Bitte ein Bier Bitburger Alk. 0.0 %vol

BESTENLISTE

Männer offen

100m — Männer offen

11,04 (+2,1)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
12,34 (+1,6)	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	16.03.2024	Meckenheim

400m — Männer offen

52,51	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

800m — Männer offen

2:24,88	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	08.03.2024	Dubai (UAE)

1500m — Männer offen

5:13,66	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

5km Straßenlauf — Männer offen

15:33	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	03.03.2024	Leverkusen
16:02	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
16:06	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
16:09	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
16:14	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
16:27	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
16:28	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
16:37	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
17:07	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
17:09	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
17:14	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
17:17	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
17:18	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz
17:25	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
17:32	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
17:36	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
17:37	Troes, Sascha	1994	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
17:38	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
17:40	Wilhelms, André	1990	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
17:40	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach

BESTENLISTE

10 km Straßenlauf — Männer offen

30:48	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	11.02.2024	Bergen (NED)
31:16	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	03.03.2024	Leverkusen
31:38	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
32:16	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
32:23	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
32:23	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
32:34	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
32:57	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:11	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:12	Ebel, Alois	1993	RSC Untermosel	09.03.2024	Schweich
33:17	Theobald, Andreas	1993	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
33:20	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
33:23	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:33	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
33:49	Simon, David	1991	RSC Untermosel	09.03.2024	Schweich
33:51	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
34:05	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
34:13	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
34:19	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
34:34	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz

Halbmarathon — Männer offen

1:08:50	Spriestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	17.03.2024	Frankfurt
1:14:50	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	10.03.2024	Kandel
1:15:01	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Frankfurt
1:26:28	Engels, Marcel	1991	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Frankfurt
1:27:04	Ernsdorf, Thomas	1984	Lauftreff Schweich	10.03.2024	Kandel
1:28:22	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
1:51:15	Ringelstein, Marc	1970	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
2:06:49	Nau, Manfred	1962	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
2:14:27	Meyer, Daniel	1977	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:22:14	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	17.03.2024	Bad Kreuznach

Marathon — Männer offen

2:06:27	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.01.2024	Dubai (UAE)

Hochsprung — Männer offen

1,80	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

Stabhochsprung — Männer offen

3,60	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

Weitsprung — Männer offen

5,78 (+1,3)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

Kugelstoß (7,26 kg) — Männer offen

17,51	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	10.03.2024	Leiria (POR)

Diskuswurf (2 kg) — **Männer offen**

25,72	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	18.02.2024	Düsseldorf

Speerwurf (800 g) — **Männer offen**

52,46	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Baunatal

Frauen offen

800m — **Frauen offen**

2:22,33	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	01.03.2024	Dubai (UAE)

5km Straßenlauf — **Frauen offen**

18:17	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	18.02.2024	Dubai (UAE)
18:19	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
18:29	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	03.03.2024	Leverkusen
19:02	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
19:10	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	03.03.2024	Leverkusen
19:30	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
19:35	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
20:10	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
20:13	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	03.03.2024	Leverkusen
20:21	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	09.03.2024	Schweich
20:29	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	09.03.2024	Schweich
20:35	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	17.03.2024	Bad Kreuznach
20:47	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
20:49	Wihl, Lisa	2009	TuS Mosella Schweich	09.03.2024	Schweich
20:57	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich
21:02	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
21:13	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
21:15	Wihl, Nele	2011	TuS Mosella Schweich	09.03.2024	Schweich
21:19	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
21:31	Oboz-Rojas, Isabella	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	17.03.2024	Bad Kreuznach

10 km Straßenlauf — **Frauen offen**

37:18	Kerp, Lisa Memouna	1992	Team flott e.V.	09.03.2024	Urmitz
37:52	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
38:34	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
39:21	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
39:31	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
39:54	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
40:23	Gilles, Emily	2004	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
41:00	Teusch, Dorothee	1979	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
41:06	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
41:11	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
41:17	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
42:31	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	17.03.2024	Bad Kreuznach
43:12	Wagner, Annika	2001	LG Idar-Oberstein	17.03.2024	Bad Kreuznach
43:14	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
43:20	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
43:35	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
44:21	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
44:46	Berweiler, Ann-Kristin	1991	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
45:14	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
45:42	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich

Halbmarathon — Frauen offen

1:29:36	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
1:49:38	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:58:39	Urban, Michaela	1971	Meddy's LWT Koblenz	10.03.2024	Kandel
2:09:06	Heinz, Martina	1960	RT Bad Ems	10.03.2024	Kandel
2:10:52	Fritsch, Silke	1972	VfL Algenrodt	17.03.2024	Bad Kreuznach

400m Hürden (762 mm) — Frauen offen

65,98	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	15.03.2024	San Antonio, TX (USA)

Diskuswurf (1 kg) — Frauen offen

42,64	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Halle
33,69	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	25.02.2024	Baunatal
32,56	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn
31,94	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	25.02.2024	Baunatal
30,61	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	03.02.2024	Leverkusen
23,81	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn
21,00	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Baunatal

Speerwurf (600 g) — Frauen offen

39,04	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	25.02.2024	Baunatal

Männer

5km Straßenlauf — Männer

16:02	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
16:06	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
16:27	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
16:28	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
17:18	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz
17:38	Quint, Simon	2004	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
18:47	Höfer, Elias	2001	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
21:23	Clemens, Nils	2004	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — Männer

30:48	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	11.02.2024	Bergen (NED)
31:38	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
32:16	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
32:23	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
32:57	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:11	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:20	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
33:33	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
34:37	Marondel, Fabian	1996	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
34:47	Brang, Luca	2002	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach

10 km Mannschaft — Männer

BESTENLISTE

10 km Mannschaft — Männer

1:37:43	Silvesterlauf Trier Dern, Benjamin (2003) - 32:23; Erz, Yannik (1995) - 32:23; Kaufmann, Mathis (2004) - 32:57	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:40:02	LG Rhein-Wied van Riesen, Thierry (1990) - 32:23; Waldstädt, Tim (1998) - 33:20; Neumann, Denni (2005) - 34:19	03.03.2024	Leverkusen
1:44:56	Lauftreff Schweich Adams, Matthias (1990) - 34:05; Wilhelms, André (1990) - 35:21; Hensel, Philipp (1988) - 35:30	03.03.2024	Leverkusen
1:55:04	LG Kreis Ahrweiler Brang, Luca (2002) - 34:47; Jüris, Kilian (2007) - 38:24; Heuser, Arne (1966) - 41:53	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:09:23	LG Meulenwald Föhren Nolles, Alwin (1963) - 39:00; Schiltz, Gilbert (1958) - 43:19; Braun, Wolfram (1965) - 47:04	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:18:44	VfL Algenrodt Fritsch, Jörg (1968) - 39:20; Kube, Frank (1963) - 49:02; Iseke, Jürgen (1964) - 50:22	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:25:49	Radsportverein Daadetal Brenner, Bernd (1957) - 47:44; Korth, Matthias (1964) - 47:48; Ermert, Jochen (1972) - 50:17	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:45:45	LG Vulkaneifel Witzel, Wolfgang (1953) - 52:07; Lorenz, Alfred (1953) - 55:40; Kaiser, Hans (1951) - 57:58	17.03.2024	Bad Kreuznach
3:17:04	LG Bitburg-Prüm Dahm, Peter (1952) - 56:43; Berger, Gunter (1941) - 1:07:00; Thiex, Albert (1949) - 1:13:21	17.03.2024	Bad Kreuznach

10 km Mannschaft — **Männer**

Halbmarathon — **Männer**

1:08:50	Spriestersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	17.03.2024	Frankfurt

Marathon — **Männer**

2:06:27	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.01.2024	Dubai (UAE)

Frauen

5km Straßenlauf — **Frauen**

18:29	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	03.03.2024	Leverkusen
19:02	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
21:38	Carl, Kristina	1996	TuS Fortuna 1884 Saarburg	09.03.2024	Schweich
23:18	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich
25:10	Georg, Verena	1998	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz
26:09	Zinn, Tamina	1996	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2024	Urmitz

10 km Straßenlauf — **Frauen**

38:34	Teller, Sandra	1997	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
39:31	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
40:23	Gilles, Emily	2004	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
43:12	Wagner, Annika	2001	LG Idar-Oberstein	17.03.2024	Bad Kreuznach
47:40	Klein, Lena	2002	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich
47:43	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	27.01.2024	Kirchen

10 km Mannschaft — **Frauen**

1:57:16	Lauftreff Schweich Bauer, Michelle (1989) - 37:52; Engel, Yvonne (1977) - 39:30; Hausmann, Tine (1982) - 39:54	03.03.2024	Leverkusen
2:07:44	LLG Hunsrück Müller, Lena (2001) - 39:31; May, Emma (2006) - 41:12; Petry, Alice (1982) - 47:01	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:19:00	LG Bernkastel/Wittlich Teusch, Dorothee (1979) - 41:00; Pfeiffer, Annika (1982) - 46:18; Brösch, Marie (2005) - 51:42	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:34:41	LG Kreis Ahrweiler Jüris, Michaela (1973) - 46:44; Schenke, Sabine (1968) - 50:45; Kolberg, Swantje (1959) - 57:12	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:53:19	LG Meulenwald Föhren Hübner, Monika (1965) - 52:38; Haas, Marion (1963) - 58:01; Klas-Gundel, Irene (1949) - 1:02:40	17.03.2024	Bad Kreuznach

400m Hürden (762 mm) — **Frauen**

65,98	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	15.03.2024	San Antonio, TX (USA)

Männliche Jugend U20

5km Straßenlauf — **Männliche Jugend U20**

16:09	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
16:37	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
17:14	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
18:24	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
18:38	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	09.03.2024	Urmitz

10 km Straßenlauf — **Männliche Jugend U20**

32:34	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
34:19	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
34:54	Adam, Philipp	2005	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
36:24	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach
40:48	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	09.03.2024	Schweich
50:49	Brusius, Tim-Lennart	2005	SV Göttschied	17.03.2024	Bad Kreuznach

10 km Mannschaft — **Männliche Jugend U20**

1:42:03	Post-Sportverein Trier Decker, Louis (2006) - 32:34; Knopp, Theo (2008) - 34:35; Adam, Philipp (2005) - 34:54	03.03.2024	Leverkusen

Weibliche Jugend U20

5km Straßenlauf — **Weibliche Jugend U20**

19:10	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	03.03.2024	Leverkusen
20:13	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	03.03.2024	Leverkusen
25:37	Brösch, Marie	2005	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich

10 km Straßenlauf — **Weibliche Jugend U20**

41:11	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
42:31	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	17.03.2024	Bad Kreuznach
51:42	Brösch, Marie	2005	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach

Diskuswurf (1 kg) — **Weibliche Jugend U20**

42,64	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Halle

Männliche Jugend U18

100m — **Männliche Jugend U18**

12,34 (+1,6)	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	16.03.2024	Meckenheim

400m — **Männliche Jugend U18**

52,51	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

1500m — **Männliche Jugend U18**

5:13,66	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

5km Straßenlauf — **Männliche Jugend U18**

17:09	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
17:32	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
18:21	Meirich, Louis	2007	WSG Bad Marienberg	03.03.2024	Leverkusen
18:27	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
19:40	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Männliche Jugend U18**

34:35	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
35:25	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
38:24	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach

110m Hürden (914 mm) — **Männliche Jugend U18**

16,03 (-1,4)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

Hochsprung — **Männliche Jugend U18**

1,80	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

Stabhochsprung — **Männliche Jugend U18**

3,60	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

Weitsprung — **Männliche Jugend U18**

5,78 (+1,3)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

Kugelstoß (5 kg) — **Männliche Jugend U18**

15,47	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

Diskuswurf (1,5 kg) — **Männliche Jugend U18**

33,57	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

Speerwurf (700 g) — **Männliche Jugend U18**

40,74	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)

Fünfkampf — 100 - WEI - KUG (5 kg) - HOC - 400 — **Männliche Jugend U18**

3541	von der Heyden, Daniel Johannes 11,04 (+2,1) - 5,78 (+1,3) - 15,47 - 1,80 - 52,51	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)

Zehnkampf — 100 - WEI - KUG (5 kg) - HOC - 400 || 11H (914 mm) - DIS (1,5 kg) - STA - SPE (700 g) - 1K5 — **Männliche Jugend U18**

6251	von der Heyden, Daniel Johannes 11,04 (+2,1) - 5,78 (+1,3) - 15,47 - 1,80 - 52,51 || 16,03 (-1,4) - 33,57 - 3,60 - 40,74 - 5:13,66	2007	LG Rhein-Wied	23./24.02.2024	Kapstadt (RSA)

Weibliche Jugend U18

5km Straßenlauf — **Weibliche Jugend U18**

20:47	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
21:02	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
21:13	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
23:20	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	09.03.2024	Schweich
24:51	Pervetica, Emma Matilda	2008	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz
27:37	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	27.01.2024	Kirchen

10 km Straßenlauf — **Weibliche Jugend U18**

43:20	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
43:35	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
45:14	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
49:03	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
53:33	Bartlett, Avelina	2010	TG Konz	09.03.2024	Schweich

10 km Mannschaft — **Weibliche Jugend U18**

2:12:09	Post-Sportverein Trier Vieh, Victoria (2008) - 43:20; Repplinger, Ella (2008) - 43:35; Raßkopf, Johanna (2008) - 45:14	03.03.2024	Leverkusen

Kugelstoß (3 kg) — **Weibliche Jugend U18**

11,65	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn

Diskuswurf (1 kg) — **Weibliche Jugend U18**

32,56	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn
30,61	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	03.02.2024	Leverkusen

Speerwurf (500 g) — **Weibliche Jugend U18**

24,63	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn

Männliche Jugend U16

5km-Mannschaft — **Männliche Jugend U16**

57:04	LG Kreis Ahrweiler Löcher, Jonas (2009) - 17:36; Jüris, Lorenz (2010) - 19:40; Beckmann, Jona (2009) - 19:48	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:02:56	Post-Sportverein Trier Teusch, Jonas (2009) - 18:40; Rademacher, Gabriel (2010) - 20:44; Rademacher, Raphael (2010) - 23:32	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:14:52	TuS Jahn Argenthal Hering, Andrik (2009) - 23:23; Mönch, Benjamin (2011) - 24:14; Sinß, Rafael (2010) - 27:15	17.03.2024	Bad Kreuznach

Jugend M15

5km Straßenlauf — **Jugend M15**

17:25	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
17:36	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
17:40	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach
18:29	Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	17.03.2024	Bad Kreuznach
18:40	Teusch, Jonas	2009	Post-Sportverein Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
19:01	Dockter, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
19:06	Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
19:48	Beckmann, Jona	2009	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
23:23	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	17.03.2024	Bad Kreuznach

Jugend M14

5km Straßenlauf — **Jugend M14**

19:40	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
20:18	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	09.03.2024	Schweich
20:44	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
22:49	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
23:32	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	17.03.2024	Bad Kreuznach
27:15	Sinß, Rafael	2010	TuS Jahn Argenthal	17.03.2024	Bad Kreuznach

Weibliche Jugend U16

5km-Mannschaft — **Weibliche Jugend U16**

1:10:57	LLG Hunsrück Gaß, Lovis (2011) - 21:19; Rockenbach, Maya (2012) - 22:39; Leiss, Luise (2009) - 26:59	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:11:15	LG Bernkastel/Wittlich Simon, Maria (2010) - 22:31; Richter, Julia (2009) - 24:14; Engel, Eva (2009) - 24:30	17.03.2024	Bad Kreuznach

Jugend W15

5km Straßenlauf — **Jugend W15**

20:29	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	09.03.2024	Schweich
20:35	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	17.03.2024	Bad Kreuznach
20:49	Wihl, Lisa	2009	TuS Mosella Schweich	09.03.2024	Schweich
21:34	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	09.03.2024	Urmitz
21:51	Münch, Mia	2009	LG Sieg	17.03.2024	Bad Kreuznach
24:14	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
24:30	Engel, Eva	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
25:56	Leis, Thea	2009	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
26:59	Leiss, Luise	2009	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach

Kugelstoß (3 kg) — **Jugend W15**

10,59	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn

Diskuswurf (1 kg) — **Jugend W15**

23,81	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn

Speerwurf (500 g) — **Jugend W15**

40,14	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Bonn

Jugend W14

5km Straßenlauf — **Jugend W14**

22:31	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
23:00	Herrig, Anne	2010	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich

Jugend M13

5km Straßenlauf — **Jugend M13**

24:15	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	17.03.2024	Bad Kreuznach
25:00	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
32:14	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	17.03.2024	Bad Kreuznach

Jugend M12

5km Straßenlauf — **Jugend M12**

20:04	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
22:26	Wiesemann, Lennert	2013	DJK Hasborn	09.03.2024	Schweich
24:26	Stieb, Silas Leon	2013	Lauffreunde Naheland	17.03.2024	Bad Kreuznach
24:33	Stolz, Henri	2013	DJK Hasborn	09.03.2024	Schweich
26:26	Brusius, Ole-Bennet	2012	TV 1848 Oberstein	17.03.2024	Bad Kreuznach
27:06	Schwan, Noah	2012	LG Westerwald	27.01.2024	Kirchen
35:04	Sinß, Florian	2012	TuS Jahn Argenthal	17.03.2024	Bad Kreuznach

Weibliche Jugend U14

3x800m — **Weibliche Jugend U14**

9:20,07	LG Bitburg-Prüm Heinen, Johanna (2012); Valcauan, Amelia (2012); Hack, Luisa (2012);	16.03.2024	Meckenheim

Jugend W13

800m — **Jugend W13**

2:22,33	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	01.03.2024	Dubai (UAE)

5km Straßenlauf — **Jugend W13**

18:17	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	18.02.2024	Dubai (UAE)
20:21	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	09.03.2024	Schweich
21:15	Wihl, Nele	2011	TuS Mosella Schweich	09.03.2024	Schweich
21:19	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
21:31	Oboz-Rojas, Isabella	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	17.03.2024	Bad Kreuznach
22:45	Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	17.03.2024	Bad Kreuznach
24:26	Zahn, Sarah	2011	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach
24:53	Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	18.02.2024	Dubai (UAE)

Jugend W12

75m — **Jugend W12**

11,75	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	16.03.2024	Meckenheim
11,87	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	16.03.2024	Meckenheim
11,98	Heinen, Johanna	2012	LG Bitburg-Prüm	16.03.2024	Meckenheim
13,61	Peters, Carina	2012	LG Bitburg-Prüm	16.03.2024	Meckenheim

5km Straßenlauf — **Jugend W12**

20:57	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich
22:32	Hartmann, Sofie	2012	SV Urmitz	09.03.2024	Urmitz
22:39	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach
23:37	Veit, Julia	2012	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach
27:25	Augst, Carlotta June	2012	LG Westerwald	27.01.2024	Kirchen

Senioren M30

5km Straßenlauf — **Senioren M30**

15:33	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	03.03.2024	Leverkusen
16:14	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
17:17	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
17:37	Troes, Sascha	1994	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
17:40	Wilhelms, André	1990	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Senioren M30**

31:16	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	03.03.2024	Leverkusen
32:23	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
33:12	Ebel, Alois	1993	RSC Untermosel	09.03.2024	Schweich
33:17	Theobald, Andreas	1993	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
33:23	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Senioren M30**

1:14:50	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	10.03.2024	Kandel
1:15:01	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Frankfurt
1:26:28	Engels, Marcel	1991	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Frankfurt

Kugelstoß (7,26 kg) — **Senioren M30**

17,51	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	10.03.2024	Leiria (POR)

Senioren M35

5km Straßenlauf — **Senioren M35**

17:07	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
17:54	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
18:21	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
19:54	Jankowski, Krystian	1988	TG Konz	09.03.2024	Schweich
22:07	Würpel, Manuel	1989	WSG Bad Marienberg	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Senioren M35**

34:36	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
35:28	Metzger, Rene	1985	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
35:30	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
35:59	Böhning, Christian	1985	Team flott e.V.	09.03.2024	Urmitz
36:13	Plath, Robert	1988	Team flott e.V.	09.03.2024	Urmitz

Seniorinnen W30

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W30**

20:10	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
25:39	Bruckmann-von Wirth, Andrea	1993	TG Konz	09.03.2024	Schweich

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W30**

37:18	Kerp, Lisa Memouna	1992	Team flott e.V.	09.03.2024	Urmitz
41:17	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
44:46	Berweiler, Ann-Kristin	1991	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
45:42	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
47:48	von Klitzing, Katharina	1994	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz

Seniorinnen W35

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W35**

18:19	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W35**

37:52	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
1:17:57	Bartlett, Olga-Katia	1987	TG Konz	09.03.2024	Schweich

Diskuswurf (1 kg) — **Seniorinnen W35**

33,69	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	25.02.2024	Baunatal

Senioren M40

5km Straßenlauf — **Senioren M40**

18:15	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	09.03.2024	Schweich
19:23	Hofer, Christian	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
21:19	Rickert, Viktor	1980	LLG Hunsrück	17.03.2024	Bad Kreuznach

10 km Straßenlauf — **Senioren M40**

34:13	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
37:47	Haumann, Hendrik	1980	TG Konz	09.03.2024	Schweich
39:49	Hofer, Christian	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
41:05	Warken, Ingo	1980	LG Vulkaneifel	09.03.2024	Schweich
41:56	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Senioren M40**

1:27:04	Ernsdorf, Thomas	1984	Lauftreff Schweich	10.03.2024	Kandel

Senioren M45

5km Straßenlauf — **Senioren M45**

21:27	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	09.03.2024	Urmitz

10 km Straßenlauf — **Senioren M45**

44:22	Krämer, Dietmar	1979	HSC 1990 Gamlen	09.03.2024	Schweich
51:21	Brusius, Thorsten	1975	TV 1848 Oberstein	17.03.2024	Bad Kreuznach
59:28	Meyer, Daniel	1977	LA TuS Mayen	09.03.2024	Urmitz

Halbmarathon — **Senioren M45**

2:14:27	Meyer, Daniel	1977	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach

Diskuswurf (2 kg) — **Senioren M45**

25,72	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	18.02.2024	Düsseldorf

Speerwurf (800 g) — **Senioren M45**

52,46	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Baunatal

Seniorinnen W40

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W40**

19:35	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
21:39	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W40**

39:54	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
41:06	Adams, Eva	1984	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
41:22	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
43:14	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
46:18	Pfeiffer, Annika	1982	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Seniorinnen W40**

1:49:38	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach

Diskuswurf (1 kg) — **Seniorinnen W40**

31,94	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	25.02.2024	Baunatal

Speerwurf (600 g) — **Seniorinnen W40**

39,04	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	25.02.2024	Baunatal

Seniorinnen W45

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W45**

19:30	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W45**

39:21	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
41:00	Teusch, Dorothee	1979	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Seniorinnen W45**

1:29:36	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

Senioren M50

5km Straßenlauf — **Senioren M50**

18:42	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
19:36	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
20:01	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
21:26	Stock, Jochen	1971	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen

10 km Straßenlauf — **Senioren M50**

37:24	Schütz, Andreas	1973	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2024	Urmitz
37:28	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
38:44	Körin, Alexander	1974	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
39:06	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach
40:47	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Senioren M50**

1:51:15	Ringelstein, Marc	1970	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

Senioren M55

800m — **Senioren M55**

2:24,88	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	08.03.2024	Dubai (UAE)

5km Straßenlauf — **Senioren M55**

18:02	Suhrcke, Marc	1968	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
19:16	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	10.03.2024	Dubai (UAE)
19:43	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	03.03.2024	Leverkusen
20:07	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	03.03.2024	Leverkusen
20:36	Mangrich, Jürgen	1968	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Senioren M55**

37:08	Gilberg, Thomas	1969	LG Rhein-Wied	09.03.2024	Urmitz
38:00	Suhrcke, Marc	1968	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
39:20	Fritsch, Jörg	1968	VfL Algenrodt	17.03.2024	Bad Kreuznach
39:35	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	09.03.2024	Schweich
41:53	Heuser, Arne	1966	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Senioren M55**

1:28:22	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

Diskuswurf (1,5 kg) — **Senioren M55**

36,53	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	24.02.2024	Baunatal

Seniorinnen W50

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W50**

21:46	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
23:54	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	09.03.2024	Urmitz
24:10	Brenner, Anja	1972	WSG Bad Marienberg	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W50**

44:21	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
46:10	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	17.03.2024	Bad Kreuznach
46:44	Jüris, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
48:49	Brenner, Anja	1972	WSG Bad Marienberg	27.01.2024	Kirchen
51:47	Baldus-Schmidt, Anja	1971	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen

Halbmarathon — **Seniorinnen W50**

1:58:39	Urban, Michaela	1971	Meddy's LWT Koblenz	10.03.2024	Kandel
2:10:52	Fritsch, Silke	1972	VfL Algenrodt	17.03.2024	Bad Kreuznach

Seniorinnen W55

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W55**

29:18	Zinn, Anja	1969	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2024	Urmitz

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W55**

47:18	Walter, Iris	1967	TV 1848 Meisenheim	17.03.2024	Bad Kreuznach
49:31	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	09.03.2024	Urmitz
50:45	Schenke, Sabine	1968	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
50:51	Dahm, Andrea	1969	LG Laacher See	09.03.2024	Urmitz
52:38	Hübner, Monika	1965	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach

Senioren M60

5km Straßenlauf — **Senioren M60**

18:53	Nolles, Alwin	1963	LG Meulenwald Föhren	03.03.2024	Leverkusen
19:23	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	17.03.2024	Bad Kreuznach
24:27	Berke, Martin	1963	HSC 1990 Gamlen	17.03.2024	Bad Kreuznach
26:41	Schäfer, Peter	1962	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich

10 km Straßenlauf — **Senioren M60**

38:53	Nolles, Alwin	1963	LG Meulenwald Föhren	03.03.2024	Leverkusen
41:37	Feld, Thomas	1961	LG Langsur	09.03.2024	Schweich
43:44	Fußmann, Matthias	1960	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich
45:37	Paulus, Walter	1961	LAZ Birkenfeld	09.03.2024	Schweich
47:01	Schick, Christoph	1963	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon — **Senioren M60**

2:06:49	Nau, Manfred	1962	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

Diskuswurf (1 kg) — **Senioren M60**

39,70	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	24.02.2024	Baunatal

Hammerwurf (5 kg) — **Senioren M60**

47,14	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	25.02.2024	Baunatal
44,47	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Baunatal

Senioren M65

10 km Straßenlauf — **Senioren M65**

43:10	Schümmer, Horst	1958	DJK Ochtendung	17.03.2024	Bad Kreuznach
43:18	Schiltz, Gilbert	1958	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach
46:25	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
47:35	Bermes, Dieter	1956	LG Meulenwald Föhren	09.03.2024	Schweich
47:40	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	09.03.2024	Urmitz

Seniorinnen W60

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W60**

36:28	Leufgen, Monika	1962	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W60**

45:52	von Klitzing, Margit	1963	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz
48:34	Schikowski, Irene	1962	TG Konz	09.03.2024	Schweich
52:46	Hanß, Yvonne	1963	TuS Mörschied	17.03.2024	Bad Kreuznach
53:40	Haas, Marion	1963	LG Meulenwald Föhren	09.03.2024	Schweich
1:19:33	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	09.03.2024	Urmitz

Halbmarathon — **Seniorinnen W60**

2:09:06	Heinz, Martina	1960	RT Bad Ems	10.03.2024	Kandel

Diskuswurf (1 kg) — **Seniorinnen W60**

21,00	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Baunatal

Hammerwurf (3 kg) — **Seniorinnen W60**

31,53	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	24.02.2024	Baunatal

Seniorinnen W65

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W65**

33:25	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich

10 km Straßenlauf — **Seniorinnen W65**

55:02	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	09.03.2024	Urmitz
56:27	Tentrup-Tiedje, Corinna	1959	Lauffreunde Naheland	06.01.2024	Rodgau
57:12	Kolberg, Swantje	1959	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
59:53	Wehmeyer-Bug, Helga	1957	Hunsrück-Marathon	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:00:21	Bermes, Beatrix	1955	LG Meulenwald Föhren	09.03.2024	Schweich

Senioren M70

5km Straßenlauf — **Senioren M70**

22:05	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
33:38	Schlappa, Walter	1953	SV Urmitz	09.03.2024	Urmitz

10 km Straßenlauf — **Senioren M70**

46:19	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
46:28	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
50:39	Hampel, Fritz	1952	TuS Lonnig	09.03.2024	Urmitz
50:56	Becker, Gerhard	1950	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
52:07	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	17.03.2024	Bad Kreuznach

Senioren M75

5km Straßenlauf — **Senioren M75**

31:51	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich
33:30	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	09.03.2024	Urmitz

10 km Straßenlauf — **Senioren M75**

52:06	Michels, Heinz	1948	LG Meulenwald Föhren	09.03.2024	Schweich
54:49	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2024	Urmitz
57:11	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:02:24	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	09.03.2024	Urmitz
1:03:41	Marake, Bernhard	1945	Meddy's LWT Koblenz	09.03.2024	Urmitz

Halbmarathon — **Senioren M75**

2:22:14	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	17.03.2024	Bad Kreuznach

Hammerwurf (4 kg) — **Senioren M75**

31,43	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	25.02.2024	Baunatal

Seniorinnen W70

5km Straßenlauf — **Seniorinnen W70**

30:04	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf **Seniorinnen W70**

59:31	Monschauer, Barbara	1950	LG Laacher See	09.03.2024	Urmitz
1:01:38	Mann, Irmgard	1950	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen

Seniorinnen W75

5km Straßenlauf **Seniorinnen W75**

30:34	Klas-Gundel, Irene	1949	LG Meulenwald Föhren	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf **Seniorinnen W75**

1:02:40	Klas-Gundel, Irene	1949	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:08:19	Springer, Elisabeth	1946	TV 1867 Bad Sobernheim	17.03.2024	Bad Kreuznach

Senioren M80

5km Straßenlauf **Senioren M80**

34:08	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf **Senioren M80**

1:06:24	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich

Senioren M85

10 km Straßenlauf **Senioren M85**

1:02:13	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	09.03.2024	Urmitz

Seniorinnen W80

10 km Straßenlauf **Seniorinnen W80**

1:19:32	Kraemer, Rosi	1944	Meddy's LWT Koblenz	09.03.2024	Urmitz