Konz	01.10.2023	Neuwied
1890	Bohutyn, Mira 11,52 - 12,1* - 4,10 - 26,00 - 3:19,62	2011	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1825	Gaß, Lovis 11,80 - 13,69 - 3,70 - 24,00 - 2:52,90	2011	LLG Hunsrück	01.10.2023	Neuwied
1814	Gans, Ida 11,39 - 12,8* - 3,76 - 18,00 - 2:58,05	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1799	Redinger, Emily 11,58 - 13,1* - 4,03 - 15,50 - 2:54,87	2011	Post-Sportverein Trier	07.05.2023	Hachenburg
1702	Eichhorn, Klara 11,78 - 14,3* - 3,52 - 16,50 - 2:48,95	2011	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Hachenburg
1698	Rockenbach, Maya 12,58 - 13,9* - 3,32 - 23,00 - 2:49,95	2012	LLG Hunsrück	07.05.2023	Hachenburg

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEZ - KUG (3 kg) - DIS (750 g)		<b>Jugend W12</b>	
1710	Gabert, Nele 11,76 - 12,6* - 3,73 - 5,49 - 14,30	2011	LG Westerwald	07.05.2023	Hachenburg
1492	Grünberg, Zoé 12,28 - 16,03 - 3,25 - 5,56 - 15,50	2012	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Neuwied

## Senioren M30

<b>100m</b>		<b>Senioren M30</b>			
11,08 (+0,5)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
13,16 (+1,6)	Reichert, Andreas	1991	LG Bitburg-Prüm	06.05.2023	Trier

				<b>Senioren M30</b>	
<b>200m</b>					
22,18 (+0,3)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
27,91 (+0,6)	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
<b>400m</b>					
48,69	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
59,38	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	09.07.2023	Dierdorf
<b>800m</b>					
2:41,31	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
<b>1000m</b>					
2:55,22	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
<b>1500m</b>					
4:37,60	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	07.09.2023	Bergisch Gladbach
4:39,34	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	23.07.2023	Bydgoszcz (POL)
<b>3000m</b>					
9:32,16	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	24.08.2023	Bergisch Gladbach
10:18,82	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	24.08.2023	Bergisch Gladbach
<b>5000m</b>					
16:17,52	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	16.07.2023	Wittlich
16:42,46	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	16.09.2023	Hachenburg
17:41,84	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	24.05.2023	Mayen
17:49,31	von Wirth, Dominik	1990	TG Konz	16.07.2023	Wittlich
18:14,01	Ferger, Maximilian	1993	WSG Bad Marienberg	16.09.2023	Hachenburg
<b>10000m</b>					
33:46,50	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	08.09.2023	Trier
38:50,69	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	21.04.2023	Ochtendung
38:58,75	Geimer, Christian	1992	LG Westerwald	21.04.2023	Ochtendung
41:54,06	Diedershausen, Johannes	1990	LG Sieg	21.04.2023	Ochtendung
<b>5km Straßenlauf</b>					
16:03	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	03.09.2023	Trier
16:26	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	05.03.2023	Leverkusen
16:46	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
18:16	von Wirth, Dominik	1990	TG Konz	03.09.2023	Trier
19:20	Geimer, Christian	1992	LG Westerwald	11.02.2023	Dornburg
<b>10km Straßenlauf</b>					
32:35	Gallo, Christoph	1989	LG Vulkaneifel	18.03.2023	Schweich
32:35	Theobald, Andreas	1993	Post-Sportverein Trier	23.09.2023	Pronsfeld
32:42	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	11.03.2023	Urmitz
32:54	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
33:25	Duppich, Yannik	1990	Silvesterlauf Trier	22.04.2023	Hermeskeil

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M30</b>
1:10:50	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	01.10.2023	Köln
1:12:32	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	01.10.2023	Köln
1:12:44	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	25.06.2023	Trier
1:13:57	Auer, Ruben	1993	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:14:06	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn

  

<b>Marathon</b>					<b>Senioren M30</b>
2:32:59	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	29.10.2023	Frankfurt
2:38:14	Theis, Lucas	1993	Post-Sportverein Trier	24.09.2023	Berlin
2:38:50	Marbut, Robin	1991	Post-Sportverein Trier	29.10.2023	Frankfurt
2:43:02	Simon, David	1991	RSC Untermosel	24.09.2023	Berlin
2:47:33	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	01.10.2023	Köln

  

<b>110m Hürden (1,067 m)</b>					<b>Senioren M30</b>
14,41 (+0,1)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	08.07.2023	Kassel

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M30</b>
1,97	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)

  

<b>Stabhochsprung</b>					<b>Senioren M30</b>
5,00	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	23.07.2023	Bydgoszcz (POL)

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M30</b>
7,35 (+0,4)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
4,75 (0,0)	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems

  

<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M30</b>
14,42	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	22.07.2023	Bydgoszcz (POL)
13,49	Schneider, Martin	1993	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Trier
13,11	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	15.06.2023	Bengel
11,84	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich
10,74	Hahn, Björn	1993	TV 1848 Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld

  

<b>Diskuswurf (2 kg)</b>					<b>Senioren M30</b>
43,67	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
39,22	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	10.09.2023	Trier
31,83	Schneider, Martin	1993	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich
31,23	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich
15,66	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems

  

<b>Hammerwurf (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M30</b>
44,47	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	10.09.2023	Trier

  

<b>Speerwurf (800 g)</b>					<b>Senioren M30</b>
62,00	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems
46,74	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	11.06.2023	Ingelheim
21,17	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	10.09.2023	Bad Ems

**Gewichtwurf (15,88 kg) Senioren M30**

11,95 Bem, Alexander 1990 TuS 1908 Sohren 10.09.2023 Trier

**Fünfkampf Senioren M30**

WEI - SPE (800 g) - 200 - DIS (2 kg) - 1K5

3879 Kazmirek, Kai 1991 LG Rhein-Wied 10.09.2023 Bad Ems  
7,35 (+0,4) - 62,00 - 22,18 (+0,3) - 43,67 - 4:51,74

1728 Becker, Manuel 1991 LG Rhein-Wied 10.09.2023 Bad Ems  
4,75 (0,0) - 21,17 - 27,91 (+0,6) - 15,66 - 4:46,26

**Zehnkampf Senioren M30**

100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400 || 11H (1,067 m) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5

8038 Kazmirek, Kai 1991 LG Rhein-Wied 22./23.07.2023 Bydgoszcz (POL)  
11,08 (+0,5) - 7,02 (+1,8) - 14,42 - 1,97 - 48,69 || 14,58 (-0,8) - 42,92 - 5,00 - 60,92 - 4:39,34

3412 Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 01./02.07.2023 Konz  
12,78 (-0,3) - 4,71 (-1,5) - 9,06 - 1,50 - 57,32 || aufg. (0,0) - 25,16 - ogV. - 33,57 - 5:05,13

## Senioren M35

**100m Senioren M35**

12,63 (0,0) Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 28.06.2023 Bernkastel-Kues

**200m Senioren M35**

25,62 (-0,4) Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 28.06.2023 Bernkastel-Kues

**400m Senioren M35**

57,32 Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 01.07.2023 Konz

**800m Senioren M35**

2:26,37 Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 16.07.2023 Wittlich

**1500m Senioren M35**

5:05,13 Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 02.07.2023 Konz

**3000m Senioren M35**

11:58,15 Holstein, Timo 1985 LG Bernkastel/Wittlich 28.06.2023 Bernkastel-Kues

**5000m Senioren M35**

19:06,37 Kelter, Klaus 1986 LG Sieg 17.05.2023 Koblenz

**5km Straßenlauf Senioren M35**

17:44 Chigine, Christophe 1987 Post-Sportverein Trier 29.10.2023 Föhren

18:21 Steffes, David 1984 Silvesterlauf Trier 03.09.2023 Trier

18:52 Olk, Lars 1985 LG Bernkastel/Wittlich 29.10.2023 Föhren

18:58 Ernsdorf, Thomas 1984 Laufftreff Schweich 03.09.2023 Trier

19:25 Jankowski, Krystian 1988 TG Konz 29.10.2023 Föhren

## 10km Straßenlauf Senioren M35

32:34	Wolff, Markus	1984	Lauftreff Schweich	10.04.2023	Grevenmacher (LUX)
33:05	Schmidt, Daniel	1986	Silvesterlauf Trier	02.04.2023	Brunssum (NED)
34:40	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
34:52	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
35:41	Metzger, Rene	1985	LG Sieg	11.03.2023	Urmitz

## Halbmarathon Senioren M35

1:11:10	Wolff, Markus	1984	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:15:55	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:20:33	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	23.04.2023	Bonn
1:25:32	Weber, Max	1984	Diezer TSK Oranien	15.10.2023	Offenbach
1:25:44	Zenzen, Enrico	1988	LG Vulkaneifel	01.10.2023	Köln

## Marathon Senioren M35

2:37:44	Wolff, Markus	1984	Lauftreff Schweich	23.04.2023	Bonn
2:49:31	Flesch, Johannes	1987	LG Bernkastel/Wittlich	24.09.2023	Berlin
2:49:47	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	24.09.2023	Berlin
2:51:27	Metzger, Rene	1985	LG Sieg	01.10.2023	Köln
2:57:31	Olk, Lars	1985	LG Bernkastel/Wittlich	26.03.2023	Hannover

## Hochsprung Senioren M35

1,55	Leonhardt, Florian	1984	LG Lahn-Aar-Esterau	17.06.2023	Diez
1,50	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz

## Weitsprung Senioren M35

4,71 (-1,5)	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	01.07.2023	Konz
4,43 (0,0)	Leonhardt, Florian	1984	LG Lahn-Aar-Esterau	05.08.2023	Villmar

## Kugelstoß (7,26 kg) Senioren M35

14,09	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	01.08.2023	Eppstein
11,93	Kastner, Thomas	1987	TuS Duchroth	09.07.2023	Bad König
9,57	Leonhardt, Florian	1984	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
9,31	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues

## Diskuswurf (2 kg) Senioren M35

45,01	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	01.08.2023	Eppstein
29,68	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
23,02	Leonhardt, Florian	1984	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel

## Speerwurf (800 g) Senioren M35

35,29	Holstein, Timo	1985	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
33,19	Leonhardt, Florian	1984	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel

## Seniorinnen W30

<b>100m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
13,13 (+1,6)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	06.05.2023	Trier
<b>200m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
26,95 (+0,8)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	06.05.2023	Trier
30,33 (0,0)	Bruckmann-von Wirth, Andrea	1993	TG Konz	16.07.2023	Wittlich
<b>800m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
2:41,55	Bruckmann-von Wirth, Andrea	1993	TG Konz	16.07.2023	Wittlich
3:06,00	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	16.07.2023	Wittlich
<b>1000m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
4:18,9*	Weschenfelder, Larissa	1991	TV 1848 Oberstein	25.09.2023	Dieburg
<b>1500m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
6:30,29	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	16.07.2023	Wittlich
<b>3000m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
13:25,59	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	23.04.2023	Bingen
14:26,85	Hanß, Isabella	1993	TuS Mörschied	10.05.2023	Simmern
<b>5000m</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
23:36,22	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	27.05.2023	Edenkoben
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
15:48	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	31.12.2023	Trier
18:32	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	31.12.2023	Trier
19:56	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	05.03.2023	Leverkusen
19:57	Breuer, Gina	1992	TG Konz	31.12.2023	Trier
21:26	Zeni, Christine	1991	LG Rhein-Wied	29.10.2023	Föhren
<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
38:04	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
38:06	von Keutz, Pia	1992	Lauftreff Schweich	10.09.2023	Bad Liebenzell
38:08	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	15.04.2023	Mülheim/Mosel
39:35	Bermes, Chiara	1993	Lauftreff Schweich	10.09.2023	Bad Liebenzell
41:22	Breuer, Gina	1992	TG Konz	11.11.2023	Langsur
<b>Halbmarathon</b>					<b>Seniorinnen W30</b>
1:18:40	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	01.10.2023	Köln
1:23:19	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	22.10.2023	Valencia (ESP)
1:24:03	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	25.06.2023	Trier
1:33:28	Schönhofen, Isabel	1991	Lauftreff Schweich	29.10.2023	Föhren
1:33:38	Breuer, Gina	1992	TG Konz	19.03.2023	Saarbrücken



<b>Marathon</b>				<b>Seniorinnen W30</b>	
2:54:29	von Keutz, Pia	1992	Lauftreff Schweich	15.10.2023	Budapest (HUN)
3:03:30	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	24.09.2023	Berlin
4:09:18	Drehmann, Sissy	1989	LG Westerwald	29.10.2023	Frankfurt
4:16:55	Thelen, Iris	1990	LG Bitburg-Prüm	01.10.2023	Köln

<b>Weitsprung</b>				<b>Seniorinnen W30</b>	
3,89 (+0,1)	Weschenfelder, Larissa	1991	TV 1848 Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>				<b>Seniorinnen W30</b>	
9,49	Jüngling, Jennifer	1989	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
8,12	Weschenfelder, Larissa	1991	TV 1848 Oberstein	01.04.2023	Idar-Oberstein
6,78	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	06.05.2023	Bad Kreuznach

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Seniorinnen W30</b>	
25,19	Jüngling, Jennifer	1989	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
21,29	Follmann, Judith	1990	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich

<b>Speerwurf (600 g)</b>				<b>Seniorinnen W30</b>	
32,76	Österreicher, Sarah	1989	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
25,45	Jüngling, Jennifer	1989	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
24,12	Bruckmann-von Wirth, Andrea	1993	TG Konz	16.07.2023	Wittlich
20,50	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	06.05.2023	Bad Kreuznach

## Seniorinnen W35

<b>400m</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
67,67	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	12.08.2023	Mönchengladbach

<b>800m</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
2:38,74	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Diez

<b>3000m</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
12:12,96	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	17.06.2023	Diez

<b>5000m</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
23:21,57	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	16.07.2023	Wittlich

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
19:25	Weber, Judith	1984	Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier
20:16	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	17.09.2023	Trier
20:48	Schmidt, Diane	1984	Lauftreff Schweich	29.10.2023	Föhren
21:21	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	11.02.2023	Dornburg
21:21	Weidner, Nadine	1984	Lauftreff Schweich	03.09.2023	Trier

## 10km Straßenlauf Seniorinnen W35

40:07	Weber, Judith	1984	Post-Sportverein Trier	25.06.2023	Trier
41:01	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld
42:34	Weidner, Nadine	1984	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld
43:08	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	26.11.2022	Villmar
43:09	Schmidt, Diane	1984	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur

## Halbmarathon Seniorinnen W35

1:29:29	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:36:13	Weidner, Nadine	1984	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:50:21	Falckenthal, Anica	1984	LG Sieg	07.05.2023	Mainz
1:53:33	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	04.03.2023	Koblenz
1:58:01	Meyer, Annika	1984	LAZ Birkenfeld	01.10.2023	Köln

## Marathon Seniorinnen W35

4:18:35	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	24.09.2023	Berlin
---------	---------------	------	--------------	------------	--------

## 100m Hürden (838 mm) Seniorinnen W35

14,91 (-0,2)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
--------------	--------------------	------	---------------	------------	-------

## Stabhochsprung Seniorinnen W35

2,46	Mesloh, Nadja	1988	TV 1861 Bad Ems	03.09.2023	Bad Ems
------	---------------	------	-----------------	------------	---------

## Kugelstoß (4 kg) Seniorinnen W35

12,70	Mesloh, Nadja	1988	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
11,66	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	06.05.2023	Trier
9,01	Busch, Daniela	1986	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel

## Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W35

37,92	Mesloh, Nadja	1988	TV 1861 Bad Ems	11.06.2023	Ingelheim
35,68	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	06.05.2023	Trier

## Speerwurf (600 g) Seniorinnen W35

26,63	Busch, Daniela	1986	Diezer TSK Oranien	21.05.2023	Holzappel
-------	----------------	------	--------------------	------------	-----------

## Gewichtwurf (9,08 kg) Seniorinnen W35

11,71	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	10.04.2023	Trier
-------	------------------	------	-----------------	------------	-------

## Siebenkampf Seniorinnen W35

10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 || WEI - SPE (600 g) - 800

3922	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	01./02.07.2023	Konz
------	--------------------	------	---------------	----------------	------

15,45 (-0,2) - 1,44 - 9,34 - 27,88 (-0,8) || 5,24 (+0,3) - 20,51 - 2:43,44

## Senioren M40

<b>100m</b>						<b>Senioren M40</b>
12,98 (+0,5)	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	24.05.2023	Mayen	
<b>200m</b>						<b>Senioren M40</b>
27,45 (+0,8)	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems	
<b>800m</b>						<b>Senioren M40</b>
2:27,88	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich	
2:51,02	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	24.05.2023	Mayen	
<b>1500m</b>						<b>Senioren M40</b>
5:31,07	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez	
5:48,83	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems	
<b>3000m</b>						<b>Senioren M40</b>
10:10,36	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	08.09.2023	Trier	
11:12,41	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	28.06.2023	Bernkastel-Kues	
11:53,92	Theißen, Andreas	1983	Lauffreunde Naheland	10.05.2023	Simmern	
11:59,94	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez	
<b>5000m</b>						<b>Senioren M40</b>
18:59,55	Saul, Marco	1982	LG Sieg	31.08.2023	Bergisch Gladbach	
19:52,55	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	24.05.2023	Mayen	
20:12,67	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	13.05.2023	Gerolstein	
<b>10000m</b>						<b>Senioren M40</b>
40:27,79	Saul, Marco	1982	LG Sieg	07.09.2023	Bergisch Gladbach	
42:15,14	Szardien, Sebastian	1982	LG Lahn-Aar-Esterau	15.09.2023	Mengerskirchen	
42:35,22	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	21.04.2023	Ochtendung	
<b>5km Straßenlauf</b>						<b>Senioren M40</b>
17:20	Ewen, Oliver	1983	Lauftreff Schweich	14.06.2023	Kastellaun	
17:28	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	18.03.2023	Schweich	
17:36	Wendling, Thomas	1982	Hunsrück-Marathon	17.05.2023	Boppard	
18:56	Haumann, Hendrik	1980	TG Konz	03.09.2023	Trier	
19:00	Bäcker, Andreas	1979	RSG Montabaur	11.03.2023	Urmitz	
<b>10km Straßenlauf</b>						<b>Senioren M40</b>
33:04	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz	
35:50	Ewen, Oliver	1983	Lauftreff Schweich	25.06.2023	Trier	
36:33	Wendling, Thomas	1982	Hunsrück-Marathon	14.06.2023	Kastellaun	
36:40	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	12.11.2022	Langsur	
37:38	Haumann, Hendrik	1980	TG Konz	11.11.2023	Langsur	

## Halbmarathon Senioren M40

1:14:43	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:28:21	Saul, Marco	1982	LG Sieg	29.10.2023	Föhren
1:29:41	Ewen, Oliver	1983	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:29:53	Hofer, Christian	1982	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:34:06	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	15.10.2023	Offenbach

## Marathon Senioren M40

2:37:15	Leins, Sebastian	1982	LG Sieg	01.10.2023	Köln
2:56:32	Rausch, Alexander	1981	LG Laacher See	24.09.2023	Berlin
3:08:09	Haumann, Hendrik	1980	TG Konz	01.10.2023	Köln
3:16:32	Merten, Kai	1979	TG Konz	23.04.2023	London (GBR)
3:45:59	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	29.10.2023	Frankfurt

## Weitsprung Senioren M40

5,52 (+0,5)	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
-------------	----------------------	------	--------------------	------------	---------

## Diskuswurf (2 kg) Senioren M40

23,15	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
-------	----------------------	------	--------------------	------------	---------

## Hammerwurf (7,26 kg) Senioren M40

34,10	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	12.08.2023	Mönchengladbach
27,75	Thiele, Jochen	1983	TV Germania Trier	29.04.2023	Bengel

## Speerwurf (800 g) Senioren M40

32,47	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
-------	----------------------	------	--------------------	------------	---------

## Gewichtwurf (15,88 kg) Senioren M40

8,62	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	23.07.2023	Trier
------	---------------	------	-------------------	------------	-------

## Fünfkampf Senioren M40

WEI - SPE (800 g) - 200 - DIS (2 kg) - 1K5

1877	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	10.09.2023	Bad Ems
------	----------------------	------	--------------------	------------	---------

5,52 (+0,5) - 32,47 - 27,45 (+0,8) - 23,15 - 5:48,83

## Senioren M45

### 100m Senioren M45

12,38 (-1,0)	Fehlandt, Markus	1975	DJK Mudersbach	26.08.2023	Urmitz
12,52 (+1,2)	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	03.06.2023	Mönchengladbach
13,10 (+0,6)	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	16.08.2023	Meckenheim
13,63 (-0,7)	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich
14,15 (+0,4)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	09.09.2023	Euskirchen

				Senioren M45	
<b>200m</b>					
26,28 (-0,5)	Fehlandt, Markus	1975	DJK Mudersbach	26.08.2023	Urmitz
26,39 (+0,8)	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	10.09.2023	Bad Ems
31,15 (-0,2)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	06.05.2023	Euskirchen
34,82 (-0,1)	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	30.09.2023	Nieder-Olm
<b>400m</b>					Senioren M45
59,85	Dasbach, Andreas	1975	LG Rhein-Wied	28.06.2023	Bernkastel-Kues
64,37	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	16.07.2023	Wittlich
67,06	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023	Euskirchen
<b>800m</b>					Senioren M45
2:14,41	Dasbach, Andreas	1975	LG Rhein-Wied	17.06.2023	Diez
2:27,41	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	19.08.2023	Essen
<b>1000m</b>					Senioren M45
3:14,82	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	26.08.2023	Urmitz
<b>1500m</b>					Senioren M45
5:39,65	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	30.09.2023	Nieder-Olm
6:26,03	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
7:11,57	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	30.09.2023	Nieder-Olm
<b>3000m</b>					Senioren M45
10:56,30	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	23.04.2023	Konz
<b>5000m</b>					Senioren M45
19:01,20	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	16.07.2023	Wittlich
19:03,07	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich
32:39,77	Ringel, Michael	1974	LG Laacher See	24.05.2023	Mayen
<b>10000m</b>					Senioren M45
37:52,31	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	21.04.2023	Ochtendung
40:19,95	Krämer, Dennis	1974	TV Weisel	21.04.2023	Ochtendung
<b>5km Straßenlauf</b>					Senioren M45
18:29	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	18.03.2023	Schweich
18:48	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	13.05.2023	Bad Ems
19:03	Körin, Alexander	1974	Lauftreff Schweich	03.09.2023	Trier
20:58	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
23:06	Klasen, Harald	1977	LG Bitburg-Prüm	23.09.2023	Pronsfeld
<b>10km Straßenlauf</b>					Senioren M45
37:33	Körin, Alexander	1974	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
37:38	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	11.03.2023	Urmitz
38:41	Kreier, Siegmund	1976	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
38:59	Hauth, Norbert	1978	LG Bernkastel/Wittlich	15.04.2023	Mülheim/Mosel
39:20	Dasbach, Andreas	1975	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M45</b>
1:25:25	Kreier, Siegmund	1976	LG Rhein-Wied	23.04.2023	Bonn
1:29:19	Beisel, Andre	1974	SG Neuhäusel	08.10.2023	Magdeburg
1:34:17	Reinhold, Michael	1977	Lauftreff Schweich	04.03.2023	Koblenz
1:34:31	Jakobs, Mark	1974	LG Rhein-Wied	07.05.2023	Mainz
1:38:28	Becker, Hagen	1974	Post-Sportverein Trier	01.10.2023	Köln
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M45</b>
3:09:50	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	29.10.2023	Frankfurt
3:17:10	Hauth, Norbert	1978	LG Bernkastel/Wittlich	07.05.2023	Mainz
3:23:11	Körin, Alexander	1974	Lauftreff Schweich	07.05.2023	Mainz
3:37:13	Boch, Volker	1976	TuS Horn	24.09.2023	Berlin
3:44:18	Reinhold, Michael	1977	Lauftreff Schweich	23.04.2023	London (GBR)
4:58:13	Becker, Jan	1976	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023	Mainz
<b>110m Hürden (991 mm)</b>					<b>Senioren M45</b>
23,85 (-1,9)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M45</b>
1,49	Franz, Thomas	1974	ESV Siershahn	16.07.2023	Wittlich
1,32	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	09.09.2023	Euskirchen
<b>Stabhochsprung</b>					<b>Senioren M45</b>
2,20	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	10.09.2023	Euskirchen
<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M45</b>
5,47 (+0,7)	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	10.09.2023	Bad Ems
5,28 (+1,7)	Fehlandt, Markus	1975	DJK Mudersbach	26.08.2023	Urmitz
4,95 (-1,4)	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich
4,38 (-1,6)	Franz, Thomas	1974	ESV Siershahn	16.07.2023	Wittlich
4,04 (-2,7)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M45</b>
11,53	Quiirnbach, Michael	1976	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
10,36	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
10,21	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
9,23	Schäfer, Thomas	1976	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich
8,70	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	28.06.2023	Bernkastel-Kues
<b>Diskuswurf (2 kg)</b>					<b>Senioren M45</b>
33,52	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
29,23	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
28,73	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	16.07.2023	Wittlich
28,52	Schäfer, Thomas	1976	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich
28,40	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	16.07.2023	Wittlich
<b>Hammerwurf (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M45</b>
25,33	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	26.11.2022	Mutterstadt
20,88	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	04.06.2023	Haßloch

<b>Speerwurf (800 g)</b>					<b>Senioren M45</b>
53,61	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	23.09.2023	Pescara (ITA)
42,38	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	13.08.2023	Mönchengladbach
42,19	Fehlandt, Markus	1975	DJK Mudersbach	22.07.2023	Wetzlar
38,98	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	11.06.2023	Ingelheim
35,19	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	10.09.2023	Bad Ems

<b>Fünfkampf</b>					<b>Senioren M45</b>
WEI - SPE (800 g) - 200 - DIS (2 kg) - 1K5					
2083	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	10.09.2023	Bad Ems
5,47 (+0,7) - 35,19 - 26,39 (+0,8) - 27,47 - 5:45,57					
1537	Rübenach, Peter	1968	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	30.09.2023	Nieder-Olm
4,76 (0,0) - 23,14 - 27,59 (-0,1) - 16,81 - 5:34,44					
980	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	10.09.2023	Bad Ems
4,15 (0,0) - 22,08 - 33,63 (+0,8) - 18,12 - 6:05,94					
603	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	30.09.2023	Nieder-Olm
3,16 (0,0) - 21,71 - 34,82 (-0,1) - 18,15 - 7:11,57					

<b>Zehnkampf</b>					<b>Senioren M45</b>
100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400    11H (991 mm) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5					
2412	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	09./10.09.2023	Euskirchen
14,15 (+0,4) - 3,92 (-0,1) - 8,46 - 1,32 - 68,57    24,74 (-0,5) - 26,72 - 2,20 - 29,74 - 6:30,20					

## Seniorinnen W40

<b>100m</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
13,85 (+1,1)	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	27.05.2023	Edenkoben
14,60 (-1,1)	Hammen, Kirstin	1983	LG Koblenz-Rhens	16.07.2023	Wittlich

<b>200m</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
28,86 (+1,2)	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	27.05.2023	Edenkoben
30,85 (+0,1)	Hammen, Kirstin	1983	LG Koblenz-Rhens	10.05.2023	Simmern

<b>400m</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
70,01	Hammen, Kirstin	1983	LG Koblenz-Rhens	17.06.2023	Diez
72,03	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	17.06.2023	Diez

<b>3000m</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
12:52,92	Petry, Alice	1982	LLG Hunsrück	23.04.2023	Bingen
12:57,54	Wagner, Jennifer	1983	Diezer TSK Oranien	17.06.2023	Diez

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
18:47	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	17.09.2023	Trier
20:15	Balles, Andrea	1980	TV Eintracht Cochem	17.05.2023	Boppard
20:31	Teusch, Dorothee	1979	LG Bernkastel/Wittlich	03.09.2023	Trier
21:23	Engel-Haumann, Miriam	1981	TG Konz	31.12.2022	Trier
21:40	Morgen, Silvia	1979	Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier

<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
37:43	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
40:37	Arent, Nicole	1980	BBC Koblenz-Horchheim	11.03.2023	Urmitz
42:09	Kühn, Anke	1982	HSC 1990 Gamlen	04.03.2023	Koblenz
43:02	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	23.09.2023	Pronsfeld
45:15	Engel-Haumann, Miriam	1981	TG Konz	18.03.2023	Schweich

  

<b>Halbmarathon</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
1:23:01	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:37:31	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:38:15	Kühn, Anke	1982	HSC 1990 Gamlen	11.06.2023	Duisburg
1:48:32	Schneeloch, Sonja	1981	TuS Horhausen 04	23.04.2023	Bonn
1:48:42	Hedwig, Diana	1983	LG Sieg	29.10.2023	Föhren

  

<b>Marathon</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
3:49:10	Wagner, Jennifer	1983	Diezer TSK Oranien	29.10.2023	Frankfurt
3:56:28	Heerkens, Maxi	1982	TV 1867 Bad Sobernheim	07.05.2023	Mainz
4:04:27	Frantzen, Nicole	1982	LG Laacher See	24.09.2023	Berlin
4:11:43	Dillenberger-Reifenrath, Judith	1982	TV Weisel	29.10.2023	Frankfurt
4:20:19	Pfeiffer, Annika	1982	LG Bernkastel/Wittlich	01.10.2023	Köln

  

<b>100km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
9:42:34	Schübelin, Sabrina	1981	VfR Baumholder	01.04.2023	Ubstadt-Weiher

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
1,38	Müller, Carolin	1983	LG Bitburg-Prüm	13.08.2023	Mönchengladbach

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
4,43 (+0,2)	Hammen, Kirstin	1983	LG Koblenz-Rhens	26.08.2023	Urmitz
4,22 (+0,3)	Müller, Carolin	1983	LG Bitburg-Prüm	28.06.2023	Bernkastel-Kues

  

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
12,57	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	22.09.2023	Pescara (ITA)
9,73	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	29.04.2023	St. Wendel
7,94	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	22.04.2023	Selters/Ts.

  

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
33,90	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.05.2023	Trier
24,47	Meindl, Laura	1983	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
20,83	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Hammerwurf (4 kg)</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
24,95	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	20.05.2023	Holzappel



## Speerwurf (600 g)

Seniorinnen W40

40,44	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	21.09.2023	Pescara (ITA)
29,96	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
28,50	Meindl, Laura	1983	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
24,52	Müller, Carolin	1983	LG Bitburg-Prüm	27.05.2023	Edenkoben
14,37	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	21.05.2023	Holzappel

## Seniorinnen W45

### 100m

Seniorinnen W45

12,74 (+1,7)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	06.05.2023	Trier
13,45 (-0,6)	Richter, Nicoll	1975	Post-Sportverein Trier	24.06.2023	Zella-Mehlis
16,22 (+0,5)	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues

### 200m

Seniorinnen W45

26,79 (+0,5)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	13.08.2023	Mönchengladbach
28,09 (+0,1)	Richter, Nicoll	1975	Post-Sportverein Trier	24.06.2023	Zella-Mehlis

### 800m

Seniorinnen W45

2:42,52	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	24.09.2023	Pescara (ITA)
---------	--------------------	------	---------------	------------	---------------

### 5km Straßenlauf

Seniorinnen W45

19:15	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	31.12.2022	Trier
20:20	Bäcker, Silja	1977	RSG Montabaur	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
23:01	Cartier, Anne	1977	TG Konz	31.12.2022	Trier
23:39	Kröhnert, Steffi	1974	Lauftreff Schweich	17.09.2023	Trier
27:40	Tomulets, Diana	1977	MTV 1877 Bad Kreuznach	19.03.2023	Bad Kreuznach

### 10km Straßenlauf

Seniorinnen W45

37:35	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
42:56	Leis, Katja	1976	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
43:31	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
44:35	Bäcker, Silja	1977	RSG Montabaur	11.02.2023	Dornburg
46:32	Cartier, Anne	1977	TG Konz	22.04.2023	Hermeskeil

### Halbmarathon

Seniorinnen W45

1:25:32	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:35:53	Leis, Katja	1976	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:38:30	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	19.03.2023	Frankfurt
1:41:11	Kappel, Christina	1977	TuS Irmenach-Beuren 1913	19.03.2023	Bad Kreuznach
1:43:58	Cartier, Anne	1977	TG Konz	02.04.2023	Berlin

### Marathon

Seniorinnen W45

2:59:11	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	23.04.2023	Hamburg
3:34:29	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	24.09.2023	Berlin
3:36:43	Kappel, Christina	1977	TuS Irmenach-Beuren 1913	23.04.2023	Bonn
3:56:13	Cartier, Anne	1977	TG Konz	29.10.2023	Frankfurt
3:56:28	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	23.04.2023	Bonn

<b>80m Hürden (762 mm)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
11,78 (+1,0)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	29.09.2023	Pescara (ITA)
<b>400m Hürden (762 mm)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
69,92	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	09.07.2023	Neckarsulm
<b>Hochsprung</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
1,53	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	13.08.2023	Mönchengladbach
<b>Weitsprung</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
5,28 (+0,2)	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	17.09.2023	Brey
4,10 (-1,5)	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	16.07.2023	Wittlich
3,74 (-0,5)	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	28.06.2023	Bernkastel-Kues
<b>Dreisprung</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
9,52 (0,0)	Tomulets, Diana	1977	MTV 1877 Bad Kreuznach	17.09.2023	Brey
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
9,38	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	13.08.2023	Mönchengladbach
8,54	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
8,15	Danowski, Katja	1971	TuS Niederneisen	17.06.2023	Diez
7,16	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
6,89	Götz, Stephanie	1975	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
22,96	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
20,38	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	09.09.2023	Bengel
<b>Hammerwurf (4 kg)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
28,69	Richter, Nicoll	1975	Post-Sportverein Trier	29.04.2023	Bengel
<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
21,13	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	24.09.2023	Pescara (ITA)
18,36	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
16,60	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	26.03.2023	Koblenz
<b>Siebenkampf</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
4522	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	23./24.09.2023	Pescara (ITA)
80H (762 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200    WEI - SPE (600 g) - 800 11,94 (+0,8) - 1,49 - 9,30 - 27,17 (-0,6)    5,10 (-0,4) - 21,13 - 2:42,52					

## Senioren M50

				Senioren M50
<b>100m</b>				
14,79 (-0,1)	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	26.08.2023 Urmitz
<b>200m</b>				
30,60 (+1,8)	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	16.07.2023 Wittlich
32,87 (-0,2)	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	30.09.2023 Nieder-Olm
<b>400m</b>				
64,55	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	09.07.2023 Dierdorf
78,74	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	04.08.2023 Düsseldorf
<b>800m</b>				
2:30,50	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	17.05.2023 Koblenz
2:50,71	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	10.05.2023 Simmern
2:57,07	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	04.08.2023 Düsseldorf
<b>1500m</b>				
5:05,49	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	17.06.2023 Diez
5:44,14	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	04.08.2023 Düsseldorf
5:53,32	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	30.09.2023 Nieder-Olm
<b>3000m</b>				
11:25,78	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	24.08.2023 Bergisch Gladbach
12:02,97	Brenner, Andreas	1969	WSG Bad Marienberg	06.09.2023 Westerburg
12:19,34	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	10.05.2023 Simmern
13:48,94	Fabry, Markus	1970	HSC 1990 Gamlen	21.04.2023 Ochtendung
<b>5000m</b>				
19:26,62	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	16.07.2023 Wittlich
20:25,18	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	16.09.2023 Hachenburg
23:11,87	Dimmer, Werner	1970	LG Bitburg-Prüm	13.05.2023 Gerolstein
23:20,04	Fabry, Markus	1970	HSC 1990 Gamlen	24.05.2023 Mayen
<b>10000m</b>				
40:55,78	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	21.04.2023 Ochtendung
42:50,50	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	07.09.2023 Bergisch Gladbach
44:42,61	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	21.04.2023 Ochtendung
<b>5km Straßenlauf</b>				
17:45	Schütz, Andreas	1973	TuS Wallmerod	17.05.2023 Boppard
18:01	Gilberg, Thomas	1969	LG Rhein-Wied	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
18:16	Kohlhaas, Lutz	1972	Spvvg. Wildenburg	29.10.2023 Föhren
18:37	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	29.10.2023 Föhren
19:01	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	29.10.2023 Föhren

<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M50</b>
36:17	Schütz, Andreas	1973	TuS Wallmerod	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
37:46	Herres, Frederik	1970	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
38:22	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
38:39	Krämer, Michael	1971	LG Laacher See	12.11.2022	Langsur
39:19	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	08.10.2023	Mülheim-Kärlich

  

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M50</b>
1:26:23	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	27.08.2023	Köln
1:27:49	Hermanns, Jan-Peter	1973	Lauftreff Schweich	29.10.2023	Föhren
1:30:09	Krämer, Michael	1971	LG Laacher See	27.08.2023	Köln
1:30:38	Hoffmann, Roman	1973	TG Konz	25.06.2023	Trier
1:32:14	Pommer, Mario	1973	Meddy's LWT Koblenz	04.03.2023	Koblenz

  

<b>Marathon</b>					<b>Senioren M50</b>
3:00:26	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	24.09.2023	Berlin
3:08:43	Krämer, Michael	1971	LG Laacher See	24.09.2023	Berlin
3:15:02	Hoffmann, Roman	1973	TG Konz	03.06.2023	Stockholm (SWE)
3:42:55	Karl, Marcus	1969	LG Langsur	29.10.2023	Frankfurt
3:48:42	Denter, Frank	1971	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023	Mainz

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M50</b>
1,57	Paasche, Matthias	1970	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M50</b>
4,78 (+1,5)	Weber, Frank	1971	TV Eintracht Cochem	23.06.2023	Remagen
4,15 (0,0)	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	10.09.2023	Bad Ems

  

<b>Kugelstoß (6 kg)</b>					<b>Senioren M50</b>
11,99	Henniger, Sven	1973	LG Rhein-Wied	26.08.2023	Urmitz
11,93	Roos, Marc	1973	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
11,72	Paasche, Matthias	1970	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich
11,27	Henniger, André	1971	LG Westerwald	16.07.2023	Wittlich
10,04	Dombrowsky, Ralf	1969	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel

  

<b>Diskuswurf (1,5 kg)</b>					<b>Senioren M50</b>
34,00	Roos, Marc	1973	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
31,88	Dombrowsky, Ralf	1969	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
29,45	Paasche, Matthias	1970	LG Kreis Ahrweiler	26.03.2023	Koblenz
27,26	Henniger, André	1971	LG Westerwald	22.07.2023	Selters/Ts.
25,44	Henniger, Sven	1973	LG Rhein-Wied	01.08.2023	Eppstein

  

<b>Hammerwurf (6 kg)</b>					<b>Senioren M50</b>
29,77	Kreckel, Sascha	1969	TuS Niederneisen	20.05.2023	Holzappel

  

<b>Speerwurf (700 g)</b>					<b>Senioren M50</b>
29,87	Dombrowsky, Ralf	1969	TV 1861 Bad Ems	21.05.2023	Holzappel
24,32	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	30.09.2023	Nieder-Olm

**Fünfkampf** WEI - SPE (700 g) - 200 - DIS (1,5 kg) - 1K5 **Senioren M50**

1032 Fischer, Dirk 1970 TuS Jahn Argenthal 30.09.2023 Nieder-Olm  
3,72 (0,0) - 24,32 - 32,87 (-0,2) - 18,58 - 5:53,32

## Senioren M55

**100m** **Senioren M55**

13,28 (+0,5) Rübenach, Peter 1968 SpVgg. 04/13 Burgbrohl 24.05.2023 Mayen

**200m** **Senioren M55**

27,20 (+0,1) Rübenach, Peter 1968 SpVgg. 04/13 Burgbrohl 10.05.2023 Simmern

**400m** **Senioren M55**

61,22 Rübenach, Peter 1968 SpVgg. 04/13 Burgbrohl 17.05.2023 Koblenz  
64,39 Benz Müller, Christoph 1968 Silvesterlauf Trier 08.12.2023 Dubai (UAE)

**800m** **Senioren M55**

2:22,64 Müller, Dirk 1968 LLG Hunsrück 09.08.2023 Pfungstadt  
2:27,73 Benz Müller, Christoph 1968 Silvesterlauf Trier 23.09.2023 Rathenow  
2:59,19 Theisen, Markus 1968 DJK Ochtendung 16.07.2023 Wittlich

**1000m** **Senioren M55**

3:08,27 Müller, Dirk 1968 LLG Hunsrück 14.10.2023 Aschaffenburg  
3:48,89 Theisen, Markus 1968 DJK Ochtendung 26.08.2023 Urmitz

**1500m** **Senioren M55**

4:59,66 Nickenig, Andreas 1967 LA TuS Mayen 17.06.2023 Diez  
5:01,16 Benz Müller, Christoph 1968 Silvesterlauf Trier 19.11.2023 Dubai (UAE)  
5:34,44 Rübenach, Peter 1968 SpVgg. 04/13 Burgbrohl 30.09.2023 Nieder-Olm  
5:42,45 Hertle, Peter 1967 LG Rhein-Wied 16.07.2023 Wittlich

**3000m** **Senioren M55**

10:39,82 Nickenig, Andreas 1967 LA TuS Mayen 21.04.2023 Ochtendung  
12:54,18 Theisen, Markus 1968 DJK Ochtendung 21.04.2023 Ochtendung  
13:06,73 Braumann, Oskar 1968 Hunsrück-Marathon 10.05.2023 Simmern  
13:22,89 Frank, Hans-Leo 1964 LG Bernkastel/Wittlich 28.06.2023 Bernkastel-Kues

**5000m** **Senioren M55**

19:26,11 Heuser, Arne 1966 LG Kreis Ahrweiler 16.07.2023 Wittlich  
21:29,00 Theisen, Markus 1968 DJK Ochtendung 24.05.2023 Mayen  
22:25,44 Braumann, Oskar 1968 Hunsrück-Marathon 06.05.2023 Trier

**10000m** **Senioren M55**

40:51,17 Pulger, Stefan 1966 LG Rhein-Wied 21.04.2023 Ochtendung  
46:31,87 Braumann, Oskar 1968 Hunsrück-Marathon 21.04.2023 Ochtendung

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M55</b>
18:07	Nickenig, Andreas	1967	LA TuS Mayen	17.05.2023	Boppard
19:11	Olk, Winfried	1966	Lauftreff Schweich	17.05.2023	Boppard
19:30	Willems, Günter	1966	SV Neunkirchen-Steinborn	29.10.2023	Föhren
19:56	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	11.11.2023	Dubai (UAE)
20:23	Müller, Dirk	1968	LLG Hunsrück	17.05.2023	Boppard

  

<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M55</b>
37:39	Nickenig, Andreas	1967	LA TuS Mayen	15.04.2023	Mülheim/Mosel
38:45	Olk, Winfried	1966	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
40:27	Pulger, Stefan	1966	LG Rhein-Wied	11.03.2023	Urmitz
41:41	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	15.10.2023	Offenbach
41:48	Mangrich, Jürgen	1968	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur

  

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M55</b>
1:28:40	Olk, Winfried	1966	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:30:25	Grün, Gerhard	1965	LG Rhein-Wied	08.10.2023	Magdeburg
1:34:15	Mangrich, Jürgen	1968	Lauftreff Schweich	07.05.2023	Mainz
1:38:18	Luther, Markus	1966	LAZ Birkenfeld	29.10.2023	Föhren
1:40:23	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	02.04.2023	Berlin

  

<b>Marathon</b>					<b>Senioren M55</b>
3:19:30	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.10.2023	Frankfurt
3:34:28	Kraemer, Thomas	1966	Meddy's LWT Koblenz	03.09.2023	Münster
3:40:35	Frank, Hans-Leo	1964	LG Bernkastel/Wittlich	15.10.2023	Amsterdam (NED)
3:42:00	Mangrich, Jürgen	1968	Lauftreff Schweich	24.09.2023	Berlin
3:42:16	Schmitz, Gottfried	1965	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023	Mainz

  

<b>400m Hürden (838 mm)</b>					<b>Senioren M55</b>
73,92	Rübenach, Peter	1968	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	27.05.2023	Edenkoben

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M55</b>
1,49	Klein, Jürgen	1968	Idarer Turnverein 1873 e.V.	16.07.2023	Wittlich
1,41	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M55</b>
4,76 (0,0)	Rübenach, Peter	1968	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	30.09.2023	Nieder-Olm
4,33 (-2,3)	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	16.07.2023	Wittlich
3,51 (-1,5)	Klimperle, Ralf	1967	Post-Sportverein Trier	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Kugelstoß (6 kg)</b>					<b>Senioren M55</b>
12,18	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	15.06.2023	Bengel
10,68	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	01.04.2023	Idar-Oberstein
10,43	Pontius, Achim	1967	LG Idar-Oberstein	22.04.2023	Birkenfeld
9,53	Klein, Jürgen	1968	Idarer Turnverein 1873 e.V.	16.07.2023	Wittlich
7,75	Kohlhaas, Harald	1964	SV Urmitz	21.05.2023	Holzappel

## Diskuswurf (1,5 kg) Senioren M55

39,01	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
30,67	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	16.07.2023	Wittlich

## Hammerwurf (6 kg) Senioren M55

48,29	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	27.03.2023	Torun (POL)
42,99	Bidinger, Harald	1968	TV Germania Trier	10.04.2023	Trier
32,24	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	10.04.2023	Trier

## Speerwurf (700 g) Senioren M55

40,26	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	16.07.2023	Wittlich
34,90	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	26.03.2023	Torun (POL)
27,57	Kletke, Ernst	1966	TG Konz	16.07.2023	Wittlich

## Gewichtwurf (11,34 kg) Senioren M55

14,36	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	18.03.2023	Alzey
11,81	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	10.04.2023	Trier
11,47	Bidinger, Harald	1968	TV Germania Trier	23.07.2023	Trier

## Seniorinnen W50

### 100m Seniorinnen W50

15,80 (+0,5)	Gasper, Elvira	1969	LG Bitburg-Prüm	28.06.2023	Bernkastel-Kues
16,08 (-0,8)	Löwe, Marie-Kathrin	1970	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich
16,21 (+0,4)	Monschauer, Heike	1972	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Nieder-Olm
16,49 (-0,8)	Zinn, Anja	1969	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich

### 200m Seniorinnen W50

29,44 (+1,2)	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	08.07.2023	St. Wendel
34,41 (-1,7)	Gasper, Elvira	1969	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
34,97 (-1,7)	Jüris, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich
35,58 (-1,7)	Löwe, Marie-Kathrin	1970	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich

### 400m Seniorinnen W50

64,32	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
-------	------------------	------	------------------------	------------	-----------

### 800m Seniorinnen W50

2:32,14	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	11.06.2023	Ingelheim
3:18,80	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	16.07.2023	Wittlich

### 1500m Seniorinnen W50

5:35,28	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	12.08.2023	Mönchengladbach
6:39,29	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	16.07.2023	Wittlich
6:55,43	Schröder, Tanja	1973	LAZ Birkenfeld	16.07.2023	Wittlich

				Seniorinnen W50
<b>3000m</b>				
12:03,05	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	28.06.2023 Bernkastel-Kues
12:21,68	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	10.05.2023 Simmern
13:40,78	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	26.08.2023 Urmitz
<b>5000m</b>				
21:19,46	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	06.05.2023 Trier
25:25,50	Schröder, Tanja	1973	LAZ Birkenfeld	16.07.2023 Wittlich
<b>5km Straßenlauf</b>				
20:15	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	08.10.2023 Föhren
21:40	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	29.10.2023 Föhren
21:52	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	29.10.2023 Föhren
23:33	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	29.10.2023 Föhren
25:42	Caserta-Metzner, Claudia	1969	LG Boppard-Bad Salzig	17.05.2023 Boppard
<b>10km Straßenlauf</b>				
43:31	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	11.03.2023 Urmitz
46:17	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	22.04.2023 Hermeskeil
46:59	Thein, Stefanie	1972	Laufftreff Schweich	12.11.2022 Langsur
47:56	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	08.10.2023 Mülheim-Kärlich
48:10	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	04.06.2023 Ingelheim
<b>Halbmarathon</b>				
1:36:03	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	23.04.2023 Bonn
1:42:43	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	29.10.2023 Föhren
1:43:51	Grün, Sandra	1970	BSG Sparkasse Koblenz	08.10.2023 Magdeburg
1:44:41	Dahm, Andrea	1969	LG Laacher See	29.10.2023 Föhren
1:47:25	Streit, Jutta	1972	Lauffreunde Naheland	04.06.2023 Ingelheim
<b>Marathon</b>				
3:40:55	Streit, Jutta	1972	Lauffreunde Naheland	29.10.2023 Frankfurt
3:58:03	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	07.05.2023 Mainz
4:02:05	Schneider, Petra	1970	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023 Mainz
4:16:46	Urban, Michaela	1971	Meddy's LWT Koblenz	29.10.2023 Frankfurt
<b>5000m Bahngehen</b>				
30:13,45	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	24.06.2023 Bühlertal
<b>10km Gehen</b>				
1:02:36	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	15.04.2023 Erfurt
<b>Hochsprung</b>				
1,28	Danowski, Katja	1971	TuS Niederneisen	16.07.2023 Wittlich



<b>Weitsprung</b>						<b>Seniorinnen W50</b>	
3,79	(0,0)	Monschauer, Heike	1972	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Nieder-Olm	
3,56	(0,0)	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	22.04.2023	Birkenfeld	
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>						<b>Seniorinnen W50</b>	
10,17		Danowski, Katja	1971	TuS Niederneisen	21.05.2023	Holzappel	
8,52		Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	06.05.2023	Bad Kreuznach	
7,81		Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich	
7,79		Monschauer, Heike	1972	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich	
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>						<b>Seniorinnen W50</b>	
23,15		Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich	
20,10		Jüris, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich	
19,26		Danowski, Katja	1971	TuS Niederneisen	16.07.2023	Wittlich	
<b>Speerwurf (500 g)</b>						<b>Seniorinnen W50</b>	
23,49		Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	16.07.2023	Wittlich	
22,15		Jüris, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich	
21,91		Gasper, Elvira	1969	LG Bitburg-Prüm	27.05.2023	Edenkoben	
20,33		Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	21.05.2023	Holzappel	
<b>Seniorinnen W55</b>							
<b>100m</b>						<b>Seniorinnen W55</b>	
15,28	(-0,7)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	12.08.2023	Mönchengladbach	
16,41	(+0,5)	Hayer, Carmen	1967	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues	
<b>200m</b>						<b>Seniorinnen W55</b>	
32,47	(-1,7)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	13.08.2023	Mönchengladbach	
35,26	(-2,8)	Hayer, Carmen	1967	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich	
<b>400m</b>						<b>Seniorinnen W55</b>	
80,52		Hayer, Carmen	1967	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues	
<b>800m</b>						<b>Seniorinnen W55</b>	
2:58,80		Thimm, Sabine	1964	TuS Rot-Weiss Koblenz	13.08.2023	Mönchengladbach	
<b>3000m</b>						<b>Seniorinnen W55</b>	
12:18,98		Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	09.08.2023	Pfungstadt	
<b>5000m</b>						<b>Seniorinnen W55</b>	
20:54,49		Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	16.07.2023	Wittlich	
23:57,06		Schenke, Sabine	1968	LG Kreis Ahrweiler	16.07.2023	Wittlich	
24:20,61		Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg	

## 5km Straßenlauf

Seniorinnen W55

23:41	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	17.05.2023	Boppard
24:40	Hübner, Monika	1965	LG Meulenwald Föhren	03.09.2023	Trier
26:01	Kletke, Vera	1967	TG Konz	18.03.2023	Schweich
27:00	Gürth, Sarah	1967	Diezer TSK Oranien	31.12.2023	Trier
28:29	Blasius, Astrid	1967	LAZ Birkenfeld	31.12.2023	Trier
28:45	Heidger, Sonja	1966	Meddy's LWT Koblenz	17.05.2023	Boppard

## 10km Straßenlauf

Seniorinnen W55

41:08	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	11.03.2023	Urmitz
44:57	Jacobi, Birgit	1964	SC Poseidon Koblenz	11.02.2023	Dornburg
48:23	Hübner, Monika	1965	LG Meulenwald Föhren	12.11.2022	Langsur
49:14	Holper, Waltraut	1967	LG Bitburg-Prüm	23.09.2023	Pronsfeld
50:49	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	24.09.2023	Diez

## Halbmarathon

Seniorinnen W55

1:42:03	Walter, Iris	1967	TV 1848 Meisenheim	12.03.2023	Kandel
1:45:55	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	03.09.2023	Wallmerod
1:54:26	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	12.03.2023	Kandel
1:54:29	Holper, Waltraut	1967	LG Bitburg-Prüm	25.06.2023	Trier
1:55:41	Schenke, Sabine	1968	LG Kreis Ahrweiler	01.10.2023	Köln

## Marathon

Seniorinnen W55

3:35:49	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	30.06.2023	Marburg
3:43:58	Kath, Petra	1966	LG Kreis Ahrweiler	29.10.2023	Frankfurt
4:12:48	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	03.09.2023	Münster

## 100km Straßenlauf

Seniorinnen W55

9:23:22	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	01.04.2023	Ubstadt-Weiher
---------	------------------	------	---------------	------------	----------------

## Hochsprung

Seniorinnen W55

1,20	Hayer, Carmen	1967	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
------	---------------	------	------------------------	------------	----------

## Weitsprung

Seniorinnen W55

4,06 (+1,0)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	23.04.2023	Konz
3,23 (+0,6)	Zuch, Brunhild	1964	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues

## Dreisprung

Seniorinnen W55

8,41 (-2,4)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	13.08.2023	Mönchengladbach
-------------	--------------	------	---------	------------	-----------------

## Kugelstoß (3 kg)

Seniorinnen W55

8,68	Kletke, Vera	1967	TG Konz	30.09.2023	Nieder-Olm
8,19	Grandmontagne, Kirsten	1967	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
7,58	Zuch, Brunhild	1964	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues

## Speerwurf (500 g)

Seniorinnen W55

21,12 Kletke, Vera 1967 TG Konz 16.07.2023 Wittlich

## Senioren M60

### 100m

Senioren M60

14,64 (-0,1) Prechtl, Jürgen 1961 LG Rhein-Wied 26.08.2023 Urmitz  
16,13 (-1,2) Sauerwein, Jörg 1961 TV Weisel 16.07.2023 Wittlich

### 200m

Senioren M60

31,60 (+0,3) Pawelke, Bernhard 1962 LG Bernkastel/Wittlich 28.06.2023 Bernkastel-Kues  
36,14 (+1,7) Stibitz, Leonhard 1962 SV Göttschied 22.04.2023 Birkenfeld

### 400m

Senioren M60

69,90 Pawelke, Bernhard 1962 LG Bernkastel/Wittlich 16.07.2023 Wittlich

### 800m

Senioren M60

2:40,01 Pawelke, Bernhard 1962 LG Bernkastel/Wittlich 16.07.2023 Wittlich  
2:59,63 Stibitz, Leonhard 1962 SV Göttschied 22.04.2023 Birkenfeld  
3:01,57 Hendges, Winfried 1959 LA TuS Mayen 23.04.2023 Konz  
3:12,89 Brusius, Uwe 1963 SV Göttschied 22.04.2023 Birkenfeld

### 1000m

Senioren M60

3:58,62 Hendges, Winfried 1959 LA TuS Mayen 21.04.2023 Ochtendung

### 1500m

Senioren M60

5:32,62 Kirschey, Thomas 1961 TuS Rot-Weiss Koblenz 16.07.2023 Wittlich

### 3000m

Senioren M60

11:26,29 Jöxen, Willi 1959 LG Vulkaneifel 24.05.2023 Hilden  
11:33,21 Kirschey, Thomas 1961 TuS Rot-Weiss Koblenz 26.08.2023 Urmitz  
11:36,38 Potratz, Frank 1963 Diezer TSK Oranien 17.06.2023 Diez

### 5000m

Senioren M60

19:34,23 Kirschey, Thomas 1961 TuS Rot-Weiss Koblenz 06.09.2023 Pfungstadt  
19:41,94 Jöxen, Willi 1959 LG Vulkaneifel 31.08.2023 Bergisch Gladbach  
21:36,14 Pawelke, Bernhard 1962 LG Bernkastel/Wittlich 06.05.2023 Trier  
23:14,80 Berke, Martin 1963 HSC 1990 Gamlen 24.05.2023 Mayen

### 10000m

Senioren M60

41:25,96 Jöxen, Willi 1959 LG Vulkaneifel 07.09.2023 Bergisch Gladbach  
45:21,50 Volz, Erwin 1959 LG Bernkastel/Wittlich 21.04.2023 Ochtendung

## 5km Straßenlauf

Senioren M60

19:16	Nolles, Alwin	1963	LG Meulenwald Föhren	29.10.2023	Föhren
19:31	Mallmann, Dieter	1961	LLG Hunsrück	17.05.2023	Boppard
19:41	Potratz, Frank	1963	Diezer TSK Oranien	13.05.2023	Bad Ems
19:57	Kirschey, Thomas	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
20:28	Fußmann, Matthias	1960	LG Bitburg-Prüm	23.09.2023	Pronsfeld

## 10km Straßenlauf

Senioren M60

37:52	Nolles, Alwin	1963	LG Meulenwald Föhren	11.03.2023	Urmitz
39:41	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	11.11.2023	Langsur
39:43	Mallmann, Dieter	1961	LLG Hunsrück	13.05.2023	Bad Ems
39:57	Paulus, Walter	1961	LG Bernkastel/Wittlich	12.11.2022	Langsur
40:48	Feld, Thomas	1961	LG Langsur	23.09.2023	Pronsfeld

## Halbmarathon

Senioren M60

1:30:44	Zender, Michael	1961	TG Konz	26.03.2023	Freiburg
1:33:08	Feld, Thomas	1961	LG Langsur	29.10.2023	Föhren
1:35:21	Schäfer, Detlef	1963	DJK Hasborn	29.10.2023	Föhren
1:36:12	Fußmann, Matthias	1960	LG Bitburg-Prüm	29.10.2023	Föhren
1:37:53	Nolles, Thomas	1963	LG Meulenwald Föhren	30.04.2023	Monéteau (FRA)

## Marathon

Senioren M60

3:19:51	Zender, Michael	1961	TG Konz	23.04.2023	Bonn
3:24:50	Feld, Thomas	1961	LG Langsur	01.10.2023	Köln
3:35:19	Stieb, Heiko	1962	Lauffreunde Naheland	29.10.2023	Frankfurt
4:13:08	Riedel, Roland	1963	LG Westerwald	11.06.2023	Duisburg
4:23:00	Bernath, Wolfgang	1959	LG Rhein-Wied	12.02.2023	Herten

## Hochsprung

Senioren M60

1,54	Staebel, Jochen	1962	Post-Sportverein Trier	12.08.2023	Mönchengladbach
1,18	Sauerwein, Jörg	1961	TV Weisel	16.07.2023	Wittlich

## Weitsprung

Senioren M60

4,58 (-0,7)	Prechtel, Jürgen	1961	LG Rhein-Wied	12.08.2023	Mönchengladbach
-------------	------------------	------	---------------	------------	-----------------

## Kugelstoß (5 kg)

Senioren M60

13,14	Werking, Rainer	1959	VfB Polch	17.09.2023	Brey
9,48	Prechtel, Jürgen	1961	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
9,31	Brusius, Uwe	1963	SV Göttschied	22.04.2023	Birkenfeld

## Diskuswurf (1 kg)

Senioren M60

41,44	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	30.03.2023	Torun (POL)
28,99	Prechtel, Jürgen	1961	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
19,43	Sauerwein, Jörg	1961	TV Weisel	05.08.2023	Villmar

## Hammerwurf (5 kg)

Senioren M60

42,21	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	28.03.2023	Torun (POL)
36,36	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	10.04.2023	Trier
33,44	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	26.11.2022	Mutterstadt

<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Senioren M60</b>
41,70	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	27.03.2023	Torun (POL)
31,93	Prechtl, Jürgen	1961	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
20,27	Sauerwein, Jörg	1961	TV Weisel	16.07.2023	Wittlich

<b>Gewichtwurf (9,08 kg)</b>					<b>Senioren M60</b>
12,97	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	10.04.2023	Trier

## Senioren M65

<b>100m</b>					<b>Senioren M65</b>
14,50 (-2,3)	Knieper, Hans-Peter	1958	LG Laacher See	23.04.2023	Konz
15,16 (+0,5)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	28.06.2023	Bernkastel-Kues
16,29 (+0,2)	Gröning, Michael	1956	LG Boppard-Bad Salzig	10.05.2023	Simmern

<b>200m</b>					<b>Senioren M65</b>
32,17 (-1,0)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	26.08.2023	Urmitz

<b>400m</b>					<b>Senioren M65</b>
76,05	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	22.07.2023	Wetzlar

<b>800m</b>					<b>Senioren M65</b>
2:31,37	Scherer, Benno	1957	VfR Baumholder	20.07.2023	Saarbrücken
2:53,17	Roth, Hermann	1956	Radsportverein Daadetal	22.07.2023	Wetzlar
2:54,53	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	03.06.2023	Mönchengladbach
3:29,51	Hammann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	10.05.2023	Simmern

<b>1000m</b>					<b>Senioren M65</b>
3:41,20	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	31.08.2023	Bergisch Gladbach
3:42,28	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	26.08.2023	Urmitz
4:54,29	Hammann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	26.08.2023	Urmitz

<b>1500m</b>					<b>Senioren M65</b>
5:13,23	Scherer, Benno	1957	VfR Baumholder	12.08.2023	Mönchengladbach
5:51,49	Roth, Hermann	1956	Radsportverein Daadetal	16.07.2023	Wittlich
6:00,10	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	16.07.2023	Wittlich
7:33,37	Hammann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	16.07.2023	Wittlich

<b>3000m</b>					<b>Senioren M65</b>
14:42,19	Erbert, Michael	1958	Lauffreunde Naheland	10.05.2023	Simmern
15:23,19	Hammann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	10.05.2023	Simmern

<b>5000m</b>					<b>Senioren M65</b>
20:48,91	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	16.07.2023	Wittlich
20:52,03	Roth, Hermann	1956	Radsportverein Daadetal	16.07.2023	Wittlich
21:13,47	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	16.09.2023	Hachenburg
24:55,62	Erbert, Michael	1958	Lauffreunde Naheland	27.05.2023	Edenkoben
25:22,72	Hammann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	13.05.2023	Gerolstein

<b>10000m</b>					<b>Senioren M65</b>
46:29,48	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	21.04.2023	Ochtendung
46:35,31	Bauer, Edgar	1958	LG Bernkastel/Wittlich	21.04.2023	Ochtendung
56:26,69	Hammann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	21.04.2023	Ochtendung

  

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M65</b>
20:15	Schümmer, Horst	1958	DJK Ochtendung	17.05.2023	Boppard
21:07	Schiltz, Gilbert	1958	LG Meulenwald Föhren	29.10.2023	Föhren
21:35	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	29.10.2023	Föhren
21:56	Bermes, Dieter	1956	LG Meulenwald Föhren	29.10.2023	Föhren
21:57	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	08.10.2023	Herdorf

  

<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M65</b>
41:37	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	12.11.2022	Langsur
41:57	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	11.03.2023	Urmitz
42:51	Schiltz, Gilbert	1958	LG Meulenwald Föhren	11.03.2023	Urmitz
44:09	Roth, Hermann	1956	Radsportverein Daadetal	11.03.2023	Urmitz
44:47	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	11.03.2023	Urmitz

  

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M65</b>
1:33:47	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	23.04.2023	Bonn
1:43:16	Hees, Jürgen	1954	LG Sieg	23.04.2023	Bonn
1:44:04	Jenniges, Karl-Heinz	1957	LG Bitburg-Prüm	07.05.2023	Mainz
1:45:26	Bauer, Edgar	1958	LG Bernkastel/Wittlich	29.10.2023	Föhren
1:49:22	Beyer, Heinrich	1956	TV Kärlich 08	08.04.2023	Paderborn

  

<b>Marathon</b>					<b>Senioren M65</b>
3:42:22	Plein, Winfried	1957	LG Vulkaneifel	23.04.2023	Hamburg

  

<b>100km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M65</b>
10:15:41	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	01.04.2023	Ubstadt-Weiher

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M65</b>
1,27	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	27.05.2023	Edenkoben
1,18	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M65</b>
4,04 (-0,3)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	28.06.2023	Bernkastel-Kues
3,89 (-1,2)	Wahlen, Alfred	1958	Turngesell. Trier 1880	23.04.2023	Konz

  

<b>Kugelstoß (5 kg)</b>					<b>Senioren M65</b>
11,03	Steinbach, Martin P.	1957	TuS 1862 Kirn	27.05.2023	Edenkoben
10,30	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	27.05.2023	Edenkoben
9,98	Wolfram, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	08.06.2023	Crailsheim
9,93	Knieper, Hans-Peter	1958	LG Laacher See	23.04.2023	Konz
9,52	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	21.05.2023	Holzappel

## Diskuswurf (1 kg) Senioren M65

32,07	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	29.04.2023	Bengel
31,76	Gerstenschläger, Helmut	1956	LG Idar-Oberstein	30.09.2023	Idar-Oberstein
31,69	Lösch, Dieter	1958	LG Rhein-Wied	26.03.2023	Koblenz
28,96	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	16.07.2023	Wittlich
28,09	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.05.2023	Bad Kreuznach

## Hammerwurf (5 kg) Senioren M65

33,32	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	04.06.2023	Haßloch
27,56	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	08.06.2023	Crailsheim

## Speerwurf (600 g) Senioren M65

31,78	Henn, Nikolaus	1956	TuS Rot-Weiss Koblenz	07.10.2023	Villmar
28,57	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	16.07.2023	Wittlich
25,05	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	01.04.2023	Idar-Oberstein
24,19	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	16.07.2023	Wittlich

## Gewichtwurf (9,08 kg) Senioren M65

11,72	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	06.05.2023	Bad Kreuznach
10,64	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.05.2023	Bad Kreuznach
9,11	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	10.04.2023	Trier

## Seniorinnen W60

### 200m Seniorinnen W60

38,82 (-0,7)	Marmann, Birgit	1961	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
--------------	-----------------	------	------------------------	------------	--------

### 5km Straßenlauf Seniorinnen W60

22:29	von Klitzing, Margit	1963	DJK Ochtendung	29.10.2023	Föhren
25:10	Haas, Marion	1963	LG Meulenwald Föhren	29.10.2023	Föhren
26:33	Kleinert, Ute	1960	TG Konz	17.09.2023	Trier
27:43	Allmacher, Birgit	1963	LG Bernkastel/Wittlich	03.09.2023	Trier
28:29	Büdingen, Silvia	1960	TG Konz	17.09.2023	Trier

### 10km Straßenlauf Seniorinnen W60

45:28	Schikowski, Irene	1962	TG Konz	12.11.2022	Langsur
50:35	Kaiser, Elisabeth	1963	LG Laacher See	11.03.2023	Urmitz
50:55	Weber, Doris	1960	LAZ Birkenfeld	08.10.2023	Föhren
50:57	Muhl, Mechthild	1960	LG Sieg	28.01.2023	Kirchen
52:55	Kleinert, Ute	1960	TG Konz	11.11.2023	Langsur

### Halbmarathon Seniorinnen W60

1:49:34	Weber, Doris	1960	LAZ Birkenfeld	01.10.2023	Köln
1:53:27	Kaiser, Elisabeth	1963	LG Laacher See	26.03.2023	Freiburg
1:58:59	Klaus, Klaudia	1961	LG Meulenwald Föhren	30.04.2023	Monéteau (FRA)
2:01:30	Tentrup-Tiedje, Corinna	1959	Lauffreunde Naheland	12.03.2023	Kandel
2:02:05	Hanß, Yvonne	1963	TuS Mörschied	29.10.2023	Föhren

<b>Marathon</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
4:13:02	Kleinert, Ute	1960	TG Konz	29.10.2023	Frankfurt

  

<b>Hochsprung</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
1,26	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	28.09.2023	Pescara (ITA)
1,21	Marmann, Birgit	1961	LG Bernkastel/Wittlich	26.08.2023	Urmitz
1,14	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	13.08.2023	Mönchengladbach

  

<b>Weitsprung</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
3,41 (+0,3)	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	05.08.2023	Villmar
3,33 (+1,1)	Marmann, Birgit	1961	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
8,78	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	21.05.2023	Holzappel
8,17	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	16.07.2023	Wittlich
7,99	Dupré, Ulrike	1961	LG Idar-Oberstein	01.04.2023	Idar-Oberstein
7,55	Marmann, Birgit	1961	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues

  

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
24,21	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
23,40	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	09.09.2023	Bengel
19,39	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Hammerwurf (3 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
34,15	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	13.08.2023	Mönchengladbach
27,00	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	20.05.2023	Holzappel
25,56	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	10.04.2023	Trier

  

<b>Speerwurf (500 g)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
20,93	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
19,26	Dupré, Ulrike	1961	LG Idar-Oberstein	01.04.2023	Idar-Oberstein
15,90	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich

  

<b>Gewichtwurf (5,45 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
13,35	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	28.03.2023	Torun (POL)

## Seniorinnen W65

<b>400m</b>				<b>Seniorinnen W65</b>	
106,69	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich

  

<b>5000m</b>				<b>Seniorinnen W65</b>	
28:26,64	Brenk, Marita	1955	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg



## 10000m Seniorinnen W65

56:34,32	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	21.04.2023	Ochtendung
----------	----------------	------	--------------	------------	------------

## 5km Straßenlauf Seniorinnen W65

26:05	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	17.05.2023	Boppard
26:23	Umbach, Inge	1953	Vulkanläufer e.V.	31.12.2022	Trier
29:35	Gompelmann, Annemie	1957	LG Bitburg-Prüm	31.12.2022	Trier
32:09	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	08.10.2023	Föhren

## 10km Straßenlauf Seniorinnen W65

55:06	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	26.11.2022	Villmar
58:50	Blettner, Angelika	1954	Meddy's LWT Koblenz	08.10.2023	Mülheim-Kärlich
59:33	Wehmeyer-Bug, Helga	1957	Hunsrück-Marathon	14.06.2023	Kastellaun
1:02:19	Brenk, Marita	1955	LG Westerwald	03.09.2023	Wallmerod

## Halbmarathon Seniorinnen W65

2:08:03	Blettner, Angelika	1954	Meddy's LWT Koblenz	29.10.2023	Föhren
2:10:28	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	23.04.2023	Bonn
2:13:31	Zimander, Ursula	1958	DJK Marienstatt	07.05.2023	Mainz

## Marathon Seniorinnen W65

4:48:45	Brenk, Marita	1955	LG Westerwald	01.10.2023	Köln
---------	---------------	------	---------------	------------	------

## Hochsprung Seniorinnen W65

1,04	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
0,96	Lévy, Jutta	1958	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich

## Kugelstoß (3 kg) Seniorinnen W65

7,17	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
4,60	Lévy, Jutta	1958	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.07.2023	Wittlich

## Speerwurf (500 g) Seniorinnen W65

16,49	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	16.07.2023	Wittlich
-------	-------------------	------	------------------------	------------	----------

## Senioren M70

### 100m Senioren M70

15,38 (0,0)	Freytmuth, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	26.08.2023	Urmitz
15,61 (+0,1)	Schüller, Kurt	1949	SV Urmitz	10.05.2023	Simmern
15,61 (-0,8)	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
16,00 (+0,5)	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	24.05.2023	Mayen
16,75 (+1,2)	Kaiser, Hans	1951	LG Vulkaneifel	16.08.2023	Meckenheim

				Senioren M70
<b>200m</b>				
32,05 (-0,4)	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	16.09.2023 Hachenburg
32,12 (-0,4)	Freymuth, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	16.09.2023 Hachenburg
32,50 (0,0)	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	30.09.2023 Nieder-Olm
32,66 (+0,2)	Schüller, Kurt	1949	SV Urmitz	10.05.2023 Simmern
32,74 (-0,6)	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	26.08.2023 Urmitz
<b>400m</b>				
72,46	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	28.06.2023 Bernkastel-Kues
76,83	Geisbüsch, Heinz	1950	LA TuS Mayen	12.08.2023 Mönchengladbach
77,25	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	12.08.2023 Mönchengladbach
80,67	Kaiser, Hans	1951	LG Vulkaneifel	12.08.2023 Mönchengladbach
<b>800m</b>				
2:50,60	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	12.09.2023 Rehlingen
2:55,12	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	03.06.2023 Mönchengladbach
3:13,56	Kaiser, Hans	1951	LG Vulkaneifel	12.09.2023 Rehlingen
3:18,84	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	24.05.2023 Mayen
4:00,41	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	16.07.2023 Wittlich
<b>1000m</b>				
3:42,39	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	26.08.2023 Urmitz
4:18,47	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	21.04.2023 Ochtendung
4:19,89	Kaiser, Hans	1951	LG Vulkaneifel	26.08.2023 Urmitz
5:47,89	Zimmermann, Peter	1950	VfL Bad Kreuznach	26.08.2023 Urmitz
<b>1500m</b>				
6:57,07	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	30.09.2023 Nieder-Olm
8:13,07	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	16.07.2023 Wittlich
8:43,10	Zimmermann, Peter	1950	VfL Bad Kreuznach	27.05.2023 Edenkoben
<b>3000m</b>				
13:54,15	Knieling, Hans	1949	VfL Algenrodt	10.05.2023 Simmern
16:02,17	Freymuth, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	26.08.2023 Urmitz
17:49,39	Zimmermann, Peter	1950	VfL Bad Kreuznach	23.04.2023 Bingen
<b>5000m</b>				
26:44,20	Becker, August	1950	DJK Ochtendung	24.05.2023 Mayen
27:03,54	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	16.07.2023 Wittlich
31:32,92	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	24.05.2023 Mayen
<b>10000m</b>				
51:47,84	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	21.04.2023 Ochtendung
<b>5km Straßenlauf</b>				
24:53	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	29.10.2023 Föhren
26:20	Freymuth, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	02.07.2023 Köln
26:53	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	13.05.2023 Bad Ems
27:57	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	29.10.2023 Föhren
29:37	Dahm, Peter	1952	LG Bitburg-Prüm	29.10.2023 Föhren

<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M70</b>
46:04	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	12.11.2022	Langsur
50:18	Becker, Gerhard	1950	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
50:47	Hampel, Fritz	1952	TuS Lonnig	11.03.2023	Urmitz
50:47	Eiden, Rolf	1953	Post-Sportverein Trier	08.10.2023	Föhren
50:48	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	11.03.2023	Urmitz

  

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M70</b>
1:40:52	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	26.03.2023	Freiburg
1:57:29	Tilly, Hans	1951	Silvesterlauf Trier	25.06.2023	Trier
2:13:55	Müller, Peter	1953	Lauffreunde Naheland	29.10.2023	Föhren
2:14:34	Kaiser, Hans	1951	LG Vulkaneifel	23.04.2023	Bonn
2:18:59	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	29.10.2023	Föhren

  

<b>Marathon</b>					<b>Senioren M70</b>
4:22:50	Tilly, Hans	1951	Silvesterlauf Trier	03.09.2023	Münster

  

<b>300m Hürden (686 mm)</b>					<b>Senioren M70</b>
62,31	Custodis, Wolfgang	1953	SV Urmitz	22.09.2023	Pescara (ITA)

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M70</b>
1,47	Nieder, Hans-Theo	1949	LG Bitburg-Prüm	27.05.2023	Edenkoben
1,17	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	27.05.2023	Edenkoben
1,15	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	05.08.2023	Villmar

  

<b>Stabhochsprung</b>					<b>Senioren M70</b>
1,73	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	19.08.2023	Halver

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M70</b>
3,64 (-0,2)	Schüller, Kurt	1949	SV Urmitz	16.07.2023	Wittlich
3,56 (+0,5)	Freymuth, Jürgen	1949	LG Vulkaneifel	26.08.2023	Urmitz
3,53 (0,0)	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	30.09.2023	Nieder-Olm
2,94 (+0,2)	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	26.08.2023	Urmitz

  

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
11,03	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	16.07.2023	Wittlich
10,88	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
10,22	Richter, Joachim	1951	LG Idar-Oberstein	10.04.2023	Trier
8,72	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	06.09.2023	Westerburg
8,67	Stoffels, Walter	1950	TV 1879 Engers	07.10.2023	Villmar

  

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
33,52	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	09.09.2023	Elz
29,47	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	16.07.2023	Wittlich
24,35	Knecht, Karl-Josef	1949	TuS Roland Brey	01.04.2023	Idar-Oberstein
23,07	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
22,44	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	05.08.2023	Villmar

<b>Hammerwurf (4 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
37,91	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	08.10.2023	Überherrn
34,42	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	23.07.2023	Trier
28,07	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	29.04.2023	Bengel
27,65	Knecht, Karl-Josef	1949	TuS Roland Brey	20.05.2023	Holzappel
23,90	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	29.04.2023	Bengel

<b>Speerwurf (500 g)</b>					<b>Senioren M70</b>
30,22	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	30.09.2023	Nieder-Olm
30,21	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	21.10.2023	Elsenfeld
28,27	Richter, Joachim	1951	LG Idar-Oberstein	16.07.2023	Wittlich
22,97	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich

<b>Gewichtwurf (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
15,61	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	21.10.2023	Elsenfeld
12,33	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	10.09.2023	Trier
9,82	Schwabbacher, Rolf	1950	TV Hahnenbach 1961	10.04.2023	Trier
8,89	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	10.04.2023	Trier
8,68	Knecht, Karl-Josef	1949	TuS Roland Brey	10.04.2023	Trier

<b>Fünfkampf</b> WEI - SPE (500 g) - 200 - DIS (1 kg) - 1K5					<b>Senioren M70</b>
936	Schmidt, Franz-Josef	1951	LG Sieg	30.09.2023	Nieder-Olm
3,53 (0,0) - 30,22 - 32,50 (0,0) - 21,04 - 6:57,07					

<b>Werferfünfkampf</b> HAM (4 kg) - KUG (4 kg) - DIS (1 kg) - SPE (500 g) - GEW (7,26 kg)					<b>Senioren M70</b>
2583	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	21.10.2023	Elsenfeld
37,44 - 10,95 - 31,65 - 30,21 - 15,61					

## Senioren M75

<b>100m</b>					<b>Senioren M75</b>
15,97 (+0,1)	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	10.05.2023	Simmern

<b>200m</b>					<b>Senioren M75</b>
33,74 (+0,1)	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	10.05.2023	Simmern

<b>400m</b>					<b>Senioren M75</b>
78,14	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	23.04.2023	Konz

<b>800m</b>					<b>Senioren M75</b>
3:14,12	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	13.08.2023	Mönchengladbach
3:23,07	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	13.08.2023	Mönchengladbach
4:42,63	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich

<b>1000m</b>					<b>Senioren M75</b>
5:16,01	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	26.08.2023	Urmitz
<b>1500m</b>					<b>Senioren M75</b>
7:01,92	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	12.08.2023	Mönchengladbach
10:07,79	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
<b>3000m</b>					<b>Senioren M75</b>
14:52,31	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	26.08.2023	Urmitz
17:02,38	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	28.06.2023	Bernkastel-Kues
<b>5000m</b>					<b>Senioren M75</b>
25:54,14	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	24.05.2023	Mayen
31:18,26	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
<b>10000m</b>					<b>Senioren M75</b>
52:44,43	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	21.04.2023	Ochtendung
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M75</b>
23:36	Schwarz, Heinz	1948	LG Rhein-Wied	31.12.2023	Bozen (ITA)
30:05	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	23.09.2023	Pronsfeld
36:21	Hohl, Rainer	1945	HSC 1990 Gamlen	29.10.2023	Föhren
36:33	Marake, Bernhard	1945	Meddy's LWT Koblenz	11.03.2023	Urmitz
<b>10km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M75</b>
49:48	Michels, Heinz	1948	Spiridon Hochwald	11.03.2023	Urmitz
51:09	Schwarz, Heinz	1948	LG Rhein-Wied	24.06.2023	Ravensburg
52:26	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	11.03.2023	Urmitz
55:13	Blum, Reinhold	1946	SV Lützem	12.11.2022	Langsur
1:05:51	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	11.03.2023	Urmitz
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M75</b>
1:53:27	Michels, Heinz	1948	Spiridon Hochwald	25.06.2023	Trier
1:55:48	Schwarz, Heinz	1948	LG Rhein-Wied	08.10.2023	Bregenz (AUT)
2:44:13	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	29.10.2023	Föhren
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M75</b>
3:54:14	Michels, Heinz	1948	Spiridon Hochwald	01.10.2023	Köln
<b>80m Hürden (762 mm)</b>					<b>Senioren M75</b>
25,88 (-1,5)	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	16.07.2023	Wittlich
<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M75</b>
1,33	Schumacher, Bernd	1946	Turngesell. Trier 1880	08.07.2023	Bamberg
1,06	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	16.07.2023	Wittlich

## Weitsprung Senioren M75

3,95	(0,0)	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	28.06.2023	Bernkastel-Kues
------	-------	----------------	------	--------------	------------	-----------------

## Kugelstoß (4 kg) Senioren M75

9,28		Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	21.05.2023	Holzappel
8,95		Leuschen, Werner	1946	Turngesell. Trier 1880	09.09.2023	Bengel
8,79		Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	28.06.2023	Bernkastel-Kues
7,94		Wöll, Rainer	1948	TuS Niederneisen	21.05.2023	Holzappel

## Diskuswurf (1 kg) Senioren M75

28,88		Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	29.04.2023	Bengel
27,31		Leuschen, Werner	1946	Turngesell. Trier 1880	09.09.2023	Bengel
21,55		Wöll, Rainer	1948	TuS Niederneisen	16.07.2023	Wittlich

## Hammerwurf (4 kg) Senioren M75

32,42		Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	21.10.2023	Elsenfeld
26,41		Hummer, Josef	1946	TV Germania Trier	10.04.2023	Trier
21,41		Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	29.04.2023	Bengel

## Speerwurf (500 g) Senioren M75

28,36		Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	16.07.2023	Wittlich
26,32		Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	21.05.2023	Holzappel
21,29		Wöll, Rainer	1948	TuS Niederneisen	21.05.2023	Holzappel

## Gewichtwurf (7,26 kg) Senioren M75

12,79		Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	21.10.2023	Elsenfeld
-------	--	------------------	------	-----------------	------------	-----------

## Werferfünfkampf Senioren M75

HAM (4 kg) - KUG (4 kg) - DIS (1 kg) - SPE (500 g) - GEW (7,26 kg)

2000		Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	21.10.2023	Elsenfeld
------	--	------------------	------	-----------------	------------	-----------

32,42 - 8,75 - 26,22 - 22,87 - 12,79

## Seniorinnen W70

### 200m Seniorinnen W70

48,83	(-0,2)	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	24.09.2023	Pescara (ITA)
-------	--------	---------------	------	------------------------	------------	---------------

### 400m Seniorinnen W70

98,96		Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	27.05.2023	Edenkoben
-------	--	---------------	------	------------------------	------------	-----------

### 800m Seniorinnen W70

3:42,26		Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	13.08.2023	Mönchengladbach
3:56,47		Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	27.05.2023	Edenkoben

				<b>Seniorinnen W70</b>
<b>1500m</b>				
7:22,64	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	12.08.2023 Mönchengladbach
8:01,17	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	16.07.2023 Wittlich
<b>3000m</b>				
15:34,45	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	26.08.2023 Urmitz
<b>5000m</b>				
26:55,52	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	25.09.2023 Pescara (ITA)
28:39,20	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	25.09.2023 Pescara (ITA)
<b>10000m</b>				
57:14,82	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	21.04.2023 Ochtendung
58:47,23	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	24.09.2023 Pescara (ITA)
<b>5km Straßenlauf</b>				
27:03	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	08.10.2023 Föhren
27:07	Umbach, Inge	1953	Vulkanläufer e.V.	31.12.2023 Trier
30:23	Klas-Gundel, Irene	1949	LG Meulenwald Föhren	29.10.2023 Föhren
<b>10km Straßenlauf</b>				
55:36	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	12.11.2022 Langsur
55:53	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	12.11.2022 Langsur
56:48	Umbach, Inge	1953	Vulkanläufer e.V.	11.11.2023 Langsur
57:04	Monschauer, Barbara	1950	LG Laacher See	11.03.2023 Urmitz
58:06	Meyer, Karin	1953	LG Laacher See	11.03.2023 Urmitz
<b>Halbmarathon</b>				
2:08:42	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	01.10.2023 Pescara (ITA)
2:11:09	Monschauer, Barbara	1950	LG Laacher See	23.04.2023 Bonn
2:19:20	Meyer, Karin	1953	LG Laacher See	23.04.2023 Bonn
2:21:43	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	25.06.2023 Trier
 <b>Seniorinnen W75</b>				
<b>10km Straßenlauf</b>				
1:15:26	Kraemer, Rosi	1944	Meddy's LWT Koblenz	11.03.2023 Urmitz
1:29:39	Springer, Elisabeth	1946	TV 1867 Bad Sobernheim	28.09.2023 Pescara (ITA)
<b>Halbmarathon</b>				
2:46:34	Springer, Elisabeth	1946	TV 1867 Bad Sobernheim	01.04.2023 Torun (POL)
<b>Kugelstoß (2 kg)</b>				
8,55	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.05.2023 Bad Kreuznach

---

**Diskuswurf (750 g)** **Seniorinnen W75**

20,99 Geister, Monika 1947 LG Bitburg-Prüm 16.07.2023 Wittlich

---

**Hammerwurf (2 kg)** **Seniorinnen W75**

25,78 Geister, Monika 1947 LG Bitburg-Prüm 06.05.2023 Bad Kreuznach

---

**Speerwurf (400 g)** **Seniorinnen W75**

16,51 Geister, Monika 1947 LG Bitburg-Prüm 12.08.2023 Mönchengladbach

---

**Gewichtwurf (4 kg)** **Seniorinnen W75**

10,07 Geister, Monika 1947 LG Bitburg-Prüm 10.04.2023 Trier

## Senioren M80

---

**100m** **Senioren M80**

14,74 (-2,3) Adorf, Friedhelm 1943 LG Rhein-Wied 23.04.2023 Konz  
21,31 (+0,2) Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 10.05.2023 Simmern

---

**200m** **Senioren M80**

30,57 (-0,1) Adorf, Friedhelm 1943 LG Rhein-Wied 23.04.2023 Konz  
49,26 (+0,2) Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 10.05.2023 Simmern

---

**400m** **Senioren M80**

73,97 Adorf, Friedhelm 1943 LG Rhein-Wied 26.09.2023 Pescara (ITA)  
106,14 Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 28.06.2023 Bernkastel-Kues

---

**800m** **Senioren M80**

4:12,89 Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 10.05.2023 Simmern

---

**1500m** **Senioren M80**

8:47,15 Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 16.07.2023 Wittlich

---

**3000m** **Senioren M80**

17:44,37 Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 28.06.2023 Bernkastel-Kues

---

**5000m** **Senioren M80**

29:33,98 Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 24.05.2023 Mayen

---

**5km Straßenlauf** **Senioren M80**

31:01 Schottes, Dieter 1940 Meddy's LWT Koblenz 29.10.2023 Föhren  
33:27 Schinnerer, Alfred 1939 LAZ Birkenfeld 29.10.2023 Föhren  
38:34 Schröder, Karl-Heinz 1943 LG Bitburg-Prüm 08.10.2023 Föhren  
38:42 Berger, Gunter 1941 LG Bitburg-Prüm 29.10.2023 Föhren



## 10km Straßenlauf Senioren M80

1:01:53	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	12.11.2022	Langsur
1:03:16	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	11.11.2023	Langsur
1:15:13	Schröder, Karl-Heinz	1943	LG Bitburg-Prüm	11.03.2023	Urmitz

## Halbmarathon Senioren M80

2:28:01	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	29.10.2023	Föhren
---------	----------------	------	-----------------	------------	--------

## Marathon Senioren M80

4:26:24	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	30.06.2023	Marburg
---------	-------------------	------	---------------	------------	---------

## 5000m Bahngehen Senioren M80

41:30,05	Seul, Otmar	1943	LAZ Birkenfeld	27.05.2023	La Seyne s.M. (FRA)
----------	-------------	------	----------------	------------	---------------------

## 10km Gehen Senioren M80

1:23:12	Seul, Otmar	1943	LAZ Birkenfeld	31.03.2023	Torun (POL)
---------	-------------	------	----------------	------------	-------------

## Hochsprung Senioren M80

1,02	Schwarz, Michael	1939	VfL Bad Kreuznach	27.05.2023	Edenkoben
------	------------------	------	-------------------	------------	-----------

## Kugelstoß (3 kg) Senioren M80

10,70	Blum, Gerhard	1943	DJK Mudersbach	22.04.2023	Selters/Ts.
9,44	Mohr, Paul	1940	LG Westerwald	16.09.2023	Hachenburg
8,40	Kiss, Emmerich	1940	VfR Baumholder	01.04.2023	Idar-Oberstein
7,34	Merzhäuser, Ludwig	1940	DJK Mudersbach	22.04.2023	Selters/Ts.
6,84	Hofmann, Heinz	1940	LG Idar-Oberstein	16.07.2023	Wittlich

## Diskuswurf (1 kg) Senioren M80

24,43	Blum, Gerhard	1943	DJK Mudersbach	22.04.2023	Selters/Ts.
21,39	Seul, Otmar	1943	LAZ Birkenfeld	08.07.2023	Nizza (FRA)
19,96	Mohr, Paul	1940	LG Westerwald	05.08.2023	Villmar
16,67	Merzhäuser, Ludwig	1940	DJK Mudersbach	22.04.2023	Selters/Ts.

## Hammerwurf (3 kg) Senioren M80

33,63	Kiss, Emmerich	1940	VfR Baumholder	12.08.2023	Mönchengladbach
26,16	Mohr, Paul	1940	LG Westerwald	22.07.2023	Selters/Ts.

## Senioren M85

### 100m Senioren M85

18,51 (0,0)	Dott, Hans	1937	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
19,80 (+0,5)	Schröder, Peter	1936	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
20,67 (+0,2)	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	10.05.2023	Simmern
22,71 (+0,5)	Müller, Dr. Martin	1936	LAZ Birkenfeld	28.06.2023	Bernkastel-Kues

## 200m Senioren M85

39,82 (-1,1)	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	13.08.2023	Mönchengladbach
44,99 (-0,4)	Schröder, Peter	1936	LG Bernkastel/Wittlich	28.06.2023	Bernkastel-Kues
46,86 (+1,7)	Müller, Dr. Martin	1936	LAZ Birkenfeld	22.04.2023	Birkenfeld

## 400m Senioren M85

95,08	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	12.08.2023	Mönchengladbach
107,05	Müller, Dr. Martin	1936	LAZ Birkenfeld	28.06.2023	Bernkastel-Kues
151,83	Metzelder, Hans	1938	SG Neuhäusel	28.10.2023	Diez

## 800m Senioren M85

4:01,66	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	16.07.2023	Wittlich
4:26,30	Müller, Dr. Martin	1936	LAZ Birkenfeld	22.04.2023	Birkenfeld
5:35,27	Metzelder, Hans	1938	SG Neuhäusel	28.10.2023	Diez

## 1000m Senioren M85

5:20,85	Simons, Günter	1938	LA TuS Mayen	21.04.2023	Ochtendung
---------	----------------	------	--------------	------------	------------

## 1500m Senioren M85

11:23,46	Müller, Dr. Martin	1936	LAZ Birkenfeld	16.07.2023	Wittlich
----------	--------------------	------	----------------	------------	----------

## 5km Straßenlauf Senioren M85

38:14	Müller, Dr. Martin	1936	LAZ Birkenfeld	29.10.2023	Föhren
-------	--------------------	------	----------------	------------	--------

## Kugelstoß (3 kg) Senioren M85

7,70	Dott, Hans	1937	SV Urmitz	26.08.2023	Urmitz
------	------------	------	-----------	------------	--------

## Hammerwurf (3 kg) Senioren M85

20,96	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	29.04.2023	Bengel
-------	--------------------	------	--------------------	------------	--------

## Seniorinnen W85

## Kugelstoß (2 kg) Seniorinnen W85

4,93	Heymann, Liesel	1936	LG Lahn-Aar-Esterau	21.05.2023	Holzappel
------	-----------------	------	---------------------	------------	-----------