

Männer offen

100m Männer offen

11,04 (+2,1)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
11,43 (-0,8)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
11,59 (-0,8)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
11,79 (0,0)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,94 (-0,4)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
11,99 (0,0)	Duda, Noah	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
12,06 (+1,3)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	13.04.2024	Ochtendung
12,24 (-0,4)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
12,34 (+1,6)	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	16.03.2024	Meckenheim
12,34 (0,0)	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
12,35 (-0,4)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
12,36 (-0,4)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
12,54 (-0,4)	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung
12,59 (-0,8)	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
12,61 (-0,8)	Burbach, Bengt	2004	TuS Dierdorf 1893	20.04.2024	Dierdorf
12,72 (+0,9)	Bibow, Hendrik	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
12,73 (0,0)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
12,75 (-2,2)	Stricker, Finley	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
12,98 (-2,2)	Tamke, Maro	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
13,00 (0,0)	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	20.04.2024	Konz

200m Männer offen

25,56 (-1,0)	Bibow, Hendrik	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
25,64 (-1,0)	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
26,14 (-2,4)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
26,60 (-0,4)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
26,91 (-2,4)	Renk, Simon	2008	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
27,45 (+0,8)	Klucker, Rasmus	1995	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
34,82 (+1,7)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	19.04.2024	Mayen

400m Männer offen

51,99	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
52,51	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
52,57	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
54,34	Rinnenburger, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
68,52	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
82,82	Geisbüsch, Heinz	1950	LA TuS Mayen	20.04.2024	Konz

800m					Männer offen
2:02,87	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:04,72	Aldekamp, Jannik	2005	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen
2:04,73	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
2:09,11	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen
2:14,00	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:17,93	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:17,94	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen
2:20,07	Beckmann, Jona	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:20,25	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:21,09	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
2:21,15	Höfer, Elias	2001	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
2:21,73	Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen
2:22,60	Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:24,88	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	08.03.2024	Dubai (UAE)
2:25,92	Müller, Dirk	1968	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen
2:26,34	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:26,56	Leidinger, Alexander	1994	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:26,77	Künster, Louis	2009	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen
2:31,21	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	19.04.2024	Mayen
2:32,83	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
1000m					Männer offen
3:20,92	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024	Schiffange (LUX)
1500m					Männer offen
5:13,66	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)
3000m					Männer offen
8:53,20	Meyer, Lucas	1998	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
8:57,88	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
9:01,16	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Konz
9:15,69	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Konz
9:20,49	Heuts, Sam	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
9:26,22	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
9:31,99	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
9:36,67	Wirtz, Adrian	1998	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
9:50,04	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
10:15,01	Simon, Matthias	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11:32,76	Manhart, Hagen Nicolas	2004	TG Konz	20.04.2024	Konz
5000m					Männer offen
17:46,84	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	19.04.2024	Mayen
17:46,94	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen
18:03,67	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
18:11,14	Kalter, Niklas	1998	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
18:45,61	Gilberg, Thomas	1969	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
19:27,61	Oboz, Pavel	1981	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	19.04.2024	Mayen
21:24,73	Pauken, Julian	2004	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen
21:29,24	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen
22:10,37	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	19.04.2024	Mayen
22:21,18	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen
27:16,78	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
32:04,11	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	19.04.2024	Mayen
34:17,69	Ringel, Michael	1974	LG Laacher See	19.04.2024	Mayen

10000m

Männer offen

33:41,96	Müller, Martin	1990	LG Meulenzwald Föhren	20.04.2024	Konz
35:51,09	Marondel, Fabian	1996	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Konz
39:45,80	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	20.04.2024	Konz
40:13,58	Haas, Armin	1969	SV Zell (Mosel)	20.04.2024	Konz
40:57,81	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
44:50,87	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
44:59,66	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	20.04.2024	Konz
45:30,56	Paulus, Walter	1961	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
48:52,62	Braumann, Oskar	1968	Hunsrück-Marathon	20.04.2024	Konz
57:15,90	Freytmuth, Jürgen	1949	LG Meulenzwald Föhren	20.04.2024	Konz

5km Straßenlauf

Männer offen

14:44	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Lille (FRA)
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

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 Meulenzwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:27	Jeandré, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	04.04.2024	Bonn
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

Halbmarathon

Männer offen

1:01:33	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.04.2024	Berlin
1:08:50	Spietersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	17.03.2024	Frankfurt
1:09:18	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Bonn
1:10:56	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Bonn
1:12:36	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Bonn
1:12:58	Ebel, Alois	1993	RSC Untermosel	14.04.2024	Bonn
1:13:25	Pfeil, Michael	1984	Post-Sportverein Trier	07.04.2024	Berlin
1:13:46	Theobald, Andreas	1993	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Bonn
1:14:34	Simon, David	1991	RSC Untermosel	14.04.2024	Bonn
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
1:16:13	Leins, Sebastian	1982	LG Sieg	17.03.2024	Bergisch Gladbach
1:16:58	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:20:44	Biefang, Julian	1990	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Bonn
1:21:20	Plath, Robert	1988	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
1:22:40	Wilhelms, André	1990	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:22:58	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:23:50	Meyer, Thorsten	1977	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Bonn
1:26:08	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
1:26:11	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin

Marathon

Männer offen

2:06:27	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.01.2024	Dubai (UAE)
2:34:06	Jeandree, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Bonn
2:35:44	Schmidt, Daniel	1986	Silvesterlauf Trier	14.04.2024	Hannover
2:38:23	Leins, Sebastian	1982	LG Sieg	14.04.2024	Bonn
2:52:09	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Bonn
2:52:48	Böhning, Christian	1985	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
2:58:35	Hermanns, Jan-Peter	1973	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
3:10:46	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	14.04.2024	Hannover
3:27:26	Blum, Erik	1986	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
3:34:51	Rausch, Alexander	1981	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
4:24:14	Michaelis, Oliver	1972	Meddy's LWT Koblenz	14.04.2024	Bonn
4:52:27	Becker, Jan	1976	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Bonn
5:00:16	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
5:20:30	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	17.03.2024	Bergisch Gladbach

Hochsprung

Männer offen

1,80	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
1,56	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,36	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Stabhochsprung

Männer offen

3,60	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)
3,20	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
3,10	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
2,50	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss

Weitsprung				Männer offen
6,69	(0,0)	Jäckel, Jonas	2007 TV 1848 Oberstein	20.04.2024 Konz
6,23	(0,0)	Kaperyz, Rostyslav	2005 Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
5,78	(+1,3)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007 LG Rhein-Wied	23.02.2024 Kapstadt (RSA)
5,72	(-0,4)	Lehnart, Samuel	2008 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
5,64	(0,0)	Plenert Fabing, Samuel	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
5,60	(0,0)	Godlewsky, Friedrich	2008 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Konz
5,32	(+1,1)	Carstens, Jona	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
4,93	(0,0)	Pauly, Nicolas	2008 TG Konz	20.04.2024 Konz
4,84	(+1,4)	Müller, Nicolas	2006 LG Bitburg-Prüm	20.04.2024 Konz
4,56	(+1,1)	Nikolay, Lino	2009 TG Konz	20.04.2024 Konz
3,69	(0,0)	Henne, Sebastian	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss

Kugelstoß (7,26 kg)				Männer offen
17,51		Lukas, Dennis	1994 LG Idar-Oberstein	10.03.2024 Leiria (POR)
13,70		Nickel, Johannes	1986 TuS Niederneisen	14.04.2024 Koblenz
13,05		Anton, Sven	2002 LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024 Idar-Oberstein
12,77		Brandt, Marcus	1995 LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
12,68		Schneider, Martin	1993 TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
11,78		Sauerwein, Theodor	2000 TV 1861 Bad Ems	14.04.2024 Koblenz
11,04		Mesloh, Lars	1996 TV 1861 Bad Ems	14.04.2024 Koblenz
10,60		Lösch, Justin	1996 LG Rhein-Wied	06.04.2024 Sinzig
10,40		Paquée, Markus	1975 LG Rhein-Wied	06.04.2024 Sinzig
9,93		Schütz, Laurenz	1997 LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024 Koblenz
8,83		Bläser, Manuel	1977 SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024 Sinzig
7,78		Reimert, Dustin	1996 LG Rhein-Wied	06.04.2024 Sinzig
6,58		Gottwald, Christian	1976 SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024 Sinzig

Diskuswurf (2 kg)				Männer offen
44,02		Mayer, Fabian	1986 TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
41,71		Anton, Sven	2002 LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024 Koblenz
40,54		Nickel, Johannes	1986 TuS Niederneisen	14.04.2024 Koblenz
39,76		Brandt, Marcus	1995 LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
37,66		Bem, Alexander	1990 TuS 1908 Sohren	20.04.2024 Bengel
37,21		Sauerwein, Theodor	2000 TV 1861 Bad Ems	14.04.2024 Koblenz
36,31		Hahn, Niklas	1998 TV 1848 Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
34,20		Mesloh, Lars	1996 TV 1861 Bad Ems	14.04.2024 Koblenz
32,08		Lösch, Justin	1996 LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
31,82		Paquée, Markus	1975 LG Rhein-Wied	06.04.2024 Sinzig
28,83		Düren, Lennox	2001 TuS 1862 Kirn	14.04.2024 Koblenz
28,40		Schütz, Laurenz	1997 LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024 Koblenz
26,70		Bläser, Manuel	1977 SpVgg. 04/13 Burgbrohl	14.04.2024 Koblenz
25,35		Doetsch, Jens	1978 SV Blau-Weiß Niederelbert	14.04.2024 Koblenz
22,57		Reimert, Dustin	1996 LG Rhein-Wied	06.04.2024 Sinzig
18,62		Gottwald, Christian	1976 SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024 Sinzig

Hammerwurf (7,26 kg)				Männer offen
43,55		Sauerwein, Theodor	2000 TV 1861 Bad Ems	20.04.2024 Bengel
40,23		Bem, Alexander	1990 TuS 1908 Sohren	20.04.2024 Bengel
33,39		Stolz, Tobias	1981 TV Germania Trier	01.04.2024 Trier

Speerwurf (800 g)

Männer offen

53,23	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
47,48	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	14.04.2024	Koblenz
47,33	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
46,50	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
45,37	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
43,68	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
42,41	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	14.04.2024	Koblenz
38,78	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Nieukerk
37,86	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	14.04.2024	Koblenz
34,43	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
32,30	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
32,09	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
21,19	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig

Frauen offen

100m

Frauen offen

12,66 (+1,2)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
12,72 (+1,7)	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
12,80 (+1,2)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz
12,81 (+0,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
12,85 (+0,5)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
12,90 (+0,5)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
12,97 (+1,2)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
13,02 (+1,2)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
13,04 (+1,2)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,11 (+1,3)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	10.04.2024	Culver City, CA (USA)
13,12 (+0,3)	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
13,18 (+1,5)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
13,27 (+1,2)	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,28 (+1,7)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,32 (+1,8)	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
13,43 (+0,5)	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
13,50 (+0,5)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
13,51 (+0,5)	Kramer, Rebekka	1987	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
13,52 (+1,7)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,52 (-0,9)	Oehl, Laura	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf

200m

Frauen offen

26,08 (+1,9)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
26,27 (+0,7)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz
26,92 (-0,8)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
27,39 (+1,8)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	10.04.2024	Culver City, CA (USA)
27,55 (-0,8)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
27,59 (+1,7)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
27,70 (-2,5)	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
27,86 (+1,7)	Kramer, Rebekka	1987	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
28,33 (+0,7)	Klose, Gianna	2007	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz
28,75 (-2,5)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,01 (-2,4)	Adam, Marie	2007	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,08 (+0,8)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen
29,13 (-0,8)	Jansen, Nora	2008	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
29,28 (-2,5)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,40 (+0,8)	Ambrosius, Anna	2007	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024	Mayen
29,48 (-0,8)	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
29,82 (-2,5)	Renk, Emily	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,90 (+1,7)	Leimkühler, Elise	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
29,93 (-2,4)	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
30,01 (+0,5)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Stuttgart

400m					Frauen offen
59,13	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
62,46	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	12.03.2024	Sta. Monica, CA (USA)
63,22	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
64,54	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
64,79	Schlösser, Helene	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
64,83	Peerenboom, Charlotte	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
74,50	Petry, Eva	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
800m					Frauen offen
2:20,00	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen
2:22,33	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	01.03.2024	Dubai (UAE)
2:22,51	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen
2:29,39	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen
2:32,10	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:32,48	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
2:34,10	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:35,11	Schmitt, Marie	2002	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:41,74	Krahn, Lia	2013	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:41,83	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
2:41,84	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen
2:42,86	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen
2:47,02	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:47,66	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)
2:52,13	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:56,10	Weinitschke, Lina	2008	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:57,29	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:58,11	Pervetica, Emma Matilda	2008	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
3:00,91	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
3:03,12	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen
1500m					Frauen offen
4:59,86	Meier, Anne	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
5:03,59	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
5:06,63	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	20.04.2024	Konz
5:10,49	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
3000m					Frauen offen
11:17,59	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
5000m					Frauen offen
22:22,07	von Klitzing, Margit	1963	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
22:43,48	Balles, Josi	2004	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen
23:34,93	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	19.04.2024	Mayen
10000m					Frauen offen
38:56,08	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz

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	Replinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
21:02	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	06.04.2024	Mülheim/Mosel
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
42:56	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	20.04.2024	Hermeskeil
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	Replinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	03.03.2024	Leverkusen
43:52	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	07.04.2024	Seligenstadt
44:21	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
44:46	Berweiler, Ann-Kristin	1991	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich

Halbmarathon					Frauen offen
1:21:19	Kerp, Lisa Memouna	1992	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
1:24:12	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:26:15	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:29:36	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
1:37:42	Leis, Katja	1976	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:37:46	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:38:09	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:38:11	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	14.04.2024	Bonn
1:39:22	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	07.04.2024	Berlin
1:41:35	Berweiler, Ann-Kristin	1991	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:46:41	Müller, Monika	1975	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Bonn
1:48:49	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:50:31	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	14.04.2024	Bonn
1:50:47	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	14.04.2024	Bonn
1:53:22	Kröhnert, Steffi	1974	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:54:58	Kaiser, Elisabeth	1963	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
1:58:39	Urban, Michaela	1971	Meddy's LWT Koblenz	10.03.2024	Kandel
2:05:20	Breslauer, Karin	1972	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
2:08:48	Monschauer, Barbara	1950	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
2:09:06	Heinz, Martina	1960	RT Bad Ems	10.03.2024	Kandel

Marathon					Frauen offen
3:58:16	Drehmann, Sissy	1989	LG Westerwald	14.04.2024	Bonn
4:03:28	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	17.03.2024	Bergisch Gladbach
4:20:09	Thome, Gisela	1969	Spiridon Hochwald	07.04.2024	Berlin

100m Hürden (838 mm)					Frauen offen
15,62 (-0,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
20,14 (-0,3)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

400m Hürden (762 mm)					Frauen offen
64,56	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	27.03.2024	Austin, TX (USA)

Hochsprung					Frauen offen
1,60	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,52	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,50	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
1,40	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,40	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,36	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,36	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,24	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Stabhochsprung					Frauen offen
2,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss

Weitsprung

Frauen offen

5,64 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)
5,22 (+1,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,81 (+1,9)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
4,79 (-1,1)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,76 (+1,3)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	20.04.2024	Konz
4,71 (-1,3)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,70 (0,0)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,63 (+0,4)	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
4,58 (+1,9)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
4,54 (+1,2)	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,49 (+2,0)	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,41 (+0,9)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,35 (+0,1)	Hammen, Kirstin	1983	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
4,32 (0,0)	Guthörl, Sofia	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,29 (-1,1)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,27 (+1,1)	Grundhöfer, Sophie	2008	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,24 (+0,1)	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
4,14 (-0,7)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,11 (+1,5)	Bretz, Louana	2010	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,09 (+1,9)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Stuttgart
4,09 (+2,0)	Ostermann, Franziska	2009	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz

Dreisprung

Frauen offen

11,21 (+0,7)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
10,29 (+0,4)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
10,12 (0,0)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
8,22 (+0,1)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	20.04.2024	Konz

Kugelstoß (4 kg)

Frauen offen

12,31	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Koblenz
11,36	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,21	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,08	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
10,72	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
10,33	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
9,78	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
9,49	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,73	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,72	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,50	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,15	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier
7,78	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	01.04.2024	Trier
7,73	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
7,65	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
6,96	Alt, Annika	2005	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
6,86	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
6,73	Alt, Carla	2003	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
6,68	Götz, Stephanie	1975	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
6,26	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (1 kg)				Frauen offen
46,55	Kaiser, Hanna	2002	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
42,64	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024 Halle
34,09	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024 Koblenz
32,94	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
32,62	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024 Idar-Oberstein
32,48	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	20.04.2024 Selters/Ts.
31,08	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	14.04.2024 Koblenz
30,07	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	14.04.2024 Koblenz
29,66	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
28,89	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024 Bengel
28,78	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
27,37	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
27,29	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	14.04.2024 Koblenz
27,22	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
26,42	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
25,12	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
24,62	Thommes, Hannah	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024 Bengel
24,07	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024 Koblenz
24,02	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024 Koblenz
23,78	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024 Torun (POL)

Hammerwurf (4 kg)				Frauen offen
35,41	Hübner, Marie	1999	TuS 1908 Sohren	20.04.2024 Bengel
33,37	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	20.04.2024 Bengel
24,28	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	20.04.2024 Bengel
18,30	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig

Speerwurf (600 g)				Frauen offen
39,04	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	25.02.2024 Baunatal
35,38	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
33,43	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024 San Diego, CA (USA)
31,42	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
28,98	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024 Idar-Oberstein
28,94	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
28,47	Düren, Alexa	2002	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
27,25	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
21,60	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024 Koblenz
20,78	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024 Idar-Oberstein
20,57	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
20,40	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig
20,32	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig

Siebenkampf				10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 WEI - SPE (600 g) - 800	Frauen offen
4521	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22./23.03.2024	San Diego, CA (USA)
15,62 (-0,4) - 1,50 - 10,72 - 26,08 (+1,9) 5,64 (0,0) - 33,43 - 2:47,66					

Männer

100m				Männer
11,43 (-0,8)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	20.04.2024 Dierdorf
12,61 (-0,8)	Burbach, Bengt	2004	TuS Dierdorf 1893	20.04.2024 Dierdorf
13,38 (+0,4)	Klucker, Rasmus	1995	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024 Mayen

200m						Männer
27,45 (+0,8)	Klucker, Rasmus	1995	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen	
400m						Männer
54,34	Rinnenburger, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
800m						Männer
2:04,73	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen	
2:21,15	Höfer, Elias	2001	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen	
3000m						Männer
8:53,20	Meyer, Lucas	1998	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
8:57,88	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
9:01,16	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Konz	
9:15,69	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Konz	
9:20,49	Heuts, Sam	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
9:36,67	Wirtz, Adrian	1998	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
10:15,01	Simon, Matthias	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
11:32,76	Manhart, Hagen Nicolas	2004	TG Konz	20.04.2024	Konz	
5000m						Männer
18:11,14	Kalter, Niklas	1998	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen	
21:24,73	Pauken, Julian	2004	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen	
22:10,37	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	19.04.2024	Mayen	
10000m						Männer
35:51,09	Marondel, Fabian	1996	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Konz	
5km Straßenlauf						Männer
14:44	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	17.03.2024	Lille (FRA)	
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

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	Laufftreff 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 Meulenzahl 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
2:31:08	TuS Katzenelnb.-Klingelb. Burgard, Thomas (1965) - 41:07; Ringelstein, Marc (1970) - 51:39; Nau, Manfred (1962) - 58:22	07.04.2024	Seligenstadt
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

Halbmarathon

Männer

1:01:33	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.04.2024	Berlin
1:08:50	Spietersbach, Marek	1995	Diezer TSK Oranien	17.03.2024	Frankfurt
1:12:36	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Bonn
1:26:08	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn

Halbmarathon-Mannschaft

Männer

4:01:36	Laufftreff Schweich Adams, Matthias (1990) - 1:15:58; Wilhelms, André (1990) - 1:22:40; Thull, Mike (1986) - 1:22:58	07.04.2024	Berlin
5:26:26	TuS Katzenelnb.-Klingelb. Burgard, Thomas (1965) - 1:28:22; Ringelstein, Marc (1970) - 1:51:15; Nau, Manfred (1962) - 2:06:49	17.03.2024	Frankfurt

Marathon

Männer

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

4x400m

Männer

3:28,98	Post-Sportverein Trier Leitz, Florian (2006); Leidinger, Alexander (1994); Kumarathas, Matusen (2005); Simon, Matthias (2003);	13.04.2024	Ochtendung
3:56,86	LG Rhein-Wied Jacobi, Paul (2004); Lösch, Justin (1996); Reimert, Dustin (1996); Meuter, Paul (2007);	13.04.2024	Ochtendung

3x1000m

Männer

7:42,36	Post-Sportverein Trier Nitsch, Philipp (2003); Pütz, Yannick (1997); Meyer, Lucas (1998);	13.04.2024	Ochtendung
8:31,02	StG Ochtendung/Lehmen/Plaidt Lange, Julian (2006); Aldekamp, Jannik (2005); van Beek, Jannik (1997);	13.04.2024	Ochtendung
9:35,08	LG Rhein-Wied Waldstädt, Tim (1998); Klein, Uwe (1972); Neumann, Ingo (1971);	13.04.2024	Ochtendung

Kugelstoß (7,26 kg)					Männer
13,05	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Idar-Oberstein
12,77	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,78	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
11,04	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
10,60	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
9,93	Schütz, Laurenz	1997	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
7,78	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (2 kg)					Männer
41,71	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
39,76	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
37,21	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
36,31	Hahn, Niklas	1998	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
34,20	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
32,08	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
28,83	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	14.04.2024	Koblenz
28,40	Schütz, Laurenz	1997	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
22,57	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig

Hammerwurf (7,26 kg)					Männer
43,55	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (800 g)					Männer
47,33	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
46,50	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
45,37	Sauerwein, Theodor	2000	TV 1861 Bad Ems	14.04.2024	Koblenz
43,68	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
38,78	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Nieukerk
32,09	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig

Frauen

100m					Frauen
12,66 (+1,2)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
12,80 (+1,2)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz
13,43 (+0,5)	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
13,68 (-1,6)	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
14,19 (+1,8)	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
14,25 (-1,6)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
14,30 (-1,6)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
14,72 (-1,6)	Renk, Emily	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf

200m					Frauen
26,08 (+1,9)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
26,27 (+0,7)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz
27,70 (-2,5)	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
28,75 (-2,5)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,28 (-2,5)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,82 (-2,5)	Renk, Emily	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf

400m						Frauen
59,13	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
800m						Frauen
2:20,00	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen	
2:35,11	Schmitt, Marie	2002	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen	
2:47,66	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)	
1500m						Frauen
4:59,86	Meier, Anne	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
5:03,59	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz	
5000m						Frauen
22:43,48	Balles, Josi	2004	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen	
10000m						Frauen
38:56,08	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz	
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	
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	
43:52	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	07.04.2024	Seligenstadt	
47:40	Klein, Lena	2002	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich	
47:43	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	27.01.2024	Kirchen	
51:18	Lambert, Luna	2003	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Hermeskeil	
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	

10 km Mannschaft

Frauen

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

10 km Mannschaft					Frauen
Halbmarathon					Frauen
1:39:22	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	07.04.2024	Berlin
1:50:31	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	14.04.2024	Bonn
Halbmarathon-Mannschaft					Frauen
4:28:13	Laufftreff Schweich Bauer, Michelle (1989) - 1:24:12; Hausmann, Tine (1982) - 1:26:15; Engel, Yvonne (1977) - 1:37:46			07.04.2024	Berlin
100m Hürden (838 mm)					Frauen
15,62 (-0,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
400m Hürden (762 mm)					Frauen
64,56	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	27.03.2024	Austin, TX (USA)
4x400m					Frauen
4:16,64	LG Rhein-Wied Suta, Anesa (2002); Böckmann, Leonie (2008); Oehl, Laura (2008); Kuppert, Lena (2006);			13.04.2024	Ochtendung
4:26,74	LG Sieg Jung, Lea (2004); Renk, Emily (2004); Heinemann, Lara (2004); Mockenhaupt, Anna-Lena (1998);			13.04.2024	Ochtendung
3x800m					Frauen
7:09,19	StG Ochtendung/Lehmen/Plaidt Sturm, Lucia (2002); Weinand, Emma (2007); Kupser, Leonie (2006);			13.04.2024	Ochtendung
8:01,21	LG Rhein-Wied Fiedler, Radha (1996); Paprotta, Susanne (1988); Weber, Svea (2010);			13.04.2024	Ochtendung
8:32,48	LG Lahn-Aar-Esterau Peiker, Anna (2006); Schmidt, Sarah (2007); Peiker, Csenge (2004);			13.04.2024	Ochtendung
Hochsprung					Frauen
1,50	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
Weitsprung					Frauen
5,64 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)
4,54 (+1,2)	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
Kugelstoß (4 kg)					Frauen
11,36	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
10,72	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
9,78	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,15	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier
6,86	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
6,73	Alt, Carla	2003	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
6,26	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (1 kg)						Frauen
46,55	Kaiser, Hanna	2002	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein	
23,64	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
20,79	Alt, Carla	2003	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz	
19,32	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz	

Hammerwurf (4 kg)						Frauen
35,41	Hübner, Marie	1999	TuS 1908 Sohren	20.04.2024	Bengel	
33,37	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	20.04.2024	Bengel	

Speerwurf (600 g)						Frauen
33,43	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)	
28,94	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
28,47	Düren, Alexa	2002	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein	
21,60	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz	
20,40	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig	

Siebenkampf						Frauen
10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 WEI - SPE (600 g) - 800						
4521	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22./23.03.2024	San Diego, CA (USA)	
15,62 (-0,4) - 1,50 - 10,72 - 26,08 (+1,9) 5,64 (0,0) - 33,43 - 2:47,66						

Männer & Frauen

4x400m						Männer & Frauen
4:05,23	LG Kreis Ahrweiler				13.04.2024	Ochtendung
Müller, Moritz (2006); Zavelberg, Isabella Maria (2007); Jüris, Kilian (2007); Menrath, Carolina (1995);						
4:13,98	LG Rhein-Wied				13.04.2024	Ochtendung
Lösch, Justin (1996); Fiedler, Radha (1996); Reimert, Dustin (1996); Suta, Anesa (2002);						

Männliche Jugend U20

100m						Männliche Jugend U20
11,59 (-0,8)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf	
11,79 (0,0)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
13,74 (0,0)	Müller, Nicolas	2006	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz	
14,27 (-0,8)	Krepmpchen, Marco	2005	TG Konz	20.04.2024	Konz	

400m						Männliche Jugend U20
51,99	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
52,57	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	

800m						Männliche Jugend U20
2:02,87	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
2:04,72	Aldekamp, Jannik	2005	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen	
2:09,11	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen	

5000m					Männliche Jugend U20
17:46,94	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen

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
18:58	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	06.04.2024	Mülheim/Mosel

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
39:47	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Hermeskeil
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			03.03.2024	Leverkusen
Decker, Louis (2006) - 32:34; Knopp, Theo (2008) - 34:35; Adam, Philipp (2005) - 34:54					

110m Hürden (991 mm)					Männliche Jugend U20
15,63 (+1,1)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

4x400m					Männliche Jugend U20
3:36,75	LG Rhein-Wied			13.04.2024	Ochtendung
Franz, Robin (2006); Ott, Robin (2007); Überhofen, Maximilian (2008); Lehnart, Samuel (2008);					

3x1000m					Männliche Jugend U20
8:22,19	Post-Sportverein Trier			13.04.2024	Ochtendung
Decker, Louis (2006); Knopp, Theo (2008); Hoppe, Maximilian (2008);					
8:56,15	LG Rhein-Wied			13.04.2024	Ochtendung
Neumann, Denni (2005); Bibow, Hendrik (2008); Henne, Florian (2006);					

Weitsprung					Männliche Jugend U20
6,23 (0,0)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,84 (+1,4)	Müller, Nicolas	2006	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz

Kugelstoß (6 kg)					Männliche Jugend U20
10,38	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	14.04.2024	Koblenz
7,33	Brusius, Tim-Lennart	2005	SV Göttschied	06.04.2024	Idar-Oberstein
6,02	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Diskuswurf (1,75 kg) **Männliche Jugend U20**

20,42 Henne, Florian 2006 LG Rhein-Wied 14.04.2024 Koblenz

Speerwurf (800 g) **Männliche Jugend U20**

37,86 Reuber, Jona 2006 LG Sieg 14.04.2024 Koblenz
32,30 Henne, Florian 2006 LG Rhein-Wied 14.04.2024 Koblenz

Weibliche Jugend U20

100m **Weibliche Jugend U20**

12,85 (+0,5) Kuppert, Lena 2006 LG Rhein-Wied 19.04.2024 Mayen
12,90 (+0,5) Kupser, Leonie 2006 DJK Ochtendung 19.04.2024 Mayen
14,26 (-0,1) Weber, Antonia 2006 LG Idar-Oberstein 20.04.2024 Konz
14,49 (-0,1) Auler, Nele 2005 LLG Hunsrück 20.04.2024 Konz
15,49 (+0,7) May, Hanna 2006 LLG Hunsrück 20.04.2024 Konz

200m **Weibliche Jugend U20**

29,08 (+0,8) Peiker, Anna 2006 LG Lahn-Aar-Esterau 19.04.2024 Mayen

400m **Weibliche Jugend U20**

74,50 Petry, Eva 2005 Post-Sportverein Trier 20.04.2024 Konz

800m **Weibliche Jugend U20**

2:29,39 May, Emma 2006 LLG Hunsrück 19.04.2024 Mayen

1500m **Weibliche Jugend U20**

5:06,63 Weberskirch, Lisa 2006 TuS Kaisersesch 20.04.2024 Konz

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

Halbmarathon **Weibliche Jugend U20**

1:38:11 Reichel, Leonie 2006 RSG Montabaur 14.04.2024 Bonn

100m Hürden (838 mm)				Weibliche Jugend U20
20,14 (-0,3)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
Hochsprung				Weibliche Jugend U20
1,40	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
Weitsprung				Weibliche Jugend U20
4,81 (+1,9)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	20.04.2024 Konz
4,76 (+1,3)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	20.04.2024 Konz
4,71 (-1,3)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Neuss
2,89 (+1,8)	May, Hanna	2006	LLG Hunsrück	20.04.2024 Konz
Kugelstoß (4 kg)				Weibliche Jugend U20
11,21	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
10,33	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024 Koblenz
8,73	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
8,50	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
7,73	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig
6,96	Alt, Annika	2005	TuS Roland Brey	14.04.2024 Koblenz
Diskuswurf (1 kg)				Weibliche Jugend U20
42,64	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024 Halle
29,66	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
27,37	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
27,29	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	14.04.2024 Koblenz
24,02	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024 Koblenz
19,68	Alt, Annika	2005	TuS Roland Brey	14.04.2024 Koblenz
18,10	Hoffmann, Rebecca	2006	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024 Sinzig
Hammerwurf (4 kg)				Weibliche Jugend U20
18,30	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig
Speerwurf (600 g)				Weibliche Jugend U20
35,38	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
31,42	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
27,25	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	06.04.2024 Idar-Oberstein
20,32	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig

Männliche Jugend U18

100m				Männliche Jugend U18
11,94 (-0,4)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Dierdorf
12,24 (-0,4)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	20.04.2024 Dierdorf
12,34 (+1,6)	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	16.03.2024 Meckenheim
12,59 (-0,8)	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024 Konz
12,72 (+0,9)	Bibow, Hendrik	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Konz
12,73 (0,0)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Konz
13,00 (0,0)	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	20.04.2024 Konz
13,18 (-0,4)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	20.04.2024 Dierdorf
13,49 (-0,4)	Renk, Simon	2008	LG Sieg	20.04.2024 Dierdorf

200m				Männliche Jugend U18	
25,56 (-1,0)	Bibow, Hendrik	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
25,64 (-1,0)	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
26,14 (-2,4)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
26,60 (-0,4)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
26,91 (-2,4)	Renk, Simon	2008	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
400m				Männliche Jugend U18	
52,51	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
800m				Männliche Jugend U18	
2:14,00	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:17,94	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen
1500m				Männliche Jugend U18	
5:13,66	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)
3000m				Männliche Jugend U18	
9:26,22	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
9:50,04	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
5000m				Männliche Jugend U18	
18:03,67	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
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	
14,93 (+1,1)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Konz
16,00 (+0,4)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
16,03 (-1,4)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)
16,29 (+1,3)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
2000m Hindernis (838 mm)				Männliche Jugend U18	
6:55,93	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	20.04.2024	Neuss

4x100m				Männliche Jugend U18	
47,42	LG Rhein-Wied Plenert Fabing, Samuel (2009); Überhofen, Maximilian (2008); Lehnart, Samuel (2008); Carstens, Jona (2009);			20.04.2024	Neuss
3x1000m				Männliche Jugend U18	
9:22,25	LG Sieg Hombach, Hendrik (2007); Renk, Simon (2008); Hehn, Julius (2008);			13.04.2024	Ochtendung
10:07,85	LG Rhein-Wied Pohl, Eric (2009); Oster, Leo (2010); Meuter, Paul (2007);			13.04.2024	Ochtendung
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)
3,20	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
Weitsprung				Männliche Jugend U18	
6,69 (0,0)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Konz
5,78 (+1,3)	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
5,72 (-0,4)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
5,60 (0,0)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
4,93 (0,0)	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	20.04.2024	Konz
Kugelstoß (5 kg)				Männliche Jugend U18	
15,47	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
13,49	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
11,48	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	14.04.2024	Koblenz
10,64	Schollmeyer, Samuel	2007	LG Westerwald	20.04.2024	Selters/Ts.
9,42	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
9,24	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
Diskuswurf (1,5 kg)				Männliche Jugend U18	
43,03	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
36,26	Schollmeyer, Samuel	2007	LG Westerwald	20.04.2024	Selters/Ts.
33,57	von der Heyden, Daniel Johannes	2007	LG Rhein-Wied	24.02.2024	Kapstadt (RSA)
31,13	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
23,48	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
Hammerwurf (5 kg)				Männliche Jugend U18	
33,51	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel
Speerwurf (700 g)				Männliche Jugend U18	
42,53	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	14.04.2024	Koblenz
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

100m		Weibliche Jugend U18			
12,81 (+0,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
12,97 (+1,2)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
13,04 (+1,2)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,11 (+1,3)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	10.04.2024	Culver City, CA (USA)
13,12 (+0,3)	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
13,18 (+1,5)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
13,27 (+1,2)	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,52 (-0,9)	Oehl, Laura	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
13,58 (+1,2)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,67 (-1,2)	Klose, Gianna	2007	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz

200m		Weibliche Jugend U18			
26,92 (-0,8)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
27,39 (+1,8)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	10.04.2024	Culver City, CA (USA)
27,55 (-0,8)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
27,59 (+1,7)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
28,33 (+0,7)	Klose, Gianna	2007	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Konz
29,01 (-2,4)	Adam, Marie	2007	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
29,13 (-0,8)	Jansen, Nora	2008	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
29,40 (+0,8)	Ambrosius, Anna	2007	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024	Mayen
29,48 (-0,8)	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
29,90 (+1,7)	Leimkühler, Elise	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen

400m		Weibliche Jugend U18			
62,46	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	12.03.2024	Sta. Monica, CA (USA)
63,22	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
64,54	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
64,79	Schlösser, Helene	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
64,83	Peerenboom, Charlotte	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz

800m		Weibliche Jugend U18			
2:22,51	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen
2:56,10	Weinitschke, Lina	2008	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:58,11	Pervetica, Emma Matilda	2008	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
3:03,12	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen

1500m		Weibliche Jugend U18			
5:10,49	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

3000m **Weibliche Jugend U18**

11:17,59 Forkert, Alina 2008 LG Rhein-Wied 21.04.2024 Neuss

5km Straßenlauf **Weibliche Jugend U18**

20:47 Raßkopf, Johanna 2008 Post-Sportverein Trier 09.03.2024 Schweich
 21:02 Replinger, Ella 2008 Post-Sportverein Trier 09.03.2024 Schweich
 21:02 Vieh, Victoria 2008 Post-Sportverein Trier 06.04.2024 Mülheim/Mosel
 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 Replinger, 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
 50:09 Bartlett, Avelina 2010 TG Konz 20.04.2024 Hermeskeil
 50:54 Engel, Eva 2009 LG Bernkastel/Wittlich 20.04.2024 Hermeskeil

10 km Mannschaft **Weibliche Jugend U18**

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

100m Hürden (762 mm) **Weibliche Jugend U18**

14,27 (+0,3) Medinger, Celina 2007 LG Rhein-Wied 13.04.2024 Ochtendung
 14,69 (+0,3) Schwind, Hannah 2007 Post-Sportverein Trier 13.04.2024 Ochtendung
 15,06 (+0,5) Götz, Lotta 2008 LG Rhein-Wied 20.04.2024 Neuss
 15,16 (+0,5) Eichhorn, Lena 2008 LG Rhein-Wied 20.04.2024 Neuss
 15,99 (+0,4) Böckmann, Leonie 2008 LG Rhein-Wied 13.04.2024 Ochtendung
 16,25 (+0,4) Schmitt, Amelie 2008 LG Rhein-Wied 13.04.2024 Ochtendung
 17,22 (+0,3) Zatcha, Christine 2007 LG Kreis Ahrweiler 13.04.2024 Ochtendung
 19,03 (+0,3) Zavelberg, Isabella Maria 2007 LG Kreis Ahrweiler 13.04.2024 Ochtendung

4x100m **Weibliche Jugend U18**

49,62 LG Rhein-Wied 20.04.2024 Neuss
 Medinger, Celina (2007); Karst, Johanna (2008); Eichhorn, Lena (2008); Götz, Lotta (2008);
 51,03 Post-Sportverein Trier 20.04.2024 Konz
 Thesen, Linda (2007); Stohmann, Hannah (2008); Schwind, Hannah (2007); Moll, Marlene (2008);
 54,48 LG Rhein-Wied 20.04.2024 Neuss
 Babel, Jule (2008); Schmitt, Amelie (2008); Forkert, Alina (2008); Stein, Eva-Fabienne (2009);
 55,36 LAZ Birkenfeld 20.04.2024 Konz
 Müller, Lotta (2009); Schneider, Johanna (2008); Jansen, Nora (2008); Swenne, Cleo (2010);
 56,57 TG Konz 20.04.2024 Konz
 Hennemann, Victoria (2009); Grundhöfer, Sophie (2008); Michels, Alena (2010); Karges, Anna (2009);

4x400m **Weibliche Jugend U18**

4:08,88 Post-Sportverein Trier 13.04.2024 Ochtendung
 Sonnenberg, Greta (2007); Schwind, Hannah (2007); Moll, Marlene (2008); Stohmann, Hannah (2008);

4x400m			Weibliche Jugend U18	
4:11,67	LG Rhein-Wied Eichhorn, Lena (2008); Peerenboom, Charlotte (2007); Babel, Jule (2008); Götz, Lotta (2008);		13.04.2024	Ochtendung

3x800m			Weibliche Jugend U18	
7:57,69	LG Rhein-Wied Köhler, Laura (2007); Schmidt, Lina (2009); Forkert, Alina (2008);		13.04.2024	Ochtendung
8:05,88	Post-Sportverein Trier Raßkopf, Johanna (2008); Vieh, Victoria (2008); Repplinger, Ella (2008);		13.04.2024	Ochtendung
8:13,71	LG Sieg Münch, Mia (2009); Page, Zoe (2010); van der Zwaag, Jule (2007);		13.04.2024	Ochtendung

Hochsprung			Weibliche Jugend U18	
1,60	Böckmann, Leonie	2008 LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,52	Medinger, Celina	2007 LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,36	Götz, Lotta	2008 LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Stabhochsprung			Weibliche Jugend U18	
2,80	Böckmann, Leonie	2008 LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss

Weitsprung			Weibliche Jugend U18	
5,22 (+1,6)	Schwind, Hannah	2007 Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,63 (+0,4)	Kahl, Livia	2007 LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
4,27 (+1,1)	Grundhöfer, Sophie	2008 TG Konz	20.04.2024	Konz
3,69 (0,0)	Mertens, Leonie	2008 TuS Roland Brey	10.04.2024	Brey

Dreisprung			Weibliche Jugend U18	
11,21 (+0,7)	Monschauer, Johanna	2008 LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
10,29 (+0,4)	Mattern, Friederike	2008 Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
10,12 (0,0)	Backes, Luisa Ella	2007 TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz

Kugelstoß (3 kg)			Weibliche Jugend U18	
12,34	Schmitt, Amelie	2008 LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,62	Bitzen, Barbara	2007 LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
10,90	Schwan, Luzia	2008 LG Sieg	20.04.2024	Selters/Ts.
10,65	Kölbach, Anna Charlotte	2008 LG Westerwald	20.04.2024	Selters/Ts.
10,54	Pitzen, Lotta	2008 LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz
10,47	Medinger, Celina	2007 LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
10,00	Zatcha, Christine	2007 LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
9,96	Böckmann, Leonie	2008 LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
9,74	Schreiber, Solveig	2008 LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
9,65	Wetzel, Lina	2008 LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (1 kg)				Weibliche Jugend U18	
32,94	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
32,48	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	20.04.2024	Selters/Ts.
31,08	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	14.04.2024	Koblenz
28,78	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
26,42	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
25,12	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
24,62	Thommes, Hannah	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel
23,63	Wetzel, Lina	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
23,42	Pitzen, Lotta	2008	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz
23,36	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Hammerwurf (3 kg)				Weibliche Jugend U18	
34,91	Wetzel, Lina	2008	LG Lahn-Aar-Esterau	20.04.2024	Bengel
24,56	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (500 g)				Weibliche Jugend U18	
38,19	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
31,60	Vollmer, Mona	2008	Athletic-Team Wittlich	14.04.2024	Koblenz
31,41	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
30,87	Hees, Sara-Maxima	2008	Athletic-Team Wittlich	14.04.2024	Koblenz
30,33	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
28,79	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
27,32	Gerstenschläger, Nina	2008	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
24,34	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	14.04.2024	Koblenz
23,79	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
23,59	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

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

4x100m				Männliche Jugend U16	
51,50	TG Konz	Demircan, Erdinc Muhammed (2010); Jankowski, Tomasz (2010); Bach, Leonard (2009); Duda, Noah (2009);		20.04.2024	Konz
51,58	Post-Sportverein Trier	Braun, Moritz (2010); Knob, Johan (2009); Metz, Benedikt (2010); Wichowanez, Dennis (2009);		20.04.2024	Konz

3x1000m				Männliche Jugend U16	
8:53,73	LG Rhein-Wied	Tamke, Maro (2009); Henne, Sebastian (2009); Veit, Philipp (2009);		13.04.2024	Ochtendung

3x1000m			Männliche Jugend U16
9:11,36	LG Kreis Ahrweiler Beckmann, Jona (2009); Jüris, Lorenz (2010); Löcher, Jonas (2009);		13.04.2024 Ochtendung
9:33,79	Post-Sportverein Trier Tröndlin, Till (2009); Teusch, Jonas (2009); Rademacher, Gabriel (2010);		13.04.2024 Ochtendung
9:39,02	StG Ochtendung/Lehmen/Plaidt Lange, Damian (2009); Künstler, Louis (2009); Lang, Maximilian (2009);		13.04.2024 Ochtendung
10:29,75	LG Rhein-Wied Carstens, Jona (2009); Retzlaff, Konstantin (2010); Bartman, Ben (2010);		13.04.2024 Ochtendung

Jugend M15

100m			Jugend M15
11,99 (0,0)	Duda, Noah	2009 TG Konz	20.04.2024 Konz
12,34 (0,0)	Veit, Philipp	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Konz
12,35 (-0,4)	Plenert Fabing, Samuel	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
12,36 (-0,4)	Seibel, Noah	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
12,54 (-0,4)	Wichowanez, Dennis	2009 Post-Sportverein Trier	13.04.2024 Ochtendung
12,98 (-2,2)	Tamke, Maro	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Dierdorf
13,22 (+1,3)	Carstens, Jona	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
13,28 (0,0)	Knob, Johan	2009 Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
13,56 (-0,4)	Kaufmann, Manuel	2009 Post-Sportverein Trier	13.04.2024 Ochtendung
14,08 (+1,3)	Henne, Sebastian	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung

300m			Jugend M15
38,48	Veit, Philipp	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Konz
39,37	Wichowanez, Dennis	2009 Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
44,18	Bach, Leonard	2009 TG Konz	20.04.2024 Konz

800m			Jugend M15
2:17,93	Hartmann, Vincent	2009 TG Konz	20.04.2024 Konz
2:20,07	Beckmann, Jona	2009 LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024 Mayen
2:21,73	Lang, Maximilian	2009 TV Jahn Plaidt	19.04.2024 Mayen
2:22,60	Tröndlin, Till	2009 Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
2:26,77	Künstler, Louis	2009 TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024 Mayen

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
18:49	Tröndlin, Till	2009 Post-Sportverein Trier	06.04.2024 Mülheim/Mosel
19:01	Dockter, Rouven	2009 LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024 Bad Kreuznach
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

80m Hürden (838 mm)			Jugend M15
11,76 (-0,2)	Seibel, Noah	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
12,27 (+0,3)	Plenert Fabing, Samuel	2009 LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
12,29 (-0,4)	Wichowanez, Dennis	2009 Post-Sportverein Trier	13.04.2024 Ochtendung
12,69 (-0,2)	Kaufmann, Manuel	2009 Post-Sportverein Trier	13.04.2024 Ochtendung
13,67 (-0,2)	Carstens, Jona	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
14,58 (-0,2)	Theisen, Tim	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
14,86 (-0,4)	Henne, Sebastian	2009 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung

Hochsprung Jugend M15

1,56	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,36	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Stabhochsprung Jugend M15

3,10	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
2,50	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss

Weitsprung Jugend M15

5,64 (0,0)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
5,32 (+1,1)	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
4,56 (+1,1)	Nikolay, Lino	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,69 (0,0)	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Kugelstoß (4 kg) Jugend M15

13,74	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,39	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
10,95	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
10,78	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
10,46	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
8,97	Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
8,41	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
6,73	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Diskuswurf (1 kg) Jugend M15

39,36	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
37,72	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
32,52	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	20.04.2024	Selters/Ts.
31,13	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
30,47	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
21,03	Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
20,75	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
19,40	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Speerwurf (600 g) Jugend M15

37,85	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
35,35	Pohl, Eric	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
34,89	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
33,25	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
31,45	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
30,73	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
20,53	Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
15,72	Eßer, Simon	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Jugend M14

100m					Jugend M14
12,06 (+1,3)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	13.04.2024	Ochtendung
12,75 (-2,2)	Stricker, Finley	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
13,87 (+1,3)	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,93 (-2,2)	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	20.04.2024	Dierdorf
13,98 (-2,2)	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	20.04.2024	Dierdorf
14,23 (+1,3)	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
14,43 (+1,3)	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
14,44 (-0,7)	Braun, Moritz	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
15,22 (+1,3)	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
15,25 (+0,9)	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	19.04.2024	Mayen
800m					Jugend M14
2:20,25	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:26,34	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:33,30	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
3:17,38	Bauerfeind, Birk	2010	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
1000m					Jugend M14
3:20,92	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024	Schiffange (LUX)
2000m					Jugend M14
7:20,69	Stock, Lennart	2010	LG Sieg	20.04.2024	Siegburg
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
80m Hürden (838 mm)					Jugend M14
11,56 (-0,4)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	13.04.2024	Ochtendung
13,62 (-0,4)	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
15,98 (-0,4)	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
16,15 (-0,4)	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
Kugelstoß (4 kg)					Jugend M14
12,05	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig
10,34	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
9,24	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
8,83	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
8,20	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
7,98	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	20.04.2024	Selters/Ts.
7,60	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
7,38	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
7,04	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
6,63	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Diskuswurf (1 kg)					Jugend M14
42,53	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
31,28	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	20.04.2024	Selters/Ts.
27,45	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
26,02	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
23,37	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
23,27	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
22,34	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
21,69	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
21,05	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
21,03	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Hammerwurf (4 kg)					Jugend M14
17,78	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
17,00	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (600 g)					Jugend M14
38,63	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
31,39	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
27,35	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
24,36	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
21,34	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
21,32	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
20,23	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
16,90	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
15,13	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz

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

4x100m			Weibliche Jugend U16
53,10	Post-Sportverein Trier Blasius, Hannah (2009); Schwind, Elisabeth (2010); Schmitt, Lotte (2009); Guthörl, Sofia (2009);		20.04.2024 Konz
54,79	LG Rhein-Wied Meuter, Lotta (2009); Weber, Svea (2010); Dott, Mia (2010); Stieber, Aglaia (2009);		20.04.2024 Neuss
57,03	LG Bitburg-Prüm Ostermann, Antonia (2009); Kling, Louisa (2009); Gompelmann-Bretz, Mia (2009); Ostermann, Franziska (2009);		20.04.2024 Konz
58,76	TG Konz Willems, Hannah-Sophie (2009); Hennemann, Victoria (2009); Forket Dauffy, Sarah (2010); Wagner, Nele (2010);		20.04.2024 Konz
60,74	TG Konz Boucha, Assia (2010); Vandenbussche, Emie (2011); Stein, Amelie (2009); Nemeč, Laura (2010);		20.04.2024 Konz

3x800m			Weibliche Jugend U16
---------------	--	--	-----------------------------

3x800m

Weibliche Jugend U16

8:08,28 LG Kreis Ahrweiler 13.04.2024 Ochtendung
Wilhein, Julia (2010); Reinhard, Maja (2009); Leimkühler, Helene (2009);

Jugend W15

100m

Jugend W15

12,72 (+1,7)	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,02 (+1,2)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
13,50 (+0,5)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
13,52 (+1,7)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,77 (-0,1)	Karges, Anna	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
13,80 (-2,3)	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
13,83 (+1,8)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung
13,83 (+1,2)	Ostermann, Franziska	2009	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
13,94 (+1,8)	Guthörl, Sofia	2009	Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung
14,18 (+0,1)	Ostermann, Antonia	2009	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz

800m

Jugend W15

2:32,48	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
2:34,10	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:42,86	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen
3:05,32	Menz, Katharina	2009	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen

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
24:26	Kraft, Sara	2009	LG Westerwald	13.04.2024	Brechen
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

80m Hürden (762 mm)

Jugend W15

12,43 (-0,1)	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,21 (+0,5)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	13.04.2024	Ochtendung
13,36 (0,0)	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,55 (+0,7)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,91 (-0,1)	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung
15,11 (-0,1)	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	13.04.2024	Ochtendung
16,01 (+0,7)	Hennemann, Victoria	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
16,16 (+0,7)	Kling, Louisa	2009	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
17,35 (+0,5)	Deurer, Johanna	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung

Hochsprung

Jugend W15

1,40	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
------	---------------------	------	---------------	------------	-------

Weitsprung

Jugend W15

4,79 (-1,1)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,70 (0,0)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,58 (+1,9)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
4,49 (+2,0)	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,32 (0,0)	Guthörl, Sofia	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,09 (+2,0)	Ostermann, Franziska	2009	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,04 (-0,1)	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
3,95 (+1,5)	Ostermann, Antonia	2009	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
3,86 (+0,2)	Adamy, Bella	2009	TuS Roland Brey	10.04.2024	Brey
3,34 (0,0)	Ehrit, Flora	2009	TuS Roland Brey	10.04.2024	Brey

Kugelstoß (3 kg)

Jugend W15

11,04	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
9,80	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
9,35	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier
9,16	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier
8,81	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
8,44	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
8,10	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
7,97	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
7,57	Adamy, Bella	2009	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
7,50	Urbaniak, Julia	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (1 kg)

Jugend W15

28,89	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
27,22	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
21,53	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
18,37	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
17,97	Brusius, Anna Katharina	2009	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
16,60	Müller, Paula	2009	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
16,33	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
15,48	Adamy, Bella	2009	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
15,13	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
14,35	Ehrit, Flora	2009	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz

Speerwurf (500 g)

Jugend W15

40,83	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
32,23	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
28,20	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
28,17	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Koblenz
23,76	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	14.04.2024	Koblenz
21,44	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
21,35	Adam, Catherine	2009	SV Fortuna Ulmen	06.04.2024	Merzig
20,73	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
18,69	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
15,96	Brusius, Anna Katharina	2009	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein

Jugend W14

100m					Jugend W14
13,28 (+1,7)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
13,32 (+1,8)	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
13,62 (+1,8)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung
13,85 (+1,4)	Swenne, Cleo	2010	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
14,29 (+1,4)	Michels, Alena	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
14,46 (-0,7)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
14,60 (+1,8)	Bretz, Louana	2010	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
14,62 (+1,8)	Forket Dauffy, Sarah	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
14,82 (+1,8)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	13.04.2024	Ochtendung
14,89 (+1,8)	Nemec, Laura	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz

300m					Jugend W14
51,34	Petry, Camila	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
51,60	Wagner, Nele	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
54,46	Boucha, Assia	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz

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

80m Hürden (762 mm)					Jugend W14
12,94 (+0,3)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
13,43 (+0,7)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
15,41 (+0,5)	Omarova, Nicole	2010	LA TuS Mayen	13.04.2024	Ochtendung
15,56 (+0,3)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
16,07 (0,0)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	13.04.2024	Ochtendung
16,11 (+0,5)	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
18,62 (-0,6)	Laux, Frida	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

Hochsprung					Jugend W14
1,36	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,24	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Weitsprung					Jugend W14
4,41 (+0,9)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,29 (-1,1)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,24 (+0,1)	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
4,14 (-0,7)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
4,11 (+1,5)	Bretz, Louana	2010	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,01 (+1,7)	Forket Dauffy, Sarah	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,88 (0,0)	Nemec, Laura	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,87 (+0,1)	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
3,84 (+0,8)	Petry, Camila	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz

Kugelstoß (3 kg)						Jugend W14
10,19	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier	
9,82	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz	
8,61	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz	
8,09	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	
7,94	Kotorov, Liana	2010	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
7,87	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
7,29	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz	
7,12	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
7,09	Assenmacher, Nora	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
6,58	Eppers, Sina	2010	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	

Diskuswurf (1 kg)						Jugend W14
24,07	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz	
21,04	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel	
20,78	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	
19,79	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
18,80	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
18,25	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz	
18,16	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz	
16,92	Kotorov, Liana	2010	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
16,84	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
15,77	Eppers, Sina	2010	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	

Speerwurf (500 g)						Jugend W14
27,18	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Koblenz	
24,86	Müller, Annabell	2010	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz	
22,41	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	
20,91	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
17,44	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
15,44	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
15,43	Assenmacher, Nora	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
14,91	Kotorov, Liana	2010	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
12,00	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
10,75	Comtesse, Johanna	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	

Ballwurf (200 g)						Jugend W14
33,50	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey	
27,50	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey	

Männliche Jugend U14

3x800m						Männliche Jugend U14
8:02,14	LG Rhein-Wied	Zink, Niclas (2011); Strauß, Julian (2011); Sommer, Phillip (2011);			13.04.2024	Ochtendung

3x800m			Männliche Jugend U14
8:31,65	LG Lahn-Aar-Esterau Jüngst, Oskar (2012); Herpel, Henry (2012); Holzhäuser, Max (2012);	13.04.2024	Ochtendung
8:38,01	LG Sieg Stendenbach, Laurenz (2013); Stücher, Mathes (2012); van der Zwaag, Mats (2011);	13.04.2024	Ochtendung
9:01,06	LG Rhein-Wied Hillen, Mats Jonas (2013); Alabdullah, Ibrahim (2011); Tavano, Mateo (2013);	13.04.2024	Ochtendung
9:20,81	LG Rhein-Wied Schorn, Jakob (2013); Weiler, Justus (2012); Thielen, Andreas (2013);	13.04.2024	Ochtendung
9:37,40	Lauffreunde Naheland Schenkenberger, Lorenz (2013); Böttger, Pascal (2013); Stieb, Silas Leon (2013);	13.04.2024	Ochtendung
10:18,76	LG Rhein-Wied Steiger, Malte (2012); Buhr, Vincent (2012); Lehnart, Josua (2012);	13.04.2024	Ochtendung

Jugend M13

75m				Jugend M13
9,97	Alabdullah, Ibrahim	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
10,59	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024 Schifflange (LUX)
11,09	Weber, Matthias	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
11,14	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	13.04.2024 Ochtendung
11,47	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	20.04.2024 Konz
11,50	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	13.04.2024 Ochtendung
11,57	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	20.04.2024 Dierdorf
11,60	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	13.04.2024 Ochtendung
11,89	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
12,16	Dichter, Jakob	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung

800m				Jugend M13
2:31,21	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	19.04.2024 Mayen
2:43,98	Weber, Matthias	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
2:49,00	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024 Mayen
2:50,79	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024 Mayen
2:53,15	Lutz, Philipp	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
2:54,62	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	20.04.2024 Konz

2000m				Jugend M13
8:00,54	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	06.04.2024 Wittlich

5km Straßenlauf				Jugend M13
21:08	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	17.03.2024 Diekirch (LUX)
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

60m Hürden (762 mm)				Jugend M13
12,22	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	13.04.2024 Ochtendung
12,26	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
12,60	Lutz, Philipp	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
12,65	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	20.04.2024 Konz
14,00	Sommer, Phillip	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
14,64	Dichter, Jakob	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
14,66	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	13.04.2024 Ochtendung

Weitsprung **Jugend M13**

4,12	Weber, Matthias	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,59	Francois, Leonard-Philippe	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,40	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

Kugelstoß (3 kg) **Jugend M13**

10,08	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
9,62	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
9,58	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
8,30	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
8,30	Maas, Gabriel	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
7,89	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
7,70	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
7,28	Bachmeier, Philip	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
6,68	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
6,57	Habon, Liam	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	20.04.2024	Selters/Ts.

Diskuswurf (750 g) **Jugend M13**

30,49	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
28,72	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
26,07	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig
24,87	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
20,88	Bachmeier, Philip	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
17,68	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	14.04.2024	Koblenz
16,98	Habon, Liam	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	20.04.2024	Selters/Ts.
15,82	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Hammerwurf (3 kg) **Jugend M13**

24,66	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
19,31	Weber, Ben	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (400 g) **Jugend M13**

31,02	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
27,24	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
25,74	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
22,82	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	14.04.2024	Koblenz
22,29	Maas, Gabriel	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
21,25	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024	Schiffflange (LUX)
18,44	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
17,49	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	14.04.2024	Koblenz
16,92	Bachmeier, Philip	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
15,36	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz

Jugend M12

75m **Jugend M12**

11,35	Stendenbach, Laurenz	2013	LG Sieg	13.04.2024	Ochtendung
11,50	Schmidt, Timothy	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,68	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
11,84	Schur, Liam	2012	Lauffreunde Naheland	13.04.2024	Ochtendung
11,87	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
12,00	Stücher, Mathes	2012	LG Sieg	13.04.2024	Ochtendung
12,22	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
12,25	Landen, Bela	2012	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
12,60	Buhr, Vincent	2012	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
12,64	Preil, Constantin	2012	LA TuS Mayen	13.04.2024	Ochtendung

800m						Jugend M12
2:48,05	Hack, Mats	2013	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz	
2:53,86	Schmidt, Timothy	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz	
3:14,03	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz	
3:17,29	Konen, Maximilian	2013	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024	Mayen	
3:44,11	Bidinger, Matthis	2013	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen	
2000m						Jugend M12
7:20,02	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	06.04.2024	Wittlich	
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	
60m Hürden (762 mm)						Jugend M12
13,06	Preil, Constantin	2012	LA TuS Mayen	13.04.2024	Ochtendung	
13,30	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz	
14,53	Buhr, Vincent	2012	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung	
Weitsprung						Jugend M12
2,99	Lehnart, Josua	2012	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss	
Kugelstoß (3 kg)						Jugend M12
7,49	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig	
7,43	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
7,24	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
6,91	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	
6,09	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz	
5,83	Schmidt, Janne	2012	LAZ Birkenfeld	06.04.2024	Idar-Oberstein	
5,68	Cazales, Devin	2012	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
5,09	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	06.04.2024	Merzig	
4,85	Brusius, Ole-Bennet	2012	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
3,74	Lehnart, Josua	2012	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
Diskuswurf (750 g)						Jugend M12
23,25	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig	
18,99	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
17,71	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz	
13,31	Lehnart, Josua	2012	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
Speerwurf (400 g)						Jugend M12
26,72	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	
21,44	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
21,17	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	14.04.2024	Koblenz	
19,70	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig	
18,52	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
12,68	Lehnart, Josua	2012	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz	
12,45	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz	

Weibliche Jugend U14

4x75m Weibliche Jugend U14

41,83	Post-Sportverein Trier Grünewald, Lara (2011); Gergen, Nena (2012); Raitzel, Mila (2011); Gans, Ida (2011);	20.04.2024	Konz
42,67	LG Bitburg-Prüm Hack, Luisa (2012); Berens, Luci (2011); Bungartz, Heidi (2011); Mann, Anne-Sophie (2011);	20.04.2024	Konz
44,97	TG Konz Weis, Lia (2011); Röhrig, Helena (2012); Becker, Ella (2011); Stange, Frida (2012);	20.04.2024	Konz
48,11	TG Konz Queckbörner, Timea (2011); Ebeling, Fritzi (2011); Stankevitsch, Johanna (2011); Jamshidi, Shadlin (2011);	20.04.2024	Konz

3x800m Weibliche Jugend U14

8:22,14	LG Bernkastel/Wittlich Hower, Josefine (2011); Becker, Maja (2011); Hayer, Lea (2012);	13.04.2024	Ochtendung
8:25,79	LG Rhein-Wied Fornberg, Lina (2011); Schellinger, Fine (2011); Eichhorn, Klara (2011);	13.04.2024	Ochtendung
8:34,26	LG Bitburg-Prüm Hack, Luisa (2012); Berens, Luci (2011); Valcauan, Amelia (2012);	13.04.2024	Ochtendung
8:46,60	Post-Sportverein Trier Schulz, Sophia (2012); Tröndlin, Katharina (2012); Krahn, Lia (2013);	13.04.2024	Ochtendung
8:55,08	LG Rhein-Wied Škoda, Maxima (2011); Ferreira de Aguiar, Elodie Soleya (2013); Veit, Julia (2012);	13.04.2024	Ochtendung
9:13,01	LG Rhein-Wied Henne, Marlene (2011); Raillard, Rebekka (2013); Zahn, Sarah (2011);	13.04.2024	Ochtendung
9:13,50	LG Sieg Reifenrath, Dana Marie (2011); Stendenbach, Matilda (2011); Härter, Viktoria (2013);	13.04.2024	Ochtendung
9:52,28	Diezer TSK Oranien Steinsberger, Mina (2012); Fürstenfelder, Matilda (2011); Höller, Lina (2012);	13.04.2024	Ochtendung
9:54,36	Athletic-Team Wittlich Lutterbeck, Elise (2013); Ruloff, Lina (2012); Joos, Jette (2012);	13.04.2024	Ochtendung
10:05,68	LG Rhein-Wied Wegner, Aleksandra (2012); Hoffmann, Lara (2012); Brodkorb, Elisa (2011);	13.04.2024	Ochtendung

Jugend W13

75m Jugend W13

10,47	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
10,55	Fornberg, Lina	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
10,74	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	13.04.2024	Ochtendung
10,81	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	20.04.2024	Konz
11,00	Raitzel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,06	Gans, Ida	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,10	Grünewald, Lara	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,14	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
11,17	Bungartz, Heidi	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
11,18	Eichhorn, Klara	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung

800m Jugend W13

2:22,33	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	01.03.2024	Dubai (UAE)
2:32,10	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:41,84	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen
2:47,02	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
3:45,22	Scholze, Alessa	2011	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen

2000m					Jugend W13
7:41,94	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	06.04.2024	Wittlich
7:47,49	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	06.04.2024	Wittlich
8:15,26	Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	06.04.2024	Wittlich
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)
60m Hürden (762 mm)					Jugend W13
10,64	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
10,81	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
10,89	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	20.04.2024	Konz
11,23	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
11,24	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
12,00	Gans, Ida	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
12,16	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
12,34	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
12,68	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
12,69	Bohutyn, Mira	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
Weitsprung					Jugend W13
4,69	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
4,55	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,51	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,27	Jamshidi, Shadlin	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,04	Weis, Lia	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,01	Becker, Ella	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,96	Bungartz, Heidi	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
3,68	Queckbörner, Timea	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,65	Henne, Marlene	2011	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
3,56	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
Kugelstoß (3 kg)					Jugend W13
8,25	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,05	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	14.04.2024	Koblenz
6,99	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
6,86	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	14.04.2024	Koblenz
6,67	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
6,38	Sivasuresh, Katbaha	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
5,80	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
5,65	Henne, Marlene	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
5,42	Scheufen, Johanna Sophie	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
5,27	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
Diskuswurf (750 g)					Jugend W13
19,74	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	14.04.2024	Koblenz
16,36	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
15,83	Scheufen, Johanna Sophie	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
15,63	Sivasuresh, Katbaha	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
12,79	Henne, Marlene	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

Speerwurf (400 g)

Jugend W13

25,58	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	14.04.2024	Koblenz
25,06	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
22,45	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
15,12	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
12,76	Scheufen, Johanna Sophie	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
11,25	Henne, Marlene	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
10,12	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
9,78	Sivasuresh, Katbaha	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Ballwurf (200 g)

Jugend W13

16,00	Reiner, Helena	2011	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
-------	----------------	------	------------------	------------	------

Jugend W12

75m

Jugend W12

10,88	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	13.04.2024	Ochtendung
11,22	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
11,43	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
11,62	Walgenbach, Gisela-Aissatou	2013	Lauffreunde Naheland	13.04.2024	Ochtendung
11,63	Fru, Dorcas Jemima	2012	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	13.04.2024	Ochtendung
11,65	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
11,71	Gergen, Nena	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,87	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	16.03.2024	Meckenheim
11,98	Heinen, Johanna	2012	LG Bitburg-Prüm	16.03.2024	Meckenheim
12,00	Rabe, Viola	2012	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung

800m

Jugend W12

2:41,74	Krahn, Lia	2013	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:41,83	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
2:52,13	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:57,29	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
3:00,91	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
3:03,34	Waldecker, Clara	2012	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen
3:04,24	Dötsch, Kea	2013	LG Westerwald	19.04.2024	Mayen
3:11,60	Metwaly, Jody	2012	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024	Mayen
3:14,70	Fröhlich, Johanna	2013	TG Konz	20.04.2024	Konz
3:23,99	Brendemühl, Elisa	2013	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024	Mayen

2000m

Jugend W12

7:43,30	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Wittlich
7:52,94	Krahn, Lia	2013	Post-Sportverein Trier	06.04.2024	Wittlich
8:07,79	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	06.04.2024	Wittlich
8:25,88	Joos, Jette	2012	Athletic-Team Wittlich	06.04.2024	Wittlich
11:45,41	Ruloff, Lina	2012	Athletic-Team Wittlich	06.04.2024	Wittlich

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
31:14	Hauth, Maya	2012	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Mülheim/Mosel

60m Hürden (762 mm)					Jugend W12
12,00	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	13.04.2024	Ochtendung
12,22	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
12,34	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	13.04.2024	Ochtendung
12,41	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
12,73	Fru, Dorcas Jemima	2012	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	13.04.2024	Ochtendung
12,80	Thielen, Franka	2012	LG Bitburg-Prüm	13.04.2024	Ochtendung
12,93	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
13,39	Gergen, Nena	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,52	Laux, Martha	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,76	Jäckels, Kiara	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

Weitsprung					Jugend W12
4,00	Röhrig, Helena	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz

Kugelstoß (3 kg)					Jugend W12
6,85	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
6,06	Metwaly, Jody	2012	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
5,99	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
5,71	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
4,11	Roth, Romina	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz

Diskuswurf (750 g)					Jugend W12
18,91	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
13,41	Roth, Romina	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz

Speerwurf (400 g)					Jugend W12
14,50	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
11,55	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
7,89	Roth, Romina	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz

Senioren M30

800m					Senioren M30
2:21,09	Becker, Manuel	1991	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
2:26,56	Leidinger, Alexander	1994	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

3000m					Senioren M30
9:31,99	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

10000m					Senioren M30
33:41,96	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	20.04.2024	Konz

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

1:09:18	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Bonn
1:10:56	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Bonn
1:12:58	Ebel, Alois	1993	RSC Untermosel	14.04.2024	Bonn
1:13:46	Theobald, Andreas	1993	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Bonn
1:14:34	Simon, David	1991	RSC Untermosel	14.04.2024	Bonn

Marathon Senioren M30

2:34:06	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Bonn
2:52:09	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Bonn

Kugelstoß (7,26 kg) Senioren M30

17,51	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	10.03.2024	Leiria (POR)
12,68	Schneider, Martin	1993	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein

Diskuswurf (2 kg) Senioren M30

37,66	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	20.04.2024	Bengel
-------	----------------	------	-----------------	------------	--------

Hammerwurf (7,26 kg) Senioren M30

40,23	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	20.04.2024	Bengel
-------	----------------	------	-----------------	------------	--------

Speerwurf (800 g) Senioren M30

47,48	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	14.04.2024	Koblenz
-------	-------------------	------	---------------	------------	---------

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

Halbmarathon

Senioren M35

1:16:58	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:21:20	Plath, Robert	1988	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
1:22:58	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:33:26	Gimnig, Dirk	1987	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
1:35:57	Bußmann, Tobias	1987	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bergisch Gladbach

Marathon

Senioren M35

2:35:44	Schmidt, Daniel	1986	Silvesterlauf Trier	14.04.2024	Hannover
2:52:48	Böhning, Christian	1985	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
3:27:26	Blum, Erik	1986	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn

Kugelstoß (7,26 kg)

Senioren M35

13,70	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	14.04.2024	Koblenz
-------	------------------	------	------------------	------------	---------

Diskuswurf (2 kg)

Senioren M35

44,02	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
40,54	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	14.04.2024	Koblenz

Seniorinnen W30

5km Straßenlauf

Seniorinnen W30

20:10	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
22:31	Bruckmann-von Wirth, Andrea	1993	TG Konz	20.04.2024	Hermeskeil

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
42:56	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	20.04.2024	Hermeskeil
44:46	Berweiler, Ann-Kristin	1991	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
47:48	von Klitzing, Katharina	1994	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz

Halbmarathon

Seniorinnen W30

1:21:19	Kerp, Lisa Memouna	1992	Team flott e.V.	14.04.2024	Bonn
1:41:35	Berweiler, Ann-Kristin	1991	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin

Seniorinnen W35

100m

Seniorinnen W35

13,51 (+0,5)	Kramer, Rebekka	1987	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
14,65 (+0,9)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Stuttgart

200m

Seniorinnen W35

27,86 (+1,7)	Kramer, Rebekka	1987	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
30,01 (+0,5)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Stuttgart

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
57:06	Bartlett, Olga-Katia	1987	TG Konz	20.04.2024	Hermeskeil
Halbmarathon					Seniorinnen W35
1:24:12	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
Marathon					Seniorinnen W35
3:58:16	Drehmann, Sissy	1989	LG Westerwald	14.04.2024	Bonn
Weitsprung					Seniorinnen W35
4,09 (+1,9)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Stuttgart
Kugelstoß (4 kg)					Seniorinnen W35
11,08	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
7,65	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
Diskuswurf (1 kg)					Seniorinnen W35
34,09	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
Speerwurf (600 g)					Seniorinnen W35
20,57	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
Gewichtwurf (9,08 kg)					Seniorinnen W35
11,37	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	01.04.2024	Trier

Senioren M40

100m					Senioren M40
13,35 (+0,5)	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
800m					Senioren M40
2:34,35	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:53,43	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen
5000m					Senioren M40
19:27,61	Oboz, Pavel	1981	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	19.04.2024	Mayen
21:29,24	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen

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
38:45	Warken, Ingo	1980	LG Vulkaneifel	20.04.2024	Hermeskeil
39:49	Hofer, Christian	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
41:56	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	17.03.2024	Bad Kreuznach

Halbmarathon Senioren M40

1:13:25	Pfeil, Michael	1984	Post-Sportverein Trier	07.04.2024	Berlin
1:16:13	Leins, Sebastian	1982	LG Sieg	17.03.2024	Bergisch Gladbach
1:27:04	Ernsdorf, Thomas	1984	Lauftreff Schweich	10.03.2024	Kandel

Marathon Senioren M40

2:38:23	Leins, Sebastian	1982	LG Sieg	14.04.2024	Bonn
3:34:51	Rausch, Alexander	1981	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn

Hammerwurf (7,26 kg) Senioren M40

33,39	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
-------	---------------	------	-------------------	------------	-------

Gewichtwurf (15,88 kg) Senioren M40

9,10	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
------	---------------	------	-------------------	------------	-------

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

1:23:50	Meyer, Thorsten	1977	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Bonn
1:40:41	Krämer, Dietmar	1979	HSC 1990 Gamlen	14.04.2024	Bonn
2:13:38	Meyer, Daniel	1977	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach

Marathon Senioren M45

4:52:27	Becker, Jan	1976	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Bonn
---------	-------------	------	-----------------	------------	------

Kugelstoß (7,26 kg) Senioren M45

10,40	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
8,83	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
6,58	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (2 kg) Senioren M45

31,82	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
26,70	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	14.04.2024	Koblenz
25,35	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	14.04.2024	Koblenz
18,62	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig

Speerwurf (800 g) Senioren M45

53,23	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
42,41	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	14.04.2024	Koblenz
34,43	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
21,19	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig

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

1:26:15	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:38:09	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:48:49	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach

Weitsprung Seniorinnen W40

4,35 (+0,1)	Hammen, Kirstin	1983	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
-------------	-----------------	------	------------------	------------	------

Kugelstoß (4 kg) Seniorinnen W40

12,31	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Koblenz
9,49	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
7,78	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	01.04.2024	Trier

Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W40

32,62	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
30,07	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	14.04.2024	Koblenz

Hammerwurf (4 kg)					Seniorinnen W40
24,28	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (600 g)					Seniorinnen W40
39,04	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	25.02.2024	Baunatal
28,98	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein

Seniorinnen W45

5km Straßenlauf					Seniorinnen W45
19:30	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
29:52	Simon, Bettina	1976	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Mülheim/Mosel

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
45:59	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	13.04.2024	Brechen

Halbmarathon					Seniorinnen W45
1:29:36	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
1:37:42	Leis, Katja	1976	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:37:46	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:46:41	Müller, Monika	1975	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Bonn

Kugelstoß (4 kg)					Seniorinnen W45
8,72	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
6,68	Götz, Stephanie	1975	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier

Diskuswurf (1 kg)					Seniorinnen W45
22,80	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein

Speerwurf (600 g)					Seniorinnen W45
20,78	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein

Senioren M50

100m					Senioren M50
14,00	(0,0) Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz

400m					Senioren M50
68,52	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz

800m					Senioren M50
2:32,83	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen

5000m					Senioren M50
22:10,37	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	19.04.2024	Mayen
34:17,69	Ringel, Michael	1974	LG Laacher See	19.04.2024	Mayen

10000m					Senioren M50
40:57,81	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
44:59,66	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	20.04.2024	Konz

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
36:26	Körin, Alexander	1974	Lauftreff Schweich	20.04.2024	Hermeskeil
37:24	Schütz, Andreas	1973	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2024	Urmitz
37:28	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
39:06	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bad Kreuznach
40:23	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024	Hermeskeil

Halbmarathon					Senioren M50
1:26:11	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:26:17	Krämer, Michael	1971	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
1:32:29	Beisel, Andre	1974	SG Neuhäusel	14.04.2024	Bonn
1:46:38	Baumgart, Ivo	1970	HSC 1990 Gamlen	14.04.2024	Bonn
1:51:15	Ringelstein, Marc	1970	TuS Katzeneinb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

Marathon					Senioren M50
2:58:35	Hermanns, Jan-Peter	1973	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
4:24:14	Michaelis, Oliver	1972	Meddy's LWT Koblenz	14.04.2024	Bonn

Kugelstoß (6 kg)					Senioren M50
12,33	Henniger, Sven	1973	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
9,65	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
7,93	Kreckel, Sascha	1969	TuS Niederneisen	01.04.2024	Trier

Diskuswurf (1,5 kg)					Senioren M50
34,13	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz

Hammerwurf (6 kg)					Senioren M50
28,53	Kreckel, Sascha	1969	TuS Niederneisen	01.04.2024	Trier

Speerwurf (700 g) Senioren M50

30,78	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
-------	-----------------	------	-----------------	------------	---------

Senioren M55

800m Senioren M55

2:24,88	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	08.03.2024	Dubai (UAE)
2:25,92	Müller, Dirk	1968	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen
3:02,42	Theisen, Markus	1968	DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen

5000m Senioren M55

17:46,84	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	19.04.2024	Mayen
18:45,61	Gilberg, Thomas	1969	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen

10000m Senioren M55

39:45,80	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	20.04.2024	Konz
40:13,58	Haas, Armin	1969	SV Zell (Mosel)	20.04.2024	Konz
48:52,62	Braumann, Oskar	1968	Hunsrück-Marathon	20.04.2024	Konz

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
41:07	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	07.04.2024	Seligenstadt

Halbmarathon Senioren M55

1:28:22	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
1:31:42	Mangrich, Jürgen	1968	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:41:08	Glandien, Harald	1965	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Bonn
1:45:25	Breslauer, Daniel	1968	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn

Marathon Senioren M55

3:10:46	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	14.04.2024	Hannover
---------	-----------------	------	---------------------------	------------	----------

Kugelstoß (6 kg) Senioren M55

12,26	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
10,66	Pontius, Achim	1967	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein

Diskuswurf (1,5 kg) Senioren M55

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

Hammerwurf (6 kg) Senioren M55

43,71	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	20.03.2024	Torun (POL)
39,04	Bidinger, Harald	1968	TV Germania Trier	20.04.2024	Bengel
37,32	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
29,92	Kreckel, Sascha	1969	TuS Niederneisen	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (700 g) Senioren M55

33,42	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	19.03.2024	Torun (POL)
-------	--------------	------	------------------------	------------	-------------

Gewichtwurf (11,34 kg) Senioren M55

15,59	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	17.03.2024	Torun (POL)
11,60	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Torun (POL)

Seniorinnen W50

100m Seniorinnen W50

15,98 (+0,9)	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024	Mayen
--------------	-----------------	------	------------------------	------------	-------

5000m Seniorinnen W50

23:34,93	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	19.04.2024	Mayen
----------	----------------	------	-----------	------------	-------

5km Straßenlauf Seniorinnen W50

21:46	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
21:54	Vieh, Monika	1973	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Hermeskeil
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
45:55	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	20.04.2024	Hermeskeil
46:44	Jüris, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
48:10	Kröhnert, Steffi	1974	Lauftreff Schweich	20.04.2024	Hermeskeil
48:49	Brenner, Anja	1972	WSG Bad Marienberg	27.01.2024	Kirchen

Halbmarathon Seniorinnen W50

1:50:47	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	14.04.2024	Bonn
1:53:22	Kröhnert, Steffi	1974	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:58:39	Urban, Michaela	1971	Meddy's LWT Koblenz	10.03.2024	Kandel
2:05:20	Breslauer, Karin	1972	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
2:10:03	Fritsch, Silke	1972	VfL Algenrodt	17.03.2024	Bad Kreuznach

Kugelstoß (3 kg)				Seniorinnen W50
8,76	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
8,21	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024 Koblenz
7,74	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	14.04.2024 Koblenz

Diskuswurf (1 kg)				Seniorinnen W50
22,12	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
18,83	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024 Koblenz
18,39	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein

Speerwurf (500 g)				Seniorinnen W50
24,55	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
19,20	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024 Koblenz

Seniorinnen W55

100m				Seniorinnen W55
15,75 (+0,7)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	20.04.2024 Konz

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
48:46	Thome, Gisela	1969	Spiridon Hochwald	20.04.2024 Hermeskeil
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

Halbmarathon				Seniorinnen W55
2:27:32	Rotta, Claudia	1968	VfB Polch	14.04.2024 Bonn

Marathon				Seniorinnen W55
4:03:28	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	17.03.2024 Bergisch Gladbach
4:20:09	Thome, Gisela	1969	Spiridon Hochwald	07.04.2024 Berlin

Weitsprung				Seniorinnen W55
3,80 (+1,9)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	20.04.2024 Konz

Dreisprung				Seniorinnen W55
8,22 (+0,1)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	20.04.2024 Konz

Kugelstoß (3 kg)					Seniorinnen W55
7,60	Kappel, Bianca	1969	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz

Diskuswurf (1 kg)					Seniorinnen W55
16,41	Kappel, Bianca	1969	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz

Senioren M60

10000m					Senioren M60
45:30,56	Paulus, Walter	1961	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz

5km Straßenlauf					Senioren M60
18:53	Nolles, Alwin	1963	LG Meulendorf Föhren	03.03.2024	Leverkusen
19:23	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	17.03.2024	Bad Kreuznach
21:24	Jonas, Wolfgang	1964	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Hermeskeil
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 Meulendorf Föhren	03.03.2024	Leverkusen
40:40	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	20.04.2024	Hermeskeil
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

Halbmarathon					Senioren M60
1:40:49	Graf, Albert	1962	LG Sieg	14.04.2024	Bonn
2:06:49	Nau, Manfred	1962	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

Kugelstoß (5 kg)					Senioren M60
12,13	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
9,44	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
9,20	Brusius, Uwe	1963	SV Götschried	06.04.2024	Idar-Oberstein

Diskuswurf (1 kg)					Senioren M60
44,01	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	20.03.2024	Torun (POL)
26,45	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Hammerwurf (5 kg)					Senioren M60
49,82	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	20.04.2024	Bengel
44,47	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Baunatal

Speerwurf (600 g)					Senioren M60
31,72	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Gewichtwurf (9,08 kg) Senioren M60

17,07	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
16,29	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier

Senioren M65

100m Senioren M65

14,46 (+0,4)	Knieper, Hans-Peter	1958	LG Laacher See	19.04.2024	Mayen
15,91 (+0,9)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	19.04.2024	Mayen

200m Senioren M65

34,82 (+1,7)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	19.04.2024	Mayen
--------------	----------------	------	--------------	------------	-------

5000m Senioren M65

22:21,18	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen
----------	---------------	------	-----------------	------------	-------

10000m Senioren M65

44:50,87	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
----------	-------------	------	------------------------	------------	------

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

Kugelstoß (5 kg) Senioren M65

12,54	Werking, Rainer	1959	VfB Polch	20.04.2024	Dörpen
10,75	Steinbach, Martin P.	1957	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
10,43	Knieper, Hans-Peter	1958	LG Laacher See	06.04.2024	Sinzig
8,32	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,11	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier

Diskuswurf (1 kg) Senioren M65

33,35	Werking, Rainer	1959	VfB Polch	20.04.2024	Dörpen
30,39	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel
26,50	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	06.04.2024	Idar-Oberstein
26,10	Henn, Nikolaus	1956	TuS Rot-Weiss Koblenz	06.04.2024	Sinzig

Hammerwurf (5 kg) Senioren M65

36,42	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
29,35	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel
18,09	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (600 g) Senioren M65

22,71	Werking, Rainer	1959 VfB Polch	14.04.2024	Koblenz
-------	-----------------	----------------	------------	---------

Gewichtwurf (9,08 kg) Senioren M65

13,44	Rose, Udo	1959 TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
8,31	Weber, Heinz	1956 TuS Roland Brey	01.04.2024	Trier

Seniorinnen W60

5000m Seniorinnen W60

22:22,07	von Klitzing, Margit	1963 DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
----------	----------------------	---------------------	------------	-------

5km Straßenlauf Seniorinnen W60

28:09	Allmacher, Birgit	1963 LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Mülheim/Mosel
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 Meulendorf Föhren	09.03.2024	Schweich
1:19:33	Reiländer, Gaby	1964 Meddy's LWT Koblenz	09.03.2024	Urmitz

Halbmarathon Seniorinnen W60

1:54:58	Kaiser, Elisabeth	1963 LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
2:09:06	Heinz, Martina	1960 RT Bad Ems	10.03.2024	Kandel

Kugelstoß (3 kg) Seniorinnen W60

8,60	Harings, Agnes	1960 LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier
------	----------------	----------------------	------------	-------

Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W60

23,78	Johannes, Maria	1962 LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Torun (POL)
22,00	Harings, Agnes	1960 LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel

Hammerwurf (3 kg) Seniorinnen W60

31,53	Johannes, Maria	1962 LG Bernkastel/Wittlich	24.02.2024	Baunatal
23,37	Harings, Agnes	1960 LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier

Speerwurf (500 g) Seniorinnen W60

20,78	Johannes, Maria	1962 LG Bernkastel/Wittlich	18.03.2024	Torun (POL)
12,85	Harings, Agnes	1960 LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig

Gewichtwurf (5,45 kg)					Seniorinnen W60
12,55	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	20.03.2024	Torun (POL)
9,18	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier

Werferfünfkampf					Seniorinnen W60
HAM (3 kg) - KUG (3 kg) - DIS (1 kg) - SPE (500 g) - GEW (5,45 kg)					
1599	Harings, Agnes 23,13 - 8,07 - 21,58 - 12,85 - 8,23	1960	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig

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

Halbmarathon					Seniorinnen W65
2:13:50	Walkenbach, Hannelore	1958	LG Rhein-Wied	17.03.2024	Bergisch Gladbach

Hammerwurf (3 kg)					Seniorinnen W65
26,29	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	20.04.2024	Bengel

Senioren M70

400m					Senioren M70
82,82	Geisbüsch, Heinz	1950	LA TuS Mayen	20.04.2024	Konz

5km Straßenlauf					Senioren M70
22:05	Kremer, Ferdinand	1950	Laufftreff 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	Laufftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
46:28	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
50:39	Hampel, Fritz	1952	TuS Lonngig	09.03.2024	Urmitz
50:56	Becker, Gerhard	1950	Laufftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
52:07	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	17.03.2024	Bad Kreuznach

Kugelstoß (4 kg) Senioren M70

10,89	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Koblenz
10,70	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.04.2024	Idar-Oberstein
7,46	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier

Diskuswurf (1 kg) Senioren M70

34,11	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Koblenz
26,12	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.04.2024	Idar-Oberstein
21,45	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel

Hammerwurf (4 kg) Senioren M70

32,01	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	21.03.2024	Torun (POL)
27,69	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	20.04.2024	Bengel
23,00	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (500 g) Senioren M70

34,99	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Koblenz
28,68	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.04.2024	Idar-Oberstein

Gewichtwurf (7,26 kg) Senioren M70

12,04	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	01.04.2024	Trier
11,88	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier

Senioren M75

100m Senioren M75

14,98 (+1,8)	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	17.04.2024	Grefrath
--------------	------------------	------	----------------------	------------	----------

800m Senioren M75

4:25,12	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
---------	----------------	------	-----------------	------------	------

5000m Senioren M75

27:16,78	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
32:04,11	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	19.04.2024	Mayen

10000m Senioren M75

57:15,90	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	20.04.2024	Konz
----------	------------------	------	----------------------	------------	------

5km Straßenlauf Senioren M75

31:51	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich
33:21	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	06.04.2024	Mülheim/Mosel

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	Freytmuth, 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

1:50:49	Michels, Heinz	1948	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bergisch Gladbach
2:21:25	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	17.03.2024	Bad Kreuznach

Marathon Senioren M75

5:00:16	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
---------	--------------	------	----------------	------------	------

Kugelstoß (4 kg) Senioren M75

9,80	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
9,39	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,99	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	06.04.2024	Sinzig
7,14	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz

Diskuswurf (1 kg) Senioren M75

29,94	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
28,79	Leuschen, Werner	1946	Turngesell. Trier 1880	20.04.2024	Bengel
27,28	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	06.04.2024	Idar-Oberstein
22,49	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	06.04.2024	Sinzig
21,97	Wendinger, Alf	1946	LG Kreis Ahrweiler	20.04.2024	Bengel

Hammerwurf (4 kg) Senioren M75

34,45	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Bengel
31,43	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	25.02.2024	Baunatal
27,06	Hummer, Josef	1946	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
24,95	Knecht, Karl-Josef	1949	TuS Roland Brey	01.04.2024	Trier

Speerwurf (500 g) Senioren M75

24,96	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	06.04.2024	Sinzig
18,81	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz

Gewichtwurf (7,26 kg) Senioren M75

10,38	Hummer, Josef	1946	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
-------	---------------	------	-------------------	------------	-------

Seniorinnen W70

5km Straßenlauf Seniorinnen W70

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

10 km Straßenlauf

Seniorinnen W70

59:26	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Hermeskeil
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

Halbmarathon

Seniorinnen W70

2:08:48	Monschauer, Barbara	1950	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
2:14:08	Blettner, Angelika	1954	Meddy's LWT Koblenz	14.04.2024	Bonn
2:36:43	Schroth, Gudrun	1954	LG Bitburg-Prüm	17.03.2024	Bergisch Gladbach

Seniorinnen W75

5km Straßenlauf

Seniorinnen W75

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

10 km Straßenlauf

Seniorinnen W75

1:01:45	Klas-Gundel, Irene	1949	LG Meulenwald Föhren	20.04.2024	Hermeskeil
1:08:19	Springer, Elisabeth	1946	TV 1867 Bad Sobernheim	17.03.2024	Bad Kreuznach

Kugelstoß (2 kg)

Seniorinnen W75

8,36	Wendering, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
7,69	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (750 g)

Seniorinnen W75

19,92	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig
18,01	Wendering, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	20.04.2024	Bengel

Hammerwurf (2 kg)

Seniorinnen W75

25,72	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier
22,97	Wendering, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	20.04.2024	Bengel

Speerwurf (400 g)

Seniorinnen W75

14,68	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig
-------	-----------------	------	-----------------	------------	--------

Gewichtwurf (4 kg)

Seniorinnen W75

9,79	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig
9,60	Wendering, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Werferfünfkampf

HAM (2 kg) - KUG (2 kg) - DIS (750 g) - SPE (400 g) - GEW (4 kg)

Seniorinnen W75

1703	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig
------	-----------------	------	-----------------	------------	--------

24,57 - 7,69 - 19,92 - 14,68 - 9,79

Senioren M80

5km Straßenlauf Senioren M80

34:08	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	03.03.2024	Leverkusen
34:31	Schinnerer, Alfred	1939	LAZ Birkenfeld	06.04.2024	Mülheim/Mosel

10 km Straßenlauf Senioren M80

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

5km Gehen Senioren M80

41:53	Seul, Otmar	1943	LAZ Birkenfeld	22.03.2024	Torun (POL)
-------	-------------	------	----------------	------------	-------------

Kugelstoß (3 kg) Senioren M80

10,97	Blum, Gerhard	1943	DJK Mudersbach	14.04.2024	Koblenz
8,64	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
6,93	Merzhäuser, Ludwig	1940	DJK Mudersbach	06.04.2024	Sinzig

Diskuswurf (1 kg) Senioren M80

24,52	Blum, Gerhard	1943	DJK Mudersbach	14.04.2024	Koblenz
18,95	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
16,86	Merzhäuser, Ludwig	1940	DJK Mudersbach	14.04.2024	Koblenz

Hammerwurf (3 kg) Senioren M80

22,81	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
-------	-----------------	------	--------------------	------------	--------

Speerwurf (400 g) Senioren M80

24,68	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
-------	-----------------	------	--------------------	------------	--------

Gewichtwurf (5,45 kg) Senioren M80

10,56	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
-------	-----------------	------	--------------------	------------	--------

Werferfünfkampf Senioren M80

HAM (3 kg) - KUG (3 kg) - DIS (1 kg) - SPE (400 g) - GEW (5,45 kg)

1600	Geyer, Wolfgang 22,81 - 8,64 - 18,95 - 24,68 - 10,56	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
------	---	------	--------------------	------------	--------

Senioren M85

10 km Straßenlauf Senioren M85

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

Marathon					Senioren M85
5:20:30	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	17.03.2024	Bergisch Gladbach
Kugelstoß (3 kg)					Senioren M85
6,74	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
Diskuswurf (1 kg)					Senioren M85
13,92	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
Hammerwurf (3 kg)					Senioren M85
25,65	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
Speerwurf (400 g)					Senioren M85
20,03	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
Gewichtwurf (5,45 kg)					Senioren M85
10,87	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
Werferfünfkampf HAM (3 kg) - KUG (3 kg) - DIS (1 kg) - SPE (400 g) - GEW (5,45 kg)					Senioren M85
1397	Kownatka, Wolfgang 25,65 - 6,74 - 13,92 - 20,03 - 10,87	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

Seniorinnen W80

10 km Straßenlauf					Seniorinnen W80
1:19:32	Kraemer, Rosi	1944	Meddy's LWT Koblenz	09.03.2024	Urmitz