

## Männer offen

### 100m Männer offen

11,15 (-0,5)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
11,24 (-0,1)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
11,44 (-0,2)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
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
12,11 (0,0)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12,19 (-0,1)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
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
12,36 (0,0)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12,41 (-0,1)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
12,44 (0,0)	Klein, Finn	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
12,45 (+1,2)	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
12,49 (+0,2)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
12,54 (-0,4)	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung
12,54 (0,0)	Mohr, David	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

### 200m Männer offen

22,87 (-0,1)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
23,62 (-0,9)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
24,94 (-0,1)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,20 (-0,1)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,45 (+0,4)	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
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
26,60 (-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
28,50 (-0,1)	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	28.04.2024	Herdorf
34,82 (+1,7)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	19.04.2024	Mayen

### 400m Männer offen

50,99	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
51,99	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
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
2:13,44	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
2:14,00	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
2:14,34	Renk, Simon	2008	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
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

1000m				Männer offen
3:20,92	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024 Schiffingen (LUX)

1500m				Männer offen
5:04,21	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Pietermaritzburg (RSA)
7:00,55	Erbert, Michael	1958	Lauffreunde Naheland	28.04.2024 Bingen

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
10:00,58	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	28.04.2024 Bingen
10:04,93	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024 Wittlich
10:15,01	Simon, Matthias	2003	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
10:37,55	Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
11:01,68	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
11:31,74	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	27.04.2024 Wittlich
11:32,76	Manhart, Hagen Nicolas	2004	TG Konz	20.04.2024 Konz
11:52,52	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
12:02,89	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	16.04.2024 Hilden
12:05,14	Löhfelm, Moritz	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
12:48,26	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf

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
19:06,14	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	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 Meulenwald 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 Meulenwald 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
16:00	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	18.02.2024	Köln
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
16:27	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 Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bad Kreuznach
33:27	Jeandrée, 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
1:22:22	Cullmann, Christian	1986	VfL Algenrodt	07.04.2024	Berlin
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

## Marathon

Männer offen

2:06:27	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.01.2024	Dubai (UAE)
2:21:48	Meyrer, Devin	1997	LG Kreis Ahrweiler	18.02.2024	Austin, TX (USA)
2:23:46	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	21.04.2024	Wien (AUT)
2:27:11	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	21.04.2024	Sinzig
2:30:16	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Hamburg
2:34:06	Jeandré, 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
3:15:03	Olk, Lars	1985	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Hannover
3:16:56	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	28.04.2024	Hamburg
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
4:11:11	Schmitt, Arthur	1972	Lauftreff Schweich	28.04.2024	Hamburg
4:20:36	Kneidl, Oliver	1973	Lauffreunde Naheland	07.04.2024	Paris (FRA)
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

## Hochsprung

Männer offen

1,95	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
1,80	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
1,72	Duda, Noah	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
1,69	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
1,61	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
1,60	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,60	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,57	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,56	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,55	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1,51	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,51	Dockter, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,50	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,45	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,44	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,40	Ludwig, Leon	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,40	Thommes, Fynn	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
1,38	Gordner, Ben	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich
1,37	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,37	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,37	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

## Stabhochsprung

Männer offen

3,80	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (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

7,05 (+0,7)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
6,80 (+0,4)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Walldorf
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
5,87 (-1,8)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,80 (-1,2)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,65 (0,0)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
5,64 (0,0)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
5,63 (-1,4)	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,60 (0,0)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
5,49 (+1,5)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
5,43 (+0,2)	Klein, Finn	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,33 (0,0)	Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,32 (+1,1)	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
5,32 (-0,5)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,22 (-1,4)	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf
5,03 (-1,6)	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,93 (0,0)	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,93 (-1,4)	Bretz, Nouel	2008	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
4,92 (-1,3)	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich

## Kugelstoß (7,26 kg)

Männer offen

17,51	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	10.03.2024	Leiria (POR)
14,39	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
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
42,89	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Walldorf
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
35,70	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf
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
36,83	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	13.04.2024	Mutterstadt
33,39	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
20,55	Wolfram, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	13.04.2024	Mutterstadt
18,26	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	13.04.2024	Mutterstadt

## Speerwurf (800 g)

Männer offen

53,23	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
51,38	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf
47,48	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	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

11,66 (+1,3)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Jacksonville, FL (USA)
12,64 (+1,5)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
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
12,91 (+1,5)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
13,02 (+1,2)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	20.04.2024	Konz
13,03 (+0,5)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	22.04.2024	Manh. Beach, CA (USA)
13,04 (+1,2)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,07 (-0,3)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
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
13,39 (+1,5)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
13,41 (-1,8)	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

200m				Frauen offen
25,74 (+1,6)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
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
26,73 (+1,6)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	22.04.2024 Manh. Beach, CA (USA)
27,49 (0,0)	Menk, Sarah	1991	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
27,50 (+1,6)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen
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
27,81 (-2,1)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Aachen
27,86 (+1,7)	Kramer, Rebekka	1987	DJK Ochtendung	19.04.2024 Mayen
28,08 (-1,8)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Aachen
28,29 (+1,0)	Jansen, Nora	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen
28,30 (0,0)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024 Herdorf
28,33 (+0,7)	Klose, Gianna	2007	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024 Konz
28,46 (0,0)	Adam, Marie	2007	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
28,75 (-2,5)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	20.04.2024 Dierdorf
28,84 (-0,1)	Lück, Hannah	2008	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
29,05 (0,0)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
29,08 (+0,8)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024 Mayen

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
2:29,45	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
2:30,19	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen
2:30,52	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
2:32,10	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
2:32,48	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	20.04.2024 Konz
2:33,64	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Herdorf
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
2:35,93	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
2:36,10	Renk, Emily	2004	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
2:36,33	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	28.04.2024 Bingen
2:37,86	Krahn, Lia	2013	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
2:38,66	Münch, Mia	2009	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
2:39,36	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
2:39,47	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	27.04.2024 Wittlich
2:39,56	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich

1000m				Frauen offen
2:44,67	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	27.04.2024 Dortmund



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
10:49,33	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	28.04.2024	Herdorf
11:16,08	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
11:17,59	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
11:58,08	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12:52,04	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
13:49,64	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
14:20,91	Engel, Eva	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

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
19:57	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	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

## 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
40:39	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	03.03.2024	Leverkusen
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	Repplinger, 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

## 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
1:46:37	Grün, Sandra	1970	BSG Sparkasse Koblenz	14.04.2024	Hannover
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

## 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
4:06:43	Lenz, Beata	1977	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Hamburg
4:14:38	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	07.04.2024	Paris (FRA)
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)
-------	--------------	------	---------------	------------	------------------

## 3000m Hindernis (762 mm)

Frauen offen

9:16,24	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	27.04.2024	Suzhou (CHN)
9:29,78	Gürth, Olivia	2002	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Xiamen (CHN)

## Hochsprung

Frauen offen

1,68	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
1,60	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,57	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,56	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Walldorf
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)
1,49	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,48	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1,46	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,41	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,41	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	28.04.2024	Diez
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
1,40	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,40	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,37	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
1,36	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,36	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,35	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,35	Brüning, Sophia	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

## Stabhochsprung

Frauen offen

2,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
2,32	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	23.04.2024	Darmstadt

## Weitsprung

Frauen offen

5,64 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)
5,43 (-2,3)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
5,22 (+1,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
5,15 (+0,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
5,11 (-1,4)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,10 (+0,5)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Bingen
5,09 (-0,5)	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,03 (-2,1)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,03 (0,0)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
4,97 (-0,8)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
4,97 (-0,6)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
4,97 (-1,1)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
4,94 (-0,4)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
4,92 (+1,2)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
4,91 (+1,8)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,81 (+1,9)	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
4,79 (-1,0)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
4,76 (+1,3)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	20.04.2024	Konz
4,74 (-1,6)	Munzel, Victoria	2008	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
4,74 (-2,2)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich

## 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
10,81	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Walldorf
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
9,49	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
9,16	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	28.04.2024	Diez
9,03	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Hohenstein
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

## 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.
31,57	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
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
25,73	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Hohenstein
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

11,24 (-0,1)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
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

22,87 (-0,1)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
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
19:06,14	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	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

## 10 km Mannschaft

Männer

1:55:04	<b>LG Kreis Ahrweiler</b> Brang, Luca (2002) - 34:47; Jüris, Kilian (2007) - 38:24; Heuser, Arne (1966) - 41:53	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:09:23	<b>LG Meulendorf Föhren</b> Nolles, Alwin (1963) - 39:00; Schiltz, Gilbert (1958) - 43:19; Braun, Wolfram (1965) - 47:04	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:18:44	<b>VfL Algenrodt</b> Fritsch, Jörg (1968) - 39:20; Kube, Frank (1963) - 49:02; Iseke, Jürgen (1964) - 50:22	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:25:49	<b>Radsportverein Daadetal</b> Brenner, Bernd (1957) - 47:44; Korth, Matthias (1964) - 47:48; Ermert, Jochen (1972) - 50:17	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:31:08	<b>TuS Katzenelnb.-Klingelb.</b> Burgard, Thomas (1965) - 41:07; Ringelstein, Marc (1970) - 51:39; Nau, Manfred (1962) - 58:22	07.04.2024	Seligenstadt
2:45:45	<b>LG Vulkaneifel</b> Witzel, Wolfgang (1953) - 52:07; Lorenz, Alfred (1953) - 55:40; Kaiser, Hans (1951) - 57:58	17.03.2024	Bad Kreuznach
3:17:04	<b>LG Bitburg-Prüm</b> Dahm, Peter (1952) - 56:43; Berger, Gunter (1941) - 1:07:00; Thiex, Albert (1949) - 1:13:21	17.03.2024	Bad Kreuznach

<b>10 km Mannschaft</b>					<b>Männer</b>
<b>Halbmarathon</b>					<b>Männer</b>
1:01:33	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.04.2024	Berlin
1:08:50	Spiestersbach, 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
1:37:30	Clemens, Nils	2004	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Hannover
<b>Halbmarathon-Mannschaft</b>					<b>Männer</b>
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
<b>Marathon</b>					<b>Männer</b>
2:06:27	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	07.01.2024	Dubai (UAE)
2:21:48	Meyrer, Devin	1997	LG Kreis Ahrweiler	18.02.2024	Austin, TX (USA)
2:23:46	Anthony, Sebastian	1997	Silvesterlauf Trier	21.04.2024	Wien (AUT)
<b>4x400m</b>					<b>Männer</b>
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
<b>3x1000m</b>					<b>Männer</b>
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
<b>Weitsprung</b>					<b>Männer</b>
5,22 (-1,4)	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf
<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>					<b>Männer</b>
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



<b>Diskuswurf (2 kg)</b>					<b>Männer</b>
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
35,70	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf
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

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

<b>Speerwurf (800 g)</b>					<b>Männer</b>
51,38	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf
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

<b>100m</b>					<b>Frauen</b>
11,66 (+1,3)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Jacksonville, FL (USA)
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
13,50 (-1,8)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
13,56 (+0,4)	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
13,68 (-1,6)	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
13,82 (-1,8)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
14,12 (-1,8)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
14,19 (+1,8)	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz

<b>200m</b>					<b>Frauen</b>
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
29,05 (0,0)	Heinemann, Lara	2004	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
29,82 (-2,5)	Renk, Emily	2004	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf

<b>400m</b>					<b>Frauen</b>
59,13	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

<b>800m</b>					<b>Frauen</b>
2:20,00	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen
2:30,19	Schöpfer, Karoline	2002	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
2:35,11	Schmitt, Marie	2002	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
2:36,10	Renk, Emily	2004	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
2:47,66	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)

<b>1000m</b>					<b>Frauen</b>
2:44,67	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	27.04.2024	Dortmund
<b>1500m</b>					<b>Frauen</b>
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
<b>5000m</b>					<b>Frauen</b>
22:43,48	Balles, Josi	2004	TV Eintracht Cochem	19.04.2024	Mayen
<b>10000m</b>					<b>Frauen</b>
38:56,08	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Frauen</b>
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
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Frauen</b>
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
<b>10 km Mannschaft</b>					<b>Frauen</b>
1:57:16	Lauftreff Schweich Bauer, Michelle (1989) - 37:52; Engel, Yvonne (1977) - 39:30; Hausmann, Tine (1982) - 39:54			03.03.2024	Leverkusen
2:07:44	LLG Hunsrück Müller, Lena (2001) - 39:31; May, Emma (2006) - 41:12; Petry, Alice (1982) - 47:01			17.03.2024	Bad Kreuznach
2:19:00	LG Bernkastel/Wittlich Teusch, Dorothee (1979) - 41:00; Pfeiffer, Annika (1982) - 46:18; Brösch, Marie (2005) - 51:42			17.03.2024	Bad Kreuznach
2:34:41	LG Kreis Ahrweiler Jüris, Michaela (1973) - 46:44; Schenke, Sabine (1968) - 50:45; Kolberg, Swantje (1959) - 57:12			17.03.2024	Bad Kreuznach
2:53:19	LG Meulendorf Föhren Hübner, Monika (1965) - 52:38; Haas, Marion (1963) - 58:01; Klas-Gundel, Irene (1949) - 1:02:40			17.03.2024	Bad Kreuznach
<b>Halbmarathon</b>					<b>Frauen</b>
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
<b>Halbmarathon-Mannschaft</b>					<b>Frauen</b>

**Halbmarathon-Mannschaft**

**Frauen**

4:28:13

Lauftreff Schweich

07.04.2024 Berlin

Bauer, Michelle (1989) - 1:24:12; Hausmann, Tine (1982) - 1:26:15; Engel, Yvonne (1977) - 1:37:46

<b>Halbmarathon-Mannschaft</b>					<b>Frauen</b>
<b>100m Hürden (838 mm)</b>					<b>Frauen</b>
15,62 (-0,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
<b>400m Hürden (762 mm)</b>					<b>Frauen</b>
64,56	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	27.03.2024	Austin, TX (USA)
<b>3000m Hindernis (762 mm)</b>					<b>Frauen</b>
9:29,78	Gürth, Olivia	2002	Silvesterlauf Trier	20.04.2024	Xiamen (CHN)
<b>4x100m</b>					<b>Frauen</b>
53,72	LG Sieg Jung, Lea (2004); Schwan, Luzia (2008); Heinemann, Lara (2004); Renk, Emily (2004);			28.04.2024	Herdorf
56,05	LG Sieg Otterbach, Sophie (2005); Kammerl, Lara (2006); Stinner, Julia (2003); van der Zwaag, Jule (2007);			28.04.2024	Herdorf
<b>4x400m</b>					<b>Frauen</b>
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
<b>3x800m</b>					<b>Frauen</b>
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
<b>Hochsprung</b>					<b>Frauen</b>
1,50	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
<b>Weitsprung</b>					<b>Frauen</b>
5,64 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024	San Diego, CA (USA)
4,91 (+1,8)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,56 (+0,2)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,54 (+1,2)	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Frauen</b>
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
9,03	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Hohenstein
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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>						<b>Frauen</b>
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	

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

<b>Speerwurf (600 g)</b>						<b>Frauen</b>
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	
25,73	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Hohenstein	
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	

<b>Siebenkampf</b>						<b>Frauen</b>
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

<b>4x400m</b>						<b>Männer &amp; Frauen</b>
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

<b>100m</b>						<b>Männliche Jugend U20</b>
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	
12,41 (-0,1)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf	
12,44 (0,0)	Klein, Finn	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf	
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	

<b>200m</b>						<b>Männliche Jugend U20</b>
23,62 (-0,9)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen	
24,94 (-0,1)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf	

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

<b>800m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
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
<b>3000m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
10:00,58	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	28.04.2024 Bingen
<b>5000m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
17:46,94	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	19.04.2024 Mayen
<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
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
<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
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
<b>10 km Mannschaft</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
1:42:03	Post-Sportverein Trier		Decker, Louis (2006) - 32:34; Knopp, Theo (2008) - 34:35; Adam, Philipp (2005) - 34:54	03.03.2024 Leverkusen
<b>110m Hürden (991 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
15,63 (+1,1)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
<b>4x400m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
3:36,75	LG Rhein-Wied		Franz, Robin (2006); Ott, Robin (2007); Überhofen, Maximilian (2008); Lehnart, Samuel (2008);	13.04.2024 Ochtendung
<b>3x1000m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>
8:22,19	Post-Sportverein Trier		Decker, Louis (2006); Knopp, Theo (2008); Hoppe, Maximilian (2008);	13.04.2024 Ochtendung
8:56,15	LG Rhein-Wied		Neumann, Denni (2005); Bibow, Hendrik (2008); Henne, Florian (2006);	13.04.2024 Ochtendung

## Hochsprung Männliche Jugend U20

1,95	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
------	--------------------	------	------------------------	------------	--------

## Weitsprung Männliche Jugend U20

6,23 (0,0)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
5,87 (-1,8)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,43 (+0,2)	Klein, Finn	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
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
13,67 (+0,4)	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	28.04.2024	Diez
13,78 (+0,4)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
14,11 (-1,8)	Kammerl, Lara	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
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
14,53 (-2,3)	Otterbach, Sophie	2005	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
14,60 (+1,6)	Albert, Isabel	2006	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
15,22 (+1,6)	May, Hanna	2006	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen

### 200m Weibliche Jugend U20

29,08 (+0,8)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	19.04.2024	Mayen
31,05 (-0,1)	Klöckner, Lilly	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

### 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
---------	-----------	------	--------------	------------	-------

<b>1500m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
5:06,63	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	20.04.2024	Konz
<b>3000m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
10:49,33	Weberskirch, Lisa	2006	TuS Kaisersesch	28.04.2024	Herdorf
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
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
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
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
<b>Halbmarathon</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
1:38:11	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	14.04.2024	Bonn
<b>100m Hürden (838 mm)</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
20,14 (-0,3)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
<b>Hochsprung</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
1,40	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
<b>Weitsprung</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
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
4,60 (0,0)	Kammerl, Lara	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,51 (+0,1)	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	28.04.2024	Diez
4,24 (+0,3)	Albert, Isabel	2006	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
3,95 (+1,3)	May, Hanna	2006	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
11,21	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
10,81	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Walldorf
9,16	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	28.04.2024	Diez
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



<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
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

<b>Hammerwurf (4 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
18,30	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

<b>Speerwurf (600 g)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
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

<b>100m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>		
11,15	(-0,5)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
11,44	(-0,2)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
11,94	(-0,4)	Ott, Robin	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf
12,11	(0,0)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12,19	(-0,1)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
12,34	(+1,6)	Marquardt, Valentin	2007	LLG Hunsrück	16.03.2024	Meckenheim
12,36	(0,0)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12,45	(+1,2)	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
12,59	(-0,8)	Huwer, Ritchie	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
12,71	(0,0)	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich

<b>200m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>		
25,20	(-0,1)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,45	(+0,4)	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
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
26,60	(-0,4)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
26,91	(-2,4)	Renk, Simon	2008	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf

<b>400m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>		
50,99		von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)

<b>800m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>		
2:13,44		Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
2:14,00		Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:14,34		Renk, Simon	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
2:17,94		Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen

<b>1500m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
5:04,21	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
<b>3000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
9:26,22	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
10:04,93	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
<b>5000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
18:03,67	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
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
<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
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
<b>110m Hürden (914 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
14,93 (+1,1)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Konz
14,97 (-1,0)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
15,07 (+1,1)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
16,00 (+0,4)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
16,29 (+1,3)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
<b>2000m Hindernis (838 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
6:55,93	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	20.04.2024	Neuss
<b>4x100m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
45,80	LG Rhein-Wied Plenert Fabing, Samuel (2009); Überhofen, Maximilian (2008); Lehnart, Samuel (2008); Seibel, Noah (2009);			27.04.2024	Wittlich
<b>3x1000m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
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
<b>Hochsprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
1,80	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	23.02.2024	Kapstadt (RSA)
1,61	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen

<b>Stabhochsprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
3,80	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
3,20	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

  

<b>Weitsprung</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
7,05 (+0,7)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
6,69 (0,0)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Konz
5,80 (-1,2)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,63 (-1,4)	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,60 (0,0)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Konz
5,32 (-0,5)	Überhofen, Maximilian	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
4,93 (0,0)	Pauly, Nicolas	2008	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,93 (-1,4)	Bretz, Nouel	2008	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
4,89 (+0,6)	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen

  

<b>Kugelstoß (5 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
15,47	von der Heyden, Daniel J.	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
11,10	Schollmeyer, Samuel	2007	LG Westerwald	28.04.2024	Hohenstein
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
8,88	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen

  

<b>Diskuswurf (1,5 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
43,03	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
39,69	Schollmeyer, Samuel	2007	LG Westerwald	28.04.2024	Hohenstein
37,54	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (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

  

<b>Hammerwurf (5 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
33,51	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel

  

<b>Speerwurf (700 g)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
48,72	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
42,53	Gregor, Niklas	2008	TG Konz	14.04.2024	Koblenz
28,26	Bretz, Nouel	2008	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich

  

<b>Fünfkampf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
100 - WEI - KUG (5 kg) - HOC - 400					
3811	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
11,15 (-0,5) - 7,05 (+0,7) - 14,53 - 1,80 - 50,99					

  

<b>Zehnkampf</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
100 - WEI - KUG (5 kg) - HOC - 400    11H (914 mm) - DIS (1,5 kg) - STA - SPE (700 g) - 1K5					
6935	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20./21.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
11,15 (-0,5) - 7,05 (+0,7) - 14,53 - 1,80 - 50,99    15,07 (+1,1) - 37,54 - 3,80 - 48,72 - 5:04,21					

## Weibliche Jugend U18

				Weibliche Jugend U18
12,64 (+1,5)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
12,81 (+0,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Neuss
12,91 (+1,5)	Schmidt, Lene	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen
13,03 (+0,5)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	22.04.2024 Manh. Beach, CA (USA)
13,04 (+1,2)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
13,07 (-0,3)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
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
13,39 (+1,5)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen

				Weibliche Jugend U18
25,74 (+1,6)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
26,73 (+1,6)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	22.04.2024 Manh. Beach, CA (USA)
27,50 (+1,6)	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen
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
27,81 (-2,1)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Aachen
28,08 (-1,8)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Aachen
28,29 (+1,0)	Jansen, Nora	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024 Bingen
28,33 (+0,7)	Klose, Gianna	2007	TuS Fortuna 1884 Saarburg	20.04.2024 Konz
28,46 (0,0)	Adam, Marie	2007	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf

				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

				Weibliche Jugend U18
2:22,51	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024 Mayen
2:29,45	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
2:30,52	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
2:39,36	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
2:44,51	Seifert, Vivien	2008	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
2:48,28	Dittmar, Charlotte	2008	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
2:55,17	Schilk, Julia	2008	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
2:56,10	Weinitschke, Lina	2008	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024 Mayen
2:56,68	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024 Diez
2:58,11	Pervetica, Emma Matilda	2008	DJK Ochtendung	19.04.2024 Mayen

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

				Weibliche Jugend U18
11:17,59	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Neuss
11:58,08	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich

## 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 Vieh, Victoria (2008) - 43:20; Replinger, Ella (2008) - 43:35; Raßkopf, Johanna (2008) - 45:14	03.03.2024	Leverkusen
---------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------	------------

## 100m Hürden (762 mm)

### Weibliche Jugend U18

14,10 (-1,5)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
14,27 (+0,3)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
14,41 (-1,4)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
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
15,89 (-1,5)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
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
17,24 (-3,7)	Köning, Lisa	2008	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
17,58 (-3,7)	Grundhöfer, Sophie	2008	TG Konz	27.04.2024	Wittlich

## 4x100m

### Weibliche Jugend U18

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

## 4x400m

### Weibliche Jugend U18

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

<b>3x800m</b>		<b>Weibliche Jugend U18</b>	
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

<b>Hochsprung</b>		<b>Weibliche Jugend U18</b>			
1,68	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
1,60	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,56	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Walldorf
1,52	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,46	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,36	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,25	Wagner, Lucia	2008	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	28.04.2024	Diez
1,21	Mertens, Leonie	2008	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen

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

<b>Weitsprung</b>		<b>Weibliche Jugend U18</b>			
5,43 (-2,3)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
5,22 (+1,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
5,15 (+0,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
5,11 (-1,4)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,10 (+0,5)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Bingen
5,09 (-0,5)	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,03 (-2,1)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,03 (0,0)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
4,97 (-0,8)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
4,97 (-0,6)	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen

<b>Dreisprung</b>		<b>Weibliche Jugend U18</b>			
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

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>		<b>Weibliche Jugend U18</b>			
12,34	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,78	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
11,62	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
11,36	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	28.04.2024	Hohenstein
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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
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.
31,57	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
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

<b>Hammerwurf (3 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
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

<b>Speerwurf (500 g)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
38,19	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
37,86	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
33,81	Vollmer, Mona	2008	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
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
30,06	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
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

## Männliche Jugend U16

<b>5km-Mannschaft</b>				<b>Männliche Jugend U16</b>	
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
1:14:53	TuS Jahn Argenthal	Hering, Andrik (2009) - 23:23; Mönch, Benjamin (2011) - 24:15; Sinß, Rafael (2010) - 27:15		17.03.2024	Bad Kreuznach

<b>4x100m</b>				<b>Männliche Jugend U16</b>	
50,26	TG Konz	Hartmann, Vincent (2009); Jankowski, Tomasz (2010); Bach, Leonard (2009); Duda, Noah (2009);		27.04.2024	Wittlich
50,64	Post-Sportverein Trier	Kaufmann, Manuel (2009); Knob, Johan (2009); Metz, Benedikt (2010); Wichowanez, Dennis (2009);		27.04.2024	Wittlich
52,63	LG Rhein-Wied	Bartman, Ben (2010); Carstens, Jona (2009); Stiehler, Len Emilian (2009); Theisen, Tim (2009);		27.04.2024	Wittlich
53,71	LG Bernkastel/Wittlich	Zahu, Vlad (2010); Griebeler, Oskar (2010); Van der Eerden, Noel (2009); Dockter, Rouven (2009);		27.04.2024	Wittlich

<b>3x1000m</b>				<b>Männliche Jugend U16</b>	
----------------	--	--	--	-----------------------------	--

3x1000m			Männliche Jugend U16	
8:53,73	LG Rhein-Wied Tamke, Maro (2009); Henne, Sebastian (2009); Veit, Philipp (2009);		13.04.2024	Ochtendung
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	
12,62	(-0,1) Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf	
12,98	(-2,2) Tamke, Maro	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Dierdorf	
13,00	(+1,3) Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen	
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	

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	
39,87	Tamke, Maro	2009	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Herdorf	
40,72	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich	
43,63	Theisen, Tim	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich	
44,18	Bach, Leonard	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz	
44,63	Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich	

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	
2:29,56	Docker, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich	

2000m					Jugend M15	
6:37,43	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt	

3000m					Jugend M15	
9:50,04	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss	
10:37,55	Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich	
12:05,14	Löhfelm, Moritz	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich	



## 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
12,09 (-2,0)	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
12,27 (+0,3)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
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
14,11 (-1,5)	Theisen, Tim	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
14,86 (-0,4)	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
16,72	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt

## Hochsprung

Jugend M15

1,72	Duda, Noah	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
1,69	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
1,60	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,60	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,56	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,51	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,51	Dockter, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,37	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,37	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
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
5,33 (0,0)	Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
5,32 (+1,1)	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
5,03 (-1,6)	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,82 (-2,6)	Van der Eerden, Noel	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
4,56 (+1,1)	Nikolay, Lino	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,53 (0,0)	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
4,01 (+0,7)	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
3,97 (0,0)	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
3,69 (0,0)	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Jugend M15</b>
13,74	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
11,51	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
11,39	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
10,78	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
10,74	Van der Eerden, Noel	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
10,46	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
9,76	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
8,97	Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
8,71	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
8,41	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Jugend M15</b>
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

<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Jugend M15</b>
39,52	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
37,85	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
35,35	Pohl, Eric	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
25,96	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
22,93	Duda, Noah	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
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

<b>Ballwurf (200 g)</b>					<b>Jugend M15</b>
64,00	Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
42,00	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
41,00	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
40,00	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

<b>Vierkampf</b> 100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC					<b>Jugend M15</b>
1800	Hering, Andrik 13,00 (+1,3) - 4,73 (+2,2) - 9,76 - 1,31	2009	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen

<b>Blockwettkampf Lauf</b> 100 - 80H (838 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0					<b>Jugend M15</b>
2029	Löcher, Jonas 14,46 (+0,2) - 16,72 - 3,97 (0,0) - 42,00 - 6:37,43	2009	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt

## Jugend M14

<b>100m</b>				<b>Jugend M14</b>
12,06 (+1,3)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	13.04.2024 Ochtendung
12,49 (+0,2)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024 Frankfurt
12,54 (0,0)	Mohr, David	2010	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
12,75 (-2,2)	Stricker, Finley	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Dierdorf
12,81 (+1,7)	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
13,62 (-0,1)	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
13,67 (+0,2)	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024 Diez
13,74 (+0,2)	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024 Diez
13,76 (-0,2)	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
13,87 (+1,3)	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
<b>300m</b>				<b>Jugend M14</b>
39,55	Stricker, Finley	2010	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Herdorf
47,62	Stock, Lennart	2010	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
48,00	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
<b>800m</b>				<b>Jugend M14</b>
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
2:54,14	Schmich, Anton	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
2:55,09	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024 Diez
2:55,89	Wagener, Joschua	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
3:17,38	Bauerfeind, Birk	2010	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024 Mayen
<b>1000m</b>				<b>Jugend M14</b>
3:20,92	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024 Schifflingen (LUX)
<b>2000m</b>				<b>Jugend M14</b>
6:57,96	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024 Frankfurt
7:20,69	Stock, Lennart	2010	LG Sieg	20.04.2024 Siegburg
<b>3000m</b>				<b>Jugend M14</b>
11:01,68	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
11:31,74	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	27.04.2024 Wittlich
11:52,52	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
13:13,74	Hahn, Lukas	2010	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Jugend M14</b>
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
<b>80m Hürden (838 mm)</b>				<b>Jugend M14</b>
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
13,64	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024 Frankfurt
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

## Hochsprung

Jugend M14

1,57	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,55	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1,45	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,40	Ludwig, Leon	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,40	Thommes, Fynn	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
1,37	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,33	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,25	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,19	Kunz, Robin	2010	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen

## Weitsprung

Jugend M14

5,65 (0,0)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
5,49 (+1,5)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
4,92 (-1,3)	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,84 (-0,5)	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
4,71 (0,0)	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,69 (+1,0)	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
4,68 (-0,9)	Gemke, Oskar	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,51 (-0,8)	Zahu, Vlad	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
4,24 (-1,4)	Braun, Moritz	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,17 (-0,2)	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich

## 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
9,40	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
9,24	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
8,93	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
8,93	Demircan, Erdinc Muhammed	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
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

## 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
29,91	Zahu, Vlad	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
27,35	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
24,72	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Leichlingen
24,36	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
22,94	Ludwig, Leon	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
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
20,72	Haase, Nicolas	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

## Ballwurf (200 g)

Jugend M14

56,00	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
53,00	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
50,00	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
47,00	Mohr, David	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
42,00	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
35,00	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
33,00	Wagener, Joschua	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
33,00	Schmich, Anton	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
29,00	Geschwind, Rafael	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

## Vierkampf

100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC

Jugend M14

1938	Arnoldussen, Aidan 12,81 (+1,7) - 4,84 (-0,5) - 9,40 - 1,55	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1230	Kunz, Robin 15,36 (+0,7) - 4,05 (+1,3) - 4,77 - 1,19	2010	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen

## Blockwettkampf Lauf

100 - 80H (838 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0

Jugend M14

2472	Jüris, Lorenz 12,49 (+0,2) - 13,64 - 5,49 (+1,5) - 50,00 - 6:57,96	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
------	-----------------------------------------------------------------------	------	--------------------	------------	-----------

## 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

4x100m			Weibliche Jugend U16	
52,06	LG Rhein-Wied Meuter, Lotta (2009); Weber, Svea (2010); Schmidt, Lina (2009); Dott, Mia (2010);	27.04.2024	Wittlich	
52,63	Post-Sportverein Trier Blasius, Hannah (2009); Schwind, Elisabeth (2010); Schmitt, Lotte (2009); Guthörl, Sofia (2009);	27.04.2024	Wittlich	
56,21	LG Bitburg-Prüm Ostermann, Antonia (2009); Kling, Louisa (2009); Gompelmann-Bretz, Mia (2009); Ostermann, Franziska (2009);	27.04.2024	Wittlich	
56,29	LG Bernkastel/Wittlich Franzen, Stella (2010); Studert, Pauline (2010); Götz, Katharina (2009); Haubs, Linnea (2010);	27.04.2024	Wittlich	
56,68	TG Konz Wagner, Nele (2010); Forket Dauffy, Sarah (2010); Michels, Alena (2010); Karges, Anna (2009);	27.04.2024	Wittlich	
58,78	LG Sieg Lamowski, Marie Emilia (2010); Reifenrath, Dana Marie (2011); Stendenbach, Matilda (2011); Kühn, Lena (2010);	28.04.2024	Herdorf	
59,55	LG Sieg Meißner, Emma (2011); Hüsch, Frida (2009); Mertens, Greta (2009); Schneider, Carlotta (2011);	28.04.2024	Herdorf	
60,74	TG Konz Boucha, Assia (2010); Vandenbussche, Emie (2011); Stein, Amelie (2009); Nemeč, Laura (2010);	20.04.2024	Konz	

3x800m			Weibliche Jugend U16	
8:08,28	LG Kreis Ahrweiler Wilhein, Julia (2010); Reinhard, Maja (2009); Leimkühler, Helene (2009);	13.04.2024	Ochtendung	

## 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
13,93 (0,0)	Jünger, Clara	2009 LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
13,93 (+1,3)	Kessel, Anna	2009 TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez

300m			Jugend W15	
45,51	Götz, Katharina	2009 LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

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
2:38,66	Münch, Mia	2009 LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
2:42,00	Kraft, Sara	2009 LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
2:42,86	Gerritsen, Kim	2009 TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen
2:56,54	Kessel, Anna	2009 TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
3:05,32	Menz, Katharina	2009 DJK Ochtendung	19.04.2024	Mayen
3:16,70	Ehrit, Flora	2009 TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen
3:20,42	Holzhäuser, Lara	2009 Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez

3000m			Jugend W15	
11:16,08	Gouverneur, Helena	2009 LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
14:20,91	Engel, Eva	2009 LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

## 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
25:59	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
13,01 (-0,9)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
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
15,61 (-0,9)	Kling, Louisa	2009	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
16,01 (+0,7)	Hennemann, Victoria	2009	TG Konz	20.04.2024	Konz
17,35 (+0,5)	Deurer, Johanna	2009	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung

## Hochsprung

Jugend W15

1,49	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,48	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1,41	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	28.04.2024	Diez
1,40	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,40	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,37	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
1,35	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,29	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,25	Blasius, Hannah	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,24	Ehrit, Flora	2009	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen

## Weitsprung

Jugend W15

4,97 (-1,1)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
4,94 (-0,4)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
4,79 (-1,0)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
4,71 (+0,5)	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	28.04.2024	Diez
4,70 (0,0)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
4,66 (0,0)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
4,54 (-0,8)	Guthörl, Sofia	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,54 (-1,8)	Blasius, Hannah	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,49 (+2,0)	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,44 (-0,8)	Leimkühler, Elise	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich

## 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
9,25	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
9,16	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier
8,81	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
8,50	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Jugend W15</b>
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

<b>Speerwurf (500 g)</b>					<b>Jugend W15</b>
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
29,11	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
28,20	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
26,82	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
23,76	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	14.04.2024	Koblenz
22,69	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
22,00	Adam, Catherine	2009	SV Fortuna Ulmen	28.04.2024	Völklingen
21,44	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
21,14	Gompelmann-Bretz, Mia	2009	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich

<b>Ballwurf (200 g)</b>					<b>Jugend W15</b>
24,00	Hüsch, Frida	2009	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
24,00	Holzhäuser, Lara	2009	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
22,00	Ehrit, Flora	2009	TuS Roland Brey	10.04.2024	Brey
20,00	Adamy, Bella	2009	TuS Roland Brey	10.04.2024	Brey

<b>Vierkampf</b> <span style="float: right;">100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC</span>					<b>Jugend W15</b>
1975	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
	13,03 (+1,6) - 4,66 (0,0) - 8,50 - 1,48				
1372	Ehrit, Flora	2009	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen
	14,67 (+2,3) - 3,07 (-0,1) - 5,85 - 1,24				
1122	Adamy, Bella	2009	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen
	15,35 (+1,6) - 3,70 (+0,3) - 6,96 - ogV.				

## Jugend W14

<b>100m</b>					<b>Jugend W14</b>
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
13,99 (+1,6)	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
14,03 (-1,6)	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
14,29 (+1,4)	Michels, Alena	2010	TG Konz	20.04.2024	Konz
14,36 (+1,6)	Wiesmann, Pia	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
14,46 (-0,7)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
14,51 (+1,6)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	28.04.2024	Diez



<b>300m</b>					<b>Jugend W14</b>
47,85	Michels, Alena	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
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
<b>800m</b>					<b>Jugend W14</b>
2:35,93	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
2:45,92	Steeb, Annick	2010	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
2:48,60	Wagner, Nele	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
2:50,59	Bartlett, Avelina	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
2:51,96	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen
3:00,94	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
3:06,11	Boucha, Assia	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
<b>3000m</b>					<b>Jugend W14</b>
12:52,04	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend W14</b>
22:31	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
23:00	Herrig, Anne	2010	Silvesterlauf Trier	09.03.2024	Schweich
<b>80m Hürden (762 mm)</b>					<b>Jugend W14</b>
12,90 (-0,7)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
13,43 (+0,7)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
15,10 (-0,7)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
15,41 (+0,5)	Omarova, Nicole	2010	LA TuS Mayen	13.04.2024	Ochtendung
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
17,34 (-0,7)	Laux, Frida	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend W14</b>
1,57	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,36	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,35	Brüning, Sophia	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1,30	Swenne, Cleo	2010	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
1,29	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
1,27	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
1,27	Wiesmann, Pia	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
1,24	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,24	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
1,18	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen
<b>Weitsprung</b>					<b>Jugend W14</b>
4,68 (-0,8)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,51 (+0,4)	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
4,49 (+2,0)	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
4,42 (-1,0)	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
4,31 (+1,9)	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
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
4,18 (-0,8)	Franzen, Stella	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
4,15 (-1,1)	Forket Dauffy, Sarah	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
4,14 (-0,7)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss

## 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
8,39	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
8,18	Haubs, Linnea	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
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
7,15	Swenne, Cleo	2010	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
7,12	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	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

28,37	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
25,81	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
24,86	Müller, Annabell	2010	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
21,81	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
19,58	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
19,29	Bretz, Louana	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
17,61	Seiberts, Lisa	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
17,14	Keßler, Mira	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
16,40	Michels, Alena	2010	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
15,44	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein

## Ballwurf (200 g)

Jugend W14

37,00	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
33,50	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
29,00	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
27,50	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	10.04.2024	Brey
26,00	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	28.04.2024	Diez

## Vierkampf

100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC

Jugend W14

1677	Herborg, Marleen 13,99 (+1,6) - 4,05 (+0,2) - 8,17 - 1,27	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
1629	Swenne, Cleo 13,69 (+2,6) - 3,68 (+0,2) - 7,15 - 1,30	2010	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
1608	Wiesmann, Pia 14,36 (+1,6) - 4,11 (+0,8) - 7,11 - 1,27	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
1532	Herborg, Nele 14,03 (-1,6) - 4,01 (-0,7) - 5,70 - 1,24	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen

<b>Vierkampf</b>		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC	<b>Jugend W14</b>	
1489	Rüdel, Karlotta 15,09 (+1,6) - 3,87 (+0,5) - 7,53 - 1,18	2010 TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen

## Männliche Jugend U14

<b>4x75m</b>		<b>Männliche Jugend U14</b>		
41,42	LG Bernkastel/Wittlich Doghudje, Mason (2013); Lehnertz, Maximilian (2011); Konen, Maximilian (2013); Hajek, David (2011);		27.04.2024	Wittlich

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

<b>Dreikampf-Mannschaft</b>		<b>Männliche Jugend U14</b>		
3125	LG Sieg van der Zwaag, Mats (2011) - 1138; Reuber, Jari (2011) - 1016; Stücher, Mathes (2012) - 971		28.04.2024	Herdorf
2614	LG Sieg Hüsch, Emil (2012) - 942; Selbach, Lennard (2012) - 886; Schuhen, Julius (2012) - 786		28.04.2024	Herdorf

## Jugend M13

<b>75m</b>		<b>Jugend M13</b>		
9,97	Alabdullah, Ibrahim	2011 LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
10,59	Ludwig, Jannick	2011 LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024	Schiffingen (LUX)
10,69	Zink, Niclas	2011 LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
10,96	Schiele, Noah	2011 LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
11,09	Weber, Matthias	2011 TG Konz	20.04.2024	Konz
11,13	Kneutgen, Runar	2011 TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
11,14	Dötsch, Janne	2011 LG Westerwald	13.04.2024	Ochtendung
11,25	Mönch, Benjamin	2011 TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
11,45	van der Zwaag, Mats	2011 LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
11,53	Quiring, Dominik	2011 Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez

<b>800m</b>					<b>Jugend M13</b>
2:31,21	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	19.04.2024	Mayen
2:38,26	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
2:43,98	Weber, Matthias	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:43,99	Sommer, Phillip	2011	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
2:46,03	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
2:46,87	Lutz, Philipp	2011	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
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
2:54,62	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	20.04.2024	Konz
3:42,04	Habon, Liam	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

  

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

  

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend M13</b>
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

  

<b>60m Hürden (762 mm)</b>					<b>Jugend M13</b>
10,36	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
10,82	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich
12,01	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12,22	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	13.04.2024	Ochtendung
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

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend M13</b>
1,50	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,44	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,38	Gordner, Ben	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich
1,36	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,32	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1,25	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,25	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
1,25	Quiring, Dominik	2011	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
1,17	Zink, Niclas	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
1,15	Hartmann, Samuel	2011	TG Konz	27.04.2024	Wittlich

  

<b>Weitsprung</b>					<b>Jugend M13</b>
4,59	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
4,31	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,23	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
4,22	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
4,19	Zink, Niclas	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
4,17	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
4,12	Weber, Matthias	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
3,92	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
3,80	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
3,72	Lutz, Philipp	2011	TG Konz	27.04.2024	Wittlich

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Jugend M13</b>
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
9,05	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
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
7,69	Glesius, Philipp	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
7,45	Weber, Ben	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

<b>Diskuswurf (750 g)</b>					<b>Jugend M13</b>
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

<b>Hammerwurf (3 kg)</b>					<b>Jugend M13</b>
24,66	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
19,31	Weber, Ben	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel

<b>Speerwurf (400 g)</b>					<b>Jugend M13</b>
31,02	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
29,45	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
27,49	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
27,24	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
23,95	Weber, Ben	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
23,47	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich
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	Schiffingen (LUX)
19,06	Gordner, Ben	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich

<b>Ballwurf (200 g)</b>					<b>Jugend M13</b>
39,00	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
38,00	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
36,00	Quiring, Dominik	2011	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
33,00	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
32,00	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
31,00	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
28,00	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
23,00	Zink, Niclas	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
20,00	Habon, Liam	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

<b>Dreikampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g)		<b>Jugend M13</b>	
1138	van der Zwaag, Mats 11,45 - 4,31 - 39,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1068	Mönch, Benjamin 11,25 - 4,22 - 28,00	2011	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
1016	Reuber, Jari 12,16 - 3,80 - 38,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

<b>Vierkampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g) - HOC		<b>Jugend M13</b>	
1400	Reuber, Jari 12,16 - 3,80 - 38,00 - 1,32	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

## Jugend M12

<b>75m</b>		<b>Jugend M12</b>			
10,86	Smidt, Neo	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
11,05	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
11,29	Doghudje, Mason	2013	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
11,35	Stendenbach, Laurenz	2013	LG Sieg	13.04.2024	Ochtendung
11,39	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
11,46	Gerl, Marius	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
11,49	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
11,50	Schmidt, Timothy	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,53	Konen, Maximilian	2013	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
11,67	Schur, Liam	2012	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen

<b>800m</b>		<b>Jugend M12</b>			
2:35,60	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
2:48,05	Hack, Mats	2013	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:49,71	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
2:52,72	Stieb, Silas Leon	2013	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
2:53,86	Schmidt, Timothy	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
2:58,08	Stücher, Mathes	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
2:59,46	Leiria-Roussin, Yann	2012	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
3:00,25	Hüsch, Emil	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
3:00,72	Hillen, Mats Jonas	2013	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
3:02,62	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

<b>2000m</b>		<b>Jugend M12</b>			
7:20,02	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	06.04.2024	Wittlich
8:09,07	Wiesemann, Lennert	2013	DJK Hasborn	06.04.2024	Wittlich
9:22,25	Niesen, Marlon	2013	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Wittlich

<b>5km Straßenlauf</b>		<b>Jugend M12</b>			
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

## Hochsprung

Jugend M12

1,35	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
1,30	Doghudje, Mason	2013	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
1,29	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
1,23	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
1,21	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
1,21	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,17	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
1,13	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
1,09	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
1,09	Sterlepper, Nico	2013	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez

## Weitsprung

Jugend M12

4,56	Strüder, Robin	2013	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,25	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
4,24	Koslik, Glenn	2012	LA TuS Mayen	27.04.2024	Wittlich
4,18	Doghudje, Mason	2013	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
4,16	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
4,16	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
4,11	Schur, Liam	2012	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
4,05	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
4,05	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
4,02	Stendenbach, Laurenz	2013	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend M12

7,59	Rabiejan Harati, Danial	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
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

## 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

27,43	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
21,78	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	28.04.2024	Völklingen
21,44	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	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
17,96	Rabiejan Harati, Danial	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
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

## Ballwurf (200 g)

Jugend M12

41,00	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
34,50	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
33,00	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
31,00	Stücher, Mathes	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
31,00	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Herdorf
28,00	Gerl, Marius	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
28,00	Schur, Liam	2012	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
27,00	Selbach, Lennard	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,00	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	28.04.2024	Völklingen
23,00	Hüsch, Emil	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
23,00	Hingott, Luc	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez
23,00	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
23,00	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	28.04.2024	Diez

## Dreikampf

75M - WEI - BAL (200 g)

Jugend M12

1020	Leiss, Jonathan 11,86 - 3,84 - 34,50	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
1020	Schur, Liam 11,67 - 4,11 - 28,00	2012	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
971	Stücher, Mathes 12,04 - 3,75 - 31,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
957	Weiler, Justus 11,75 - 3,45 - 31,00	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Herdorf
942	Hüsch, Emil 11,87 - 3,92 - 23,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
886	Selbach, Lennard 12,55 - 3,61 - 27,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
847	Leiria-Roussin, Yann 12,19 - 3,40 - 22,00	2012	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
786	Schuhen, Julius 12,55 - 3,66 - 15,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

## Weibliche Jugend U14

### 4x75m

Weibliche Jugend U14

41,64	LG Bitburg-Prüm Hack, Luisa (2012); Berens, Luci (2011); Bungartz, Heidi (2011); Mann, Anne-Sophie (2011);	27.04.2024	Wittlich
41,83	Post-Sportverein Trier Grünewald, Lara (2011); Gergen, Nena (2012); Raithel, Mila (2011); Gans, Ida (2011);	20.04.2024	Konz
43,78	TG Konz Weis, Lia (2011); Stange, Frida (2012); Röhrig, Helena (2012); Jamshidi, Shadlin (2011);	27.04.2024	Wittlich
48,11	TG Konz Queckbörner, Timea (2011); Ebeling, Fritzi (2011); Stankevitsch, Johanna (2011); Jamshidi, Shadlin (2011);	20.04.2024	Konz

### 3x800m

Weibliche Jugend U14



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 Forneberg, 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

Dreikampf-Mannschaft			Weibliche Jugend U14	
3766	LG Sieg Stendenbach, Matilda (2011) - 1345; Göldner, Laura (2012) - 1304; Mertens, Luisa (2012) - 1117		28.04.2024	Herdorf
3273	LG Westerwald Enners, Greta (2012) - 1191; Gräter, Lene (2011) - 1117; Willwacher, Ida (2012) - 965		28.04.2024	Herdorf
3086	LG Sieg Reifenrath, Dana Marie (2011) - 1054; Schneider, Carlotta (2011) - 1051; Utzeri, Emilia (2012) - 981		28.04.2024	Herdorf
2790	LG Sieg Schönfelder, Emma (2012) - 942; Schneider, Victoria (2011) - 935; Henrich, Milain (2011) - 913		28.04.2024	Herdorf

## Jugend W13

75m			Jugend W13	
10,22	Becker, Maja	2011 LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
10,42	Mann, Anne-Sophie	2011 LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
10,55	Forneberg, Lina	2011 LG Rhein-Wied	13.04.2024	Ochtendung
10,71	Stendenbach, Matilda	2011 LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
10,78	Grünwald, Lara	2011 Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
10,81	Hahn, Alina	2011 LG Idar-Oberstein	20.04.2024	Konz
11,00	Raithel, Mila	2011 Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,04	Muxfeld, Jennifer	2011 TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
11,06	Gans, Ida	2011 Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,10	Freischlader, Adriana	2011 LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez

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
2:36,33	Gaß, Lovis	2011 LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
2:39,47	Balles, Frieda	2011 TV Eintracht Cochem	27.04.2024	Wittlich
2:46,71	Forneberg, Lina	2011 LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
2:47,02	Berens, Luci	2011 LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:51,38	Gans, Ida	2011 Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
2:53,60	Eichhorn, Klara	2011 LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
2:55,84	Wihl, Nele	2011 TuS Mosella Schweich	27.04.2024	Wittlich
3:09,23	Hower, Josefine	2011 LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich



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
10,32	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
10,55	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Wittlich
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
11,26	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
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
12,64	Wihl, Nele	2011	TuS Mosella Schweich	27.04.2024 Wittlich

Hochsprung				Jugend W13
1,41	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
1,25	Bungartz, Heidi	2011	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Wittlich
1,25	Redinger, Emily	2011	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
1,25	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
1,21	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Diez
1,15	Hartmann, Lena	2011	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Wittlich
1,15	Nietzard, Malou	2011	LG Rhein-Wied	27.04.2024 Wittlich
1,13	Sarge, Maja	2011	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	28.04.2024 Diez

Weitsprung				Jugend W13
4,80	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
4,69	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024 Konz
4,56	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024 Wittlich
4,55	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
4,51	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
4,50	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Wittlich
4,45	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Wittlich
4,39	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
4,27	Jamshidi, Shadlin	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
4,26	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Diez

## 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
6,80	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	27.04.2024	Wittlich
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
5,96	Weis, Lia	2011	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
5,89	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
5,80	Emons, Tabea	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
24,73	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
22,45	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
22,16	Schumacher, Mia	2011	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
19,82	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
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

## Ballwurf (200 g)

Jugend W13

33,00	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
27,50	Bohutyn, Mira	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
27,00	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
27,00	Bauer, Mia Naemi	2011	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	28.04.2024	Diez
26,00	Schneider, Carlotta	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,00	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
22,50	Schneider, Michelle	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Diez
22,00	Gräter, Lene	2011	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
21,00	Schneider, Victoria	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
20,00	Meißner, Emma	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
20,00	Reifenrath, Dana Marie	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

<b>Dreikampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g)		<b>Jugend W13</b>	
1345	Stendenbach, Matilda 10,71 - 4,80 - 27,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1296	Muxfeld, Jennifer 11,04 - 4,18 - 33,00	2011	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
1184	Gaß, Lovis 11,27 - 4,01 - 25,00	2011	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
1117	Gräter, Lene 11,46 - 3,85 - 22,00	2011	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1089	Meißner, Emma 11,76 - 4,00 - 20,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1054	Reifenrath, Dana Marie 12,13 - 3,95 - 20,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1051	Schneider, Carlotta 12,57 - 3,70 - 26,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
935	Schneider, Victoria 12,65 - 3,24 - 21,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
913	Henrich, Milain 12,68 - 3,42 - 17,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
790	Himstedt, Hannah 12,24 - 2,49 - 15,00	2011	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen

## Jugend W12

<b>75m</b>		<b>Jugend W12</b>			
10,88	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	13.04.2024	Ochtendung
10,93	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
11,07	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
11,18	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
11,20	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
11,29	Stange, Frida	2012	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
11,45	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
11,49	Gergen, Nena	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
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

<b>800m</b>		<b>Jugend W12</b>			
2:37,86	Krahn, Lia	2013	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
2:39,56	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
2:50,32	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
2:52,13	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:56,61	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
2:57,29	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:58,40	Joos, Jette	2012	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
3:00,91	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
3:01,24	Dötsch, Kea	2013	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
3:01,98	Dufner, Luisa	2013	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

<b>2000m</b>		<b>Jugend W12</b>			
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
8:42,34	Niesen, Layla	2013	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Wittlich
9:16,22	Lutterbeck, Elise	2013	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

11,88	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
12,00	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	13.04.2024	Ochtendung
12,02	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
12,22	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
12,60	Gergen, Nena	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
12,61	Thielen, Franka	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
12,73	Fru, Dorcas Jemima	2012	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	13.04.2024	Ochtendung
12,93	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	20.04.2024	Konz
13,52	Laux, Martha	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
13,75	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich

## Hochsprung

Jugend W12

1,40	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,30	Gergen, Nena	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,30	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
1,25	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
1,25	Laux, Martha	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,24	Stangier, Emma	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1,21	Steinsberger, Mina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
1,17	Boecker, Annika	2012	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Diez
1,15	Jäckels, Kiara	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,13	Bauer, Emma Elea	2012	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	28.04.2024	Diez
1,13	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez

## Weitsprung

Jugend W12

4,39	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,35	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
4,26	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
4,24	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
4,20	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,00	Röhrig, Helena	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,00	Dufner, Luisa	2013	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
3,94	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
3,91	Stange, Frida	2012	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
3,84	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W12

6,85	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
6,60	Metwaly, Jody	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
5,99	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
5,80	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
5,27	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
4,88	Stange, Frida	2012	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
4,49	Röhrig, Helena	2012	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
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

18,73	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
15,12	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
14,50	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
13,96	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich
10,12	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
7,89	Roth, Romina	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz

## Ballwurf (200 g)

Jugend W12

30,00	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
30,00	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
25,00	Stangier, Emma	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
23,50	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
22,00	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
20,00	Utzeri, Emilia	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
20,00	Willwacher, Ida	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
20,00	Tokar, Pia	2012	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	28.04.2024	Diez
20,00	Steinsberger, Mina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
18,00	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
18,00	Heß, Milena	2012	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen

## Dreikampf

75M - WEI - BAL (200 g)

Jugend W12

1304	Göldner, Laura 10,93 - 4,39 - 30,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1191	Enners, Greta 11,18 - 4,26 - 22,00	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1117	Mertens, Luisa 11,45 - 4,20 - 18,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1082	Rockenbach, Maya 12,06 - 3,84 - 23,50	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
1065	Stangier, Emma 12,25 - 3,70 - 25,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
981	Utzeri, Emilia 12,44 - 3,55 - 20,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
967	Heß, Milena 12,31 - 3,54 - 18,00	2012	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
965	Willwacher, Ida 12,76 - 3,61 - 20,00	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
942	Schönfelder, Emma 12,57 - 3,68 - 16,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
934	Cullmann, Jule 12,24 - 3,43 - 16,00	2012	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen

## Vierkampf

75M - WEI - BAL (200 g) - HOC

Jugend W12

1635	Enners, Greta 11,18 - 4,26 - 22,00 - 1,40	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1407	Stangier, Emma 12,25 - 3,70 - 25,00 - 1,24	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

## 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
16:00	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	18.02.2024	Köln
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
2:27:11	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	21.04.2024	Sinzig
2:30:16	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Hamburg
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
Weitsprung					Senioren M30
6,80 (+0,4)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Walldorf
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**

42,89	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Walldorf
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 Kirm	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
1:22:22	Cullmann, Christian	1986	VfL Algenrodt	07.04.2024	Berlin
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

---

**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
3:15:03	Olk, Lars	1985	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Hannover
3:27:26	Blum, Erik	1986	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn

---

**Kugelstoß (7,26 kg)** **Senioren M35**

14,39	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirm	06.04.2024	Idar-Oberstein
13,70	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	14.04.2024	Koblenz

---

**Diskuswurf (2 kg)** **Senioren M35**

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

## Seniorinnen W30

					Seniorinnen W30
<b>100m</b>					
13,71 (-1,8)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Herdorf
<b>200m</b>					
27,49 (0,0)	Menk, Sarah	1991	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
28,30 (0,0)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	28.04.2024	Herdorf
<b>3000m</b>					
13:49,64	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
<b>5km Straßenlauf</b>					
20:10	Schumacher, Sara	1994	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
22:31	Bruckmann-von Wirth, Andrea	1993	TG Konz	20.04.2024	Hermeskeil
<b>10 km Straßenlauf</b>					
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
47:25	Hanß, Isabella	1993	TuS Mörschied	17.03.2024	Bad Kreuznach
<b>Halbmarathon</b>					
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
<b>3000m Hindernis (762 mm)</b>					
9:16,24	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	27.04.2024	Suzhou (CHN)

## Seniorinnen W35

					Seniorinnen W35
<b>100m</b>					
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
<b>200m</b>					
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
<b>800m</b>					
2:33,64	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Herdorf

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
18:19	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
37:52	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
57:06	Bartlett, Olga-Katia	1987	TG Konz	20.04.2024	Hermeskeil
<b>Halbmarathon</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
1:24:12	Bauer, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
<b>Marathon</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
3:58:16	Drehmann, Sissy	1989	LG Westerwald	14.04.2024	Bonn
<b>Weitsprung</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
4,09 (+1,9)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Stuttgart
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
11,08	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
7,65	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
34,09	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
20,57	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
<b>Gewichtwurf (9,08 kg)</b>					<b>Seniorinnen W35</b>
11,37	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	01.04.2024	Trier

## Senioren M40

<b>100m</b>					<b>Senioren M40</b>
13,35 (+0,5)	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
<b>800m</b>					<b>Senioren M40</b>
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
<b>5000m</b>					<b>Senioren M40</b>
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
2:00:42	Streit, Enrico	1978	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Lissabon (POR)
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
5:22:54	Meyer, Daniel	1977	LA TuS Mayen	07.04.2024	Berlin

## 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

## Hammerwurf (7,26 kg) Senioren M45

36,83	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	13.04.2024	Mutterstadt
20,55	Wolfram, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	13.04.2024	Mutterstadt
18,26	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	13.04.2024	Mutterstadt

## 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
43:14	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
46:18	Pfeiffer, Annika	1982	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
47:01	Petry, Alice	1982	LLG Hunsrück	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

### Marathon Seniorinnen W40

4:14:38	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	07.04.2024	Paris (FRA)
---------	---------------	------	--------------	------------	-------------

### Weitsprung Seniorinnen W40

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

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>				<b>Seniorinnen W40</b>	
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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Seniorinnen W40</b>	
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

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

<b>Speerwurf (600 g)</b>				<b>Seniorinnen W40</b>	
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

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W45</b>	
19:30	Engel, Yvonne	1977	Laufftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
19:57	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	03.03.2024	Leverkusen
29:52	Simon, Bettina	1976	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2024	Mülheim/Mosel

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W45</b>	
39:21	Engel, Yvonne	1977	Laufftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
40:39	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	03.03.2024	Leverkusen
41:00	Teusch, Dorothee	1979	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Bad Kreuznach
45:59	Klimpke, Susan	1977	LG Westerwald	13.04.2024	Brechen

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

<b>Marathon</b>				<b>Seniorinnen W45</b>	
4:06:43	Lenz, Beata	1977	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Hamburg

<b>Stabhochsprung</b>				<b>Seniorinnen W45</b>	
2,32	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	23.04.2024	Darmstadt

<b>Weitsprung</b>				<b>Seniorinnen W45</b>	
3,81 (+0,5)	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	23.04.2024	Darmstadt

## 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
16,11 (+0,7)	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	16.04.2024	Hilden

### 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
2:49,88	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	16.04.2024	Hilden

### 3000m Senioren M50

12:02,89	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	16.04.2024	Hilden
----------	-------------	------	---------	------------	--------

### 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 Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt

## Marathon

Senioren M50

2:58:35	Hermanns, Jan-Peter	1973	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
3:16:56	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	28.04.2024	Hamburg
4:11:11	Schmitt, Arthur	1972	Lauftreff Schweich	28.04.2024	Hamburg
4:20:36	Kneidl, Oliver	1973	Lauffreunde Naheland	07.04.2024	Paris (FRA)
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



				<b>Senioren M55</b>
<b>10000m</b>				
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
<b>5km Straßenlauf</b>				
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
<b>10 km Straßenlauf</b>				
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
<b>Halbmarathon</b>				
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
1:43:52	Karl, Marcus	1969	LG Langsur	07.04.2024 Berlin
1:45:25	Breslauer, Daniel	1968	LG Laacher See	14.04.2024 Bonn
<b>Marathon</b>				
3:10:46	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	14.04.2024 Hannover
<b>Kugelstoß (6 kg)</b>				
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
<b>Diskuswurf (1,5 kg)</b>				
37,32	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024 Bengel
<b>Hammerwurf (6 kg)</b>				
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
33,83	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024 Bengel
29,92	Kreckel, Sascha	1969	TuS Niederneisen	20.04.2024 Bengel
<b>Speerwurf (700 g)</b>				
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

1:46:37	Grün, Sandra	1970	BSG Sparkasse Koblenz	14.04.2024	Hannover
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

### 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
17,50	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Völklingen

## 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 Meulenwald Föhren	03.03.2024	Leverkusen
19:16	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	18.02.2024	Köln
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 Meulenwald 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
1:52:20	Breiling, Jürgen	1960	Laufftreff Schweich	14.04.2024	Hannover
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 Göttschied	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

13,97 (+1,5)	Knieper, Hans-Peter	1958	LG Laacher See	28.04.2024	Bingen
15,65 (+0,2)	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	28.04.2024	Herdorf
15,91 (+0,9)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	19.04.2024	Mayen

<b>200m</b>					<b>Senioren M65</b>
28,50 (-0,1)	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	28.04.2024	Herdorf
34,82 (+1,7)	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	19.04.2024	Mayen
<b>800m</b>					<b>Senioren M65</b>
3:02,69	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	28.04.2024	Herdorf
<b>1500m</b>					<b>Senioren M65</b>
7:00,55	Erbert, Michael	1958	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
<b>5000m</b>					<b>Senioren M65</b>
22:21,18	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen
<b>10000m</b>					<b>Senioren M65</b>
44:50,87	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M65</b>
43:10	Schümmer, Horst	1958	DJK Ochtendung	17.03.2024	Bad Kreuznach
43:19	Schiltz, Gilbert	1958	LG Meulendorf 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 Meulendorf Föhren	09.03.2024	Schweich
47:40	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	09.03.2024	Urmitz
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M65</b>
1:50:17	Beyer, Heinrich	1956	TV Kärlich 08	03.03.2024	Paris (FRA)
1:51:21	Bauer, Edgar	1958	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Bonn
<b>Kugelstoß (5 kg)</b>					<b>Senioren M65</b>
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
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Senioren M65</b>
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
<b>Hammerwurf (5 kg)</b>					<b>Senioren M65</b>
36,87	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	21.04.2024	Zoufftgen (FRA)
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	Bremen
-------	-----------------	----------------	------------	--------

**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 Meulenwald 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

<b>Gewichtwurf (5,45 kg)</b>					<b>Seniorinnen W60</b>
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

<b>Werferfünfkampf</b>					<b>Seniorinnen W60</b>
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

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
33:25	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich

<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
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

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

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

## Senioren M70

<b>400m</b>					<b>Senioren M70</b>
82,82	Geisbüsch, Heinz	1950	LA TuS Mayen	20.04.2024	Konz

<b>3000m</b>					<b>Senioren M70</b>
12:48,26	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M70</b>
22:49	Kremer, Ferdinand	1950	Laufftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
33:38	Schlappa, Walter	1953	SV Urmitz	09.03.2024	Urmitz

<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M70</b>
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

<b>Halbmarathon</b>				<b>Senioren M70</b>	
1:52:41	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Freiburg
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>				<b>Senioren M70</b>	
10,89	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Koblenz
10,70	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,61	Stoffels, Walter	1950	TV 1879 Engers	28.04.2024	Hohenstein
7,46	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Senioren M70</b>	
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
<b>Hammerwurf (4 kg)</b>				<b>Senioren M70</b>	
32,85	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	21.04.2024	Zoufftgen (FRA)
30,73	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	13.04.2024	Mutterstadt
23,00	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel
<b>Speerwurf (500 g)</b>				<b>Senioren M70</b>	
34,99	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Koblenz
28,68	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	06.04.2024	Idar-Oberstein
<b>Gewichtwurf (7,26 kg)</b>				<b>Senioren M70</b>	
12,04	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	01.04.2024	Trier
11,88	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
<b>Senioren M75</b>					
<b>100m</b>				<b>Senioren M75</b>	
14,98 (+1,8)	Freytmuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	17.04.2024	Grefrath
<b>800m</b>				<b>Senioren M75</b>	
4:25,12	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
<b>3000m</b>				<b>Senioren M75</b>	
17:24,39	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Aachen
<b>5000m</b>				<b>Senioren M75</b>	
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



<b>10000m</b>					<b>Senioren M75</b>
57:15,90	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenzwald Föhren	20.04.2024	Konz
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M75</b>
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
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M75</b>
52:06	Michels, Heinz	1948	LG Meulenzwald Föhren	09.03.2024	Schweich
54:49	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2024	Urmitz
57:11	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenzwald 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
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M75</b>
1:50:49	Michels, Heinz	1948	LG Meulenzwald Föhren	17.03.2024	Bergisch Gladbach
2:21:25	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	17.03.2024	Bad Kreuznach
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M75</b>
5:00:16	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	14.04.2024	Bonn
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Senioren M75</b>
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
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Senioren M75</b>
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	Wending, Alf	1946	LG Kreis Ahrweiler	20.04.2024	Bengel
<b>Hammerwurf (4 kg)</b>					<b>Senioren M75</b>
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
<b>Speerwurf (500 g)</b>					<b>Senioren M75</b>
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
<b>Gewichtwurf (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M75</b>
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 Meulendorf Föhren	03.03.2024	Leverkusen

10 km Straßenlauf					Seniorinnen W75
1:01:45	Klas-Gundel, Irene	1949	LG Meulendorf 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
8,59	Wendering, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Leichlingen
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
23,50	Wendering, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Leichlingen

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

<b>Werferfünfkampf</b>		HAM (2 kg) - KUG (2 kg) - DIS (750 g) - SPE (400 g) - GEW (4 kg)		<b>Seniorinnen W75</b>	
1703	Geister, Monika 24,57 - 7,69 - 19,92 - 14,68 - 9,79	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig

## Senioren M80

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Senioren M80</b>	
34:08	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	03.03.2024	Leverkusen
34:31	Schinnerer, Alfred	1939	LAZ Birkenfeld	06.04.2024	Mülheim/Mosel

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Senioren M80</b>	
1:06:24	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich

<b>5km Gehen</b>				<b>Senioren M80</b>	
41:53	Seul, Otmar	1943	LAZ Birkenfeld	22.03.2024	Torun (POL)

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>				<b>Senioren M80</b>	
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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Senioren M80</b>	
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

<b>Hammerwurf (3 kg)</b>				<b>Senioren M80</b>	
22,81	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

<b>Speerwurf (400 g)</b>				<b>Senioren M80</b>	
24,68	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

<b>Gewichtwurf (5,45 kg)</b>				<b>Senioren M80</b>	
10,56	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

<b>Werferfünfkampf</b>		HAM (3 kg) - KUG (3 kg) - DIS (1 kg) - SPE (400 g) - GEW (5,45 kg)		<b>Senioren M80</b>	
1600	Geyer, Wolfgang 22,81 - 8,64 - 18,95 - 24,68 - 10,56	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

## Senioren M85

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Senioren M85</b>	
1:02:13	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	09.03.2024	Urmitz
<b>Marathon</b>				<b>Senioren M85</b>	
5:20:30	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	17.03.2024	Bergisch Gladbach
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>				<b>Senioren M85</b>	
6,74	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Senioren M85</b>	
13,92	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
<b>Hammerwurf (3 kg)</b>				<b>Senioren M85</b>	
25,65	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
<b>Speerwurf (400 g)</b>				<b>Senioren M85</b>	
20,03	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
<b>Gewichtwurf (5,45 kg)</b>				<b>Senioren M85</b>	
10,87	Kownatka, Wolfgang	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
<b>Werferfünfkampf</b>				<b>Senioren M85</b>	
1397	Kownatka, Wolfgang 25,65 - 6,74 - 13,92 - 20,03 - 10,87	1938	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

## Seniorinnen W80

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