

## Männer offen

### 100m Männer offen

10,77	(0,0)	Raadts, Florian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
10,83	(0,0)	Kirstges, Pascal	1997	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
10,87	(-0,1)	Kolberg, Lennert	1998	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
11,15	(-0,5)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
11,15	(-0,1)	van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
11,19	(+0,9)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	09.05.2024	Köln
11,27	(+0,6)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	05.05.2024	Aschaffenburg
11,30	(+0,6)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	05.05.2024	Aschaffenburg
11,31	(-0,1)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	09.05.2024	Köln
11,37	(0,0)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Arona (ESP)
11,47	(-0,2)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
11,49	(-0,4)	Hoeder Riveros, Mario	2002	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
11,49	(-0,2)	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
11,79	(0,0)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
11,82	(+1,1)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.05.2024	Wittlich
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
12,11	(0,0)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
12,14	(+1,9)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
12,19	(-0,1)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

### 200m Männer offen

21,97	(+0,1)	Kolberg, Lennert	1998	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
22,04	(0,0)	Kirstges, Pascal	1997	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
22,06	(0,0)	Raadts, Florian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
22,54	(+0,3)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	09.05.2024	Köln
22,87	(-0,1)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
22,93	(-0,5)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
23,46	(+0,4)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
23,53	(+0,4)	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
24,54	(+0,4)	Schnitzius, Jonas	2006	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
24,59	(-0,8)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
24,94	(-0,1)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,45	(+0,4)	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
25,48	(+0,9)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
25,55	(+1,4)	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	17.05.2024	Koblenz
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
25,68	(0,0)	Müller, Yannic	2006	LG Westerwald	12.05.2024	Selters/Ts.
25,86	(+1,4)	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
26,11	(+0,9)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
26,32	(+0,9)	Meuter, Paul	2007	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz

400m				Männer offen
50,72	van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Köln
50,74	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
50,99	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Pietermaritzburg (RSA)
51,00	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	05.05.2024 Katzenelnbogen
51,33	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	08.05.2024 Pfungstadt
51,54	Leitz, Florian	2006	Post-Sportverein Trier	20.05.2024 Mannheim
52,77	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
52,87	Aldekamp, Jannik	2005	TSV Moselfeuer Lehmen	09.05.2024 Wittlich
54,34	Rinnenburger, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
54,70	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.05.2024 Siegburg
55,13	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	26.05.2024 Siegburg
55,61	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	08.05.2024 Pfungstadt
55,66	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024 Limburgerhof
57,18	Dasbach, Jonas	2007	LG Rhein-Wied	14.05.2024 Cadott, WI (USA)
57,40	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	08.05.2024 Pfungstadt
58,82	Renk, Simon	2008	LG Sieg	05.05.2024 Kreuztal
65,79	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	17.05.2024 Koblenz
66,19	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	26.05.2024 Euskirchen
66,86	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024 Euskirchen
73,14	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	26.05.2024 Euskirchen

800m				Männer offen
1:54,00	Meyer, Lucas	1998	Post-Sportverein Trier	11.05.2024 Karlsruhe
1:57,59	Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	11.05.2024 Karlsruhe
1:58,63	Kumarathas, Matusen	2005	Post-Sportverein Trier	11.05.2024 Karlsruhe
1:58,79	Rinnenburger, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
1:59,09	Blumentritt, Robert	1997	Silvesterlauf Trier	08.05.2024 Pfungstadt
2:00,54	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
2:00,75	Simon, Matthias	2003	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
2:00,81	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	11.05.2024 Karlsruhe
2:00,92	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
2:01,01	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
2:01,40	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	09.05.2024 Köln
2:01,49	Aldekamp, Jannik	2005	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2024 Koblenz
2:09,11	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	19.04.2024 Mayen
2:12,55	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	26.05.2024 Siegburg
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
2:14,44	Beckmann, Jona	2009	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024 Köln
2:16,68	Kraus, Jasper	2008	LG Rhein-Wied	26.05.2024 Siegburg
2:17,93	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	20.04.2024 Konz

1000m				Männer offen
3:07,60	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof
3:13,93	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.05.2024 Esch s.A. (LUX)

1500m				Männer offen
3:55,71	Meyer, Lucas	1998	Post-Sportverein Trier	25.05.2024 Pfungstadt
3:59,15	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	11.05.2024 Karlsruhe
4:00,14	Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	25.05.2024 Pfungstadt
4:02,98	Pütz, Yannick	1997	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
4:12,99	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	11.05.2024 Karlsruhe
4:17,49	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	17.05.2024 Koblenz
4:25,88	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	17.05.2024 Koblenz
4:26,98	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	08.05.2024 Pfungstadt
4:29,85	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
4:37,18	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	05.05.2024 Kreuztal
4:37,58	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	17.05.2024 Koblenz
4:48,05	Suhrcke, Marc	1968	LG Rhein-Wied	05.05.2024 Düdelingen (LUX)
4:49,07	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024 Limburgerhof
4:59,45	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	25.05.2024 Königs Wusterhausen
5:04,21	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Pietermaritzburg (RSA)
5:15,65	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024 Euskirchen
5:18,55	Laumers, Marco	1984	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024 Euskirchen
5:26,80	Theißen, Andreas	1983	Lauffreunde Naheland	18.05.2024 Edenkoben
6:02,98	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	30.04.2024 Hilden
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
9:37,75	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
9:50,04	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Neuss
9:54,16	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024 Wittlich
10:00,58	Fuhrmann, Tim	2005	TV Eintracht Cochem	28.04.2024 Bingen
10:02,66	Lange, Julian	2006	TV Jahn Plaidt	09.05.2024 Wittlich
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
10:15,44	Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	09.05.2024 Wittlich
10:16,71	Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
11:01,68	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
11:05,23	Kraus, Jasper	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
11:16,23	Pohl, Eric	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich

5000m				Männer offen
14:24,58	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	11.05.2024 Karlsruhe
14:51,41	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	11.05.2024 Karlsruhe
15:25,08	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	17.05.2024 Koblenz
15:49,75	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	17.05.2024 Koblenz
16:53,90	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	17.05.2024 Koblenz
17:16,29	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	04.05.2024 Wassenberg
17:30,66	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	19.05.2024 Heidelberg
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
25:50,58	Erbert, Michael	1958	Lauffreunde Naheland	18.05.2024 Edenkoben
27:16,78	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024 Mayen
32:04,11	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	19.04.2024 Mayen

10000m				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)
14:54	Schweikert, Markus	1994	Silvesterlauf Trier	08.05.2024 Boppard
15:33	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	03.03.2024 Leverkusen
15:53	Auer, Ruben	1993	LG Rhein-Wied	08.05.2024 Boppard
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
16:20	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	08.05.2024 Boppard
16:20	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	08.05.2024 Boppard
16:23	Rüdel, Lennart	1996	LLG Hunsrück	08.05.2024 Boppard
16:27	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	09.03.2024 Schweich
16:28	Wirtz, Abraham	2000	Post-Sportverein Trier	03.03.2024 Leverkusen
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

## 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 Meulendorf 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	Spiestersbach, 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
3:43:34	Frank, Hans-Leo	1964	LG Bernkastel/Wittlich	05.05.2024	Duisburg
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

## 110m Hürden (1,067 m)

Männer offen

14,78 (0,0)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
16,56 (+0,8)	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönnigheim
17,29 (-1,3)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof

## 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)
1,80	Keser, Felix	2000	LG Westerwald	20.05.2024	Meckenheim
1,72	Duda, Noah	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
1,69	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
1,69	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,64	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof
1,62	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,61	Kunz, Julian	2008	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
1,61	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,61	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	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
1,55	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
1,50	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
1,49	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,44	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

## Stabhochsprung

Männer offen

4,70	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
4,00	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
3,84	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	04.05.2024	Bad Ems
3,80	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
3,60	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
3,60	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Oberhaugstett
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
2,80	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof
2,74	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	04.05.2024	Bad Ems
2,70	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
2,20	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
2,20	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Euskirchen

## Weitsprung

Männer offen

7,06 (+2,0)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	05.05.2024	Aschaffenburg
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
6,64 (0,0)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Mönchengladbach
6,23 (0,0)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
6,17 (-0,3)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
6,03 (+1,5)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	26.05.2024	Siegburg
5,83 (0,0)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof
5,80 (-1,2)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,80 (+1,5)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Wiesbaden
5,79 (+1,6)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
5,76 (+0,7)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.05.2024	Siegburg
5,70 (+1,3)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
5,63 (-1,4)	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,52 (0,0)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,50 (0,0)	Renk, Simon	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,49 (+1,5)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
5,44 (0,0)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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

## Dreisprung

Männer offen

9,84 (+0,2)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024	Euskirchen
-------------	-----------------	------	-----------------	------------	------------

## Kugelstoß (7,26 kg)

Männer offen

18,95	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	11.05.2024	Gerstungen
14,39	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
13,78	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Arona (ESP)
13,70	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	14.04.2024	Koblenz
13,55	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2024	Mörfelden
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
11,46	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	09.05.2024	Köln
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
9,62	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof
8,83	Bläser, Manuel	1977	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024	Sinzig
8,71	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönningheim
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

<b>Diskuswurf (2 kg)</b>				<b>Männer offen</b>
44,02	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
43,44	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Neuwied
43,37	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2024 Mörfelden
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
23,47	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024 Limburgerhof
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

<b>Hammerwurf (7,26 kg)</b>				<b>Männer offen</b>
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

<b>Speerwurf (800 g)</b>				<b>Männer offen</b>
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
39,93	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024 Limburgerhof
38,78	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	06.04.2024 Nieukerk
37,86	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	14.04.2024 Koblenz
37,07	Klein, Finn	2006	LG Sieg	09.05.2024 Wittlich
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
29,64	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Bönningheim
21,19	Gottwald, Christian	1976	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2024 Sinzig

<b>Zehnkampf</b>				<b>Männer offen</b>
100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400    11H (1,067 m) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5				
4913	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19./20.05.2024 Limburgerhof
12,67 (-1,3) - 5,83 (0,0) - 9,62 - 1,64 - 55,66    17,29 (-1,3) - 23,47 - 2,80 - 39,93 - 4:49,07				

## Frauen offen



100m				Frauen offen
11,26 (+1,9)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Mannheim
11,82 (0,0)	Roos, Jessica	1994	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Neuwied
12,36 (0,0)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
12,38 (+0,2)	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Neuwied
12,50 (0,0)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	04.05.2024 Neuwied
12,51 (0,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Neuwied
12,61 (-0,1)	Schumacher, Maren	2002	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
12,64 (+1,5)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
12,64 (+0,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024 Ellensburg, WA (USA)
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
12,76 (0,0)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Neuwied
12,79 (+1,8)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	07.05.2024 Rehlingen
12,81 (+0,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024 Neuss
12,83 (+0,2)	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Neuwied
12,83 (+1,9)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	19.05.2024 Limburgerhof
12,85 (+0,5)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	19.04.2024 Mayen
12,88 (-0,1)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
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

200m				Frauen offen
24,16 (0,0)	Roos, Jessica	1994	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Köln
25,18 (0,0)	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Köln
25,29 (0,0)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	09.05.2024 Wittlich
25,32 (+0,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
25,72 (+1,2)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	07.05.2024 Rehlingen
25,74 (+1,6)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
25,81 (+0,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024 Limburgerhof
25,96 (+0,3)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.05.2024 Limburgerhof
25,98 (-0,8)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	11.05.2024 München
26,08 (+1,9)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024 San Diego, CA (USA)
26,10 (0,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Köln
26,52 (+0,2)	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024 Köln
26,71 (0,0)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
26,73 (+1,6)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	22.04.2024 Manh. Beach, CA (USA)
26,81 (+0,6)	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2024 Koblenz
26,92 (+0,6)	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
27,39 (+0,6)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
27,45 (+0,1)	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
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
27,50 (+0,1)	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich

400m				Frauen offen	
56,02	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	08.05.2024	Pfungstadt
57,81	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	25.05.2024	Pfungstadt
57,92	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	08.05.2024	Pfungstadt
57,93	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
57,94	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
58,87	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Dortmund
59,39	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	08.05.2024	Pfungstadt
60,22	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
61,79	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
62,46	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	12.03.2024	Sta. Monica, CA (USA)
62,47	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Mönchengladbach
62,51	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
63,36	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
63,51	Peerenboom, Charlotte	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
63,90	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
64,27	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	18.05.2024	Mörfelden
64,79	Schlösser, Helene	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
65,43	Sonnenberg, Greta	2007	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
65,47	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönnigheim
66,27	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	04.05.2024	Wetzlar

800m				Frauen offen	
2:00,88	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Karlsruhe
2:03,74	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	25.05.2024	Pfungstadt
2:06,62	Gürth, Olivia	2002	Silvesterlauf Trier	08.05.2024	Pfungstadt
2:11,10	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	25.05.2024	Pfungstadt
2:16,16	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2024	Koblenz
2:17,80	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Karlsruhe
2:20,00	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	25.05.2024	Pfungstadt
2:22,33	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	01.03.2024	Dubai (UAE)
2:24,24	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	17.05.2024	Koblenz
2:24,99	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	19.05.2024	Rehlingen
2:26,26	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
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
2:30,35	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
2:31,12	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich
2:32,10	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
2:32,48	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
2:32,60	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	09.05.2024	Wittlich
2:32,83	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	17.05.2024	Koblenz

1000m				Frauen offen	
2:37,96	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	05.05.2024	Pliezhausen
2:44,67	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	27.04.2024	Dortmund
3:33,10	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.05.2024	Esch s.A. (LUX)
4:03,73	Ludwig, Emelie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	04.05.2024	Schiffingen (LUX)

1500m				Frauen offen	
4:06,71	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	19.05.2024	Rehlingen
4:14,57	Gürth, Olivia	2002	Silvesterlauf Trier	11.05.2024	Karlsruhe
4:59,86	Meier, Anne	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
5:00,67	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Heidelberg
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
5:12,61	Gäb, Annika	1982	Post-Sportverein Trier	15.05.2024	Karlsfeld

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
11:28,93	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	17.05.2024	Koblenz
11:45,76	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
12:08,24	Münch, Mia	2009	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
12:08,84	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
12:12,38	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	09.05.2024	Wittlich
12:13,19	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
12:47,99	Wagner, Nele	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13:22,65	Boucha, Assia	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13:23,04	Bartlett, Avelina	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13:36,39	Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	09.05.2024	Wittlich
13:49,12	Engel, Eva	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
13:49,64	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen

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
24:21,20	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	18.05.2024	Edenkoben
27:56,50	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	18.05.2024	Edenkoben

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
19:36	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	08.05.2024	Boppard
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
20:14	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	11.05.2024	Bad Ems
20:21	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	09.03.2024	Schweich
20:22	Smolka, Lia	2008	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Boppard
20:28	Balles, Andrea	1980	TV Eintracht Cochem	08.05.2024	Boppard
20:29	Vandenbussche, Julie	2009	TG Konz	09.03.2024	Schweich
20:35	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	17.03.2024	Bad Kreuznach
20:43	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	08.05.2024	Boppard
20:47	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
20:49	Wihl, Lisa	2009	TuS Mosella Schweich	09.03.2024	Schweich

## 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
1:37:43	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	05.05.2024	Mainz
1:37:46	Engel, Yvonne	1977	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
1:39:22	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	05.05.2024	Mainz
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
1:52:56	Falckenthal, Anica	1984	LG Sieg	05.05.2024	Duisburg
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
1:58:02	Licht, Sophie	1998	Lauffreunde Naheland	05.05.2024	Mainz

## 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	Freiburg

## 100m Hürden (838 mm)

Frauen offen

14,88 (-1,5)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
15,31 (+1,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024	Ellensburg, WA (USA)
15,41 (0,0)	Lorenz, Nina	2001	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Dortmund
17,58 (+0,1)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Meckenheim
18,35 (-1,5)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
18,52 (-0,9)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Weingarten
25,27 (-1,5)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich

## 400m Hürden (762 mm)

Frauen offen

62,99	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Meckenheim
64,56	Wilms, Maren	1999	LG Rhein-Wied	27.03.2024	Austin, TX (USA)
66,11	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
69,10	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Meckenheim
73,55	Babel, Jule	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich

## 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
1,61	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
1,60	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
1,59	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
1,59	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
1,59	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	18.05.2024	Gladbeck
1,57	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,57	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,57	Müller, Paulina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
1,56	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
1,55	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	09.05.2024	Wittlich
1,55	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024	Meckenheim
1,53	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich
1,51	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024	Ellensburg, WA (USA)
1,48	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1,48	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	01.05.2024	Mannheim
1,48	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
1,46	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,45	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	09.05.2024	Wittlich
1,45	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,45	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024	Meckenheim
1,45	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Erbach

## Stabhochsprung

Frauen offen

3,65	Schinke, Julia	2007	TuS 1908 Sohren	09.05.2024	Wittlich
2,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
2,54	Neuls, Lisa	2008	TuS 1908 Sohren	04.05.2024	Bad Ems
2,54	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	04.05.2024	Bad Ems
2,54	Flach, Carolin	2006	TuS 1908 Sohren	04.05.2024	Bad Ems
2,40	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
2,34	Schmidt, Jana	2001	TuS 1908 Sohren	04.05.2024	Bad Ems
2,32	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	23.04.2024	Darmstadt
2,00	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich

<b>Weitsprung</b>				<b>Frauen offen</b>
5,64 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	23.03.2024 San Diego, CA (USA)
5,49 (-0,1)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	11.05.2024 München
5,27 (-0,5)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof
5,22 (+1,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
5,16 (-0,6)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Wiesbaden
5,15 (+0,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	28.04.2024 Diez
5,13 (0,0)	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
5,08 (+0,8)	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	26.05.2024 Siegburg
5,05 (+1,0)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof
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
5,03 (0,0)	Brächer, Elena	1994	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024 Köln
5,01 (+0,1)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof
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
4,93 (+0,7)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Meckenheim
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
4,89 (-0,9)	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	19.05.2024 Limburgerhof

<b>Dreisprung</b>				<b>Frauen offen</b>
11,82 (+1,6)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Wiesbaden
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

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>				<b>Frauen offen</b>
12,31	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	14.04.2024 Koblenz
11,41	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
11,36	Decker, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
11,25	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
11,14	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024 Wittlich
11,08	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024 Koblenz
10,84	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
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
9,28	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
9,22	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	09.05.2024 Wittlich
9,22	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024 Wittlich
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
8,72	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024 Idar-Oberstein
8,61	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	09.05.2024 Wittlich
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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Frauen offen</b>
46,55	Kaiser, Hanna	2002	TuS 1862 Kirn	06.04.2024 Idar-Oberstein
44,11	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	04.05.2024 Kaiserslautern
35,48	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
34,87	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	25.05.2024 Wetzlar
34,09	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	14.04.2024 Koblenz
33,66	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
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
30,07	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	14.04.2024 Koblenz
29,66	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024 Koblenz
29,49	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024 Wittlich
28,78	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
28,13	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024 Wittlich
27,29	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	14.04.2024 Koblenz
27,26	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
26,42	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Neuss
25,63	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	09.05.2024 Wittlich
25,42	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
24,62	Thommes, Hannah	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024 Bengel
24,02	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024 Koblenz

<b>Hammerwurf (4 kg)</b>				<b>Frauen offen</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
24,28	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	20.04.2024 Bengel
22,94	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	12.05.2024 Elsenfeld
18,30	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024 Sinzig

<b>Speerwurf (600 g)</b>				<b>Frauen offen</b>
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
34,35	Scheel, Kim Maya	2006	LG Sieg	05.05.2024 Kreuztal
34,10	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024 Ellensburg, WA (USA)
33,93	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
29,19	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	12.05.2024 Elsenfeld
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
28,66	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024 Wittlich
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
24,94	Gerstenschläger, Nina	2008	LG Idar-Oberstein	09.05.2024 Wittlich
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
20,75	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
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
18,69	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
11,37	Weber, Lena	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich

<b>Siebenkampf</b>				<b>Frauen offen</b>
10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200    WEI - SPE (600 g) - 800				
4639	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10./11.05.2024 Ellensburg, WA (USA)
	15,31 (+1,4) - 1,51 - 10,69 - 26,11 (+1,2)    5,58 (+0,1) - 33,94 - 2:40,31			
1987	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	04./05.05.2024 Weingarten
	18,52 (-0,9) - ogV. - ogV. - 30,96 (-0,2)    3,89 (-0,1) - 17,88 - 2:37,54			

## Männer

### 100m Männer

10,77	(0,0)	Raadts, Florian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
10,83	(0,0)	Kirstges, Pascal	1997	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
10,87	(-0,1)	Kolberg, Lennert	1998	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
11,15	(-0,1)	van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
11,19	(+0,9)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	09.05.2024	Köln
11,31	(-0,1)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	09.05.2024	Köln
11,49	(-0,4)	Hoeder Riveros, Mario	2002	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
11,49	(-0,2)	Kreuter, Eric	2004	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
12,39	(-1,3)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.05.2024	Siegburg
12,61	(-0,8)	Burbach, Bengt	2004	TuS Dierdorf 1893	20.04.2024	Dierdorf

### 200m Männer

21,97	(+0,1)	Kolberg, Lennert	1998	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
22,04	(0,0)	Kirstges, Pascal	1997	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
22,06	(0,0)	Raadts, Florian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
22,54	(+0,3)	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	09.05.2024	Köln
22,87	(-0,1)	Pees, Michael	1996	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,86	(+1,4)	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
27,45	(+0,8)	Klucker, Rasmus	1995	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen

### 400m Männer

50,72		van Wees, Reiko	2000	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
51,00		Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	05.05.2024	Katzenelnbogen
51,33		Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	08.05.2024	Pfungstadt
54,34		Rinnenburger, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
54,70		Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.05.2024	Siegburg
55,61		Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Pfungstadt
55,66		Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof
57,40		Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Pfungstadt

### 800m Männer

1:54,00		Meyer, Lucas	1998	Post-Sportverein Trier	11.05.2024	Karlsruhe
1:57,59		Wöll, Finn	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	11.05.2024	Karlsruhe
1:58,79		Rinnenburger, Jan	2004	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
1:59,09		Blumentritt, Robert	1997	Silvesterlauf Trier	08.05.2024	Pfungstadt
2:00,75		Simon, Matthias	2003	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
2:01,40		van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	09.05.2024	Köln
2:21,15		Höfer, Elias	2001	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen

### 1500m Männer

3:55,71		Meyer, Lucas	1998	Post-Sportverein Trier	25.05.2024	Pfungstadt
4:00,14		Nitsch, Philipp	2003	Post-Sportverein Trier	25.05.2024	Pfungstadt
4:02,98		Pütz, Yannick	1997	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
4:17,49		van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	17.05.2024	Koblenz
4:26,98		Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Pfungstadt
4:49,07		Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof



## 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
11:43,35	Clemens, Nils	2004	LG Rhein-Wied	25.05.2024	Siegburg

## 5000m Männer

14:24,58	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	11.05.2024	Karlsruhe
14:51,41	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	11.05.2024	Karlsruhe
15:25,08	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	17.05.2024	Koblenz
15:49,75	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
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

## 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
16:23	Rüdel, Lennart	1996	LLG Hunsrück	08.05.2024	Boppard
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
19:19	Pätzold, Eric	2004	LG Boppard-Bad Salzig	08.05.2024	Boppard

## 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

## 10 km Mannschaft

Männer

1:37:43	<b>Silvesterlauf Trier</b> Dern, Benjamin (2003) - 32:23; Erz, Yannik (1995) - 32:23; Kaufmann, Mathis (2004) - 32:57	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:40:02	<b>LG Rhein-Wied</b> van Riesen, Thierry (1990) - 32:23; Waldstädt, Tim (1998) - 33:20; Neumann, Denni (2005) - 34:19	03.03.2024	Leverkusen
1:44:56	<b>Laufftreff Schweich</b> Adams, Matthias (1990) - 34:05; Wilhelms, André (1990) - 35:21; Hensel, Philipp (1988) - 35:30	03.03.2024	Leverkusen
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 Meulenwald 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

10 km Mannschaft						Männer
<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	
1:43:26	Kohrs, Niclas	2003	TV 1867 Bad Sobernheim	05.05.2024	Mainz	
<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>110m Hürden (1,067 m)</b>						<b>Männer</b>
16,56 (+0,8)	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönningheim	
17,29 (-1,3)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof	
<b>4x100m</b>						<b>Männer</b>
41,53	LG Rhein-Wied Kolberg, Lennert (1998); van Wees, Reiko (2000); Kirstges, Pascal (1997); Raadts, Florian (2001);			04.05.2024	Neuwied	
<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>Hochsprung</b>						<b>Männer</b>
1,80	Keser, Felix	2000	LG Westerwald	20.05.2024	Meckenheim	
1,64	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof	
1,40	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	19.05.2024	Limburgerhof	

<b>Stabhochsprung</b>					<b>Männer</b>
4,00	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
3,84	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	04.05.2024	Bad Ems
3,60	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Oberhaugstett
2,80	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof
2,74	Shestopal, Serhii	2004	TV 1861 Bad Ems	04.05.2024	Bad Ems

<b>Weitsprung</b>					<b>Männer</b>
5,83 (0,0)	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof
5,76 (+0,7)	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	26.05.2024	Siegburg
5,22 (-1,4)	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	27.04.2024	Stadtallendorf

<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>					<b>Männer</b>
13,55	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2024	Mörfelden
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
11,46	Mesloh, Lars	1996	TV 1861 Bad Ems	09.05.2024	Köln
10,60	Lösch, Justin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
9,93	Schütz, Laurenz	1997	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
9,62	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19.05.2024	Limburgerhof
8,71	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönnigheim
7,78	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig

<b>Diskuswurf (2 kg)</b>					<b>Männer</b>
43,37	Anton, Sven	2002	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2024	Mörfelden
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
23,47	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof
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
39,93	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	20.05.2024	Limburgerhof
38,78	Brandt, Marcus	1995	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Nieukerk
32,09	Reimert, Dustin	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2024	Sinzig
29,64	Dilla, Julian	2001	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönnigheim

<b>Zehnkampf</b>		100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400    11H (1,067 m) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5			<b>Männer</b>
4913	Fuchs, Maximilian	2000	LG Bernkastel/Wittlich	19./20.05.2024	Limburgerhof
	12,67 (-1,3) - 5,83 (0,0) - 9,62 - 1,64 - 55,66    17,29 (-1,3) - 23,47 - 2,80 - 39,93 - 4:49,07				

## Frauen

<b>100m</b>					<b>Frauen</b>
-------------	--	--	--	--	---------------

11,26 (+1,9)	Junk, Sophia	1999	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Mannheim
12,38 (+0,2)	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
12,51 (0,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
12,61 (-0,1)	Schumacher, Maren	2002	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
12,64 (+0,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024	Ellensburg, WA (USA)
12,66 (+1,2)	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
12,79 (+1,8)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	07.05.2024	Rehlingen
12,88 (-0,1)	Steilen, Lilian	2003	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
13,14 (-0,4)	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Köln
13,30 (+0,8)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz

<b>200m</b>					<b>Frauen</b>
-------------	--	--	--	--	---------------

25,18 (0,0)	Rühle, Miriam	2004	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
25,72 (+1,2)	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	07.05.2024	Rehlingen
26,08 (+1,9)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	22.03.2024	San Diego, CA (USA)
26,10 (0,0)	Roscher, Kira	1998	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
26,52 (+0,2)	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Köln
27,57 (+0,6)	Stinner, Julia	2003	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
27,60 (+0,6)	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
27,70 (-2,5)	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	20.04.2024	Dierdorf
27,81 (+0,6)	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
28,03 (-0,9)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	26.05.2024	Siegburg

<b>400m</b>					<b>Frauen</b>
-------------	--	--	--	--	---------------

56,02	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	08.05.2024	Pfungstadt
57,92	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	08.05.2024	Pfungstadt
57,93	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
58,87	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Dortmund
60,22	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
62,47	Suta, Anesa	2002	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Mönchengladbach

<b>800m</b>					<b>Frauen</b>
-------------	--	--	--	--	---------------

2:00,88	Kolberg, Majtie	1999	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Karlsruhe
2:03,74	Sturm, Lucia	2002	TSV Moselfeuer Lehmen	25.05.2024	Pfungstadt
2:06,62	Gürth, Olivia	2002	Silvesterlauf Trier	08.05.2024	Pfungstadt
2:16,16	Peiker, Csenge	2004	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2024	Koblenz
2:17,80	Fiedler, Radha	1996	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Karlsruhe
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
2:40,31	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Ellensburg, WA (USA)
2:42,41	Blöcher, Benita	2003	Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen

<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>
4:14,57	Gürth, Olivia	2002	Silvesterlauf Trier	11.05.2024	Karlsruhe
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
21:08	Brenner, Alicia	1998	WSG Bad Marienberg	08.05.2024	Boppard
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
23:37	Klein, Lena	2002	LG Bitburg-Prüm	11.05.2024	Bad Ems
24:02	Henger, Marit	2004	Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
25:10	Georg, Verena	1998	DJK Ochtendung	09.03.2024	Urmitz
26:09	Zinn, Tamina	1996	LG Rhein-Wied	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	Laufftreff 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 Meulenzahl 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
1:58:02	Licht, Sophie	1998	Lauffreunde Naheland	05.05.2024	Mainz

<b>Halbmarathon-Mannschaft</b>				<b>Frauen</b>
4:28:13	Lauffreff Schweich Bauer, Michelle (1989) - 1:24:12; Hausmann, Tine (1982) - 1:26:15; Engel, Yvonne (1977) - 1:37:46		07.04.2024	Berlin
<b>100m Hürden (838 mm)</b>				<b>Frauen</b>
15,31 (+1,4)	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024 Ellensburg, WA (USA)
15,41 (0,0)	Lorenz, Nina	2001	LG Rhein-Wied	04.05.2024 Dortmund
<b>400m Hürden (762 mm)</b>				<b>Frauen</b>
62,99	Kupczik, Rebecca	2001	Post-Sportverein Trier	20.05.2024 Meckenheim
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>
47,90	LG Rhein-Wied Babel, Jule (2008); Rühle, Miriam (2004); Roos, Jessica (1994); Roscher, Kira (1998);			04.05.2024 Neuwied
53,19	LG Sieg Jung, Lea (2004); Schwan, Luzia (2008); Heinemann, Lara (2004); van der Zwaag, Jule (2007);			04.05.2024 Neuwied
<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>
1,51	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024 Ellensburg, WA (USA)
<b>Stabhochsprung</b>				<b>Frauen</b>
2,54	Schinke, Lena	2004	TuS 1908 Sohren	04.05.2024 Bad Ems
2,34	Schmidt, Jana	2001	TuS 1908 Sohren	04.05.2024 Bad Ems
<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
4,71 (0,0)	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
4,61 (0,0)	Jung, Lea	2004	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
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	
11,25	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf	
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	
9,28	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf	
9,03	Kah, Leonie	2002	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Hohenstein	
8,15	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier	
6,96	Alt, Carla	2003	TuS Roland Brey	26.05.2024	Siegburg	
6,86	Menrath, Carolina	1995	LG Kreis Ahrweiler	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	
35,48	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf	
23,64	Elges, Lina-Marie	2003	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein	
23,21	Alt, Carla	2003	TuS Roland Brey	26.05.2024	Siegburg	
22,62	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf	
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>
34,10	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10.05.2024	Ellensburg, WA (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						
4639	Ließfeld, Vivien	2004	LG Rhein-Wied	10./11.05.2024	Ellensburg, WA (USA)	
15,31 (+1,4) - 1,51 - 10,69 - 26,11 (+1,2)    5,58 (+0,1) - 33,94 - 2:40,31						

## 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>	
11,47	(-0,2)	Franz, Robin	2006 LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
11,79	(0,0)	Leitz, Florian	2006 Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
12,38	(-1,6)	Reuber, Jona	2006 LG Sieg	26.05.2024	Siegburg
12,43	(-0,1)	Müller, Yanniss	2006 LG Westerwald	12.05.2024	Selters/Ts.
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>	
23,53	(+0,4)	Leitz, Florian	2006 Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
24,54	(+0,4)	Schnitzius, Jonas	2006 LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
24,94	(-0,1)	Reuber, Jona	2006 LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
25,68	(0,0)	Müller, Yanniss	2006 LG Westerwald	12.05.2024	Selters/Ts.
<b>400m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
50,74		Kumarathas, Matusen	2005 Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
51,54		Leitz, Florian	2006 Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Mannheim
52,87		Aldekamp, Jannik	2005 TSV Moselfeuer Lehmen	09.05.2024	Wittlich
55,13		Reuber, Jona	2006 LG Sieg	26.05.2024	Siegburg
<b>800m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
1:58,63		Kumarathas, Matusen	2005 Post-Sportverein Trier	11.05.2024	Karlsruhe
2:00,92		Decker, Louis	2006 Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
2:01,49		Aldekamp, Jannik	2005 TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2024	Koblenz
2:09,11		Lange, Julian	2006 TV Jahn Plaidt	19.04.2024	Mayen
<b>1500m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
3:59,15		Decker, Louis	2006 Post-Sportverein Trier	11.05.2024	Karlsruhe
4:25,88		Fuhrmann, Tim	2005 TV Eintracht Cochem	17.05.2024	Koblenz
4:37,58		Lange, Julian	2006 TV Jahn Plaidt	17.05.2024	Koblenz
<b>3000m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
10:00,58		Fuhrmann, Tim	2005 TV Eintracht Cochem	28.04.2024	Bingen
10:02,66		Lange, Julian	2006 TV Jahn Plaidt	09.05.2024	Wittlich
<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
16:20		Neumann, Denni	2005 LG Rhein-Wied	08.05.2024	Boppard
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>Halbmarathon</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
2:07:55	Brusius, Tim-Lennart	2005	SV Göttschied	05.05.2024	Mainz
<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>4x100m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
45,22	LG Rhein-Wied Ott, Robin (2007); Godlewsky, Friedrich (2008); Lehnart, Samuel (2008); Franz, Robin (2006);			09.05.2024	Wittlich
49,20	LG Sieg Zöller, Marius (2008); Reuber, Jona (2006); Klein, Finn (2006); Knie, Julius (2010);			09.05.2024	Wittlich
<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
<b>Hochsprung</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
1,95	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Aachen
<b>Weitsprung</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
6,64 (0,0)	Franz, Robin	2006	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Mönchengladbach
6,23 (0,0)	Kaperyz, Rostyslav	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
6,03 (+1,5)	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	26.05.2024	Siegburg
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

<b>Kugelstoß (6 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
10,43	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
9,00	Schnitzius, Jonas	2006	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
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

<b>Diskuswurf (1,75 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
31,09	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
20,42	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

<b>Speerwurf (800 g)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
37,86	Reuber, Jona	2006	LG Sieg	14.04.2024	Koblenz
37,07	Klein, Finn	2006	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
32,30	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

## Weibliche Jugend U20

<b>100m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
12,50 (0,0)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	04.05.2024	Neuwied
12,85 (+0,5)	Kuppert, Lena	2006	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen
13,60 (-0,1)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2024	Koblenz
13,67 (+0,4)	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	28.04.2024	Diez
13,71 (-1,5)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
13,78 (-1,5)	Schröder, Julia Maria	2006	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
13,87 (0,0)	Kammerl, Lara	2006	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
13,98 (-1,0)	Scheel, Kim Maya	2006	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
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

<b>200m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
25,29 (0,0)	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	09.05.2024	Wittlich
28,19 (+0,6)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2024	Koblenz
28,87 (-1,6)	Scheel, Kim Maya	2006	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
29,18 (+0,6)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
31,05 (-0,1)	Klößner, Lilly	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

<b>400m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
57,81	Kupser, Leonie	2006	DJK Ochtendung	25.05.2024	Pfungstadt
74,50	Petry, Eva	2005	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz

<b>800m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
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
19:36	Reichel, Leonie	2006	RSG Montabaur	08.05.2024	Boppard
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>
14,88 (-1,5)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
17,58 (+0,1)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Meckenheim
18,35 (-1,5)	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
25,27 (-1,5)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
<b>4x100m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
49,69	LG Rhein-Wied Kuppert, Lena (2006); Götz, Lotta (2008); Medinger, Celina (2007); Karst, Johanna (2008);			09.05.2024	Wittlich
50,32	Post-Sportverein Trier Thesen, Linda (2007); Stohmann, Hannah (2008); Schwind, Hannah (2007); Moll, Marlene (2008);			09.05.2024	Wittlich
54,54	LG Rhein-Wied Schröder, Julia Maria (2006); Köhler, Laura (2007); Forkert, Alina (2008); Zinn, Tiara (2006);			09.05.2024	Wittlich
<b>Hochsprung</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
1,55	Auler, Nele	2005	LLG Hunsrück	09.05.2024	Wittlich
1,40	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
<b>Stabhochsprung</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
2,54	Flach, Carolin	2006	TuS 1908 Sohren	04.05.2024	Bad Ems
<b>Weitsprung</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>
4,93 (+0,7)	Zinn, Tiara	2006	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Meckenheim
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
4,60 (0,0)	Kammerl, Lara	2006	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,59 (0,0)	Scheel, Kim Maya	2006	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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>	
11,41	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
11,14	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
10,84	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
9,22	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	09.05.2024	Wittlich
9,22	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
9,16	Berghäuser, Lena	2005	TV 1861 Bad Ems	28.04.2024	Diez
8,61	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	09.05.2024	Wittlich
7,73	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
7,57	Alt, Annika	2005	TuS Roland Brey	26.05.2024	Siegburg

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
44,11	Anton, Nele	2006	LG Bernkastel/Wittlich	04.05.2024	Kaiserslautern
29,66	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
28,13	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
27,29	Trappen, Nora	2006	TuS 1862 Kirn	14.04.2024	Koblenz
24,02	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
22,85	Alt, Annika	2005	TuS Roland Brey	26.05.2024	Siegburg
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
34,35	Scheel, Kim Maya	2006	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
33,93	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
28,66	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
24,94	Gerstenschläger, Nina	2008	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
20,75	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
20,32	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
18,69	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
11,37	Weber, Lena	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich

## 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)
11,27 (+0,6)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	05.05.2024	Aschaffenburg
11,30 (+0,6)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	05.05.2024	Aschaffenburg
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

<b>200m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
23,46 (+0,4)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
24,59 (-0,8)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
25,45 (+0,4)	Steeb, Raphael	2008	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
25,48 (+0,9)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
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
26,11 (+0,9)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
26,32 (+0,9)	Meuter, Paul	2007	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
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)
52,77	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
57,18	Dasbach, Jonas	2007	LG Rhein-Wied	14.05.2024	Cadott, WI (USA)
58,82	Renk, Simon	2008	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
<b>800m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
2:01,01	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
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
2:16,68	Kraus, Jasper	2008	LG Rhein-Wied	26.05.2024	Siegburg
2:17,94	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	19.04.2024	Mayen
<b>1500m</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
4:12,99	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	11.05.2024	Karlsruhe
4:29,85	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
4:37,18	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
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
9:37,75	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
10:04,93	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Wittlich
11:05,23	Kraus, Jasper	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	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
18:36	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	08.05.2024	Boppard
<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>	
14,79 (+0,5)	Hehn, Daniel	2007	LG Sieg	05.05.2024	Aschaffenburg
14,93 (+1,1)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Konz
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>400m Hürden (838 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
60,24	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	18.05.2024	Gladbeck
<b>2000m Hindernis (838 mm)</b>				<b>Männliche Jugend U18</b>	
6:50,68	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	25.05.2024	Siegburg
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)
1,69	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,62	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
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>	
7,06 (+2,0)	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	05.05.2024	Aschaffenburg
7,05 (+0,7)	von der Heyden, Daniel J.	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Pietermaritzburg (RSA)
5,80 (-1,2)	Lehnart, Samuel	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,80 (+1,5)	Godlewsky, Friedrich	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Wiesbaden
5,63 (-1,4)	Römer, Maximilian	2007	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
5,52 (0,0)	Schlosser, Adrian	2007	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,50 (0,0)	Renk, Simon	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,44 (0,0)	Zöller, Marius	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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

<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
9,69	Renk, Simon	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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)
33,86	Weis, Wolf	2008	LG Bernkastel/Wittlich	15.05.2024	Kaiserslautern
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
36,08	Renk, Simon	2008	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
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

<b>100m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
12,36	(0,0) Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
12,64	(+1,5) Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
12,76	(0,0) Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
12,81	(+0,3) Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
12,83	(+0,2) Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
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
13,18	(+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



<b>200m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
25,32 (+0,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
25,74 (+1,6)	Backes, Luisa Ella	2007	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
25,81 (+0,3)	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
25,96 (+0,3)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
25,98 (-0,8)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	11.05.2024	München
26,71 (0,0)	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
26,73 (+1,6)	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	22.04.2024	Manh. Beach, CA (USA)
26,81 (+0,6)	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	17.05.2024	Koblenz
26,92 (+0,6)	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
27,39 (+0,6)	Thesen, Linda	2007	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
<b>400m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
57,94	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
59,39	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	08.05.2024	Pfungstadt
61,79	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
62,46	Levine, Tessa	2007	LG Rhein-Wied	12.03.2024	Sta. Monica, CA (USA)
62,51	Stohmann, Hannah	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
63,36	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
63,51	Peerenboom, Charlotte	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
63,90	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
64,27	Nolden, Imke	2008	LAZ Birkenfeld	18.05.2024	Mörfelden
64,79	Schlösser, Helene	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
<b>800m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
2:11,10	Eichhorn, Lena	2008	LG Rhein-Wied	25.05.2024	Pfungstadt
2:20,00	Weinand, Emma	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	25.05.2024	Pfungstadt
2:24,24	Michels, Anna	2007	LG Vulkaneifel	17.05.2024	Koblenz
2:26,26	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
2:29,45	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
2:30,35	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
2:33,42	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
2:35,69	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
2:36,77	Seifert, Vivien	2008	Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen
2:37,61	Dittmar, Charlotte	2008	Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen
<b>1500m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
5:00,67	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Heidelberg
5:10,49	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
<b>3000m</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
11:17,59	Forkert, Alina	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
11:45,76	Köhler, Laura	2007	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
12:08,84	Vieh, Victoria	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
12:12,38	Merrem, Klara	2007	Athletic-Team Wittlich	09.05.2024	Wittlich
<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
20:22	Smolka, Lia	2008	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Boppard
20:47	Raßkopf, Johanna	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
21:02	Repplinger, Ella	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2024	Schweich
21:02	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
29:21	Eulberg, Solea	2008	RSG Montabaur	11.05.2024	Bad Ems

## 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
14,15 (+1,3)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
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
15,76 (+0,7)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
15,89 (-1,5)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich
16,71 (-0,1)	Zatcha, Christine	2007	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024	Meckenheim
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

## 400m Hürden (762 mm)

### Weibliche Jugend U18

66,11	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
69,10	Moll, Marlene	2008	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Meckenheim
73,55	Babel, Jule	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich

## 4x100m

### Weibliche Jugend U18

49,04	LG Rhein-Wied Eichhorn, Lena (2008); Götz, Lotta (2008); Medinger, Celina (2007); Karst, Johanna (2008);	04.05.2024	Neuwied
49,88	Post-Sportverein Trier Thesen, Linda (2007); Schwind, Hannah (2007); Sonnenberg, Greta (2007); Moll, Marlene (2008);	17.05.2024	Koblenz
52,65	LAZ Birkenfeld Swenne, Cleo (2010); Schneider, Johanna (2008); Jansen, Nora (2008); Nolden, Imke (2008);	11.05.2024	Merzig
54,48	LG Rhein-Wied Babel, Jule (2008); Schmitt, Amelie (2008); Forkert, Alina (2008); Stein, Eva-Fabienne (2009);	20.04.2024	Neuss
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
1,59	Mattern, Friederike	2008	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
1,59	Kahl, Livia	2007	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
1,59	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	18.05.2024	Gladbeck
1,57	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,56	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
1,46	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,41	Zatcha, Christine	2007	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024	Meckenheim
1,40	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
<b>Stabhochsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
3,65	Schinke, Julia	2007	TuS 1908 Sohren	09.05.2024	Wittlich
2,80	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
2,54	Neuls, Lisa	2008	TuS 1908 Sohren	04.05.2024	Bad Ems
<b>Weitsprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
5,49 (-0,1)	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	11.05.2024	München
5,27 (-0,5)	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
5,22 (+1,6)	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
5,16 (-0,6)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Wiesbaden
5,15 (+0,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	28.04.2024	Diez
5,13 (0,0)	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,05 (+1,0)	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
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
5,01 (+0,1)	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
<b>Dreisprung</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
11,82 (+1,6)	Monschauer, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Wiesbaden
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>	
12,70	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
12,34	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	15.05.2024	Betzdorf
11,78	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	27.04.2024	Friedberg/HE
11,62	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	14.04.2024	Koblenz
10,88	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	11.05.2024	München
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
9,86	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
34,87	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	25.05.2024	Wetzlar
33,66	Schwan, Luzia	2008	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
32,94	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
28,78	Michels, Zoe	2007	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
26,42	Schreiber, Solveig	2008	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Neuss
25,42	Montermann, Lena Marie	2008	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
24,62	Thommes, Hannah	2008	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel
23,63	Wetzlar, 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	Wetzlar, 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>	
39,56	Servatius, Elenor	2007	Athletic-Team Wittlich	11.05.2024	München
38,19	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
33,81	Vollmer, Mona	2008	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
33,49	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
33,19	Cordes, Maja	2007	LG Sieg	25.05.2024	Olpe
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
27,90	Schwind, Hannah	2007	Post-Sportverein Trier	07.05.2024	Rehlingen
27,32	Gerstenschläger, Nina	2008	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein

<b>Vierkampf</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
10H (762 mm) - HOC - KUG (3 kg) - 200					
2998	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
	14,15 (+1,3) - 1,56 - 10,33 - 25,96 (+0,3)				
2751	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
	15,76 (+0,7) - 1,56 - 12,70 - 28,25 (+0,3)				
2668	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
	15,15 (+1,3) - 1,40 - 9,86 - 25,81 (+0,3)				
2504	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
	15,93 (+1,3) - 1,56 - 9,76 - 28,68 (-2,3)				

<b>Siebenkampf</b>				<b>Weibliche Jugend U18</b>	
10H (762 mm) - HOC - KUG (3 kg) - 200    WEI - SPE (500 g) - 800					
4741	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	19./20.05.2024	Limburgerhof
	14,15 (+1,3) - 1,56 - 10,33 - 25,96 (+0,3)    5,27 (-0,5) - 36,38 - 2:45,52				
4398	Schmitt, Amelie	2008	LG Rhein-Wied	19./20.05.2024	Limburgerhof
	15,76 (+0,7) - 1,56 - 12,70 - 28,25 (+0,3)    5,05 (+1,0) - 28,62 - 2:35,69				
4260	Böckmann, Leonie	2008	LG Rhein-Wied	19./20.05.2024	Limburgerhof
	15,93 (+1,3) - 1,56 - 9,76 - 28,68 (-2,3)    5,01 (+0,1) - 33,49 - 2:33,42				
4196	Götz, Lotta	2008	LG Rhein-Wied	19./20.05.2024	Limburgerhof
	15,15 (+1,3) - 1,40 - 9,86 - 25,81 (+0,3)    4,87 (0,0) - 21,46 - 2:30,35				

## Siebenkampf-Mannschaft

### Weibliche Jugend U18

13399	LG Rhein-Wied Medinger, Celina (2007) - 4741; Schmitt, Amelie (2008) - 4398; Böckmann, Leonie (2008) - 4260	19.05.2024	Limburgerhof
-------	--	------------	--------------

## Vierkampf-Mannschaft

### Weibliche Jugend U18

8417	LG Rhein-Wied Medinger, Celina (2007) - 2998; Schmitt, Amelie (2008) - 2751; Götz, Lotta (2008) - 2668	19.05.2024	Limburgerhof
------	---	------------	--------------

## Männliche Jugend U16

### 5km-Mannschaft

### Männliche Jugend U16

57:04	LG Kreis Ahrweiler Löcher, Jonas (2009) - 17:36; Jüris, Lorenz (2010) - 19:40; Beckmann, Jona (2009) - 19:48	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:02:56	Post-Sportverein Trier Teusch, Jonas (2009) - 18:40; Rademacher, Gabriel (2010) - 20:44; Rademacher, Raphael (2010) - 23:32	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:14:53	TuS Jahn Argenthal Hering, Andrik (2009) - 23:23; Mönch, Benjamin (2011) - 24:15; Sinß, Rafael (2010) - 27:15	17.03.2024	Bad Kreuznach

### 4x100m

### Männliche Jugend U16

46,84	LG Rhein-Wied Plenert Fabing, Samuel (2009); Seibel, Noah (2009); Stricker, Finley (2010); Veit, Philipp (2009);	09.05.2024	Wittlich
49,44	Post-Sportverein Trier Kaufmann, Manuel (2009); Knob, Johan (2009); Metz, Benedikt (2010); Wichowanez, Dennis (2009);	09.05.2024	Wittlich
49,56	LG Bernkastel/Wittlich Götz, Cedric (2009); Klassen, Lennart (2009); Griebeler, Oskar (2010); Hajek, David (2011);	09.05.2024	Wittlich
50,26	TG Konz Hartmann, Vincent (2009); Jankowski, Tomasz (2010); Bach, Leonard (2009); Duda, Noah (2009);	27.04.2024	Wittlich
51,03	LG Rhein-Wied Carstens, Jona (2009); Uffmann, Elias (2010); Theisen, Tim (2009); Tamke, Maro (2009);	09.05.2024	Wittlich
51,84	LG Sieg Hassel, Leo (2009); Neumann, Ben (2010); Möller, Luis (2010); Utzeri, Leo (2009);	09.05.2024	Wittlich
54,77	StG Dierdorf/Windhagen Kneutgen, Runar (2011); Salma, Elias (2011); Rudolph, Matias (2010); Krischer, Niklas (2010);	17.05.2024	Koblenz

### 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); Künster, 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
12,14	(+1,9)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
12,34	(0,0)	Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	20.04.2024 Konz
12,34	(-1,8)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
12,45	(+1,9)	Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	09.05.2024 Wittlich
12,50	(-0,6)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	05.05.2024 Kreuztal
12,54	(-0,4)	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	13.04.2024 Ochtendung
12,54	(+1,9)	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	09.05.2024 Wittlich
12,74	(+1,9)	Dahm, Felix	2009	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024 Wittlich
12,86	(-1,8)	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	09.05.2024 Wittlich

300m					Jugend M15
37,88		Duda, Noah	2009	TG Konz	09.05.2024 Wittlich
37,89		Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
39,34		Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
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
44,36		Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich

800m					Jugend M15
2:00,81		Veit, Philipp	2009	LG Rhein-Wied	11.05.2024 Karlsruhe
2:14,44		Beckmann, Jona	2009	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024 Köln
2:17,93		Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	20.04.2024 Konz
2:18,55		Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	17.05.2024 Koblenz
2:18,95		Tamke, Maro	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
2:19,63		Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	17.05.2024 Koblenz
2:20,71		Dockter, Rouven	2009	LG Bernkastel/Wittlich	17.05.2024 Koblenz
2:26,77		Künster, Louis	2009	TSV Moselfeuer Lehmen	19.04.2024 Mayen
2:28,97		Teusch, Jonas	2009	Post-Sportverein Trier	19.05.2024 Rehlingen

1000m					Jugend M15
3:07,60		Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof

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
9:54,16		Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024 Wittlich
10:15,44		Lang, Maximilian	2009	TV Jahn Plaidt	09.05.2024 Wittlich
10:16,71		Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024 Wittlich
11:16,23		Pohl, Eric	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
12:02,25		Löhfelm, Moritz	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024 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

11,47 (-1,1)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
12,09 (-2,0)	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
12,17 (-0,5)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
12,55 (-0,5)	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
12,96 (-0,5)	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
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

## 300m Hürden (838 mm)

Jugend M15

48,46	Theisen, Tim	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
50,83	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	09.05.2024	Wittlich

## 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
1,61	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,61	Knob, Johan	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
1,60	Wichowanez, Dennis	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
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

3,60	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
3,10	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
2,70	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)

## Weitsprung

Jugend M15

6,17 (-0,3)	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
5,70 (+1,3)	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
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
5,20 (+0,9)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	05.05.2024	Kreuztal
5,16 (+0,4)	Dahm, Felix	2009	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich
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
4,72 (0,0)	Droste-Franke, Felix	2009	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
4,69 (-0,6)	Kaufmann, Manuel	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich

## Kugelstoß (4 kg)

Jugend M15

13,74	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
13,41	Klassen, Lennart	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
11,80	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
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
10,97	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	09.05.2024	Wittlich
10,74	Van der Eerden, Noel	2009	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
10,11	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	09.05.2024	Wittlich
9,31	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
8,97	Stiehler, Len Emilian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

## Diskuswurf (1 kg)

Jugend M15

39,36	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
37,72	Plenert Fabing, Samuel	2009	LG Rhein-Wied	21.04.2024	Neuss
36,75	Götz, Cedric	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
35,60	Hoffmann, Gregor	2009	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	09.05.2024	Wittlich
32,52	Roth, Connor	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	20.04.2024	Selters/Ts.
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
18,68	Bach, Leonard	2009	TG Konz	09.05.2024	Wittlich

## Speerwurf (600 g)

Jugend M15

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
32,40	Bohr, Moritz	2009	TuS 1862 Kirn	09.05.2024	Wittlich
31,45	Carstens, Jona	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
30,73	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
29,45	Utzeri, Leo	2009	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
25,96	Hartmann, Vincent	2009	TG Konz	27.04.2024	Wittlich
25,71	Hering, Andrik	2009	TuS Jahn Argenthal	09.05.2024	Wittlich

## Ballwurf (200 g)

Jugend M15

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

## Vierkampf

100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC

Jugend M15

2336	Seibel, Noah 12,27 (0,0) - 6,17 (-0,3) - 13,73 - 1,64	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
2082	Plenert Fabing, Samuel 12,61 (0,0) - 5,48 (0,0) - 11,24 - 1,52	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
1800	Hering, Andrik 13,00 (+1,3) - 4,73 (+2,2) - 9,76 - 1,31	2009	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen



<b>Neunkampf</b>				100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC    80H (838 mm) - DIS (1 kg) - STA - SPE (600 g) - 1K0		<b>Jugend M15</b>
5162	Seibel, Noah	2009	LG Rhein-Wied	19./20.05.2024	Limburgerhof	
12,27 (0,0) - 6,17 (-0,3) - 13,73 - 1,64    11,47 (-1,1) - 36,92 - 3,60 - 35,17 - 3:07,60						

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

## Jugend M14

<b>100m</b>						<b>Jugend M14</b>
11,82 (+1,1)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	09.05.2024	Wittlich	
12,33 (+1,1)	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich	
12,35 (+1,1)	Stricker, Finley	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich	
12,54 (0,0)	Mohr, David	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf	
12,76 (+1,1)	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	09.05.2024	Wittlich	
12,93 (+1,2)	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich	
13,03 (-0,3)	Alabdullah, Ibrahim	2011	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz	
13,06 (+1,1)	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	09.05.2024	Wittlich	
13,31 (+1,1)	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich	
13,43 (+1,2)	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich	

<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>
2:12,55	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	26.05.2024	Siegburg	
2:18,05	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz	
2:22,03	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich	
2:28,48	Hanke, Marc	2010	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz	
2:29,21	Stock, Lennart	2010	LG Sieg	26.05.2024	Siegburg	
2:30,47	Rademacher, Raphael	2010	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich	
2:42,44	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz	
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	

<b>1000m</b>						<b>Jugend M14</b>
3:13,93	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.05.2024	Esch s.A. (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	

## 5km Straßenlauf

Jugend M14

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

## 80m Hürden (838 mm)

Jugend M14

11,56 (-0,4)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	13.04.2024	Ochtendung
13,03 (+1,3)	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
13,24 (-1,7)	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
13,64	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
14,21 (-1,7)	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich
14,27 (-1,7)	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
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
16,17 (-1,7)	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	09.05.2024	Wittlich

## 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
1,50	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
1,49	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,41	Ludwig, Leon	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	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
1,25	Brusius, Leo	2010	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein

## Stabhochsprung

Jugend M14

2,20	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
------	------------------	------	------------------------	------------	----------

## Weitsprung

Jugend M14

5,79 (+1,6)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
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
4,80 (0,0)	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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
4,67 (0,0)	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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

## Kugelstoß (4 kg)

Jugend M14

12,05	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig
11,50	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
10,34	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
9,91	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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
9,07	Demircan, Erdinc Muhammed	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
8,93	Griebeler, Oskar	2010	LG Bernkastel/Wittlich	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

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Jugend M14</b>
42,53	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
34,37	Schneider, Toni	2010	LG Westerwald	09.05.2024	Wittlich
30,82	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
28,90	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich
26,02	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
23,68	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich
23,37	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
23,27	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Bengel
22,50	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	09.05.2024	Wittlich
22,34	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz

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

<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Jugend M14</b>
38,63	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
35,79	Uffmann, Elias	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
31,19	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
29,91	Zahu, Vlad	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
29,56	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich
27,35	Rudolph, Matias	2010	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
25,07	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
24,99	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
24,72	Kummer, Marc-Noël	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Leichlingen
22,94	Ludwig, Leon	2010	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich

<b>Ballwurf (200 g)</b>					<b>Jugend M14</b>
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

<b>Vierkampf</b>					<b>Jugend M14</b>
100 - WEI - KUG (4 kg) - HOC					
1938	Arnoldussen, Aidan	2010	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
	12,81 (+1,7) - 4,84 (-0,5) - 9,40 - 1,55				
1273	Brusius, Leo	2010	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
	15,44 (+0,7) - 3,80 (0,0) - 5,50 - 1,25				
1230	Kunz, Robin	2010	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
	15,36 (+0,7) - 4,05 (+1,3) - 4,77 - 1,19				

<b>Blockwettkampf Lauf</b>					<b>Jugend M14</b>
100 - 80H (838 mm) - WEI - BAL (200 g) - 2K0					
2472	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	28.04.2024	Frankfurt
	12,49 (+0,2) - 13,64 - 5,49 (+1,5) - 50,00 - 6:57,96				

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		100 - 80H (838 mm) - WEI - KUG (4 kg) - DIS (1 kg)	<b>Jugend M14</b>
2383	Schneider, Toni 13,31 (-0,4) - 13,03 (+1,3) - 4,67 (0,0) - 9,91 - 28,06	2010 LG Westerwald	04.05.2024 Selters/Ts.

## Weibliche Jugend U16

<b>5km-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
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

<b>4x100m</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
50,54	LG Rhein-Wied Schmidt, Lina (2009); Weber, Svea (2010); Meuter, Lotta (2009); Franz, Mira (2009);	04.05.2024 Neuwied
52,32	LG Kreis Ahrweiler Sachs, Jette (2009); Jünger, Clara (2009); Dahmen, Paula Mailin (2010); Näkel, Lina (2011);	09.05.2024 Wittlich
52,46	Post-Sportverein Trier Weirich, Anna (2009); Schwind, Elisabeth (2010); Schmitt, Lotte (2009); Guthörl, Sofia (2009);	09.05.2024 Wittlich
53,24	LG Bernkastel/Wittlich Franzen, Stella (2010); Götz, Katharina (2009); Weis, Miene (2010); Trossen, Xenia (2009);	09.05.2024 Wittlich
54,51	StG Dierdorf/Windhagen Schroeder, Zoe (2009); Dömlang, Helena (2009); Marker, Johanna (2009); Kessel, Anna (2009);	09.05.2024 Wittlich
56,21	LG Bitburg-Prüm Ostermann, Antonia (2009); Kling, Louisa (2009); Gompelmann-Bretz, Mia (2009); Ostermann, Franziska (2009);	27.04.2024 Wittlich
56,68	TG Konz Wagner, Nele (2010); Forket Dauffy, Sarah (2010); Michels, Alena (2010); Karges, Anna (2009);	27.04.2024 Wittlich
57,22	LG Rhein-Wied Dott, Mia (2010); Spürkmann, Annike (2010); Klingbeil, Lara (2010); Stieber, Aglaia (2009);	09.05.2024 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

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

<b>Siebenkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
10154	LG Rhein-Wied Schmidt, Lina (2009) - 3496; Weber, Svea (2010) - 3363; Stein, Eva-Fabienne (2009) - 3295	19.05.2024 Limburgerhof
9918	Post-Sportverein Trier Schwind, Elisabeth (2010) - 3467; Schmitt, Lotte (2009) - 3324; Weirich, Anna (2009) - 3127	19.05.2024 Limburgerhof

<b>Vierkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U16</b>
4817	LG Koblenz-Rhens Herborg, Marleen (2010) - 1677; Wiesmann, Pia (2010) - 1608; Herborg, Nele (2010) - 1532	28.04.2024 Bingen

## 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
13,17 (+1,4)	Meuter, Lotta	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
13,30 (+1,7)	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
13,31 (+0,8)	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	17.05.2024	Koblenz
13,36 (+1,7)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich
13,39 (+1,4)	Götz, Katharina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
13,45 (+1,7)	Ostermann, Franziska	2009	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich
13,53 (+1,7)	Karges, Anna	2009	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13,57 (+1,7)	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich

300m					Jugend W15
44,36	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich
44,60	Götz, Katharina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
44,88	Guthörl, Sofia	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
46,22	Blasius, Hannah	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
48,93	Holzhäuser, Lara	2009	Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen

800m					Jugend W15
2:31,12	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich
2:32,48	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
2:34,55	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
2:36,33	Münch, Mia	2009	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich
2:36,64	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Limburgerhof
2:39,03	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	17.05.2024	Koblenz
2:42,00	Kraft, Sara	2009	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
2:55,97	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Limburgerhof
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

3000m					Jugend W15
11:16,08	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
12:08,24	Münch, Mia	2009	LG Sieg	17.05.2024	Koblenz
13:49,12	Engel, Eva	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	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

<b>80m Hürden (762 mm)</b>				<b>Jugend W15</b>
12,01 (+1,1)	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof
12,64 (-1,9)	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024 Wittlich
12,78 (-1,9)	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024 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
13,68 (-0,3)	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024 Meckenheim
13,77 (+1,1)	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024 Limburgerhof
13,79 (-0,5)	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	20.05.2024 Limburgerhof
14,64 (-1,9)	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024 Wittlich
15,11 (-0,1)	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	13.04.2024 Ochtendung

<b>300m Hürden (762 mm)</b>				<b>Jugend W15</b>
50,06	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024 Köln
50,46	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024 Köln

<b>1500m Hindernis (762 mm)</b>				<b>Jugend W15</b>
5:50,37	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	25.05.2024 Siegburg
6:12,59	Münch, Mia	2009	LG Sieg	25.05.2024 Siegburg

<b>Hochsprung</b>				<b>Jugend W15</b>
1,57	Müller, Paulina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024 Wittlich
1,55	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024 Meckenheim
1,53	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024 Wittlich
1,48	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
1,48	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	01.05.2024 Mannheim
1,48	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024 Limburgerhof
1,45	Franz, Mira	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024 Wittlich
1,41	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	28.04.2024 Diez
1,40	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
1,37	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	28.04.2024 Diez
1,37	Hertrich, Mia	2009	TV 1848 Oberstein	04.05.2024 Idar-Oberstein

<b>Stabhochsprung</b>				<b>Jugend W15</b>
2,40	Trossen, Xenia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024 Wittlich

<b>Weitsprung</b>				<b>Jugend W15</b>
5,08 (+0,8)	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	26.05.2024 Siegburg
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
4,89 (-0,9)	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	19.05.2024 Limburgerhof
4,79 (-1,0)	Sachs, Jette	2009	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024 Wittlich
4,75 (+0,5)	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	01.05.2024 Mannheim
4,75 (+0,4)	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	19.05.2024 Limburgerhof
4,71 (+0,5)	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	28.04.2024 Diez
4,66 (0,0)	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024 Bingen
4,58 (+0,4)	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024 Limburgerhof

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Jugend W15</b>
11,77	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
10,41	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
9,67	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
9,35	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier
9,16	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier
8,93	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich
8,50	Franzmann, Emma	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
8,44	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
8,20	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
8,10	Jünger, Clara	2009	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Jugend W15</b>
29,49	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
27,26	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
21,79	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
18,82	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich
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
16,47	Mertens, Greta	2009	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
15,48	Adamy, Bella	2009	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz
15,13	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	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
33,41	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich
30,80	Schmitt, Lotte	2009	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Limburgerhof
29,85	Kalles, Theresa	2009	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
28,82	Weirich, Anna	2009	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
28,20	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
26,88	Schmidt, Lina	2009	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
25,97	Schroeder, Zoe	2009	SV Windhagen	09.05.2024	Wittlich
24,59	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	09.05.2024	Wittlich
22,00	Adam, Catherine	2009	SV Fortuna Ulmen	28.04.2024	Völklingen

<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>					<b>Jugend W15</b>
100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC					
1975	Franzmann, Emma 13,03 (+1,6) - 4,66 (0,0) - 8,50 - 1,48	2009	TuS 1862 Kirn	28.04.2024	Bingen
1596	Nied, Neele Malin 14,90 (+0,7) - 4,25 (0,0) - 7,59 - 1,25	2009	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
1541	Hertrich, Mia 16,03 (+0,7) - 3,96 (0,0) - 7,05 - 1,37	2009	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
1372	Ehrit, Flora 14,67 (+2,3) - 3,07 (-0,1) - 5,85 - 1,24	2009	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen
1122	Adamy, Bella 15,35 (+1,6) - 3,70 (+0,3) - 6,96 - ogV.	2009	TuS Roland Brey	28.04.2024	Bingen

<b>Siebenkampf</b>			100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC    80H (762 mm) - SPE (500 g) - 800	<b>Jugend W15</b>	
3496	Schmidt, Lina	2009 LG Rhein-Wied	12,94 (-0,6) - 4,64 (+0,2) - 8,20 - 1,44    12,01 (+1,1) - 26,88 - 2:34,55	19./20.05.2024	Limburgerhof
3324	Schmitt, Lotte	2009 Post-Sportverein Trier	13,68 (+0,5) - 4,75 (+0,4) - 8,08 - 1,40    13,87 (-0,5) - 30,80 - 2:36,64	19./20.05.2024	Limburgerhof
3295	Stein, Eva-Fabienne	2009 LG Rhein-Wied	14,57 (+0,9) - 4,58 (+0,4) - 11,25 - 1,48    13,75 (-0,5) - 36,96 - 3:23,05	19./20.05.2024	Limburgerhof
3127	Weirich, Anna	2009 Post-Sportverein Trier	13,88 (+0,5) - 4,89 (-0,9) - 8,18 - 1,28    13,79 (-0,5) - 26,09 - 2:55,97	19./20.05.2024	Limburgerhof
2965	Franz, Mira	2009 LG Rhein-Wied	13,87 (-0,6) - 4,35 (-0,2) - 6,95 - 1,44    13,77 (+1,1) - 16,99 - 3:09,83	19./20.05.2024	Limburgerhof

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>			100 - 80H (762 mm) - WEI - HOC - SPE (500 g)	<b>Jugend W15</b>	
2564	Schmidt, Lina	2009 LG Rhein-Wied	13,03 (+0,6) - 12,48 (-1,9) - 4,75 (+0,5) - 1,48 - 22,46	01.05.2024	Mannheim

## Jugend W14

<b>100m</b>			<b>Jugend W14</b>		
12,83 (+1,9)	Weber, Svea	2010 LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof	
13,17 (+0,4)	Becker, Maja	2011 LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich	
13,38 (+1,8)	Klapperich, Paula	2010 LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich	
13,55 (-0,5)	Näkel, Lina	2011 LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich	
13,59 (+0,8)	Garaboa, Luisa	2010 Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen	
13,59 (+1,7)	Hahn, Alina	2011 LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich	
13,62 (+1,8)	Schwind, Elisabeth	2010 Post-Sportverein Trier	13.04.2024	Ochtendung	
13,67 (+0,4)	Herborg, Nele	2010 LG Koblenz-Rhens	09.05.2024	Wittlich	
13,77 (+1,2)	Swenne, Cleo	2010 LAZ Birkenfeld	07.05.2024	Rehlingen	
13,86 (+1,7)	Dahmen, Paula Mailin	2010 LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich	

<b>300m</b>			<b>Jugend W14</b>		
47,19	Garaboa, Sofia	2010 Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen	
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>		
2:32,60	Garaboa, Luisa	2010 Diezer TSK Oranien	09.05.2024	Wittlich	
2:43,42	Rüdel, Karlotta	2010 TuS Roland Brey	09.05.2024	Wittlich	
2:43,42	Schwind, Elisabeth	2010 Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Limburgerhof	
2:44,49	Wagner, Nele	2010 TG Konz	19.05.2024	Rehlingen	
2:45,92	Steeb, Annick	2010 LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen	
2:46,79	Wilhein, Julia	2010 LG Kreis Ahrweiler	19.05.2024	Rehlingen	
2:50,39	Weber, Svea	2010 LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof	
2:50,59	Bartlett, Avelina	2010 TG Konz	27.04.2024	Wittlich	
2:53,23	Page, Zoe	2010 LG Sieg	09.05.2024	Wittlich	
2:53,92	Engelmann, Marie	2010 TuS Katzenelnb.-Klingelb.	05.05.2024	Katzenelnbogen	

<b>1000m</b>			<b>Jugend W14</b>		
3:33,10	Ludwig, Marie	2011 LG Kammerwald/Geichlingen	01.05.2024	Esch s.A. (LUX)	
4:03,73	Ludwig, Emelie	2011 LG Kammerwald/Geichlingen	04.05.2024	Schifflingen (LUX)	



<b>3000m</b>					<b>Jugend W14</b>
11:28,93	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	17.05.2024	Koblenz
12:13,19	Simon, Maria	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
12:47,99	Wagner, Nele	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13:22,65	Boucha, Assia	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13:23,04	Bartlett, Avelina	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich
13:36,39	Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	09.05.2024	Wittlich

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend W14</b>
20:14	Wendland, Ida	2010	RSG Montabaur	11.05.2024	Bad Ems
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>
12,56 (-0,3)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	20.05.2024	Limburgerhof
13,06 (-0,3)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Limburgerhof
14,08 (+0,8)	Dott, Mia	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
14,55 (+0,8)	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	09.05.2024	Wittlich
15,41 (+0,5)	Omarova, Nicole	2010	LA TuS Mayen	13.04.2024	Ochtendung
15,42 (+0,8)	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
15,52 (+0,8)	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
15,86 (+0,8)	Studert, Pauline	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
16,07 (0,0)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	13.04.2024	Ochtendung
16,41 (+0,8)	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	09.05.2024	Wittlich

<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend W14</b>
1,61	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	09.05.2024	Wittlich
1,57	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,45	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	09.05.2024	Wittlich
1,40	Dahmen, Paula Mailin	2010	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
1,37	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Wittlich
1,35	Brüning, Sophia	2010	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
1,30	Swenne, Cleo	2010	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen
1,29	Bretz, Louana	2010	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich
1,27	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen
1,27	Wiesmann, Pia	2010	LG Koblenz-Rhens	28.04.2024	Bingen

<b>Stabhochsprung</b>					<b>Jugend W14</b>
2,00	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich

<b>Weitsprung</b>					<b>Jugend W14</b>
4,75 (+0,5)	Garaboa, Luisa	2010	Diezer TSK Oranien	09.05.2024	Wittlich
4,68 (-0,8)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
4,60 (+1,7)	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich
4,60 (-1,3)	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof
4,52 (+0,1)	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich
4,51 (+0,8)	Franzen, Stella	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich
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
4,30 (0,0)	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	09.05.2024	Wittlich

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>						<b>Jugend W14</b>
10,19	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	01.04.2024	Trier	
9,82	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz	
9,11	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich	
8,74	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich	
8,74	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Limburgerhof	
8,61	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	14.04.2024	Koblenz	
8,35	Haubs, Linnea	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich	
8,06	Kotorov, Liana	2010	LG Idar-Oberstein	09.05.2024	Wittlich	
7,29	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	14.04.2024	Koblenz	
7,15	Swenne, Cleo	2010	LAZ Birkenfeld	28.04.2024	Bingen	

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>						<b>Jugend W14</b>
25,63	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	09.05.2024	Wittlich	
21,87	Weis, Miene	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich	
20,84	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	09.05.2024	Wittlich	
20,78	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz	
19,93	Haubs, Linnea	2010	LG Bernkastel/Wittlich	09.05.2024	Wittlich	
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	
17,76	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	09.05.2024	Wittlich	

<b>Speerwurf (500 g)</b>						<b>Jugend W14</b>
30,60	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	20.05.2024	Limburgerhof	
26,44	Trappen, Luisa	2010	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Wittlich	
24,86	Müller, Annabell	2010	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz	
22,90	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	09.05.2024	Wittlich	
21,81	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Wittlich	
20,07	Spürkmann, Annike	2010	LG Rhein-Wied	09.05.2024	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	
18,62	Michels, Alena	2010	TG Konz	09.05.2024	Wittlich	
17,61	Seiberts, Lisa	2010	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich	

<b>Ballwurf (200 g)</b>						<b>Jugend W14</b>
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	

<b>Vierkampf</b>						<b>Jugend W14</b>
100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC						
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
<b>Siebenkampf</b>		100 - WEI - KUG (3 kg) - HOC    80H (762 mm) - SPE (500 g) - 800	<b>Jugend W14</b>	
3467	Schwind, Elisabeth 13,71 (+1,9) - 4,56 (+1,4) - 9,47 - 1,56    13,06 (-0,3) - 30,60 - 2:43,42	2010 Post-Sportverein Trier	19./20.05.2024	Limburgerhof
3363	Weber, Svea 12,83 (+1,9) - 4,60 (-1,3) - 8,74 - 1,52    12,56 (-0,3) - 17,64 - 2:50,39	2010 LG Rhein-Wied	19./20.05.2024	Limburgerhof

## 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
46,00	LG Westerwald Quirmbach, Titus (2012); Reusch, Erik (2011); Brandt, Ansgar (2012); Schwan, Noah (2012);		12.05.2024	Selters/Ts.

<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
9:24,45	LG Westerwald Reusch, Erik (2011); Brandt, Ansgar (2012); Schwan, Noah (2012);		12.05.2024	Selters/Ts.
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
2710	TV 1848 Oberstein Müller, Jonas (2011) - 989; Brusius, Ole-Bennet (2012) - 953; Cazales, Devin (2012) - 768		04.05.2024	Idar-Oberstein
2614	LG Sieg Hüsch, Emil (2012) - 942; Selbach, Lennard (2012) - 886; Schuhen, Julius (2012) - 786		28.04.2024	Herdorf

## Jugend M13

75m				Jugend M13
9,95	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	25.05.2024 Siegburg
9,97	Alabdullah, Ibrahim	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
10,59	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	20.04.2024 Schifflingen (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

800m				Jugend M13
2:26,24	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	17.05.2024 Koblenz
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
2:52,39	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	09.05.2024 Wittlich

2000m				Jugend M13
7:04,23	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	12.05.2024 Diekirch (LUX)
8:00,54	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	06.04.2024 Wittlich

5km Straßenlauf				Jugend M13
21:08	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	17.03.2024 Diekirch (LUX)
21:39	Zink, Niclas	2011	LG Rhein-Wied	11.05.2024 Bad Ems
24:15	Mönch, Benjamin	2011	TuS Jahn Argenthal	17.03.2024 Bad Kreuznach
25:00	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	09.03.2024 Schweich
32:14	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	17.03.2024 Bad Kreuznach

60m Hürden (762 mm)				Jugend M13
10,36	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
10,82	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024 Wittlich
11,42	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	04.05.2024 Schifflingen (LUX)
11,64	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	11.05.2024 Wesseling
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

## Hochsprung

Jugend M13

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
1,30	Roos, Jan Paul	2011	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	11.05.2024	Wesseling
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
1,25	Stroh, Silas	2011	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	05.05.2024	Katzenelnbogen
1,25	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	12.05.2024	Diekirch (LUX)

## Weitsprung

Jugend M13

5,07	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	25.05.2024	Siegburg
4,59	Lehnertz, Maximilian	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
4,51	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
4,42	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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
4,19	Ludwig, Jannick	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	01.05.2024	Esch s.A. (LUX)
4,12	Weber, Matthias	2011	TG Konz	20.04.2024	Konz
4,03	Stroh, Silas	2011	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	05.05.2024	Katzenelnbogen

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend M13

10,19	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	25.05.2024	Siegburg
10,08	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier
9,62	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
9,05	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

## Diskuswurf (750 g)

Jugend M13

30,49	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
28,72	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	14.04.2024	Koblenz
26,07	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2024	Sinzig
24,87	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	14.04.2024	Koblenz
20,88	Bachmeier, Philip	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
17,68	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	14.04.2024	Koblenz
16,98	Habon, Liam	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	20.04.2024	Selters/Ts.
15,82	Karst, Julius	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
12,79	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf

## Hammerwurf (3 kg)

Jugend M13

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

## Speerwurf (400 g)

Jugend M13

31,02	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
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

## Ballwurf (200 g)

Jugend M13

39,50	Gordner, Ben	2011	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
39,00	van der Zwaag, Mats	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
38,00	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
37,00	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
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

## Dreikampf

75M - WEI - BAL (200 g)

Jugend M13

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
1028	Gordner, Ben 12,15 - 3,81 - 39,50	2011	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
1016	Reuber, Jari 12,16 - 3,80 - 38,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
989	Müller, Jonas 12,08 - 3,58 - 37,00	2011	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein

## Vierkampf

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

Jugend M13

1400	Reuber, Jari 12,16 - 3,80 - 38,00 - 1,32	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
------	---	------	---------	------------	---------

## Jugend M12

### 75m

Jugend M12

10,86	Smidt, Neo	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
11,05	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
11,25	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024	Katzenelnbogen
11,29	Doghudje, Mason	2013	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
11,35	Stendenbach, Laurenz	2013	LG Sieg	13.04.2024	Ochtendung
11,37	Gerl, Marius	2012	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
11,44	Schwan, Noah	2012	LG Westerwald	12.05.2024	Selters/Ts.
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
11,51	Brusius, Ole-Bennet	2012	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein

				Jugend M12
<b>800m</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
2:48,18	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
2:48,53	Stieb, Silas Leon	2013	Lauffreunde Naheland	15.05.2024 Wiesbaden
2:49,83	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
2:53,86	Schmidt, Timothy	2012	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz
2:55,04	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
2:57,36	Schorn, Jakob	2013	LG Rhein-Wied	17.05.2024 Koblenz
2:58,08	Stücher, Mathes	2012	LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
2:59,38	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	25.05.2024 Euskirchen
<b>2000m</b>				
7:20,02	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	06.04.2024 Wittlich
8:09,97	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>				
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
<b>60m Hürden (762 mm)</b>				
12,69	Schwan, Noah	2012	LG Westerwald	04.05.2024 Selters/Ts.
13,06	Preil, Constantin	2012	LA TuS Mayen	13.04.2024 Ochtendung
13,30	Leiss, Jonathan	2012	LLG Hunsrück	20.04.2024 Konz
13,36	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	09.05.2024 Köln
14,53	Buhr, Vincent	2012	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
<b>Hochsprung</b>				
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
1,25	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	05.05.2024 Katzenelnbogen
1,25	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
1,25	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
1,25	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	09.05.2024 Köln
1,23	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Diez
1,21	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024 Diez
1,20	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	26.05.2024 Euskirchen
<b>Weitsprung</b>				
4,64	Strüder, Robin	2013	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
4,25	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Diez
4,24	Koslik, Glenn	2012	LA TuS Mayen	27.04.2024 Wittlich
4,24	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
4,20	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	05.05.2024 Katzenelnbogen
4,18	Doghudje, Mason	2013	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
4,18	Stendenbach, Laurenz	2013	LG Sieg	15.05.2024 Betzdorf
4,16	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Wittlich
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

## 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
5,80	Stendenbach, Laurenz	2013	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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

## 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
24,30	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	09.05.2024	Köln
24,19	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	26.05.2024	Euskirchen
21,44	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
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
30,50	Schmidt, Janne	2012	LAZ Birkenfeld	04.05.2024	Idar-Oberstein
30,00	Schwan, Noah	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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



<b>Dreikampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g)		<b>Jugend M12</b>	
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
966	Schmidt, Janne 11,96 - 3,69 - 30,50	2012	LAZ Birkenfeld	04.05.2024	Idar-Oberstein
957	Weiler, Justus 11,75 - 3,45 - 31,00	2012	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Herdorf
953	Brusius, Ole-Bennet 11,51 - 3,52 - 26,50	2012	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
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

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEI - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend M12</b>	
1487	Schwan, Noah 12,03 - 12,69 - 3,44 - 30,00 - 3:20,07	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.

## Weibliche Jugend U14

<b>4x75m</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
40,91	LG Kreis Ahrweiler Näkel, Lina (2011); Schuh, Magdalena (2012); Scheufen, Johanna Sophie (2011); Waschulewski, Maya (2012);	01.05.2024	Köln
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 Grünwald, 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
43,82	LG Westerwald Augst, Matilda Jorja (2012); Gabert, Nele (2011); Quirnbach, Io (2012); Fehse, Viola (2012);	12.05.2024	Selters/Ts.

<b>3x800m</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
---------------	--	-----------------------------	--

<b>3x800m</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
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

<b>Dreikampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
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

<b>Blockwettkampf-Mannschaft</b>		<b>Weibliche Jugend U14</b>	
9329	LG Westerwald Augst, Matilda Jorja (2012) - 2016; Enners, Greta (2012) - 1975; Fehse, Viola (2012) - 1963; Gabert, Nele (2011) - 1767; Quirnbach, Io (2012) - 1608	04.05.2024	Selters/Ts.

## Jugend W13

<b>75m</b>		<b>Jugend W13</b>	
10,22	Becker, Maja	2011 LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
10,24	Mann, Anne-Sophie	2011 LG Bitburg-Prüm	25.05.2024 Erbach
10,27	Näkel, Lina	2011 LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024 Köln
10,55	Forneberg, Lina	2011 LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
10,55	Hahn, Alina	2011 LG Idar-Oberstein	04.05.2024 Idar-Oberstein
10,71	Stendenbach, Matilda	2011 LG Sieg	28.04.2024 Herdorf
10,78	Grünwald, Lara	2011 Post-Sportverein Trier	27.04.2024 Wittlich
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

800m				Jugend W13
2:22,33	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	01.03.2024 Dubai (UAE)
2:24,99	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	19.05.2024 Rehlingen
2:32,10	Vandenbussche, Emie	2011	TG Konz	20.04.2024 Konz
2:32,83	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	17.05.2024 Koblenz
2:35,59	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	19.05.2024 Rehlingen
2:36,33	Gaß, Lovis	2011	LLG Hunsrück	28.04.2024 Bingen
2:43,73	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	17.05.2024 Koblenz
2:44,69	Eichhorn, Klara	2011	LG Rhein-Wied	17.05.2024 Koblenz
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

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
8:17,49	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	12.05.2024 Diekirch (LUX)
8:55,66	Ludwig, Emelie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	12.05.2024 Diekirch (LUX)

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
10,39	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024 Erbach
10,89	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	20.04.2024 Konz
10,89	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024 Meckenheim
10,90	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	04.05.2024 Schifflingen (LUX)
11,23	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	13.04.2024 Ochtendung
11,26	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
11,32	Forneberg, Lina	2011	LG Rhein-Wied	25.05.2024 Siegburg
11,97	Ludwig, Emelie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	04.05.2024 Schifflingen (LUX)
12,00	Gans, Ida	2011	Post-Sportverein Trier	20.04.2024 Konz

Hochsprung				Jugend W13
1,45	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024 Erbach
1,42	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024 Meckenheim
1,41	Knospe, Paula	2011	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024 Wittlich
1,30	Scheufen, Johanna Sophie	2011	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024 Köln
1,28	Kremer, Helena	2011	Diezer TSK Oranien	05.05.2024 Katzenelnbogen
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
1,22	Otto, Malea	2011	Diezer TSK Oranien	05.05.2024 Katzenelnbogen
1,21	Freischlader, Adriana	2011	LG Rhein-Wied	28.04.2024 Diez

## Weitsprung

Jugend W13

4,80	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,79	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Erbach
4,69	Becker, Maja	2011	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024	Konz
4,60	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
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	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024	Meckenheim
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

9,24	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	27.04.2024	Wittlich
8,31	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	09.05.2024	Wittlich
7,12	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
6,99	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
6,84	Gabert, Nele	2011	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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
6,58	Ludwig, Marie	2011	LG Kammerwald/Geichlingen	09.05.2024	Wittlich
6,38	Sivasuresh, Katbaha	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
6,03	Bohutyn, Mira	2011	LG Rhein-Wied	25.05.2024	Siegburg

## Diskuswurf (750 g)

Jugend W13

21,26	Stendenbach, Matilda	2011	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
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
13,94	Gabert, Nele	2011	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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
20,58	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Erbach
19,82	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
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
9,78	Sivasuresh, Katbaha	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

## Ballwurf (200 g)

Jugend W13

33,00	Muxfeld, Jennifer	2011	TuS Jahn Argenthal	28.04.2024	Bingen
32,50	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	25.05.2024	Siegburg
30,00	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
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
25,00	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
25,00	Jungblut, Laura	2011	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein

<b>Dreikampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g)		<b>Jugend W13</b>	
1366	Hahn, Alina 10,55 - 4,60 - 30,00	2011	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
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
1047	Jungblut, Laura 11,99 - 3,40 - 25,00	2011	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
935	Schneider, Victoria 12,65 - 3,24 - 21,00	2011	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		75M - 60H (762 mm) - WEI - HOC - SPE (400 g)		<b>Jugend W13</b>	
2447	Mann, Anne-Sophie 10,24 - 10,39 - 4,79 - 1,45 - 20,58	2011	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Erbach

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEI - KUG (3 kg) - DIS (750 g)		<b>Jugend W13</b>	
1767	Gabert, Nele 11,74 - 13,41 - 3,90 - 6,84 - 13,94	2011	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.

## Jugend W12

<b>75m</b>		<b>Jugend W12</b>			
10,78	Waschulewski, Maya	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
10,83	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
10,93	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
10,95	Fehse, Viola	2012	LG Westerwald	12.05.2024	Selters/Ts.
11,07	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	27.04.2024	Wittlich
11,08	Augst, Matilda Jorja	2012	LG Westerwald	12.05.2024	Selters/Ts.
11,16	Klöckner, Greta	2012	LG Rhein-Wied	25.05.2024	Siegburg
11,18	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
11,18	Fillmann, Amelie	2012	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
11,20	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez

<b>800m</b>		<b>Jugend W12</b>			
2:36,06	Hayer, Lea	2012	LG Bernkastel/Wittlich	17.05.2024	Koblenz
2:37,33	Krahn, Lia	2013	Post-Sportverein Trier	19.05.2024	Rehlingen
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
2:57,83	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Katzenelnbogen
2:58,40	Joos, Jette	2012	Athletic-Team Wittlich	27.04.2024	Wittlich
3:00,19	Augst, Matilda Jorja	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
3:00,91	Stange, Frida	2012	TG Konz	20.04.2024	Konz

<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

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend W12</b>
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

<b>60m Hürden (762 mm)</b>					<b>Jugend W12</b>
11,01	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024	Meckenheim
11,27	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024	Meckenheim
11,44	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
11,70	Fehse, Viola	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
11,81	Fru, Dorcas Jemima	2012	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	11.05.2024	Wesseling
11,82	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024	Meckenheim
12,19	Augst, Matilda Jorja	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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

<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend W12</b>
1,45	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024	Meckenheim
1,40	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
1,35	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
1,30	Gergen, Nena	2012	Post-Sportverein Trier	27.04.2024	Wittlich
1,30	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	27.04.2024	Wittlich
1,26	Fehse, Viola	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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

<b>Weitsprung</b>					<b>Jugend W12</b>
4,58	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	20.05.2024	Meckenheim
4,39	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,37	Valcauan, Amelia	2012	LG Bitburg-Prüm	20.05.2024	Meckenheim
4,36	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
4,35	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
4,33	Fehse, Viola	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
4,26	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
4,20	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
4,19	Waschulewski, Maya	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
4,19	Fillmann, Amelie	2012	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W12

7,30	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Euskirchen
7,03	Metwaly, Jody	2012	LG Bernkastel/Wittlich	25.05.2024	Siegburg
6,32	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
6,19	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,99	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	06.04.2024	Idar-Oberstein
5,92	Quirnbach, Io	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
5,80	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
5,60	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,58	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
5,27	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

## Diskuswurf (750 g)

Jugend W12

19,95	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Euskirchen
15,14	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
14,77	Quirnbach, Io	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
14,09	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
14,04	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf
13,41	Roth, Romina	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	14.04.2024	Koblenz
12,54	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	15.05.2024	Betzdorf

## 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
13,26	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
11,28	Fehse, Viola	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
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

32,50	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
30,00	Göldner, Laura	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
30,00	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	28.04.2024	Diez
29,50	Augst, Matilda Jorja	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
25,00	Stangier, Emma	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
24,50	Heß, Milena	2012	LAZ Birkenfeld	04.05.2024	Idar-Oberstein
23,50	Rockenbach, Maya	2012	LLG Hunsrück	28.04.2024	Bingen
22,00	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf
22,00	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	01.05.2024	Köln
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

<b>Dreikampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g)		<b>Jugend W12</b>	
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
1140	Fillmann, Amelie 11,18 - 4,19 - 18,00	2012	TV 1848 Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
1124	Roos, Mia 12,43 - 3,74 - 32,50	2012	LG Idar-Oberstein	04.05.2024	Idar-Oberstein
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
1049	Heß, Milena 12,33 - 3,66 - 24,50	2012	LAZ Birkenfeld	04.05.2024	Idar-Oberstein
981	Utzeri, Emilia 12,44 - 3,55 - 20,00	2012	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
965	Willwacher, Ida 12,76 - 3,61 - 20,00	2012	LG Westerwald	28.04.2024	Herdorf

<b>Vierkampf</b>		75M - WEI - BAL (200 g) - HOC		<b>Jugend W12</b>	
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

<b>Blockwettkampf Sprint/Sprung</b>		75M - 60H (762 mm) - WEI - HOC - SPE (400 g)		<b>Jugend W12</b>	
1975	Enners, Greta 11,46 - 11,44 - 3,97 - 1,30 - 13,26	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.
1963	Fehse, Viola 11,27 - 11,70 - 4,33 - 1,26 - 11,28	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.

<b>Blockwettkampf Lauf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEI - BAL (200 g) - 800		<b>Jugend W12</b>	
2016	Augst, Matilda Jorja 11,39 - 12,19 - 4,16 - 29,50 - 3:00,19	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.

<b>Blockwettkampf Wurf</b>		75M - 60H (762 mm) - WEI - KUG (3 kg) - DIS (750 g)		<b>Jugend W12</b>	
1608	Quirmbach, Io 12,58 - 13,70 - 3,53 - 5,92 - 14,77	2012	LG Westerwald	04.05.2024	Selters/Ts.

## Senioren M30

<b>100m</b>				<b>Senioren M30</b>	
11,37	(0,0) Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Arona (ESP)

<b>200m</b>				<b>Senioren M30</b>	
22,93	(-0,5) Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied



<b>800m</b>					<b>Senioren M30</b>
2:00,54	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	17.05.2024	Koblenz
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
<b>3000m</b>					<b>Senioren M30</b>
9:31,99	Gindorf, Damian	1994	Post-Sportverein Trier	20.04.2024	Konz
<b>5000m</b>					<b>Senioren M30</b>
16:53,90	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	17.05.2024	Koblenz
<b>10000m</b>					<b>Senioren M30</b>
33:41,96	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	20.04.2024	Konz
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M30</b>
14:54	Schweikert, Markus	1994	Silvesterlauf Trier	08.05.2024	Boppard
15:33	Zenzen, Mirco	1993	LG Vulkaneifel	03.03.2024	Leverkusen
15:53	Auer, Ruben	1993	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Boppard
16:00	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	18.02.2024	Köln
16:20	Steffes, Christian	1993	DJK Ochtendung	08.05.2024	Boppard
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M30</b>
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
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M30</b>
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
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M30</b>
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
<b>110m Hürden (1,067 m)</b>					<b>Senioren M30</b>
14,78 (0,0)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
<b>Stabhochsprung</b>					<b>Senioren M30</b>
4,70	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied

**Weitsprung** **Senioren M30**

6,80 (+0,4)	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	27.04.2024	Walldorf
-------------	---------------	------	---------------	------------	----------

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

18,95	Lukas, Dennis	1994	LG Idar-Oberstein	11.05.2024	Gerstungen
13,78	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	11.05.2024	Arona (ESP)
12,68	Schneider, Martin	1993	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein

**Diskuswurf (2 kg)** **Senioren M30**

43,44	Kazmirek, Kai	1991	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
37,66	Bem, Alexander	1990	TuS 1908 Sohren	20.04.2024	Bengel

**Hammerwurf (7,26 kg)** **Senioren M30**

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

**Speerwurf (800 g)** **Senioren M30**

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

## Senioren M35

**100m** **Senioren M35**

12,77 (-0,2)	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	17.05.2024	Koblenz
--------------	------------------	------	------------------	------------	---------

**200m** **Senioren M35**

25,55 (+1,4)	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	17.05.2024	Koblenz
--------------	------------------	------	------------------	------------	---------

**5000m** **Senioren M35**

17:30,66	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	19.05.2024	Heidelberg
----------	------------------	------	---------------	------------	------------

**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 Kirn	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 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
40,54	Nickel, Johannes	1986	TuS Niederneisen	14.04.2024	Koblenz

## Seniorinnen W30

### 100m

Seniorinnen W30

11,82	(0,0)	Roos, Jessica	1994	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Neuwied
13,63	(-1,5)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	26.05.2024	Siegburg

### 200m

Seniorinnen W30

24,16	(0,0)	Roos, Jessica	1994	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
27,49	(0,0)	Menk, Sarah	1991	LG Sieg	28.04.2024	Herdorf
28,07	(-0,9)	Kern, Nora	1993	TuS Dierdorf 1893	26.05.2024	Siegburg

### 1000m

Seniorinnen W30

2:37,96	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	05.05.2024	Pliezhausen
---------	------------------------	------	---------------------	------------	-------------

### 1500m

Seniorinnen W30

4:06,71	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	19.05.2024	Rehlingen
---------	------------------------	------	---------------------	------------	-----------

### 3000m

Seniorinnen W30

13:49,64	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
----------	-------------------	------	----------------------	------------	--------

### 5000m

Seniorinnen W30

24:21,20	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	18.05.2024	Edenkoben
----------	-------------------	------	----------------------	------------	-----------

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W30</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
23:27	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W30</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>				<b>Seniorinnen W30</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>				<b>Seniorinnen W30</b>	
9:16,24	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	27.04.2024	Suzhou (CHN)

<b>Weitsprung</b>				<b>Seniorinnen W30</b>	
5,03 (0,0)	Brächer, Elena	1994	LG Bitburg-Prüm	09.05.2024	Köln

## Seniorinnen W35

<b>100m</b>				<b>Seniorinnen W35</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>				<b>Seniorinnen W35</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>400m</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
65,47	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Bönningheim

<b>800m</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
2:33,64	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	28.04.2024	Herdorf
2:55,96	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	17.05.2024	Koblenz

<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>100m Hürden (838 mm)</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
18,52 (-0,9)	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	04.05.2024	Weingarten
<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>Hammerwurf (4 kg)</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
22,94	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	12.05.2024	Elsfeld
<b>Speerwurf (600 g)</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
29,19	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	12.05.2024	Elsfeld
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
<b>Siebenkampf</b>				<b>Seniorinnen W35</b>	
1987	Paprotta, Susanne	1988	LG Rhein-Wied	04./05.05.2024	Weingarten
10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200    WEI - SPE (600 g) - 800 18,52 (-0,9) - ogV. - ogV. - 30,96 (-0,2)    3,89 (-0,1) - 17,88 - 2:37,54					

**Werferfünfkampf** HAM (4 kg) - KUG (4 kg) - DIS (1 kg) - SPE (600 g) - GEW (9,08 kg) **Seniorinnen W35**

2417	Haubrich, Marina 22,94 - 11,01 - 31,70 - 29,19 - 10,50	1986	TuS Roland Brey	12.05.2024	Elsfeld
------	---	------	-----------------	------------	---------

## Senioren M40

**100m** **Senioren M40**

13,35 (+0,5)	Schroeter, Sebastian	1982	LG Kreis Ahrweiler	19.04.2024	Mayen
--------------	----------------------	------	--------------------	------------	-------

**800m** **Senioren M40**

2:34,35	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Konz
2:53,43	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen

**1500m** **Senioren M40**

5:15,65	Laumers, Michael	1980	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024	Euskirchen
5:18,55	Laumers, Marco	1984	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024	Euskirchen
5:26,80	Theißen, Andreas	1983	Lauffreunde Naheland	18.05.2024	Edenkoben

**5000m** **Senioren M40**

19:27,61	Oboz, Pavel	1981	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	19.04.2024	Mayen
21:29,24	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen

**5km Straßenlauf** **Senioren M40**

18:15	Vandenbussche, Jerome	1981	TG Konz	09.03.2024	Schweich
19:23	Hofer, Christian	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
19:58	Schmidt, Felix	1982	Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
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
40:23	Oboz, Pavel	1981	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	11.05.2024	Bad Ems

**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

**100m Senioren M45**

12,77 (+0,4)	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	08.05.2024	Pfungstadt
--------------	----------------	------	---------------	------------	------------

**400m Senioren M45**

66,19	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	26.05.2024	Euskirchen
-------	----------------	------	--------------	------------	------------

**800m Senioren M45**

2:32,97	Brausch, Marco	1976	LLG Hunsrück	25.05.2024	Euskirchen
---------	----------------	------	--------------	------------	------------

**5km Straßenlauf Senioren M45**

18:41	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	11.05.2024	Bad Ems
20:21	Kramarz, Andreas	1975	Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
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
1:37:44	Kramarz, Andreas	1975	Lauffreunde Naheland	05.05.2024	Mainz
1:40:41	Krämer, Dietmar	1979	HSC 1990 Gamlen	14.04.2024	Bonn
1:43:35	van Brügge, Erik	1976	Lauffreunde Naheland	05.05.2024	Mainz
2:00:42	Streit, Enrico	1978	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Lissabon (POR)

**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	Paris (FRA)

**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

<b>Diskuswurf (2 kg)</b>					<b>Senioren M45</b>
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

<b>Hammerwurf (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M45</b>
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

<b>Speerwurf (800 g)</b>					<b>Senioren M45</b>
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

<b>800m</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
2:34,12	Gäb, Annika	1982	Post-Sportverein Trier	04.05.2024	Germering

<b>1500m</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
5:12,61	Gäb, Annika	1982	Post-Sportverein Trier	15.05.2024	Karlsfeld

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
19:35	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
20:28	Balles, Andrea	1980	TV Eintracht Cochem	08.05.2024	Boppard
21:39	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
22:59	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	11.05.2024	Bad Ems

<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
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

<b>Halbmarathon</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
1:26:15	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:37:43	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	05.05.2024	Mainz
1:48:49	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:52:56	Falckenthal, Anica	1984	LG Sieg	05.05.2024	Duisburg
1:58:18	Hilbert, Jesica	1982	Diezer TSK Oranien	05.05.2024	Mainz

<b>Marathon</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
4:14:38	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	07.04.2024	Paris (FRA)



<b>Weitsprung</b>					<b>Seniorinnen W40</b>
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
<b>Seniorinnen W45</b>					
<b>100m</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
14,37 (-0,3)	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	04.05.2024	Wetzlar
<b>200m</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
30,49 (+0,3)	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	04.05.2024	Wetzlar
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
19:30	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	03.03.2024	Leverkusen
19:57	Engelmann, Diana	1979	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	03.03.2024	Leverkusen
23:35	Lenz, Beata	1977	Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
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	Lauftreff 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	Lauftreff Schweich	14.04.2024	Bonn
1:37:46	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	07.04.2024	Berlin
1:46:41	Müller, Monika	1975	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Bonn

<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
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
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
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
22,80	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein
<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Seniorinnen W45</b>
20,78	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Idar-Oberstein

## Senioren M50

<b>100m</b>					<b>Senioren M50</b>
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
<b>400m</b>					<b>Senioren M50</b>
65,79	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	17.05.2024	Koblenz
66,86	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024	Euskirchen
<b>800m</b>					<b>Senioren M50</b>
2:20,80	Kohlhaas, Lutz	1972	Spvvg. Wildenburg	07.05.2024	Rehlingen
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
<b>1500m</b>					<b>Senioren M50</b>
6:02,98	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	30.04.2024	Hilden
<b>3000m</b>					<b>Senioren M50</b>
12:02,89	Zab, Gunnar	1970	LG Sieg	16.04.2024	Hilden

<b>5000m</b>					<b>Senioren M50</b>
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
<b>10000m</b>					<b>Senioren M50</b>
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
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M50</b>
17:40	Schütz, Andreas	1973	SV Blau-Weiß Niederelbert	08.05.2024	Boppard
18:35	Reichel, Frank	1971	RSG Montabaur	08.05.2024	Boppard
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
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M50</b>
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
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M50</b>
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
1:40:57	Paare, Olaf	1972	LC 1980 Bad Kreuznach	05.05.2024	Mainz
1:44:50	Baumgart, Ivo	1970	HSC 1990 Gamlen	05.05.2024	Mainz
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M50</b>
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
<b>Hochsprung</b>					<b>Senioren M50</b>
1,28	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	19.05.2024	Limburgerhof
<b>Stabhochsprung</b>					<b>Senioren M50</b>
2,20	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Euskirchen
<b>Weitsprung</b>					<b>Senioren M50</b>
4,24 (-1,4)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Euskirchen

<b>Kugelstoß (6 kg)</b>					<b>Senioren M50</b>
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

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

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

<b>Speerwurf (700 g)</b>					<b>Senioren M50</b>
31,64	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	25.05.2024	Euskirchen

## Senioren M55

<b>800m</b>					<b>Senioren M55</b>
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

<b>1500m</b>					<b>Senioren M55</b>
4:48,05	Suhrcke, Marc	1968	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Düdelingen (LUX)
4:59,45	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	25.05.2024	Königs Wusterhausen

<b>5000m</b>					<b>Senioren M55</b>
17:16,29	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	04.05.2024	Wassenberg
18:45,61	Gilberg, Thomas	1969	LG Rhein-Wied	19.04.2024	Mayen

<b>10000m</b>					<b>Senioren M55</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>					<b>Senioren M55</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>					<b>Senioren M55</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>				<b>Senioren M55</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
1:43:25	Kohrs, Volker	1965	TV 1867 Bad Sobernheim	05.05.2024 Mainz
1:43:52	Karl, Marcus	1969	LG Langsur	07.04.2024 Berlin

<b>Marathon</b>				<b>Senioren M55</b>
3:10:46	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	14.04.2024 Hannover

<b>400m Hürden (838 mm)</b>				<b>Senioren M55</b>
68,92	König, Stephan	1968	LG Kreis Ahrweiler	25.05.2024 Euskirchen

<b>Dreisprung</b>				<b>Senioren M55</b>
9,84 (+0,2)	Grünberg, Björn	1974	LG Bitburg-Prüm	26.05.2024 Euskirchen

<b>Kugelstoß (6 kg)</b>				<b>Senioren M55</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
9,07	König, Stephan	1968	LG Kreis Ahrweiler	25.05.2024 Euskirchen

<b>Diskuswurf (1,5 kg)</b>				<b>Senioren M55</b>
37,32	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	20.04.2024 Bengel

<b>Hammerwurf (6 kg)</b>				<b>Senioren M55</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>				<b>Senioren M55</b>
33,42	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	19.03.2024 Torun (POL)

<b>Gewichtwurf (11,34 kg)</b>				<b>Senioren M55</b>
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

<b>100m</b>				<b>Seniorinnen W50</b>
15,98 (+0,9)	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	19.04.2024 Mayen

<b>400m</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
66,27	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	04.05.2024	Wetzlar
<b>800m</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
2:34,27	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	04.05.2024	Wetzlar
<b>5000m</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
23:34,93	Kracke, Monika	1973	SV Urmitz	19.04.2024	Mayen
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
21:46	Neumann, Sabine	1973	LG Rhein-Wied	03.03.2024	Leverkusen
21:53	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
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
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
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
<b>Halbmarathon</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
1:39:22	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	05.05.2024	Mainz
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
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
8,76	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,34	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2024	Edenkoben
7,74	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	14.04.2024	Koblenz
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
22,12	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
20,22	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2024	Edenkoben
18,39	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	06.04.2024	Idar-Oberstein
<b>Speerwurf (500 g)</b>					<b>Seniorinnen W50</b>
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

15,60 (-2,2)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	18.05.2024	Edenkoben
16,39 (-2,2)	Gasper, Elvira	1969	LG Bitburg-Prüm	18.05.2024	Edenkoben

### 200m Seniorinnen W55

32,58 (-1,5)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	18.05.2024	Edenkoben
33,58 (-1,5)	Gasper, Elvira	1969	LG Bitburg-Prüm	18.05.2024	Edenkoben

### 5km Straßenlauf Seniorinnen W55

20:43	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	08.05.2024	Boppard
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	Freiburg

### Weitsprung Seniorinnen W55

4,10 (+1,3)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	18.05.2024	Edenkoben
-------------	--------------	------	---------	------------	-----------

### Dreisprung Seniorinnen W55

8,22 (+0,1)	Kletke, Vera	1967	TG Konz	20.04.2024	Konz
-------------	--------------	------	---------	------------	------

### Kugelstoß (3 kg) Seniorinnen W55

8,53	Kletke, Vera	1967	TG Konz	18.05.2024	Edenkoben
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

<b>10000m</b>					<b>Senioren M60</b>
45:30,56	Paulus, Walter	1961	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Konz
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M60</b>
18:53	Nolles, Alwin	1963	LG Meulenwald Föhren	03.03.2024	Leverkusen
19:16	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	18.02.2024	Köln
19:58	Mallmann, Dieter	1961	LLG Hunsrück	08.05.2024	Boppard
20:31	Potratz, Frank	1963	Diezer TSK Oranien	11.05.2024	Bad Ems
21:24	Jonas, Wolfgang	1964	LAZ Birkenfeld	20.04.2024	Hermeskeil
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M60</b>
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
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M60</b>
1:40:49	Graf, Albert	1962	LG Sieg	14.04.2024	Bonn
1:52:20	Breiling, Jürgen	1960	Laufftreff Schweich	14.04.2024	Hannover
1:56:24	Schubach, Arno	1964	Meddy's LWT Koblenz	05.05.2024	Mainz
2:06:49	Nau, Manfred	1962	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	17.03.2024	Frankfurt
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M60</b>
3:43:34	Frank, Hans-Leo	1964	LG Bernkastel/Wittlich	05.05.2024	Duisburg
<b>Kugelstoß (5 kg)</b>					<b>Senioren M60</b>
12,19	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	11.05.2024	Elsfeld
9,44	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
9,20	Brusius, Uwe	1963	SV Göttschied	06.04.2024	Idar-Oberstein
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Senioren M60</b>
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
<b>Hammerwurf (5 kg)</b>					<b>Senioren M60</b>
49,82	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	20.04.2024	Bengel
44,47	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	25.02.2024	Baunatal
<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Senioren M60</b>
39,78	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	11.05.2024	Elsfeld
31,72	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig
<b>Gewichtwurf (9,08 kg)</b>					<b>Senioren M60</b>
17,07	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
16,29	Baum, Wolfgang	1963	LG Bernkastel/Wittlich	01.04.2024	Trier



**Werferfünfkampf** HAM (5 kg) - KUG (5 kg) - DIS (1 kg) - SPE (600 g) - GEW (9,08 kg) **Senioren M60**

2964	Baum, Wolfgang 37,06 - 12,19 - 41,55 - 39,78 - 15,21	1963 LG Bernkastel/Wittlich	11.05.2024	Elsenfeld
------	---	-----------------------------	------------	-----------

## 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

**200m** **Senioren M65**

28,50 (-0,1)	Brenner, Bernd	1957 Radsportverein Daadetal	28.04.2024	Herdorf
33,07 (+0,3)	Knieper, Hans-Peter	1958 LG Laacher See	18.05.2024	Edenkoben
33,86 (+0,3)	Franke, Dieter	1956 LA TuS Mayen	18.05.2024	Edenkoben

**800m** **Senioren M65**

3:02,69	Brenner, Bernd	1957 Radsportverein Daadetal	28.04.2024	Herdorf
---------	----------------	------------------------------	------------	---------

**1500m** **Senioren M65**

7:00,55	Erbert, Michael	1958 Lauffreunde Naheland	28.04.2024	Bingen
---------	-----------------	---------------------------	------------	--------

**5000m** **Senioren M65**

22:21,18	Gotto, Robert	1957 HSC 1990 Gamlen	19.04.2024	Mayen
25:50,58	Erbert, Michael	1958 Lauffreunde Naheland	18.05.2024	Edenkoben

**10000m** **Senioren M65**

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

**5km Straßenlauf** **Senioren M65**

24:24	Erbert, Michael	1958 Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
24:57	Kellermann, Ernst	1957 Lauffreunde Naheland	08.05.2024	Boppard
32:56	Kurtze, Edgar	1956 HSC 1990 Gamlen	09.03.2024	Urmitz
34:18	Gröning, Michael	1956 LG Boppard-Bad Salzig	08.05.2024	Boppard

**10 km Straßenlauf** **Senioren M65**

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

**Halbmarathon** **Senioren M65**

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

## Hochsprung Senioren M65

1,18	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	18.05.2024	Edenkoben
------	----------------	------	--------------	------------	-----------

## Kugelstoß (5 kg) Senioren M65

12,54	Werking, Rainer	1959	VfB Polch	20.04.2024	Dörpen
11,33	Steinbach, Martin P.	1957	TuS 1862 Kirn	18.05.2024	Edenkoben
10,43	Knieper, Hans-Peter	1958	LG Laacher See	06.04.2024	Sinzig
9,57	Franke, Dieter	1956	LA TuS Mayen	18.05.2024	Edenkoben
8,32	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	06.04.2024	Idar-Oberstein

## Diskuswurf (1 kg) Senioren M65

33,61	Werking, Rainer	1959	VfB Polch	25.05.2024	Lingen
30,39	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	20.04.2024	Bengel
26,50	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	06.04.2024	Idar-Oberstein
26,10	Henn, Nikolaus	1956	TuS Rot-Weiss Koblenz	06.04.2024	Sinzig

## Hammerwurf (5 kg) Senioren M65

36,87	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

24,39	Werking, Rainer	1959	VfB Polch	25.05.2024	Lingen
-------	-----------------	------	-----------	------------	--------

## 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

24:37	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	08.05.2024	Boppard
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

45:30	von Klitzing, Margit	1963	DJK Ochtendung	11.05.2024	Bad Ems
48:34	Schikowski, Irene	1962	TG Konz	09.03.2024	Schweich
52:46	Hanß, Yvonne	1963	TuS Mörschied	17.03.2024	Bad Kreuznach
53:40	Haas, Marion	1963	LG Meulendorf Föhren	09.03.2024	Schweich
1:19:33	Reiländer, Gaby	1964	Meddy's LWT Koblenz	09.03.2024	Urmitz

## **Halbmarathon** **Seniorinnen W60**

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

## **Kugelstoß (3 kg)** **Seniorinnen W60**

8,60	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	01.04.2024	Trier
7,08	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	12.05.2024	Elsenfeld

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

23,78	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	17.03.2024	Torun (POL)
22,71	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsenfeld

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

31,53	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	24.02.2024	Baunatal
23,59	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsenfeld

## **Speerwurf (500 g)** **Seniorinnen W60**

20,78	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	18.03.2024	Torun (POL)
15,19	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsenfeld

## **Gewichtwurf (5,45 kg)** **Seniorinnen W60**

12,55	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	20.03.2024	Torun (POL)
9,78	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsenfeld

## **Werferfünfkampf** **Seniorinnen W60**

HAM (3 kg) - KUG (3 kg) - DIS (1 kg) - SPE (500 g) - GEW (5,45 kg)

2020	Johannes, Maria 30,68 - 7,08 - 21,84 - 16,07 - 12,49	1962	LG Bernkastel/Wittlich	12.05.2024	Elsenfeld
1792	Harings, Agnes 23,59 - 8,47 - 22,71 - 15,19 - 9,78	1960	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsenfeld

## Seniorinnen W65

### **5km Straßenlauf** **Seniorinnen W65**

26:22	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	08.05.2024	Boppard
28:38	Bollinger, Christine	1956	LG Koblenz-Rhens	08.05.2024	Boppard
33:25	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	09.03.2024	Schweich
40:02	Ruggenthaler, Elisabeth	1959	SV Viktoria 1923 Holzfeld e.V.	08.05.2024	Boppard

### **10 km Straßenlauf** **Seniorinnen W65**

55:02	Bruchof, Heike	1957	SG Neuhäusel	09.03.2024	Urmitz
56:27	Tentrup-Tiedje, Corinna	1959	Lauffreunde Naheland	06.01.2024	Rodgau
57:12	Kolberg, Swantje	1959	LG Kreis Ahrweiler	17.03.2024	Bad Kreuznach
59:53	Wehmeyer-Bug, Helga	1957	Hunsrück-Marathon	17.03.2024	Bad Kreuznach
1:00:21	Bermes, Beatrix	1955	LG Meulendorf 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>	
73,14	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	26.05.2024	Euskirchen
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	Lauftreff 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	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
46:28	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	27.01.2024	Kirchen
50:39	Hampel, Fritz	1952	TuS Lonning	09.03.2024	Urmitz
50:56	Becker, Gerhard	1950	Lauftreff Schweich	09.03.2024	Schweich
52:07	Witzel, Wolfgang	1953	LG Vulkaneifel	17.03.2024	Bad Kreuznach

<b>Halbmarathon</b>				<b>Senioren M70</b>	
1:47:41	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	05.05.2024	Mainz

<b>Kugelstoß (4 kg)</b>				<b>Senioren M70</b>	
10,89	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	14.04.2024	Koblenz
10,76	Wolfram, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	11.05.2024	Elsfeld
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	Wolfram, 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	Wolfram, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	13.04.2024	Mutterstadt
23,00	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	20.04.2024	Bengel

**Speerwurf (500 g) Senioren M70**

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

**Gewichtwurf (7,26 kg) Senioren M70**

12,83	Wolframm, Willi	1954 TV Hahnenbach 1961	11.05.2024 Elsenfeld
11,88	Thiele, Gerhard	1950 TV Germania Trier	01.04.2024 Trier

**Werferfünfkampf Senioren M70**

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

2063	Wolframm, Willi 29,64 - 10,76 - 24,31 - 24,46 - 12,83	1954 TV Hahnenbach 1961	11.05.2024 Elsenfeld
------	--	-------------------------	----------------------

## Senioren M75

**100m Senioren M75**

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

**200m Senioren M75**

30,19 (+1,8)	Freymuth, Jürgen	1949 LG Meulenwald Föhren	25.05.2024 Euskirchen
--------------	------------------	---------------------------	-----------------------

**400m Senioren M75**

75,99	Freymuth, Jürgen	1949 LG Meulenwald Föhren	26.05.2024 Euskirchen
113,27	Theissen, Paul	1947 LG Bitburg-Prüm	25.05.2024 Euskirchen

**800m Senioren M75**

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

**1500m Senioren M75**

8:17,12	Theissen, Paul	1947 LG Bitburg-Prüm	25.05.2024 Euskirchen
---------	----------------	----------------------	-----------------------

**3000m Senioren M75**

17:24,39	Theissen, Paul	1947 LG Bitburg-Prüm	27.04.2024 Aachen
----------	----------------	----------------------	-------------------

**5000m Senioren M75**

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

**10000m Senioren M75**

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

## 5km Straßenlauf

Senioren M75

30:07	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	08.05.2024	Boppard
31:51	Theissen, Paul	1947	LG Bitburg-Prüm	09.03.2024	Schweich
32:31	Marake, Bernhard	1945	Meddy's LWT Koblenz	11.05.2024	Bad Ems

## 10 km Straßenlauf

Senioren M75

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

## Halbmarathon

Senioren M75

1:50:49	Michels, Heinz	1948	LG Meulenwald Föhren	17.03.2024	Bergisch Gladbach
2:21:25	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	17.03.2024	Bad Kreuznach
2:41:33	Marake, Bernhard	1945	Meddy's LWT Koblenz	05.05.2024	Mainz

## Marathon

Senioren M75

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

## Hochsprung

Senioren M75

1,30	Schumacher, Bernd	1946	Turngesell. Trier 1880	26.05.2024	Euskirchen
1,20	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	18.05.2024	Edenkoben

## Weitsprung

Senioren M75

3,77 (-1,2)	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	25.05.2024	Euskirchen
3,05 (-0,9)	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	18.05.2024	Edenkoben

## Kugelstoß (4 kg)

Senioren M75

9,80	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	14.04.2024	Koblenz
9,39	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	06.04.2024	Idar-Oberstein
8,99	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	06.04.2024	Sinzig
7,77	Wendering, Alf	1946	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
7,69	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	18.05.2024	Edenkoben

## Diskuswurf (1 kg)

Senioren M75

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

## Hammerwurf (4 kg)

Senioren M75

34,45	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	20.04.2024	Bengel
31,43	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	25.02.2024	Baunatal
27,06	Hummer, Josef	1946	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
24,95	Knecht, Karl-Josef	1949	TuS Roland Brey	01.04.2024	Trier
21,76	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
17,20	Wendering, Alf	1946	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld

## Speerwurf (500 g)

Senioren M75

24,96	Brück, Herbert	1946	LA TuS Mayen	06.04.2024	Sinzig
19,98	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	11.05.2024	Elsfeld
19,78	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
18,81	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	14.04.2024	Koblenz
15,22	Wending, Alf	1946	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld

## Gewichtwurf (7,26 kg)

Senioren M75

11,51	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	11.05.2024	Elsfeld
10,38	Hummer, Josef	1946	TV Germania Trier	01.04.2024	Trier
9,35	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
8,43	Wending, Alf	1946	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld

## Werferfünfkampf

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

Senioren M75

1878	Wörner, Waldemar 29,33 - 9,07 - 27,20 - 19,98 - 11,51	1945	TuS 1908 Sohren	11.05.2024	Elsfeld
1349	Meyer, Hans 21,76 - 7,16 - 18,17 - 19,78 - 9,35	1948	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
1234	Wending, Alf 17,20 - 7,77 - 19,82 - 15,22 - 8,43	1946	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld

## Seniorinnen W70

### 5000m

Seniorinnen W70

27:56,50	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	18.05.2024	Edenkoben
----------	--------------------	------	----------------	------------	-----------

### 5km Straßenlauf

Seniorinnen W70

29:01	Blettner, Angelika	1954	Meddy's LWT Koblenz	08.05.2024	Boppard
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 Meulenwald Föhren	20.04.2024	Hermeskeil
1:08:19	Springer, Elisabeth	1946	TV 1867 Bad Sobernheim	17.03.2024	Bad Kreuznach

## Kugelstoß (2 kg)

Seniorinnen W75

8,67	Wending, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	12.05.2024	Elsfeld
7,84	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsfeld

## Diskuswurf (750 g)

Seniorinnen W75

19,92	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	06.04.2024	Sinzig
18,94	Wending, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	12.05.2024	Elsfeld

## Hammerwurf (2 kg)

Seniorinnen W75

26,34	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsfeld
23,50	Wending, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	27.04.2024	Leichlingen

## Speerwurf (400 g)

Seniorinnen W75

18,33	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsfeld
12,72	Wending, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	12.05.2024	Elsfeld

## Gewichtwurf (4 kg)

Seniorinnen W75

10,59	Geister, Monika	1947	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsfeld
9,60	Wending, Ulrike	1947	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2024	Sinzig

## Werferfünfkampf

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

Seniorinnen W75

1830	Geister, Monika 26,34 - 7,84 - 17,86 - 18,33 - 10,59	1947	LG Bitburg-Prüm	12.05.2024	Elsfeld
1640	Wending, Ulrike 23,30 - 8,67 - 18,94 - 12,72 - 9,01	1947	LG Kreis Ahrweiler	12.05.2024	Elsfeld

## Senioren M80

### 100m

Senioren M80

15,47 (-1,8)	Adorf, Friedhelm	1943	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Troisdorf
--------------	------------------	------	---------------	------------	-----------

### 200m

Senioren M80

32,10 (-0,1)	Adorf, Friedhelm	1943	LG Rhein-Wied	05.05.2024	Troisdorf
--------------	------------------	------	---------------	------------	-----------

### 400m

Senioren M80

78,09	Adorf, Friedhelm	1943	LG Rhein-Wied	09.05.2024	Köln
-------	------------------	------	---------------	------------	------



## 5km Straßenlauf Senioren M80

32:07	Schottes, Dieter	1940	Meddy's LWT Koblenz	08.05.2024	Boppard
32:40	Birnstock, Gerhard	1940	LG Boppard-Bad Salzig	08.05.2024	Boppard
34:08	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	03.03.2024	Leverkusen
34:31	Schinnerer, Alfred	1939	LAZ Birkenfeld	06.04.2024	Mülheim/Mosel

## 10 km Straßenlauf Senioren M80

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

## 5km Gehen Senioren M80

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

## Kugelstoß (3 kg) Senioren M80

10,97	Blum, Gerhard	1943	DJK Mudersbach	14.04.2024	Koblenz
9,09	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
7,40	Merzhäuser, Ludwig	1940	DJK Mudersbach	15.05.2024	Betzdorf

## Diskuswurf (1 kg) Senioren M80

24,52	Blum, Gerhard	1943	DJK Mudersbach	14.04.2024	Koblenz
19,07	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
16,86	Merzhäuser, Ludwig	1940	DJK Mudersbach	14.04.2024	Koblenz

## Hammerwurf (3 kg) Senioren M80

25,53	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
-------	-----------------	------	--------------------	------------	---------

## Speerwurf (400 g) Senioren M80

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

## Gewichtwurf (5,45 kg) Senioren M80

10,92	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
-------	-----------------	------	--------------------	------------	---------

## Werferfünfkampf Senioren M80

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

1691	Geyer, Wolfgang 25,53 - 9,09 - 19,07 - 24,42 - 10,92	1941	LG Kreis Ahrweiler	11.05.2024	Elsfeld
------	---	------	--------------------	------------	---------

## Senioren M85

### 10 km Straßenlauf Senioren M85

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

### Marathon Senioren M85

5:20:30	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	17.03.2024	Bergisch Gladbach
---------	-------------------	------	---------------	------------	-------------------

---

**Kugelstoß (3 kg)** **Senioren M85**

6,80 Kownatka, Wolfgang 1938 LG Kreis Ahrweiler 11.05.2024 Elsenfeld

---

**Diskuswurf (1 kg)** **Senioren M85**

13,92 Kownatka, Wolfgang 1938 LG Kreis Ahrweiler 06.04.2024 Sinzig

---

**Hammerwurf (3 kg)** **Senioren M85**

25,65 Kownatka, Wolfgang 1938 LG Kreis Ahrweiler 06.04.2024 Sinzig

---

**Speerwurf (400 g)** **Senioren M85**

20,45 Kownatka, Wolfgang 1938 LG Kreis Ahrweiler 11.05.2024 Elsenfeld

---

**Gewichtwurf (5,45 kg)** **Senioren M85**

10,87 Kownatka, Wolfgang 1938 LG Kreis Ahrweiler 06.04.2024 Sinzig

---

**Werferfünfkampf** **Senioren M85**

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

1397 Kownatka, Wolfgang 1938 LG Kreis Ahrweiler 06.04.2024 Sinzig  
25,65 - 6,74 - 13,92 - 20,03 - 10,87

## Seniorinnen W80

---

**10 km Straßenlauf** **Seniorinnen W80**

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