

## Männer offen

### 100m Männer offen

10,96 (-0,6)	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
12,26 (+0,9)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	06.04.2025	Diez
12,39 (-0,5)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
12,87 (+0,9)	Fries, Lias Ben	2008	TV 1861 Bad Ems	06.04.2025	Diez
12,89 (-1,8)	Demircan, Erdinc Muhammed	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
13,08 (-1,8)	Gemke, Oskar	2010	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,20 (-0,5)	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
13,28 (-1,8)	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,61 (-1,4)	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
13,61 (-0,5)	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez
13,64 (-1,1)	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
13,74 (-1,4)	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
13,95 (+0,7)	Schlechtriemen, Neal Alessio	2009	LG Sieg	06.04.2025	Diez
14,16 (+0,7)	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
14,29 (-1,2)	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
14,63 (-1,4)	Mihalec, Jim Luca	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
14,73 (-1,2)	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
15,09 (-1,4)	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
15,25 (-1,1)	Guder, Giuliano	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
15,67 (-1,1)	Heyeckhaus, Finn	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

### 200m Männer offen

22,02 (+1,4)	Jedlitschka, Tilman	1999	USC Mainz	09.02.2025	Marietta, GA (USA)
--------------	---------------------	------	-----------	------------	--------------------

### 400m Männer offen

47,99	Forsmann, Lorenz	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	29.03.2025	Lansdale, PA (USA)
48,82	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
49,59	Jedlitschka, Tilman	1999	USC Mainz	29.03.2025	Kennesaw, GA (USA)

### 800m Männer offen

2:04,15	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Alzey
2:04,51	Güntzer, Demian	2007	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Alzey
2:05,55	Michel, Peer Ole	2010	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:06,05	Thater, Fabian	2005	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:06,36	Bernhard, Jonathan	2009	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
2:08,28	Lohmann, Arne	2008	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:09,86	Leidel, Tom	2008	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:13,94	Rebholz, Valentin	2007	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
2:15,74	Reck, Marcel	2007	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
2:20,16	Bauer, Lutz	2009	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:20,27	Flaig, Fabian	2011	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:21,72	Fries, Lias Ben	2008	TV 1861 Bad Ems	06.04.2025	Diez
2:22,22	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
2:29,12	Leiss, Jonathan	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
2:29,16	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	10.01.2025	Dubai (UAE)
2:37,22	Leib, Konstantin	2011	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:40,03	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
2:41,77	Stieb, Silas Leon	2013	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
2:42,24	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
2:42,93	Michel, Finn Mattis	2011	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey

### 1000m Männer offen

3:16,49	Weber, Matthias	2011	TG Konz	05.04.2025	Trier
3:28,23	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
3:37,68	Dier, Leon	2011	TG Konz	05.04.2025	Trier

1500m					Männer offen
4:54,21	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
5:07,13	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	28.02.2025	Dubai (UAE)
3000m					Männer offen
9:08,44	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	29.03.2025	Alzey
9:20,91	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Alzey
9:50,94	Trampusch, Simon	2003	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
9:51,12	Leidel, Mathias	2010	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
10:05,15	Laukert, Gabriel	2010	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
10:06,06	Baumann, Leandro-Alessio	2008	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025	Alzey
10:17,38	Becker, Kris	2011	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
10:18,21	Stark, Constantin Darius	2011	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
11:21,53	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Alzey
11:25,75	Terlinde, Mattis	2011	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
11:36,87	Töppich, Marcus	1963	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
11:54,13	Huber, Philipp	1967	TV Laubenheim	29.03.2025	Alzey
13:57,42	Nicola, Markus	1975	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
10000m					Männer offen
32:53,85	Fink, Leander	2001	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
35:48,52	Rathgeber, Sören	1995	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
36:03,78	Gombert, Jakob	2007	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
40:26,06	Saul, Marco	1982	LG Sieg	29.03.2025	Alzey
40:44,04	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	29.03.2025	Alzey
41:02,58	Fritsch, Jörg	1968	VfL Algenrodt	29.03.2025	Alzey
41:09,65	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.03.2025	Alzey
41:34,05	Rieth, Malte	1986	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
45:31,57	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Alzey
45:42,91	Singer, Marco	1985	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
46:18,00	Stieb, Heiko	1962	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
48:10,54	Knieling, Hans	1949	VfL Algenrodt	29.03.2025	Alzey
48:27,92	Wagner, Erwin	1955	LG Kreis Ahrweiler	29.03.2025	Alzey
52:05,56	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	29.03.2025	Alzey
84:54,25	Müller, Martin	1936	LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Alzey
5km Straßenlauf					Männer offen
15:05	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:13	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:18	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
15:35	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:36	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:37	Fink, Leander	2001	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
15:38	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2025	Leverkusen
15:53	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:53	Walter, Maximilian	1996	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
15:56	Gießle, Jakob	1994	LG Vulkaneifel	09.03.2025	Leverkusen
16:00	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
16:01	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
16:06	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
16:16	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
16:22	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	16.03.2025	Bad Kreuznach
16:24	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
16:29	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
16:38	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
16:38	Rathgeber, Sören	1995	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
16:43	Pfeil, Michael	1984	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen

## 10 km Straßenlauf

Männer offen

29:54	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	09.02.2025	Bergen (NED)
30:20	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
30:22	Fink, Leander	2001	TV Alzey	01.02.2025	Rodgau
30:33	Riker, Tobias	1991	TV Laubenheim	02.03.2025	Wien (AUT)
30:48	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
30:53	Tesf Amariam Estopia, Selama	1995	TV Alzey	01.02.2025	Rodgau
31:11	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
31:55	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
32:11	Gallo, Christoph	1989	LG Vulkaneifel	09.03.2025	Leverkusen
33:40	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
33:46	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
33:47	Pfeil, Michael	1984	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
33:50	Rhodes, Daniel	1993	LaufLeben Running Crew	16.03.2025	Bad Kreuznach
34:04	Althoff, Benedikt	1996	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
34:44	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
34:45	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
34:57	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
35:20	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	22.03.2025	Mülheim/Mosel
35:34	Plath, Robert	1988	Team flott.	09.03.2025	Leverkusen
35:35	Walter, Maximilian	1996	TV Alzey	09.03.2025	Leverkusen

## Halbmarathon

Männer offen

1:02:50	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	09.02.2025	Dubai (UAE)
1:06:29	Riker, Tobias	1991	TV Laubenheim	06.04.2025	Wien (AUT)
1:07:02	Fink, Leander	2001	TV Alzey	16.02.2025	Barcelona (ESP)
1:08:20	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Bonn
1:08:34	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Gent (BEL)
1:09:41	Ebel, Alois	1993	RSC Untermosel	06.04.2025	Berlin
1:13:02	Mc Swiney, Aidan	1984	TSV SCHOTT Mainz	16.03.2025	Frankfurt
1:13:03	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Frankfurt
1:13:45	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:16:15	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:16:27	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Bonn
1:16:28	Schräder, Björn	1985	TuS Fortuna 1884 Saarburg	09.03.2025	Paris (FRA)
1:17:09	Kaufhold, Tobias	1983	LaufLeben Running Crew	06.04.2025	Berlin
1:17:58	Walter, Maximilian	1996	TV Alzey	06.04.2025	Berlin
1:18:33	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	16.02.2025	Barcelona (ESP)
1:18:46	Hörter, Christoph	2004	TuS Framersheim	19.04.2025	Paderborn
1:19:27	Plath, Robert	1988	Team flott.	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:19:56	Pöschke, Sven	1977	LaufLeben Running Crew	16.03.2025	Frankfurt
1:20:14	Fuhrmann, Jan	1991	LLG Wonnegau	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:21:54	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn

<b>Marathon</b>				<b>Männer offen</b>	
2:06:29	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
2:29:37	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
2:29:56	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
2:32:44	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
2:34:37	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
2:35:25	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn
2:35:42	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
2:43:36	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:44:31	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:47:02	Kerp, Christian	1985	Team flott.	06.04.2025	Bonn
2:49:09	Benzio, Enrico	1980	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
2:49:25	Fuhrmann, Jan	1991	LLG Wonnegau	06.04.2025	Hannover
2:57:37	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:59:06	Gödert, Alexander	1994	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Bonn
3:14:48	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.04.2025	Hannover
3:24:55	Meyer, Wolfgang	1959	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Wien (AUT)
3:27:57	Bauer-König, Benjamin	1992	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Hannover
3:36:30	Mossal, Erich	1970	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Barcelona (ESP)
3:39:54	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	06.04.2025	Bonn
3:44:34	Frank, Hans-Leo	1964	LG Bernkastel/Wittlich	16.03.2025	Barcelona (ESP)

<b>110m Hürden (1,067 m)</b>				<b>Männer offen</b>	
14,90 (+1,9)	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	29.03.2025	San Marcos, TX (USA)

<b>Hochsprung</b>				<b>Männer offen</b>	
1,94	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
1,59	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,55	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,51	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,47	Schlechtriemen, Neal Alessio	2009	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,47	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,43	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,39	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,35	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,35	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,35	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
1,35	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,27	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,27	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,27	Guder, Giuliano	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,23	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,23	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,23	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
1,19	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
1,11	König, Luca	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez

<b>Stabhochsprung</b>				<b>Männer offen</b>	
4,80	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)

## Weitsprung

Männer offen

7,07 (+2,3)	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
5,38 (-0,4)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
5,34 (-1,9)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	06.04.2025	Diez
4,94 (-1,7)	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
4,92 (-0,3)	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,84 (-0,1)	Fries, Lias Ben	2008	TV 1861 Bad Ems	06.04.2025	Diez
4,33 (-2,3)	Möller, Luis	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez
4,20 (-1,6)	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,04 (-2,0)	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
3,99 (-0,9)	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3,83 (-1,0)	Mihalec, Jim Luca	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
3,69 (-1,1)	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3,08 (+0,5)	Lüderitz, Johann	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (7,26 kg)

Männer offen

15,17	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
12,28	Reinhard, Hendrik	1994	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
9,89	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
9,35	Grieb, Lukas	2000	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,17	Klippel, Linus	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,52	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	30.03.2025	Neuwied
6,92	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Diskuswurf (2 kg)

Männer offen

47,26	Anton, Sven	2002	USC Mainz	08.02.2025	Mainz
44,27	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
39,81	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	01.03.2025	Frankfurt
37,86	Hahn, Niklas	1998	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
30,65	Koloska, Kim-Lukas	2003	USC Mainz	08.02.2025	Mainz
30,50	Stieber, Philipp	1982	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
29,35	Reinhard, Hendrik	1994	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
27,25	Grieb, Lukas	2000	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
26,97	Klippel, Linus	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
24,85	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	30.03.2025	Neuwied
24,42	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
18,05	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Hammerwurf (7,26 kg)

Männer offen

31,38	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	21.04.2025	Trier
21,20	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier

## Speerwurf (800 g)

Männer offen

65,01	Labdi, Amin	2000	TSV SCHOTT Mainz	16.02.2025	Halle
56,03	Behret, Moritz	2003	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
52,41	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
46,69	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
44,86	Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
44,42	Grieb, Lukas	2000	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
41,75	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
41,38	Baron, Johannes	2006	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
38,59	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	30.03.2025	Neuwied
37,20	Klein, Magnus	2007	SSC Koblenz-Karthause	30.03.2025	Neuwied
32,03	Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
30,58	Pritzkoleit, Finn	2007	TV Nieder-Olm	22.03.2025	Gau-Algesheim
28,46	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

<b>Zehnkampf</b>		100 - WEI - KUG (7,26 kg) - HOC - 400    11H (1,067 m) - DIS (2 kg) - STA - SPE (800 g) - 1K5			<b>Männer offen</b>
7772	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04./05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
10,96 (-0,6) - 7,07 (+2,3) - 15,17 - 1,94 - 48,82    15,13 (+0,8) - 44,27 - 4,80 - 52,41 - 4:54,21					

## Frauen offen

<b>100m</b>					<b>Frauen offen</b>
13,31 (-1,5)	Zielinski, Carline	2011	TG Konz	05.04.2025	Trier
13,33 (-1,7)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,36 (-1,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
13,50 (-1,6)	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
13,87 (-0,7)	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
13,88 (-1,5)	Grünewald, Lara	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,92 (-1,7)	Michels, Alena	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,04 (+0,1)	Weinitschke, Lina	2008	LG Kreis Ahrweiler	05.04.2025	Meckenheim
14,05 (-1,7)	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
14,21 (-1,6)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
14,32 (-1,5)	Hertlein, Sofie	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
14,48 (-1,5)	Görg, Ada	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,52 (+1,0)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
14,55 (-1,6)	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
14,56 (+0,2)	Redinger, Emily	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
14,56 (+0,2)	Wagner, Nele	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,59 (-1,5)	Bungartz, Heidi	2011	LG Bitburg-Prüm	05.04.2025	Trier
14,69 (-1,7)	Forket Dauffy, Sarah	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,72 (+0,2)	Schumacher, Mia	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
14,82 (-1,6)	Summers, Amelie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez

<b>200m</b>					<b>Frauen offen</b>
26,78 (0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24.03.2025	Forest Grove, OR (USA)

<b>800m</b>					<b>Frauen offen</b>
2:18,80	Rudloff, Alina	2009	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:21,18	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	18.04.2025	Dubai (UAE)
2:24,24	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	29.03.2025	Alzey
2:26,98	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	05.04.2025	Trier
2:31,66	Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.03.2025	Alzey
2:37,99	Ibrom, Mia	2008	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:41,78	Rockenbach, Maya	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
2:42,06	Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	16.02.2025	Dubai (UAE)
2:42,32	Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
2:43,58	Morfaw, Kenne Kuete	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
2:43,81	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	05.04.2025	Trier
2:45,65	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
2:46,44	Lüderitz, Leni	2008	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
2:48,34	Ginter, Thea	2011	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025	Alzey
2:48,90	Gros, Victoria	2012	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025	Alzey
2:52,31	Jung, Elisabeth	2011	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
2:52,73	Rieger, Eva	2014	TV Nieder-Olm	29.03.2025	Alzey
2:53,02	Singer, Isabella	2014	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:53,11	Hertlein, Sofie	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
2:56,62	Dötsch, Kea	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez

<b>1000m</b>					<b>Frauen offen</b>
3:04,15	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	11.01.2025	Khor Fakkan (UAE)

<b>1500m</b>					<b>Frauen offen</b>
5:14,64	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	15.03.2025	Billings, MT (USA)
<b>3000m</b>					<b>Frauen offen</b>
9:51,92	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	28.02.2025	Dubai (UAE)
10:36,98	Surges, Vianne	2008	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
12:47,38	Sauer, Sarah	2011	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025	Alzey
13:53,32	Blank-Peters, Ulrike	1967	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
14:53,85	Manthey, Marissa	2006	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
<b>5000m</b>					<b>Frauen offen</b>
19:14,30	Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	29.03.2025	Missoula, MT (USA)
<b>10000m</b>					<b>Frauen offen</b>
43:13,82	Keller, Rebecca	2004	TG Worms	29.03.2025	Alzey
43:24,21	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Alzey
46:32,38	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	29.03.2025	Alzey
46:39,85	Funk, Anke	1976	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
52:44,62	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
58:23,32	Hartenberger, Lilo	1950	LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Alzey
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Frauen offen</b>
15:26	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	16.03.2025	Lille (FRA)
17:05	Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	19.01.2025	Dubai (UAE)
18:04	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
18:34	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
19:06	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	09.03.2025	Leverkusen
19:10	Kohl, Chiara	1997	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
19:34	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
19:57	Bernhardt, Evelyn	1998	USC Mainz	05.04.2025	Mainz
20:00	Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	09.03.2025	Leverkusen
20:02	Smolka, Lia	2008	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
20:07	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
20:49	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	16.03.2025	Bad Kreuznach
20:54	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:12	Herrig, Anne	2010	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Schweich
21:24	Schmitt, Marleen	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
21:37	Wihl, Nele	2011	TuS Mosella Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
21:45	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:49	Wichard, Sarah	1997	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen
21:51	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:53	Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	19.01.2025	Dubai (UAE)
21:53	Carl, Kristina	1996	TuS Fortuna 1884 Saarburg	29.03.2025	Schweich

## 10 km Straßenlauf

Frauen offen

31:50	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	23.02.2025	Cannes (FRA)
36:17	Keller, Jessica	2001	TG Worms	01.02.2025	Rodgau
36:58	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
37:20	Bormann, Clara	1990	LaufLeben Running Crew	16.03.2025	Bad Kreuznach
38:12	Kohl, Chiara	1997	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
38:40	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Luxemburg (LUX)
39:03	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
39:32	Gilles, Emily	2004	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
40:48	Trumm, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
41:25	Bermes, Chiara	1993	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
42:39	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	08.03.2025	Urmitz
43:00	Engel-Haumann, Miriam	1981	TG Konz	22.03.2025	Mülheim/Mosel
43:57	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
44:18	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
44:41	König, Martha	1992	HSC 1990 Gamlen	08.03.2025	Urmitz
46:13	Anell, Simone	1990	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
46:38	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	08.03.2025	Urmitz
47:27	von Klitzing, Margit	1963	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
47:51	Funk, Anke	1976	TuS Framersheim	16.03.2025	Bad Kreuznach
48:15	Pfeiffer, Annika	1982	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel

## Halbmarathon

Frauen offen

1:09:45	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Den Haag (NED)
1:20:24	Kerp, Lisa Memouna	1992	Team flott.	06.04.2025	Bonn
1:20:28	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Bonn
1:20:42	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:22:23	Bormann, Clara	1990	LaufLeben Running Crew	09.03.2025	Kandel
1:22:37	Trumm, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:24:04	Kohl, Chiara	1997	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Berlin
1:24:40	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Frankfurt
1:29:17	Gasser, Maria	2003	TV Alzey	19.04.2025	Paderborn
1:30:09	Breuer, Gina	1992	TG Konz	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:30:56	Engel-Haumann, Miriam	1981	TG Konz	06.04.2025	Hannover
1:34:15	Purschke, Gina	1982	Selbstläufer Altenahr	06.04.2025	Berlin
1:36:12	Weber-Kollassa, Marina	1990	Diezer TSK Oranien	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:39:39	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Bonn
1:41:18	Vogt, Monika	1973	SV Urmitz	06.04.2025	Bonn
1:41:46	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:44:06	Ludes, Lisa Loreen	2007	Post-Sportverein Trier	06.04.2025	Berlin
1:44:39	Hassel, Franka	2001	LG Sieg	06.04.2025	Bonn
1:49:00	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	06.04.2025	Bonn
1:50:25	Falckenthal, Anica	1984	LG Sieg	06.04.2025	Bonn

## Marathon

Frauen offen

2:53:16	Trumm, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:54:06	von Keutz, Pia	1992	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:54:25	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:59:27	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
3:27:57	König, Martha	1992	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Hannover
3:52:00	Kallnick, Anne	1983	LG Westerwald	06.04.2025	Bonn
4:13:50	Thome, Gisela	1969	Spiridon Hochwald	16.03.2025	Bergisch Gladbach
4:16:55	Boller, Annett	1971	TSV SCHOTT Mainz	06.04.2025	Wien (AUT)
4:23:44	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	06.04.2025	Freiburg

## 100m Hürden (838 mm)

Frauen offen

15,45 (+1,1)	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	05.04.2025	San Francisco, CA (USA)
16,10 (+0,5)	Unger, Helen	2004	TSV SCHOTT Mainz	12.04.2025	Muncie, IN (USA)



## 400m Hürden (762 mm)

Frauen offen

63,86	Kuhn, Laura	2005	USC Mainz	29.03.2025	Coral Gables, FL (USA)
64,84	Unger, Helen	2004	TSV SCHOTT Mainz	12.04.2025	Muncie, IN (USA)

## 10km Gehen

Frauen offen

1:02:12	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	13.04.2025	Kelsterbach
---------	--------------	------	--------------------	------------	-------------

## Hochsprung

Frauen offen

1,55	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
1,51	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
1,51	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,49	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
1,47	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
1,43	Fuchs, Zoey	2011	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,39	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
1,35	Fürstenfelder, Matilda	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,35	Summers, Amelie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
1,35	Petry, Celine	2009	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
1,35	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,31	Otto, Malea	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,31	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,31	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
1,31	Steinsberger, Mina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,31	Petry, Matilda	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
1,27	Liesegang, Emilia	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,15	Nink, Mila	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,15	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,15	Böhm, Neele	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

## Weitsprung

Frauen offen

5,44 (+0,9)	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	05.04.2025	San Francisco, CA (USA)
5,26 (-1,5)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,78 (-1,6)	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
4,68 (-0,6)	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,41 (-2,5)	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,22 (-1,6)	Hertlein, Sofie	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
4,21 (-1,9)	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
4,20 (-0,4)	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,20 (-1,4)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,19 (-1,0)	Huschka, Janne	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,04 (-0,9)	Summers, Amelie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
3,81 (-2,1)	Petry, Celine	2009	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
3,80 (-0,3)	Fuchs, Zoey	2011	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3,76 (-1,3)	Akkermans, Marie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
3,70 (-1,5)	Kremer, Helena	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,41 (-1,3)	Fürstenfelder, Matilda	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
2,77 (-1,7)	Schmitt, Alina	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (4 kg)

Frauen offen

11,73	Hessel, Aline	1992	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
11,16	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.03.2025	Selters/Ts.
11,04	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
10,65	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	21.04.2025	Trier
10,41	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,04	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
9,89	Klippel, Johanna	1999	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
9,68	Mechler, Alexa	2001	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,61	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein
9,33	Schäfer, Nina	1999	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,21	Zinn, Tokessa	2000	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
9,03	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
8,63	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,38	Baum, Angelina	2000	LG Bernkastel/Wittlich	21.04.2025	Trier
8,35	Weschenfelder, Larissa	1991	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,26	Bangert, Jana	2007	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,08	Hassemer, Katharina	2003	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,25	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
7,20	Adam, Luisa	2001	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
7,03	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Diskuswurf (1 kg)

Frauen offen

42,27	Anton, Nele	2006	USC Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
40,58	Hessel, Aline	1992	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
35,17	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	02.03.2025	Frankfurt
34,26	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.03.2025	Selters/Ts.
34,23	Jäger, Stephanie	1986	TuS Kaisersesch	30.03.2025	Neuwied
33,76	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Gainesville, FL (USA)
32,89	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	02.03.2025	Frankfurt
30,87	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied
28,80	Hessert, Charlotte	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
27,88	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
27,42	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
26,99	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
26,96	Klippel, Johanna	1999	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
26,01	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	30.03.2025	Neuwied
25,95	Zinn, Tokessa	2000	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
25,72	Rinder, Clara	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
25,36	Sterk, Sarah	2008	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
25,16	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
24,55	Peters, Lineke	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
23,83	Klenke, Eefke	2009	MTV Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Hammerwurf (4 kg)

Frauen offen

41,58	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.03.2025	Selters/Ts.
-------	-------------------	------	---------	------------	-------------

<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Frauen offen</b>
46,82	Arnold, Franca	2003	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
41,38	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	01.03.2025	Frankfurt
35,73	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	25.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
35,16	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
32,98	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
31,06	Schäfer, Nina	1999	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
30,51	Cordes, Maja	2007	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied
28,63	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
27,88	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein
27,48	Zinn, Tokessa	2000	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
26,92	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
24,34	Jäger, Stephanie	1986	TuS Kaisersesch	30.03.2025	Neuwied
23,56	Bangert, Jana	2007	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
23,49	Schiener, Linda	2004	LG Rheinfront	22.03.2025	Gau-Algesheim
21,13	Hassemer, Katharina	2003	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
20,86	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
19,98	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	22.03.2025	Gau-Algesheim
17,73	Hercher, Isabelle	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

<b>Siebenkampf</b>					<b>Frauen offen</b>
10H (838 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200    WEI - SPE (600 g) - 800					
4303	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24./25.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
15,62 (+0,4) - 1,49 - 11,04 - 26,78 (0,0)    5,24 (-0,5) - 35,73 - 2:57,28					

## Männer

<b>100m</b>					<b>Männer</b>
10,96 (-0,6)	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)

<b>200m</b>					<b>Männer</b>
22,02 (+1,4)	Jedlitschka, Tilman	1999	USC Mainz	09.02.2025	Marietta, GA (USA)

<b>400m</b>					<b>Männer</b>
48,82	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
49,59	Jedlitschka, Tilman	1999	USC Mainz	29.03.2025	Kennesaw, GA (USA)

<b>800m</b>					<b>Männer</b>
2:06,05	Thater, Fabian	2005	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey

<b>1500m</b>					<b>Männer</b>
4:54,21	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)

<b>3000m</b>					<b>Männer</b>
9:50,94	Trampusch, Simon	2003	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey

<b>10000m</b>					<b>Männer</b>
32:53,85	Fink, Leander	2001	TV Alzey	29.03.2025	Alzey

## 5km Straßenlauf

Männer

15:05	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:18	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
15:36	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:37	Fink, Leander	2001	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
15:53	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:53	Walter, Maximilian	1996	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
16:16	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
17:19	van Beek, Jannik	1997	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
19:06	Ackermann, Nils	2001	LA TuS Mayen	08.03.2025	Urmitz
19:24	Clemens, Nils	2004	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
19:46	Thater, Fabian	2005	TuS Framersheim	16.03.2025	Bad Kreuznach
24:37	Nachtsheim, Nick	2000	LG Kreis Ahrweiler	08.03.2025	Urmitz

## 5km-Mannschaft

Männer

48:08	TV Alzey Fink, Leander (2001) - 15:37; Walter, Maximilian (1996) - 15:53; Rathgeber, Sören (1995) - 16:38	16.03.2025	Bad Kreuznach
48:46	LG Rhein-Wied Rupprecht, Sebastian (1990) - 16:06; Neumann, Denni (2005) - 16:16; Marx, Stefan (1982) - 16:24	26.02.2025	Köln
48:55	Post-Sportverein Trier Decker, Louis (2006) - 15:35; Knopp, Theo (2008) - 16:00; Teusch, Jonas (2009) - 17:20	09.03.2025	Leverkusen
51:46	LG Kreis Ahrweiler Löcher, Jonas (2009) - 16:18; Jüris, Kilian (2007) - 17:04; Reuter, Thomas (1989) - 18:24	16.03.2025	Bad Kreuznach
52:49	LG Rhein-Wied Henne, Florian (2006) - 16:38; Suhrcke, Marc (1968) - 17:59; Neumann, Ingo (1971) - 18:12	16.03.2025	Bad Kreuznach
56:53	TV Alzey Gombert, Jakob (2007) - 17:22; Laukert, Gabriel (2010) - 17:54; Terlinde, Mattis (2011) - 21:37	16.03.2025	Bad Kreuznach

## 10 km Straßenlauf

Männer

29:54	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	09.02.2025	Bergen (NED)
30:20	Dern, Benjamin	2003	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
30:22	Fink, Leander	2001	TV Alzey	01.02.2025	Rodgau
31:11	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
31:55	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
34:04	Althoff, Benedikt	1996	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
34:45	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
34:57	Neumann, Denni	2005	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
35:35	Walter, Maximilian	1996	TV Alzey	09.03.2025	Leverkusen
37:06	Brang, Luca	2002	LG Kreis Ahrweiler	02.02.2025	Köln
37:51	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	29.03.2025	Schweich
39:35	Clemens, Nils	2004	LG Rhein-Wied	19.01.2025	Köln

## 10 km Mannschaft

Männer

1:34:06	Silvesterlauf Trier Erz, Yannik (1995) - 30:48; Dern, Benjamin (2003) - 31:23; Kaufmann, Mathis (2004) - 31:55	09.03.2025	Leverkusen
1:42:11	LG Rhein-Wied van Riesen, Thierry (1990) - 33:40; Schneider, Thomas (1994) - 33:46; Waldstädt, Tim (1998) - 34:45	08.03.2025	Urmitz
1:48:34	LG Rhein-Wied Beinlich, Moritz (1996) - 31:11; Marx, Stefan (1982) - 36:45; Clemens, Nils (2004) - 40:38	09.03.2025	Leverkusen
1:48:39	LG Rhein-Wied Neumann, Denni (2005) - 34:57; Becker, Benjamin (1985) - 35:47; Neumann, Ingo (1971) - 37:55	08.03.2025	Urmitz

**10 km Mannschaft**

**Männer**

1:49:36

SV Blau-Weiß Niederelbert

Knie, Manuel (1989) - 35:51; Hering, Fabian (1987) - 36:50; Schütz, Andreas (1973) - 36:55

09.03.2025 Leverkusen

**10 km Mannschaft** **Männer**

**Halbmarathon** **Männer**

1:02:50	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	09.02.2025	Dubai (UAE)
1:07:02	Fink, Leander	2001	TV Alzey	16.02.2025	Barcelona (ESP)
1:08:20	Beinlich, Moritz	1996	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Bonn
1:08:34	Reuter, Tom	1999	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Gent (BEL)
1:16:27	Waldstädt, Tim	1998	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Bonn
1:17:58	Walter, Maximilian	1996	TV Alzey	06.04.2025	Berlin
1:18:46	Hörter, Christoph	2004	TuS Framersheim	19.04.2025	Paderborn
1:23:52	Hermes, Marc	1997	LG Laacher See	06.04.2025	Bonn
1:26:43	Clemens, Nils	2004	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
1:29:49	Stein, Karl Philipp	2000	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn
1:41:14	Rahimi, Raheb	1998	LG Laacher See	06.04.2025	Bonn
1:46:47	Kalter, Niklas	1998	DJK Ochtendung	06.04.2025	Bonn

**Halbmarathon-Mannschaft** **Männer**

4:26:48	LC 1980 Bad Kreuznach	16.03.2025	Bad Kreuznach
<small>Landvogt, Christoph (1980) - 1:24:43; Blum, Michael (1979) - 1:27:58; Justus, Oliver (1980) - 1:34:07</small>			

**Marathon** **Männer**

2:06:29	Fitwi Sibhatu, Samuel	1996	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
2:29:56	Kaufmann, Mathis	2004	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
2:34:37	Ramisch, André	1998	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover

**Marathon-Mannschaft** **Männer**

7:11:02	Silvesterlauf Trier	06.04.2025	Hannover
<small>Fitwi Sibhatu, Samuel (1996) - 2:06:29; Kaufmann, Mathis (2004) - 2:29:56; Ramisch, André (1998) - 2:34:37</small>			
7:38:03	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
<small>van Riesen, Thierry (1990) - 2:29:37; Schneider, Thomas (1994) - 2:32:44; Becker, Benjamin (1985) - 2:35:42</small>			
8:25:44	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
<small>Adams, Matthias (1990) - 2:43:36; Hensel, Philipp (1988) - 2:44:31; Engel, Dirk (1970) - 2:57:37</small>			

**110m Hürden (1,067 m)** **Männer**

14,90 (+1,9)	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	29.03.2025	San Marcos, TX (USA)
--------------	------------------	------	-----------	------------	----------------------

**3x1000m** **Männer**

7:51,48	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
<small>Meyer, Lucas (1998); Gindorf, Damian (1994); Heuts, Sam (2003);</small>			
8:00,34	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
<small>Nitsch, Philipp (2003); Simon, Matthias (2003); Kumarathas, Matusen (2005);</small>			

**Hochsprung** **Männer**

1,94	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
------	------------------	------	-----------	------------	------------------

**Stabhochsprung** **Männer**

4,80	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
------	------------------	------	-----------	------------	------------------

**Weitsprung** **Männer**

6,95	(0,0)	Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
------	-------	------------------	------	-----------	------------	------------------

**Kugelstoß (7,26 kg)** **Männer**

15,17		Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04.04.2025	Tucson, AZ (USA)
9,89		Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
9,35		Grieb, Lukas	2000	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,17		Klippel, Linus	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

**Diskuswurf (2 kg)** **Männer**

47,26		Anton, Sven	2002	USC Mainz	08.02.2025	Mainz
44,27		Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
37,86		Hahn, Niklas	1998	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
30,65		Koloska, Kim-Lukas	2003	USC Mainz	08.02.2025	Mainz
27,25		Grieb, Lukas	2000	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
26,97		Klippel, Linus	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
24,42		Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein

**Speerwurf (800 g)** **Männer**

65,01		Labdi, Amin	2000	TSV SCHOTT Mainz	16.02.2025	Halle
56,03		Behret, Moritz	2003	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
52,41		Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
44,86		Düren, Lennox	2001	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
44,42		Grieb, Lukas	2000	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
32,03		Jacobi, Paul	2004	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

**Zehnkampf** **Männer**

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

7772		Kallenberg, Paul	2002	USC Mainz	04./05.04.2025	Tucson, AZ (USA)
------	--	------------------	------	-----------	----------------	------------------

10,96 (-0,6) - 7,07 (+2,3) - 15,17 - 1,94 - 48,82 || 15,13 (+0,8) - 44,27 - 4,80 - 52,41 - 4:54,21

## Frauen

**200m** **Frauen**

26,78	(0,0)	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
-------	-------	------------------	------	-----------------------	------------	------------------------

**800m** **Frauen**

2:31,66		Siemienowski, Cornelia	2000	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.03.2025	Alzey
2:57,28		Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	25.03.2025	Forest Grove, OR (USA)

**1500m** **Frauen**

5:14,64		Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	15.03.2025	Billings, MT (USA)
---------	--	----------------	------	----------------	------------	--------------------

**5000m** **Frauen**

19:14,30		Geisen, Hannah	2004	DJK Ochtendung	29.03.2025	Missoula, MT (USA)
----------	--	----------------	------	----------------	------------	--------------------

**10000m** **Frauen**

43:13,82 Keller, Rebecca 2004 TG Worms 29.03.2025 Alzey

**5km Straßenlauf** **Frauen**

19:06	Müller, Lena	2001	LLG Hunsrück	09.03.2025	Leverkusen
19:10	Kohl, Chiara	1997	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
19:57	Bernhardt, Evelyn	1998	USC Mainz	05.04.2025	Mainz
21:45	Mockenhaupt, Anna-Lena	1998	LG Sieg	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:49	Wichard, Sarah	1997	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen
21:53	Carl, Kristina	1996	TuS Fortuna 1884 Saarburg	29.03.2025	Schweich
22:20	Werle, Lara	1998	TV Laubenheim	05.04.2025	Mainz
22:27	Meyers, Katharina	2003	LG Bitburg-Prüm	29.03.2025	Schweich
24:11	van Beek, Verena	1998	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
24:56	Zinn, Tamina	1996	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
25:10	Brösch, Marie	2005	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
25:28	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	16.03.2025	Bad Kreuznach

**5km-Mannschaft** **Frauen**

1:06:24	LLG Hunsrück Müller, Lena (2001) - 19:52; May, Emma (2006) - 20:49; Erbach, Katharina (2012) - 25:43	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:13:46	LAZ Birkenfeld Gouverneur, Helena (2009) - 21:51; Caspary, Sigrid (1970) - 25:42; Schröder, Tanja (1973) - 26:13	16.03.2025	Bad Kreuznach

**10 km Straßenlauf** **Frauen**

36:17	Keller, Jessica	2001	TG Worms	01.02.2025	Rodgau
38:12	Kohl, Chiara	1997	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
39:32	Gilles, Emily	2004	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
50:44	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	25.01.2025	Kirchen

**10 km Mannschaft** **Frauen**

1:54:21	Lauftreff Schweich Frank, Teresa (1993) - 37:06; Kohl, Chiara (1997) - 38:12; Engel, Yvonne (1977) - 39:03	09.03.2025	Leverkusen
---------	---	------------	------------

**Halbmarathon** **Frauen**

1:20:28	Rennecke, Franziska	1999	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Bonn
1:24:04	Kohl, Chiara	1997	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Berlin
1:29:17	Gasser, Maria	2003	TV Alzey	19.04.2025	Paderborn
1:44:39	Hassel, Franka	2001	LG Sieg	06.04.2025	Bonn
1:49:00	Mettbach, Antonia	1998	LG Sieg	06.04.2025	Bonn
1:59:49	Ermert, Leonie	2004	Radsportverein Daadetal	16.02.2025	Barcelona (ESP)
2:00:30	Bernhardt, Selina	2000	USC Mainz	06.04.2025	Freiburg
2:18:28	Gehrke, Viktoria	2003	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.04.2025	Berlin

**Halbmarathon-Mannschaft** **Frauen**

5:35:52	Diezer TSK Oranien Weber-Kollassa, Marina (1990) - 1:36:12; Muffert, Lina (1979) - 1:56:52; Hilbert, Jesica (1982) - 2:02:48	16.03.2025	Bad Kreuznach
---------	---	------------	---------------

**Marathon-Mannschaft** **Frauen**



**Marathon-Mannschaft**

**Frauen**

8:41:47

Lauftreff Schweich

06.04.2025 Hannover

Trumm, Michelle (1989) - 2:53:16; von Keutz, Pia (1992) - 2:54:06; Hausmann, Tine (1982) - 2:54:25

<b>Marathon-Mannschaft</b>					<b>Frauen</b>
<b>100m Hürden (838 mm)</b>					<b>Frauen</b>
15,45 (+1,1)	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	05.04.2025	San Francisco, CA (USA)
16,10 (+0,5)	Unger, Helen	2004	TSV SCHOTT Mainz	12.04.2025	Muncie, IN (USA)
<b>400m Hürden (762 mm)</b>					<b>Frauen</b>
63,86	Kuhn, Laura	2005	USC Mainz	29.03.2025	Coral Gables, FL (USA)
64,84	Unger, Helen	2004	TSV SCHOTT Mainz	12.04.2025	Muncie, IN (USA)
<b>4x400m</b>					<b>Frauen</b>
3:57,13	Post-Sportverein Trier Schwind, Hannah (2007); Teller, Sandra (1997); Stohmann, Hannah (2008); Kupczik, Rebecca (2001);			05.04.2025	Trier
<b>3x800m</b>					<b>Frauen</b>
7:43,07	LG Sieg Renk, Emily (2004); van der Zwaag, Jule (2007); Münch, Mia (2009);			05.04.2025	Trier
8:13,22	LG Rhein-Wied Velazquez Gudino, Emilia (2008); Weber, Lena (2008); Paprotta, Susanne (1988);			05.04.2025	Trier
<b>Hochsprung</b>					<b>Frauen</b>
1,49	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
<b>Weitsprung</b>					<b>Frauen</b>
5,44 (+0,9)	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	05.04.2025	San Francisco, CA (USA)
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Frauen</b>
11,16	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.03.2025	Selters/Ts.
11,04	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
10,41	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
9,89	Klippel, Johanna	1999	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
9,68	Mechler, Alexa	2001	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,33	Schäfer, Nina	1999	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,21	Zinn, Tokessa	2000	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
8,38	Baum, Angelina	2000	LG Bernkastel/Wittlich	21.04.2025	Trier
8,08	Hassemer, Katharina	2003	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,25	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
7,20	Adam, Luisa	2001	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
5,97	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Frauen</b>
34,26	Kebschull, Britta	2000	LG Sieg	29.03.2025	Selters/Ts.
26,96	Klippel, Johanna	1999	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
25,95	Zinn, Tokessa	2000	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
22,84	Schunk, Lisa	2005	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
17,17	Adam, Luisa	2001	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,02	Hercher, Isabelle	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

**Hammerwurf (4 kg) Frauen**

41,58	Kebbschull, Britta	2000	LG Sieg	29.03.2025	Selters/Ts.
-------	--------------------	------	---------	------------	-------------

**Speerwurf (600 g) Frauen**

46,82	Arnold, Franca	2003	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
35,73	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	25.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
35,16	Böckmann, Marie	2005	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
31,06	Schäfer, Nina	1999	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
27,48	Zinn, Tokessa	2000	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
23,49	Schiener, Linda	2004	LG Rheinfront	22.03.2025	Gau-Algesheim
21,13	Hassemer, Katharina	2003	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
20,86	Fahrenbruch, Elisa Johanna	2004	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
17,73	Hercher, Isabelle	2003	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

**Siebenkampf Frauen**

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

4303	Ließfeld, Vivien	2004	SSC Koblenz-Karthause	24./25.03.2025	Forest Grove, OR (USA)
------	------------------	------	-----------------------	----------------	------------------------

15,62 (+0,4) - 1,49 - 11,04 - 26,78 (0,0) || 5,24 (-0,5) - 35,73 - 2:57,28

## Männer & Frauen

**4x400m Männer & Frauen**

3:50,08	Post-Sportverein Trier			05.04.2025	Trier
---------	------------------------	--	--	------------	-------

Leidinger, Alexander (1994); Teller, Sandra (1997); Kumarathas, Matusen (2005); Kupczik, Rebecca (2001);

## Männliche Jugend U20

**400m Männliche Jugend U20**

47,99	Forsmann, Lorenz	2007	TSV Moselfeuer Lehmen	29.03.2025	Lansdale, PA (USA)
-------	------------------	------	-----------------------	------------	--------------------

**800m Männliche Jugend U20**

2:04,51	Güntzer, Demian	2007	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Alzey
2:13,94	Rebholz, Valentin	2007	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
2:15,74	Reck, Marcel	2007	LC Bingen	29.03.2025	Alzey

**10000m Männliche Jugend U20**

36:03,78	Gombert, Jakob	2007	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
----------	----------------	------	----------	------------	-------

**5km Straßenlauf Männliche Jugend U20**

15:35	Decker, Louis	2006	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
16:38	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
17:04	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	16.03.2025	Bad Kreuznach
17:22	Gombert, Jakob	2007	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
17:27	Blank, Moritz	2007	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
17:35	Schwarzer, Philipp	2007	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2025	Leverkusen
17:42	Güntzer, Demian	2007	Silvesterlauf Trier	16.03.2025	Bad Kreuznach
18:22	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
19:10	Vogt, Christoph	2006	SV Urmitz	16.03.2025	Bad Kreuznach
19:44	Hombach, Hendrik	2007	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
22:25	Rebholz, Valentin	2007	Lauffreunde Naheland	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:29	Gallhuber, Cedric	2007	TSV Gau-Odernheim	16.03.2025	Bad Kreuznach

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
37:33	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2025	Leverkusen
38:48	Franke, Marten	2006	LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Schweich
<b>Halbmarathon</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
1:21:54	Jüris, Kilian	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn
1:26:42	Wacht, Benjamin	2006	TuS Fortuna 1884 Saarburg	16.03.2025	Bergisch Gladbach
1:31:45	Vogt, Christoph	2006	SV Urmitz	06.04.2025	Bonn
1:47:45	Hörter, Bjarne	2009	TuS Framersheim	19.04.2025	Paderborn
<b>4x400m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
3:30,49	StG USC/Bingen Merten, Arne (2006); Wewiorka, Tobias (2007); Sansi, Aaron (2008); Rizig-Mursal, Michael (2007);			05.04.2025	Trier
3:45,46	LG Rhein-Wied Lehnart, Samuel (2008); Überhofen, Maximilian (2008); Dasbach, Jonas (2007); Theisen, Tim (2009);			05.04.2025	Trier
<b>3x1000m</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
8:04,07	Post-Sportverein Trier Knopp, Theo (2008); Decker, Louis (2006); Hoppe, Maximilian (2008);			05.04.2025	Trier
8:14,32	StG Koblenz/Ocht./Plaidt Lange, Julian (2006); Blank, Moritz (2007); Veit, Philipp (2009);			05.04.2025	Trier
8:20,70	LG Rhein-Wied Kraus, Jasper (2008); Henne, Florian (2006); Henne, Sebastian (2009);			05.04.2025	Trier
9:08,43	LG Sieg Hehn, Julius (2008); Hombach, Hendrik (2007); Schlosser, Adrian (2007);			05.04.2025	Trier
<b>Kugelstoß (6 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
13,50	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,14	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,44	Froesch, Sebastian	2007	TV Nieder-Olm	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,03	Pritzkoleit, Finn	2007	TV Nieder-Olm	22.03.2025	Gau-Algesheim
<b>Diskuswurf (1,75 kg)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
23,97	Müller, Niklas	2007	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
<b>Speerwurf (800 g)</b>				<b>Männliche Jugend U20</b>	
46,69	Jäckel, Jonas	2007	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
41,38	Baron, Johannes	2006	SV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
37,20	Klein, Magnus	2007	SSC Koblenz-Karthause	30.03.2025	Neuwied
30,58	Pritzkoleit, Finn	2007	TV Nieder-Olm	22.03.2025	Gau-Algesheim
28,46	Henne, Florian	2006	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
<b>Weibliche Jugend U20</b>					
<b>100m</b>				<b>Weibliche Jugend U20</b>	
13,36 (-1,6)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
14,21 (-1,6)	Peiker, Anna	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
14,55 (-1,6)	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

<b>800m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
2:45,65	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez	
3:09,75	Weber, Lana	2006	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez	
<b>3000m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
14:53,85	Manthey, Marissa	2006	LC Bingen	29.03.2025	Alzey	
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
20:07	van der Zwaag, Jule	2007	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen	
20:49	May, Emma	2006	LLG Hunsrück	16.03.2025	Bad Kreuznach	
<b>Halbmarathon</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
1:44:06	Ludes, Lisa Loreen	2007	Post-Sportverein Trier	06.04.2025	Berlin	
<b>4x400m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
3:50,43	StG USC/Bingen Schmitz, Mara Sophie (2007); Kaul, Emma (2006); Köhler, Liv-Grete (2007); Amoikon, Linda Zoë (2006);			05.04.2025	Trier	
3:56,78	LG Rhein-Wied Schmidt, Lina (2009); Eichhorn, Lena (2008); Götz, Lotta (2008); Kupser, Leonie (2006);			05.04.2025	Trier	
4:09,82	Post-Sportverein Trier Sonnenberg, Greta (2007); Moll, Marlene (2008); Schlösser, Helene (2007); Mattern, Friederike (2008);			05.04.2025	Trier	
4:32,62	LG Rhein-Wied Karst, Johanna (2008); Zinn, Tiara (2006); Meuter, Lotta (2009); Schröder, Julia Maria (2006);			05.04.2025	Trier	
<b>3x800m</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
7:23,83	LG Rhein-Wied Smolka, Lia (2008); Forkert, Alina (2008); Köhler, Laura (2007);			05.04.2025	Trier	
<b>Weitsprung</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
5,26 (-1,5)	Hehl, Jill	2007	LG Westerwald	06.04.2025	Diez	
4,21 (-1,9)	Schmidt, Sarah	2007	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez	
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
10,04	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig	
9,03	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied	
8,63	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein	
8,26	Bangert, Jana	2007	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein	
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
42,27	Anton, Nele	2006	USC Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim	
27,42	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein	
<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Weibliche Jugend U20</b>	
32,98	Medinger, Celina	2007	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied	
30,51	Cordes, Maja	2007	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied	
28,63	Bitzen, Barbara	2007	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied	
26,92	Weber, Antonia	2006	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein	
23,56	Bangert, Jana	2007	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim	

## Jugend U20

### 4x400m

Jugend U20

3:49,03 Post-Sportverein Trier 05.04.2025 Trier  
Leitz, Florian (2006); Stohmann, Hannah (2008); Wichowanez, Dennis (2009); Schwind, Hannah (2007);

## Männliche Jugend U18

### 100m

Männliche Jugend U18

12,26 (+0,9)	Hassel, Leo	2009	LG Sieg	06.04.2025	Diez
12,87 (+0,9)	Fries, Lias Ben	2008	TV 1861 Bad Ems	06.04.2025	Diez
13,95 (+0,7)	Schlechtriemen, Neal Alessio	2009	LG Sieg	06.04.2025	Diez
14,16 (+0,7)	Buhs, Philip	2009	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

### 800m

Männliche Jugend U18

2:04,15	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Alzey
2:06,36	Bernhard, Jonathan	2009	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
2:08,28	Lohmann, Arne	2008	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:09,86	Leidel, Tom	2008	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:20,16	Bauer, Lutz	2009	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:21,72	Fries, Lias Ben	2008	TV 1861 Bad Ems	06.04.2025	Diez

### 3000m

Männliche Jugend U18

9:08,44	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	29.03.2025	Alzey
9:20,91	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Alzey
10:06,06	Baumann, Leandro-Alessio	2008	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025	Alzey

### 5km Straßenlauf

Männliche Jugend U18

15:38	Löcher, Jonas	2009	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2025	Leverkusen
16:00	Knopp, Theo	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
16:01	Henne, Sebastian	2009	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
17:16	Hoppe, Maximilian	2008	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Schweich
17:20	Teusch, Jonas	2009	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
17:20	Tröndlin, Till	2009	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
17:23	Hehn, Julius	2008	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
18:14	Müller, Felix	2008	LLG Hunsrück	16.03.2025	Bad Kreuznach
18:43	Benzmüller, Max	2009	Silvesterlauf Trier	19.01.2025	Dubai (UAE)
18:55	Veit, Philipp	2009	SSC Koblenz-Karthause	08.03.2025	Urmitz
19:09	Löhfelm, Moritz	2009	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
19:10	Primak, Maik	2008	LC 1980 Bad Kreuznach	16.03.2025	Bad Kreuznach

### 3x1000m

Männliche Jugend U18

8:37,16	LG Kreis Ahrweiler Jüris, Lorenz (2010); Beckmann, Jona (2009); Löcher, Jonas (2009);	05.04.2025	Trier
8:49,55	StG Framersheim/Worms Bauer, Lutz (2009); Merkelbach, Tom (2008); Leidel, Tom (2008);	05.04.2025	Trier
8:50,14	TG Konz Duda, Noah (2009); Jankowski, Tomasz (2010); Hartmann, Vincent (2009);	05.04.2025	Trier

## 3x1000m Männliche Jugend U18

9:00,10 Post-Sportverein Trier 05.04.2025 Trier  
Rademacher, Gabriel (2010); Tröndlin, Till (2009); Teusch, Jonas (2009);

## 10km Gehen Männliche Jugend U18

58:28 Kellen, Jakob 2009 Diezer TSK Oranien 13.04.2025 Kelsterbach

## Hochsprung Männliche Jugend U18

1,47 Schlechtriemen, Neal Alessio 2009 LG Sieg 06.04.2025 Diez  
1,35 Buhs, Philip 2009 LG Lahn-Aar-Esterau 06.04.2025 Diez

## Weitsprung Männliche Jugend U18

5,34 (-1,9) Hassel, Leo 2009 LG Sieg 06.04.2025 Diez  
4,84 (-0,1) Fries, Lias Ben 2008 TV 1861 Bad Ems 06.04.2025 Diez  
4,04 (-2,0) Buhs, Philip 2009 LG Lahn-Aar-Esterau 06.04.2025 Diez

## Kugelstoß (5 kg) Männliche Jugend U18

12,52 Weis, Wolf 2008 LG Bernkastel/Wittlich 12.04.2025 Idar-Oberstein  
11,82 Götz, Cedric 2009 LG Bernkastel/Wittlich 12.04.2025 Idar-Oberstein  
11,02 Plenert Fabing, Samuel 2009 LG Rhein-Wied 30.03.2025 Neuwied  
9,31 Stiehler, Len Emilian 2009 LG Rhein-Wied 30.03.2025 Neuwied  
7,77 Mikscha, Fabian 2009 LG Idar-Oberstein 12.04.2025 Idar-Oberstein  
7,65 Buhs, Philip 2009 LG Lahn-Aar-Esterau 06.04.2025 Diez

## Diskuswurf (1,5 kg) Männliche Jugend U18

42,41 Beppler, Florian 2009 TSV SCHOTT Mainz 22.03.2025 Gau-Algesheim  
39,88 Weis, Wolf 2008 LG Bernkastel/Wittlich 12.04.2025 Idar-Oberstein  
33,72 Plenert Fabing, Samuel 2009 LG Rhein-Wied 30.03.2025 Neuwied  
29,04 Götz, Cedric 2009 LG Bernkastel/Wittlich 12.04.2025 Idar-Oberstein  
21,82 Stiehler, Len Emilian 2009 LG Rhein-Wied 30.03.2025 Neuwied  
16,47 Mikscha, Fabian 2009 LG Idar-Oberstein 12.04.2025 Idar-Oberstein

## Speerwurf (700 g) Männliche Jugend U18

52,52 Beppler, Florian 2009 TSV SCHOTT Mainz 22.03.2025 Gau-Algesheim  
37,73 Bohr, Moritz 2009 TuS 1862 Kirn 12.04.2025 Idar-Oberstein  
36,67 Plenert Fabing, Samuel 2009 LG Rhein-Wied 30.03.2025 Neuwied  
23,83 Stiehler, Len Emilian 2009 LG Rhein-Wied 30.03.2025 Neuwied  
19,75 Mikscha, Fabian 2009 LG Idar-Oberstein 12.04.2025 Idar-Oberstein

## Weibliche Jugend U18

### 100m Weibliche Jugend U18

13,87 (-0,7) Buchner, Hannah 2008 LG Westerwald 06.04.2025 Diez  
14,04 (+0,1) Weinitschke, Lina 2008 LG Kreis Ahrweiler 05.04.2025 Meckenheim  
14,99 (-0,7) Adams, Gina 2009 LG Westerwald 06.04.2025 Diez  
15,56 (-0,7) Petry, Celine 2009 TSG Heidesheim 06.04.2025 Diez

**800m** **Weibliche Jugend U18**

2:18,80	Rudloff, Alina	2009	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:24,24	Schulz, Franziska	2009	DJK Ochtendung	29.03.2025	Alzey
2:37,99	Ibrom, Mia	2008	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:46,44	Lüderitz, Leni	2008	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3:17,45	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	06.04.2025	Diez

**3000m** **Weibliche Jugend U18**

10:36,98	Surges, Vianne	2008	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
----------	----------------	------	-----------	------------	-------

**5km Straßenlauf** **Weibliche Jugend U18**

20:02	Smolka, Lia	2008	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
20:54	Leimkühler, Helene	2009	LG Kreis Ahrweiler	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:24	Schmitt, Marleen	2008	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
21:51	Gouverneur, Helena	2009	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:36	Ibrom, Mia	2008	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
23:31	Leis, Thea	2009	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Schweich
24:25	Lüderitz, Leni	2008	Diezer TSK Oranien	16.03.2025	Bad Kreuznach
24:32	Richter, Julia	2009	LG Bernkastel/Wittlich	16.03.2025	Bad Kreuznach
24:47	Engel, Eva	2009	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Bad Kreuznach
25:22	Gerritsen, Kim	2009	TV Jahn Plaidt	08.03.2025	Urmitz

**10 km Straßenlauf** **Weibliche Jugend U18**

48:55	Schultz, Malea	2009	TV Kärlich 08	08.03.2025	Urmitz
-------	----------------	------	---------------	------------	--------

**3x800m** **Weibliche Jugend U18**

7:39,74	StG USC/Bingen Scheef, Anne (2009); Ohl, Lotta (2009); Surges, Vianne (2008);			05.04.2025	Trier
7:49,61	LG Kreis Ahrweiler Leimkühler, Helene (2009); Jünger, Clara (2009); Reinhard, Maja (2009);			05.04.2025	Trier

**Hochsprung** **Weibliche Jugend U18**

1,51	Buchner, Hannah	2008	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
1,51	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,35	Petry, Celine	2009	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez

**Weitsprung** **Weibliche Jugend U18**

4,68 (-0,6)	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,41 (-2,5)	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,20 (-0,4)	Adams, Gina	2009	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
3,81 (-2,1)	Petry, Celine	2009	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez



## Kugelstoß (3 kg) Weibliche Jugend U18

13,44	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
10,57	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,50	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
10,47	Karst, Johanna	2008	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,28	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
10,25	Deitmer, Sophie	2009	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
10,00	Götz, Katharina	2009	LG Bernkastel/Wittlich	21.04.2025	Trier
9,49	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
9,44	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
9,42	Mertens, Greta	2009	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied
9,01	Klenke, Eefke	2009	MTV Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,88	Kessel, Anna	2009	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez

## Diskuswurf (1 kg) Weibliche Jugend U18

30,87	Kölbach, Anna Charlotte	2008	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied
27,88	Scholz, Sara	2009	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
26,99	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
25,36	Sterk, Sarah	2008	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
25,16	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
23,83	Klenke, Eefke	2009	MTV Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
22,05	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
21,91	Hellinger, Leni	2008	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
21,89	Mertens, Greta	2009	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied
19,78	Hertrich, Mia	2009	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
19,56	Mertens, Leonie	2008	TuS Roland Brey	30.03.2025	Neuwied
18,73	Deitmer, Sophie	2009	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied

## Hammerwurf (3 kg) Weibliche Jugend U18

46,85	Stork, Viktoria	2009	TV Alzey	21.04.2025	Trier
28,24	Barth, Neele	2008	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier

## Speerwurf (500 g) Weibliche Jugend U18

37,57	Stein, Eva-Fabienne	2009	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
31,00	Stieber, Aglaia	2009	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
29,32	Reinhard, Maja	2009	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
26,92	Gerstenschläger, Nina	2008	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
26,65	Hellinger, Leni	2008	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
26,23	Klenke, Eefke	2009	MTV Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
22,20	Farr, Jule	2008	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
21,69	Sterk, Sarah	2008	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
21,52	Marker, Johanna	2009	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
19,84	Weber, Mareike	2008	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
19,45	Brusius, Anna Katharina	2009	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
16,60	Hertrich, Mia	2009	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Männliche Jugend U16

### 4x100m Männliche Jugend U16

57,71	TG Konz	05.04.2025	Trier
Hartmann, Samuel (2011); Dier, Leon (2011); Francois, Leonard-Philippe (2011); Weber, Matthias (2011);			

### 3x1000m Männliche Jugend U16

3x1000m			Männliche Jugend U16	
9:51,07	USC Mainz Rösch, Johann (2010); Schneider, Max (2011); Schneider, Felix (2011);		05.04.2025	Trier
9:52,32	LG Rhein-Wied Bartman, Ben (2010); Retzlaff, Konstantin (2010); Sommer, Phillip (2011);		05.04.2025	Trier

## Jugend M15

100m					Jugend M15
12,39 (-0,5)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
12,89 (-1,8)	Demircan, Erdinc Muhammed	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
13,08 (-1,8)	Gemke, Oskar	2010	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,20 (-0,5)	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
13,28 (-1,8)	Metz, Benedikt	2010	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,61 (-0,5)	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez

800m					Jugend M15
2:05,55	Michel, Peer Ole	2010	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey

3000m					Jugend M15
9:51,12	Leidel, Mathias	2010	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
10:05,15	Laukert, Gabriel	2010	TV Alzey	29.03.2025	Alzey

5km Straßenlauf					Jugend M15
17:54	Laukert, Gabriel	2010	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
17:58	Leidel, Mathias	2010	TuS Framersheim	09.03.2025	Leverkusen
18:26	Schwarzer, Johan	2010	LG Kreis Ahrweiler	09.03.2025	Leverkusen
18:30	Rademacher, Gabriel	2010	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
19:53	Jankowski, Tomasz	2010	TG Konz	29.03.2025	Schweich
22:45	Hahn, Lukas	2010	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
25:03	Möller, Luis	2010	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen

Hochsprung					Jugend M15
1,55	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,47	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez

Weitsprung					Jugend M15
5,38 (-0,4)	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
4,33 (-2,3)	Möller, Luis	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez

Kugelstoß (4 kg)					Jugend M15
13,52	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
11,28	Neumann, Ben	2010	LG Sieg	06.04.2025	Diez
10,03	Jüris, Lorenz	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
9,63	Beckmann, Till	2010	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,38	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
8,68	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
7,80	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
7,53	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Jugend M15</b>
40,65	Brünner, Aart	2010	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
35,96	Beckmann, Till	2010	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
30,21	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
24,77	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

<b>Speerwurf (600 g)</b>					<b>Jugend M15</b>
33,88	Beckmann, Till	2010	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
27,91	Bartman, Ben	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
26,74	Retzlaff, Konstantin	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
22,64	Krischer, Niklas	2010	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
14,20	Oster, Leo	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

## Jugend M14

<b>100m</b>					<b>Jugend M14</b>
13,61 (-1,4)	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
13,64 (-1,1)	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
13,74 (-1,4)	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
14,29 (-1,2)	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
14,63 (-1,4)	Mihalec, Jim Luca	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
14,73 (-1,2)	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
15,09 (-1,4)	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
15,25 (-1,1)	Guder, Giuliano	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
15,67 (-1,1)	Heyeckhaus, Finn	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
16,28 (-1,2)	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	06.04.2025	Diez

<b>800m</b>					<b>Jugend M14</b>
2:20,27	Flaig, Fabian	2011	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:22,22	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
2:37,22	Leib, Konstantin	2011	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:40,03	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
2:42,93	Michel, Finn Mattis	2011	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
2:46,36	Mihalec, Jim Luca	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
2:54,61	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
2:55,59	Heyeckhaus, Finn	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

<b>1000m</b>					<b>Jugend M14</b>
3:16,49	Weber, Matthias	2011	TG Konz	05.04.2025	Trier
3:28,23	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
3:37,68	Dier, Leon	2011	TG Konz	05.04.2025	Trier

<b>3000m</b>					<b>Jugend M14</b>
10:17,38	Becker, Kris	2011	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
10:18,21	Stark, Constantin Darius	2011	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
11:21,53	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Alzey
11:25,75	Terlinde, Mattis	2011	TV Alzey	29.03.2025	Alzey

## 5km Straßenlauf

Jugend M14

19:19	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	09.03.2025	Leverkusen
20:28	Fuchs, Linus	2011	LG Bernkastel/Wittlich	16.03.2025	Bad Kreuznach
20:59	Michel, Finn Mattis	2011	TuS Framersheim	09.03.2025	Leverkusen
21:10	Koch, Simon	2011	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Schweich
21:37	Terlinde, Mattis	2011	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:06	Leib, Konstantin	2011	TuS Framersheim	09.03.2025	Leverkusen
23:59	Hillenkötter, Nils	2011	TuS Horhausen 04	08.03.2025	Urmitz

## Hochsprung

Jugend M14

1,59	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,51	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,43	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,35	Reuber, Jari	2011	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,27	Guder, Giuliano	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,23	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
1,19	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez

## Weitsprung

Jugend M14

4,94 (-1,7)	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
4,92 (-0,3)	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,20 (-1,6)	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
3,99 (-0,9)	Schmitz-Eltges, Linus	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3,83 (-1,0)	Mihalec, Jim Luca	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
3,69 (-1,1)	Strauß, Julian	2011	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3,08 (+0,5)	Lüderitz, Johann	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (4 kg)

Jugend M14

10,96	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	30.03.2025	Neuwied
10,51	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
9,73	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
9,19	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
9,04	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,77	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,49	Kramer, Finn	2011	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,44	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
8,12	Alatieh, Akram	2011	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
7,78	Deitmer, Julius	2011	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
6,86	Wiedmann, Marius	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
5,70	Guder, Giuliano	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

## Diskuswurf (1 kg)

Jugend M14

33,99	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	30.03.2025	Neuwied
32,52	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
29,83	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
29,61	Hoor, Paul	2012	LG Bitburg-Prüm	08.02.2025	Mainz
28,11	Kramer, Finn	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
25,60	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
24,23	Schiele, Noah	2011	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
23,99	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
23,34	Deitmer, Julius	2011	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
22,96	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
21,03	Wiedmann, Marius	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
17,38	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied

## Speerwurf (600 g)

Jugend M14

33,08	Weber, Felix	2011	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
32,60	Habscheid, Nikolaus	2011	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
29,83	Müller, Jonas	2011	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
27,83	Hardt, Johannes	2011	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
27,37	Wiedmann, Marius	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
25,54	Kramer, Finn	2011	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
24,90	Kneutgen, Runar	2011	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
21,65	Dötsch, Janne	2011	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied
20,59	Deitmer, Julius	2011	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
19,84	Hajek, David	2011	LG Bernkastel/Wittlich	08.02.2025	Mainz
18,28	Traub, Paul	2011	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Weibliche Jugend U16

### 4x100m

Weibliche Jugend U16

53,16	TG Konz Forket Dauffy, Sarah (2010); Nemecek, Laura (2010); Michels, Alena (2010); Zielinski, Carline (2011);	05.04.2025	Trier
54,48	Post-Sportverein Trier Grünewald, Lara (2011); Gans, Ida (2011); Schumacher, Mia (2011); Raithel, Mila (2011);	05.04.2025	Trier

### 3x800m

Weibliche Jugend U16

7:41,85	Post-Sportverein Trier Förster, Lilly (2011); Gans, Ida (2011); Schwind, Elisabeth (2010);	05.04.2025	Trier
8:15,88	LG Bernkastel/Wittlich Hower, Josefine (2011); Simon, Maria (2010); Hayer, Lea (2012);	05.04.2025	Trier
8:34,06	LG Rhein-Wied Weber, Svea (2010); Škoda, Maxima (2011); Eichhorn, Klara (2011);	05.04.2025	Trier
8:39,66	Post-Sportverein Trier Redinger, Emily (2011); Raithel, Mila (2011); Thees, Carla (2011);	05.04.2025	Trier
9:07,81	LG Rhein-Wied Schellinger, Fine (2011); Henne, Marlene (2011); Klingbeil, Lara (2010);	05.04.2025	Trier
9:24,44	LC Bingen Jung, Elisabeth (2011); Rosenberger, Emma (2012); Crabbe, Lydie (2011);	05.04.2025	Trier

## Jugend W15

### 100m

Jugend W15

13,33 (-1,7)	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	05.04.2025	Trier
13,92 (-1,7)	Michels, Alena	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,48 (-1,5)	Görg, Ada	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,52 (+1,0)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
14,56 (+0,2)	Wagner, Nele	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
14,69 (-1,7)	Forket Dauffy, Sarah	2010	TG Konz	05.04.2025	Trier
15,33 (+1,0)	Huschka, Janne	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez

### 800m

Jugend W15

3:15,75	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
---------	-------------	------	---------------	------------	------

### 5km Straßenlauf

Jugend W15

21:12	Herrig, Anne	2010	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Schweich
-------	--------------	------	---------------------	------------	----------

**Weitsprung** **Jugend W15**

4,20 (-1,4)	Pancho, Zoe	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,19 (-1,0)	Huschka, Janne	2010	LG Westerwald	06.04.2025	Diez

**Kugelstoß (3 kg)** **Jugend W15**

10,42	Oberlack, Emma Giulia	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
10,10	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	30.03.2025	Neuwied
9,86	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
9,63	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	30.03.2025	Neuwied
9,57	Peters, Lineke	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
9,33	Rinder, Clara	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
9,20	Hessert, Charlotte	2010	USC Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
9,03	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	30.03.2025	Neuwied
8,07	Assenmacher, Nora	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
7,67	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
7,65	Kalbhenn, Emma	2010	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
7,58	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	30.03.2025	Neuwied

**Diskuswurf (1 kg)** **Jugend W15**

28,80	Hessert, Charlotte	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
26,01	Herborg, Marleen	2010	LG Koblenz-Rhens	30.03.2025	Neuwied
25,72	Rinder, Clara	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
24,55	Peters, Lineke	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
22,95	Rüdel, Karlotta	2010	TuS Roland Brey	30.03.2025	Neuwied
21,16	Assenmacher, Nora	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
20,75	Klapperich, Paula	2010	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
20,51	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	30.03.2025	Neuwied
17,70	Kalbhenn, Emma	2010	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,07	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
9,94	Schorn, Leandra	2010	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz

**Speerwurf (500 g)** **Jugend W15**

31,09	Schwind, Elisabeth	2010	Post-Sportverein Trier	30.03.2025	Neuwied
29,30	Weber, Svea	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
26,72	Rinder, Clara	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
24,50	Peters, Lineke	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
22,07	Hessert, Charlotte	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
21,37	Schorn, Leandra	2010	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
21,22	Bretz, Louana	2010	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
17,65	Kalbhenn, Emma	2010	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
17,08	Herborg, Nele	2010	LG Koblenz-Rhens	30.03.2025	Neuwied
16,19	Assenmacher, Nora	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
13,05	Klingbeil, Lara	2010	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
12,59	Oberlack, Emma Giulia	2010	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied

## Jugend W14

<b>100m</b>					<b>Jugend W14</b>
13,31	(-1,5)	Zielinski, Carline	2011	TG Konz	05.04.2025 Trier
13,50	(-1,6)	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025 Diez
13,88	(-1,5)	Grünewald, Lara	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025 Trier
14,05	(-1,7)	Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025 Trier
14,32	(-1,5)	Hertlein, Sofie	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025 Diez
14,56	(+0,2)	Redinger, Emily	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025 Trier
14,59	(-1,5)	Bungartz, Heidi	2011	LG Bitburg-Prüm	05.04.2025 Trier
14,72	(+0,2)	Schumacher, Mia	2011	Post-Sportverein Trier	05.04.2025 Trier
14,82	(-1,6)	Summers, Amelie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Diez
15,26	(-1,5)	Akkermans, Marie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Diez
15,41	(-1,6)	Otto, Malea	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025 Diez
15,49	(-1,3)	Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	06.04.2025 Diez

  

<b>800m</b>					<b>Jugend W14</b>
2:21,18		Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	18.04.2025 Dubai (UAE)
2:26,98		Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	05.04.2025 Trier
2:42,06		Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	16.02.2025 Dubai (UAE)
2:42,32		Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	06.04.2025 Diez
2:48,34		Ginter, Thea	2011	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025 Alzey
2:52,31		Jung, Elisabeth	2011	LC Bingen	29.03.2025 Alzey
2:53,11		Hertlein, Sofie	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025 Diez
3:13,45		Akkermans, Marie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Diez

  

<b>1000m</b>					<b>Jugend W14</b>
3:04,15		Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	11.01.2025 Khor Fakkan (UAE)

  

<b>2000m</b>					<b>Jugend W14</b>
6:30,48		Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	14.03.2025 Dubai (UAE)

  

<b>3000m</b>					<b>Jugend W14</b>
9:51,92		Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	28.02.2025 Dubai (UAE)
12:47,38		Sauer, Sarah	2011	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025 Alzey

  

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Jugend W14</b>
17:05		Benzmüller, Carla	2011	Silvesterlauf Trier	19.01.2025 Dubai (UAE)
18:04		Förster, Lilly	2011	Post-Sportverein Trier	09.03.2025 Leverkusen
20:00		Balles, Frieda	2011	TV Eintracht Cochem	09.03.2025 Leverkusen
21:37		Wihl, Nele	2011	TuS Mosella Schweich	22.03.2025 Mülheim/Mosel
21:53		Benzmüller, Elena	2011	Silvesterlauf Trier	19.01.2025 Dubai (UAE)
22:03		Bartholmes, Maya	2011	TSV Emmelshausen	16.03.2025 Bad Kreuznach
23:46		Hower, Josefine	2011	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025 Schweich

  

<b>Hochsprung</b>					<b>Jugend W14</b>
1,55		Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025 Diez
1,43		Fuchs, Zoey	2011	LG Sieg	06.04.2025 Diez
1,39		Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Diez
1,35		Fürstenfelder, Matilda	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025 Diez
1,35		Summers, Amelie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Diez
1,31		Otto, Malea	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025 Diez

## Weitsprung

Jugend W14

4,78 (-1,6)	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
4,22 (-1,6)	Hertlein, Sofie	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
4,04 (-0,9)	Summers, Amelie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
3,80 (-0,3)	Fuchs, Zoey	2011	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3,76 (-1,3)	Akkermans, Marie	2011	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
3,70 (-1,5)	Kremer, Helena	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,41 (-1,3)	Fürstfelder, Matilda	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
2,77 (-1,7)	Schmitt, Alina	2011	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W14

9,40	Näkel, Lina	2011	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
9,09	Freischlader, Adriana	2011	SSC Koblenz-Karthause	30.03.2025	Neuwied
9,00	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
8,91	Schoett, Marie	2011	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,78	Kühn, Finja	2011	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
8,57	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,44	Meyer, Solveig	2011	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
8,35	Mann, Anne-Sophie	2011	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
7,86	Sauer, Sarah	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
7,55	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	21.04.2025	Trier
7,50	Kremer, Helena	2011	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
7,45	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied

## Diskuswurf (1 kg)

Jugend W14

20,89	Freischlader, Adriana	2011	SSC Koblenz-Karthause	30.03.2025	Neuwied
20,15	Schoett, Marie	2011	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
18,60	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
18,42	Merten, Merle	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
18,25	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
17,35	Lamb, Marta	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
16,88	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
16,24	Frackowiak, Johanna	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
16,11	Stein, Ida-M.	2011	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
15,96	Sauer, Sarah	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,69	Jungblut, Laura	2011	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
14,36	Ginter, Thea	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Speerwurf (500 g)

Jugend W14

29,48	Schellinger, Fine	2011	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
28,40	Merten, Merle	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
25,06	Verez Sola, Jara	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
24,39	Kühn, Finja	2011	USC Mainz	30.03.2025	Neuwied
24,35	Berens, Luci	2011	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
24,10	Marek, Lotte	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
22,89	Raithel, Mila	2011	Post-Sportverein Trier	30.03.2025	Neuwied
21,86	Schoett, Marie	2011	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
19,81	Lamb, Marta	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
17,23	Hahn, Alina	2011	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
17,14	Frackowiak, Johanna	2011	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025	Mainz
16,83	Küntzel, Paula	2011	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Männliche Jugend U14

### 4x75m

Männliche Jugend U14



**4x75m** **Männliche Jugend U14**

42,20 Athletic-Team Wittlich 05.04.2025 Trier

**3x800m** **Männliche Jugend U14**

8:05,34 Post-Sportverein Trier 05.04.2025 Trier  
Gehlsen, Marius (2013); Smidt, Neo (2012); Schmidt, Timothy (2012);

8:20,28 LG Lahn-Aar-Esterau 05.04.2025 Trier  
Maaser, Jannik (2014); Jüngst, Oskar (2012); Thielmann, Till-Bjarne (2012);

9:04,86 LC Bingen 05.04.2025 Trier  
Grabherr, Tom (2013); Waldhör, Emil (2013); Hahn, Anton (2012);

9:19,07 LG Rhein-Wied 05.04.2025 Trier  
Hillen, Mats Jonas (2013); Lehnart, Josua (2012); Knappe, Andre (2014);

## Jugend M13

**75m** **Jugend M13**

10,89	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
10,98	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
11,05	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
11,29	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
11,52	Steiger, Malte	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
11,61	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
11,75	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
11,76	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
12,11	Stein, Paul	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
12,33	Landen, Bela	2012	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
12,34	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
12,51	Stefan, Jan Luca	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

**800m** **Jugend M13**

2:29,12	Leiss, Jonathan	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
2:42,24	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
2:48,03	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
2:50,64	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
2:55,16	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
2:56,02	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
2:59,73	Steiger, Malte	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
3:22,92	Stein, Paul	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

**5km Straßenlauf** **Jugend M13**

20:46	Leiss, Jonathan	2012	TSV Emmelshausen	16.03.2025	Bad Kreuznach
28:02	Brusius, Ole-Bennet	2012	TV 1848 Oberstein	16.03.2025	Bad Kreuznach

**Hochsprung** **Jugend M13**

1,39	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,35	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,35	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
1,27	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,27	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,23	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,23	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
1,11	König, Luca	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez

## Weitsprung

Jugend M13

4,53	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
4,26	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
4,25	Leiss, Jonathan	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
4,18	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
4,16	Steiger, Malte	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
4,05	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
4,05	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
4,00	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
3,90	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
3,78	Mares, Mats	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,48	Stefan, Jan Luca	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,38	Landen, Bela	2012	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend M13

9,42	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
9,05	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
8,49	Hoor, Paul	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
8,45	Cazales, Devin	2012	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
7,84	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
7,55	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
7,17	Becker, Emilian	2012	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
6,60	Gerl, Marius	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
5,95	Brusius, Ole-Bennet	2012	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Diskuswurf (750 g)

Jugend M13

30,12	Hoor, Paul	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
25,00	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
22,81	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
22,66	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
18,99	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
18,45	Cazales, Devin	2012	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,99	Brusius, Ole-Bennet	2012	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,30	Lehnart, Josua	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

## Hammerwurf (3 kg)

Jugend M13

22,76	Cazales, Devin	2012	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
20,27	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.

## Speerwurf (400 g)

Jugend M13

36,12	Lichter, Jonah	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
27,45	Adam, Michael	2012	SV Fortuna Ulmen	29.03.2025	Merzig
25,32	Becker, Emilian	2012	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
19,20	König, Luca	2012	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
16,90	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
16,83	Cazales, Devin	2012	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,12	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
15,93	Gerl, Marius	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
14,37	Lehnart, Josua	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

## Ballwurf (200 g)

Jugend M13

47,00	Dittmar, Moritz	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
45,00	Holzhäuser, Max	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
37,50	Rammner, Mattis	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
35,00	Leiss, Jonathan	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
32,00	Weiler, Justus	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
31,50	Herpel, Henry	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
31,00	Stein, Paul	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
31,00	Landen, Bela	2012	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
29,00	Thielmann, Till-Bjarne	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
28,50	von Eyß, Julian	2012	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
25,50	Jüngst, Oskar	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

## Jugend M12

### 75m

Jugend M12

11,20	Strüder, Robin	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
12,01	Schorn, Jakob	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
13,06	Kettler, Lorenz	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
13,06	Ehrenstein, Henry	2013	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
14,62	Bülbül, Jakob	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
15,29	Schrinner, Leonard	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

### 800m

Jugend M12

2:41,77	Stieb, Silas Leon	2013	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
2:45,99	Collofong, Julius	2013	TV Nieder-Olm	29.03.2025	Alzey
2:48,52	Schorn, Jakob	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
2:51,72	Held, Ben	2013	TV Nieder-Olm	29.03.2025	Alzey
2:59,79	Terlinde, Kristian	2014	TV Nieder-Olm	29.03.2025	Alzey
3:03,76	Schmitt, Lion	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
3:05,99	Grabherr, Tom	2013	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
3:10,24	Kettler, Lorenz	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3:22,78	Böttger, Pascal	2013	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
3:26,36	Bülbül, Jakob	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
3:55,13	Schrinner, Leonard	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

### 5km Straßenlauf

Jugend M12

20:04	Collofong, Julius	2013	TV Nieder-Olm	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:35	Leidel, Ben	2013	TuS Framersheim	09.03.2025	Leverkusen
22:43	Stieb, Silas Leon	2013	Lauffreunde Naheland	16.03.2025	Bad Kreuznach
25:06	Böttger, Pascal	2013	Lauffreunde Naheland	05.04.2025	Mainz
25:59	Spreuer, Georg Konstantin	2013	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach

### Weitsprung

Jugend M12

4,29	Strüder, Robin	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3,80	Schorn, Jakob	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3,43	Schmitt, Lion	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
3,39	Kettler, Lorenz	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,12	Ehrenstein, Henry	2013	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
3,04	Bülbül, Jakob	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (3 kg) Jugend M12

7,96	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
7,42	Steinhoff, Vincent	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
7,25	Barth, Fritz	2013	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,15	Grünberg, Tim	2014	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
6,89	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
6,39	Paas, Lennard	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
6,18	Walker, Alexander	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
6,01	Bartman, Tom	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
5,31	Urganci, Malik	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
5,23	Weimann, Phil	2014	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
5,08	Knoob, Bastian	2013	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
4,26	Scheid, Lukas	2014	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.

## Diskuswurf (750 g) Jugend M12

24,65	Grünberg, Tim	2014	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
21,30	Steinhoff, Vincent	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
19,09	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
18,99	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
18,21	Walker, Alexander	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,58	Barth, Fritz	2013	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,04	Paas, Lennard	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
13,35	Schott, Lorenz Marc	2014	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
13,32	Urganci, Malik	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
12,83	Scheid, Lukas	2014	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
11,84	Lehnhardt, Julian	2014	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,12	Bartman, Tom	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

## Hammerwurf (3 kg) Jugend M12

19,43	Barth, Fritz	2013	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
-------	--------------	------	-------------------	------------	-------

## Speerwurf (400 g) Jugend M12

25,19	Grünberg, Tim	2014	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
24,56	Tavano, Mateo	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
20,95	Weimann, Phil	2014	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
17,84	Paas, Lennard	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
16,13	Thielen, Andreas	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
16,04	Bartman, Tom	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
12,27	Knoob, Bastian	2013	TuS Saulheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
11,15	Schott, Lorenz Marc	2014	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,50	Lehnhardt, Julian	2014	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,26	Gröbe, Johannes	2013	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Ballwurf (200 g) Jugend M12

42,00	Strüder, Robin	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
29,50	Schorn, Jakob	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
28,50	Schmitt, Lion	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
27,50	Ehrenstein, Henry	2013	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
23,50	Rammner, Erik	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
22,50	Kettler, Lorenz	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
20,50	Bülbül, Jakob	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez
13,50	Schrinner, Leonard	2013	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

## Weibliche Jugend U14

4x75m		Weibliche Jugend U14	
42,20	Athletic-Team Wittlich Schneider, Clara (2012); Wagner, Amelie (2012); Ruloff, Lina (2012); Lutterbeck, Elise (2013);	05.04.2025	Trier

3x800m		Weibliche Jugend U14	
8:12,09	Post-Sportverein Trier Schulz, Sophia (2012); Tröndlin, Katharina (2012); Krahn, Lia (2013);	05.04.2025	Trier
8:34,02	Athletic-Team Wittlich Wagner, Amelie (2012); Joos, Jette (2012); Schneider, Clara (2012);	05.04.2025	Trier
8:55,73	LG Rhein-Wied Überhofen, Charlotte (2012); Schrod, Fanni (2012); Keller, Clara Sophie (2012);	05.04.2025	Trier
9:05,06	TG Konz Beierlein, Charlotte (2012); Fröhlich, Johanna (2013); Vandenbussche, Susie (2014);	05.04.2025	Trier
9:59,13	TG Konz Hartmann, Paula (2013); Mertes, Felice (2013); Rosner, Charlotte (2013);	05.04.2025	Trier

## Jugend W13

75m		Jugend W13	
10,62	Schuh, Magdalena	2012 LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025 Diez
10,78	Mertens, Luisa	2012 LG Sieg	06.04.2025 Diez
11,07	Neuser, Nele	2012 LG Sieg	06.04.2025 Diez
11,16	Becht, Annika Maria	2012 TuS Dierdorf 1893	06.04.2025 Diez
11,20	Hack, Luisa	2012 LG Bitburg-Prüm	05.04.2025 Trier
11,35	Morfaw, Kenne Kuete	2012 LG Westerwald	06.04.2025 Diez
11,39	Enners, Greta	2012 LG Westerwald	06.04.2025 Diez
11,47	Schrod, Fanni	2012 LG Rhein-Wied	05.04.2025 Trier
11,76	Höller, Lina	2012 Diezer TSK Oranien	06.04.2025 Diez
11,88	Beckfeld, Liv	2012 LG Bitburg-Prüm	05.04.2025 Trier
11,92	Groß, Jana	2012 LG Rhein-Wied	06.04.2025 Diez
12,01	Alektorov, Sophie	2012 Diezer TSK Oranien	06.04.2025 Diez

800m		Jugend W13	
2:41,78	Rockenbach, Maya	2012 TSV Emmelshausen	06.04.2025 Diez
2:43,58	Morfaw, Kenne Kuete	2012 LG Westerwald	06.04.2025 Diez
2:43,81	Hack, Luisa	2012 LG Bitburg-Prüm	05.04.2025 Trier
2:48,90	Gros, Victoria	2012 LAV Gau-Algesheim	29.03.2025 Alzey
2:59,07	Veit, Julia	2012 SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025 Diez
3:05,30	Liesegang, Emilia	2012 TuS Dierdorf 1893	06.04.2025 Diez
3:10,99	Zorn, Amelie	2012 TuS Saulheim	29.03.2025 Alzey
3:11,33	Beckfeld, Liv	2012 LG Bitburg-Prüm	05.04.2025 Trier
3:24,04	Steinsberger, Mina	2012 Diezer TSK Oranien	06.04.2025 Diez
3:24,16	Hennemann, Leni	2012 LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025 Diez

5km Straßenlauf		Jugend W13	
23:31	Rockenbach, Maya	2012 TSV Emmelshausen	16.03.2025 Bad Kreuznach
25:43	Erbach, Katharina	2012 LLG Hunsrück	16.03.2025 Bad Kreuznach
26:52	Ziegner, Malina	2012 LG Westerwald	08.03.2025 Niederfischbach
26:59	Augst, Carlotta June	2012 LG Westerwald	25.01.2025 Kirchen
27:44	Hauth, Maya	2012 LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025 Mülheim/Mosel

## Hochsprung

Jugend W13

1,47	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
1,35	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,31	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	06.04.2025	Diez
1,31	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
1,31	Steinsberger, Mina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,27	Liesegang, Emilia	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
1,07	Hennemann, Leni	2012	LG Lahn-Aar-Esterau	06.04.2025	Diez

## Weitsprung

Jugend W13

4,73	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
4,49	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	06.04.2025	Diez
4,40	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
4,38	Mertens, Luisa	2012	LG Sieg	06.04.2025	Diez
4,28	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
4,23	Becht, Annika Maria	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
4,08	Alektorov, Sophie	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
4,05	Rockenbach, Maya	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
4,04	Morfaw, Kenne Kuete	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
3,92	Steinsberger, Mina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,90	Liesegang, Emilia	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
3,81	Zahir, Levisa	2012	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W13

10,33	Uhlig, Luciana	2012	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,26	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
8,22	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
8,05	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,79	Morfaw, Kenne Kuete	2012	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied
7,15	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
6,75	Reimann, Emma	2012	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
6,68	Kientzler, Caroline	2012	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
6,64	Veit, Julia	2012	SSC Koblenz-Karthause	30.03.2025	Neuwied
6,61	Gutweiler, Fine	2012	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
6,49	Appelmann, Klara	2012	MTV Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
6,44	Keller, Clara Sophie	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

## Diskuswurf (750 g)

Jugend W13

23,79	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
21,66	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
19,28	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	30.03.2025	Neuwied
18,41	Appelmann, Klara	2012	MTV Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
17,04	Keller, Clara Sophie	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
16,96	Groß, Jana	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
16,84	Veit, Julia	2012	SSC Koblenz-Karthause	30.03.2025	Neuwied
15,74	Gutweiler, Fine	2012	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,47	Morfaw, Kenne Kuete	2012	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied
15,25	Reimann, Emma	2012	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,15	Pfannkuche, Johanna	2012	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,05	Kientzler, Caroline	2012	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim

## Speerwurf (400 g)

Jugend W13

22,80	Emons, Tabea	2012	LG Kreis Ahrweiler	30.03.2025	Neuwied
22,39	Hack, Luisa	2012	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
21,61	Zahir, Levisa	2012	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
19,87	Keller, Clara Sophie	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
19,63	Chartomatsidou, Phaidra	2012	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
18,84	Grünberg, Zoé	2012	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
17,05	Roos, Mia	2012	LG Idar-Oberstein	30.03.2025	Neuwied
16,22	Kientzler, Caroline	2012	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,21	Reimann, Emma	2012	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
14,55	Pfannkuche, Johanna	2012	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
14,42	Rabe, Viola	2012	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
13,90	Morfaw, Kenne Kuete	2012	LG Westerwald	30.03.2025	Neuwied

## Ballwurf (200 g)

Jugend W13

36,50	Zahir, Levisa	2012	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
35,00	Höller, Lina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
33,50	Veit, Julia	2012	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
31,50	Morfaw, Kenne Kuete	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
31,50	Neuser, Nele	2012	LG Sieg	06.04.2025	Diez
27,00	Alektorov, Sophie	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
24,50	Rockenbach, Maya	2012	TSV Emmelshausen	06.04.2025	Diez
23,00	Reimann, Emma	2012	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
22,00	Liesegang, Emilia	2012	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
21,50	Steinsberger, Mina	2012	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
21,00	Willwacher, Ida	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
21,00	Enners, Greta	2012	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
21,00	Schuh, Magdalena	2012	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez

## Jugend W12

### 75m

Jugend W12

11,44	Schittkowski, Johanna	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
11,45	Böhm, Neele	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
11,74	Ferreira de Aguiar, Elodie Soley	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
11,86	Dötsch, Kea	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
11,90	Petry, Matilda	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
11,91	Dufner, Luisa	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
11,91	Hundertmark, Hannah	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
11,98	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
12,00	Daum, Charlotte	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
12,03	Zimmer, Marie	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
12,21	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
12,23	Fritz, Marla	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez

### 800m

Jugend W12

2:52,73	Rieger, Eva	2014	TV Nieder-Olm	29.03.2025	Alzey
2:53,02	Singer, Isabella	2014	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
2:56,62	Dötsch, Kea	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
2:58,36	Groß, Lotte	2013	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
3:01,40	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3:02,84	Daum, Charlotte	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
3:03,67	Geisinger, Anna-Marie	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3:07,66	Hundertmark, Hannah	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3:08,23	Wüster, Sarah	2013	LAV Gau-Algesheim	29.03.2025	Alzey
3:09,69	Fritz, Marla	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3:09,85	Schönherr, Franziska	2013	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
3:13,28	Hounka, Nour	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez

## 5km Straßenlauf

Jugend W12

23:44	Staudt, Clara	2013	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Schweich
25:11	Grammes, Katharina	2013	TV 1848 Oberstein	16.03.2025	Bad Kreuznach
25:53	Mohr, Marie	2014	SV Fortuna Ulmen	29.03.2025	Schweich
28:10	Heide, Hanna	2014	Lauffreunde Naheland	05.04.2025	Mainz

## Hochsprung

Jugend W12

1,31	Petry, Matilda	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
1,15	Nink, Mila	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,15	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,15	Böhm, Neele	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
1,11	Schönherr, Franziska	2013	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Diez
1,11	Groß, Lotte	2013	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez

## Weitsprung

Jugend W12

4,14	Petry, Matilda	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
4,10	Ferreira de Aguiar, Elodie Soleya	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
4,08	Schittkowski, Johanna	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
4,03	Böhm, Neele	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,97	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3,94	Salis, Mia Joleen	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3,88	Dufner, Luisa	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
3,88	Zimmer, Marie	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
3,88	Daum, Charlotte	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez
3,87	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
3,85	Hundertmark, Hannah	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
3,83	Dötsch, Kea	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez

## Kugelstoß (3 kg)

Jugend W12

6,79	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied
5,85	Raillard, Rebekka	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
5,66	Schittkowski, Johanna	2013	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
5,34	Sühling, Pauline	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
5,25	Kösel, Marie	2013	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2025	Sinzig
5,14	Zimmer, Marie	2013	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
5,09	Brusius, Jule	2013	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
3,86	Grammes, Katharina	2013	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
3,16	Stahl, Greta	2014	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.
3,12	Retzlaff, Miriam	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

## Diskuswurf (750 g)

Jugend W12

21,76	Zimmer, Marie	2013	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,82	Gruszka, Helena	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,04	Krampulz, Mila	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,76	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied
15,57	Schittkowski, Johanna	2013	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
15,02	Sühling, Pauline	2013	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
11,37	Raillard, Rebekka	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,26	Retzlaff, Miriam	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
7,20	Stahl, Greta	2014	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Selters/Ts.

## Speerwurf (400 g)

Jugend W12

19,40	Schittkowski, Johanna	2013	TSG Heidesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
18,43	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	30.03.2025	Neuwied
13,97	Hörter, Leonie	2013	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
12,80	Gröbe, Vivian	2013	LAV Gau-Algesheim	22.03.2025	Gau-Algesheim
10,70	Raillard, Rebekka	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
6,56	Retzlaff, Miriam	2013	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied



## Ballwurf (200 g)

Jugend W12

34,50	Neumann, Lia	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
34,00	Böhm, Neele	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
27,00	Schittkowski, Johanna	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
27,00	Hundertmark, Hannah	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
26,00	Schranz, Mara Johanna	2013	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.04.2025	Diez
25,00	Nemitz, Greta	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
25,00	Ferreira de Aguiar, Elodie Soleya	2013	SSC Koblenz-Karthause	06.04.2025	Diez
23,50	Petry, Matilda	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
23,50	Stockmann, Soé	2013	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Diez
21,50	Zimmer, Marie	2013	TSG Heidesheim	06.04.2025	Diez
21,00	Salis, Mia Joleen	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
20,50	Upmann, Caroline	2013	LG Sieg	06.04.2025	Diez
20,50	Nink, Mila	2013	Diezer TSK Oranien	06.04.2025	Diez
20,50	Groß, Lotte	2013	TuS Dierdorf 1893	06.04.2025	Diez
20,50	Daum, Charlotte	2013	LG Westerwald	06.04.2025	Diez

## Senioren M30

### 10000m

Senioren M30

35:48,52	Rathgeber, Sören	1995	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
----------	------------------	------	----------	------------	-------

### 5km Straßenlauf

Senioren M30

15:13	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
15:56	Gießle, Jakob	1994	LG Vulkaneifel	09.03.2025	Leverkusen
16:38	Rathgeber, Sören	1995	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:50	Schumacher, Pascal	1995	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen

### 10 km Straßenlauf

Senioren M30

30:33	Riker, Tobias	1991	TV Laubenheim	02.03.2025	Wien (AUT)
30:48	Erz, Yannik	1995	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Leverkusen
30:53	Tesf Amariam Estopia, Selama	1995	TV Alzey	01.02.2025	Rodgau
33:46	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
33:50	Rhodes, Daniel	1993	LaufLeben Running Crew	16.03.2025	Bad Kreuznach
36:45	Bauer-König, Benjamin	1992	HSC 1990 Gamlen	08.03.2025	Urmitz

### Halbmarathon

Senioren M30

1:06:29	Riker, Tobias	1991	TV Laubenheim	06.04.2025	Wien (AUT)
1:09:41	Ebel, Alois	1993	RSC Untermosel	06.04.2025	Berlin
1:13:03	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Frankfurt
1:20:14	Fuhrmann, Jan	1991	LLG Wonnegau	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:22:26	Engels, Marcel	1991	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Frankfurt
1:45:07	Zimmer, Tim	1992	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Bonn

### Marathon

Senioren M30

2:32:44	Schneider, Thomas	1994	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
2:35:25	Jeandrée, Julien	1994	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn
2:49:25	Fuhrmann, Jan	1991	LLG Wonnegau	06.04.2025	Hannover
2:59:06	Gödert, Alexander	1994	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Bonn
3:27:57	Bauer-König, Benjamin	1992	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Hannover

**Kugelstoß (7,26 kg) Senioren M30**

12,28	Reinhard, Hendrik	1994	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
-------	-------------------	------	--------------------	------------	--------

**Diskuswurf (2 kg) Senioren M30**

29,35	Reinhard, Hendrik	1994	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
-------	-------------------	------	--------------------	------------	--------

**Speerwurf (800 g) Senioren M30**

41,75	Rech, Christopher	1991	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
-------	-------------------	------	---------------	------------	----------------

## Senioren M35

**10000m Senioren M35**

41:34,05	Rieth, Malte	1986	TV Alzey	29.03.2025	Alzey
----------	--------------	------	----------	------------	-------

**5km Straßenlauf Senioren M35**

16:06	Rupprecht, Sebastian	1990	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
16:22	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	16.03.2025	Bad Kreuznach
16:29	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
17:15	Hering, Fabian	1987	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen
17:17	Plath, Robert	1988	Team flott.	09.03.2025	Leverkusen
17:42	Knie, Manuel	1989	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen

**10 km Straßenlauf Senioren M35**

32:11	Gallo, Christoph	1989	LG Vulkaneifel	09.03.2025	Leverkusen
33:40	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
34:44	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
35:20	Müller, Martin	1990	LG Meulenwald Föhren	22.03.2025	Mülheim/Mosel
35:34	Plath, Robert	1988	Team flott.	09.03.2025	Leverkusen
35:51	Knie, Manuel	1989	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen

**Halbmarathon Senioren M35**

1:13:45	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:16:15	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:18:33	Thull, Mike	1986	Lauftreff Schweich	16.02.2025	Barcelona (ESP)
1:19:27	Plath, Robert	1988	Team flott.	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:22:37	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:23:02	Reuter, Thomas	1989	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn

**Marathon Senioren M35**

2:29:37	van Riesen, Thierry	1990	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
2:43:36	Adams, Matthias	1990	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
2:44:31	Hensel, Philipp	1988	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover

**Diskuswurf (2 kg) Senioren M35**

39,81	Mayer, Fabian	1986	TuS 1862 Kirn	01.03.2025	Frankfurt
-------	---------------	------	---------------	------------	-----------

## Seniorinnen W30

### 10000m Seniorinnen W30

52:44,62	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
----------	-------------------	------	----------------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Seniorinnen W30

15:26	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	16.03.2025	Lille (FRA)
18:34	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
25:26	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	05.04.2025	Mainz
31:25	Greif, Julia	1995	TuS Fortuna 1884 Saarburg	29.03.2025	Schweich

### 10 km Straßenlauf Seniorinnen W30

31:50	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	23.02.2025	Cannes (FRA)
36:58	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
41:25	Bermes, Chiara	1993	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
43:57	Dussaucy, Maelynn	1994	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
44:41	König, Martha	1992	HSC 1990 Gamlen	08.03.2025	Urmitz
49:42	von Klitzing, Katharina	1994	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz

### Halbmarathon Seniorinnen W30

1:09:45	Krause, Gesa Felicitas	1992	Silvesterlauf Trier	09.03.2025	Den Haag (NED)
1:20:24	Kerp, Lisa Memouna	1992	Team flott.	06.04.2025	Bonn
1:30:09	Breuer, Gina	1992	TG Konz	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:39:39	Frank, Teresa	1993	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Bonn
2:31:16	von Klitzing, Katharina	1994	DJK Ochtendung	06.04.2025	Bonn

### Marathon Seniorinnen W30

2:54:06	von Keutz, Pia	1992	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
3:27:57	König, Martha	1992	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Hannover

### Kugelstoß (4 kg) Seniorinnen W30

11,73	Hessel, Aline	1992	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
8,35	Weschenfelder, Larissa	1991	TV 1848 Oberstein	22.03.2025	Gau-Algesheim
7,03	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	22.03.2025	Gau-Algesheim

### Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W30

40,58	Hessel, Aline	1992	TSV SCHOTT Mainz	22.03.2025	Gau-Algesheim
16,16	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	22.03.2025	Gau-Algesheim

### Speerwurf (600 g) Seniorinnen W30

19,98	Eisenbrandt, Jana	1991	Lauffreunde Naheland	22.03.2025	Gau-Algesheim
-------	-------------------	------	----------------------	------------	---------------

## Seniorinnen W35

### 10000m Seniorinnen W35

43:24,21	Szardien, Sarah	1986	LG Lahn-Aar-Esterau	29.03.2025	Alzey
----------	-----------------	------	---------------------	------------	-------

**10 km Straßenlauf** **Seniorinnen W35**

37:20	Bormann, Clara	1990	LaufLeben Running Crew	16.03.2025	Bad Kreuznach
40:48	Trumm, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
46:13	Anell, Simone	1990	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel

**Halbmarathon** **Seniorinnen W35**

1:22:23	Bormann, Clara	1990	LaufLeben Running Crew	09.03.2025	Kandel
1:22:37	Trumm, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:36:12	Weber-Kollassa, Marina	1990	Diezer TSK Oranien	16.03.2025	Bad Kreuznach

**Marathon** **Seniorinnen W35**

2:53:16	Trumm, Michelle	1989	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
---------	-----------------	------	--------------------	------------	----------

**Kugelstoß (4 kg)** **Seniorinnen W35**

10,65	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	21.04.2025	Trier
-------	------------------	------	-----------------	------------	-------

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

34,23	Jäger, Stephanie	1986	TuS Kaisersesch	30.03.2025	Neuwied
32,89	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	02.03.2025	Frankfurt

**Speerwurf (600 g)** **Seniorinnen W35**

24,34	Jäger, Stephanie	1986	TuS Kaisersesch	30.03.2025	Neuwied
-------	------------------	------	-----------------	------------	---------

**Gewichtwurf (9,08 kg)** **Seniorinnen W35**

11,04	Haubrich, Marina	1986	TuS Roland Brey	21.04.2025	Trier
-------	------------------	------	-----------------	------------	-------

## Senioren M40

**10000m** **Senioren M40**

40:26,06	Saul, Marco	1982	LG Sieg	29.03.2025	Alzey
45:42,91	Singer, Marco	1985	TV Alzey	29.03.2025	Alzey

**5km Straßenlauf** **Senioren M40**

16:24	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
16:43	Pfeil, Michael	1984	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
19:17	Saul, Marco	1982	LG Sieg	16.03.2025	Bad Kreuznach
21:19	Schröder, Domenik	1985	LG Bitburg-Prüm	02.02.2025	Köln
25:51	Peaslee, Shawn Michael	1985	Lauffreunde Naheland	05.04.2025	Mainz

**10 km Straßenlauf** **Senioren M40**

33:47	Pfeil, Michael	1984	Post-Sportverein Trier	09.03.2025	Leverkusen
35:47	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
36:45	Marx, Stefan	1982	LG Rhein-Wied	09.03.2025	Leverkusen
37:42	Ernsdorf, Thomas	1984	Lauftreff Schweich	29.03.2025	Schweich
40:33	Metzger, Rene	1985	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
49:58	Posdziech, Tim	1985	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen

<b>Halbmarathon</b>				<b>Senioren M40</b>
1:13:02	Mc Swiney, Aidan	1984	TSV SCHOTT Mainz	16.03.2025 Frankfurt
1:16:28	Schräder, Björn	1985	TuS Fortuna 1884 Saarburg	09.03.2025 Paris (FRA)
1:17:09	Kaufhold, Tobias	1983	LaufLeben Running Crew	06.04.2025 Berlin
1:26:09	Ginter, Torsten	1982	LAV Gau-Algesheim	16.03.2025 Bad Kreuznach
1:35:31	Kundke, Sven	1982	Diezer TSK Oranien	16.03.2025 Bad Kreuznach

<b>Marathon</b>				<b>Senioren M40</b>
2:35:42	Becker, Benjamin	1985	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Hannover
2:47:02	Kerp, Christian	1985	Team flott.	06.04.2025 Bonn

<b>Diskuswurf (2 kg)</b>				<b>Senioren M40</b>
30,50	Stieber, Philipp	1982	TSV SCHOTT Mainz	08.02.2025 Mainz

<b>Hammerwurf (7,26 kg)</b>				<b>Senioren M40</b>
31,38	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	21.04.2025 Trier

<b>Gewichtwurf (15,88 kg)</b>				<b>Senioren M40</b>
8,67	Stolz, Tobias	1981	TV Germania Trier	21.04.2025 Trier

## Senioren M45

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Senioren M45</b>
18:48	Meyer, Thorsten	1977	LG Kreis Ahrweiler	16.03.2025 Bad Kreuznach
22:39	Streit, Enrico	1978	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025 Schweich
22:55	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	08.03.2025 Urmitz
28:09	Heide, Hagen	1980	Lauffreunde Naheland	05.04.2025 Mainz

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Senioren M45</b>
38:46	Haumann, Hendrik	1980	TG Konz	29.03.2025 Schweich
40:24	Perling, Rouven	1977	SC Concordia Saffig	08.03.2025 Urmitz
40:35	Hauth, Norbert	1978	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025 Mülheim/Mosel
43:21	Schmitt, Markus	1980	HSC 1990 Gamlen	29.03.2025 Schweich
44:07	Krämer, Dietmar	1979	HSC 1990 Gamlen	29.03.2025 Schweich
46:06	Kemen, Martin	1978	Lauftreff Schweich	22.03.2025 Mülheim/Mosel

<b>Halbmarathon</b>				<b>Senioren M45</b>
1:19:56	Pöschke, Sven	1977	LaufLeben Running Crew	16.03.2025 Frankfurt
1:23:32	Meyer, Thorsten	1977	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025 Bonn
1:24:43	Landvogt, Christoph	1980	LC 1980 Bad Kreuznach	16.03.2025 Bad Kreuznach
1:25:40	Haumann, Hendrik	1980	TG Konz	19.04.2025 Paderborn
1:27:57	Hauth, Norbert	1978	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2025 Hannover
1:27:58	Blum, Michael	1979	LC 1980 Bad Kreuznach	16.03.2025 Bad Kreuznach

<b>Marathon</b>				<b>Senioren M45</b>
2:49:09	Benzio, Enrico	1980	LG Rhein-Wied	06.04.2025 Hannover

## Kugelstoß (7,26 kg) Senioren M45

8,52	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	30.03.2025	Neuwied
6,92	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Diskuswurf (2 kg) Senioren M45

24,85	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	30.03.2025	Neuwied
18,05	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Hammerwurf (7,26 kg) Senioren M45

21,20	Müller, Matthias	1976	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
-------	------------------	------	-------------------	------------	-------

## Speerwurf (800 g) Senioren M45

38,59	Doetsch, Jens	1978	SV Blau-Weiß Niederelbert	30.03.2025	Neuwied
-------	---------------	------	---------------------------	------------	---------

## Seniorinnen W40

### 10 km Straßenlauf Seniorinnen W40

38:40	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Luxemburg (LUX)
43:00	Engel-Haumann, Miriam	1981	TG Konz	22.03.2025	Mülheim/Mosel
48:15	Pfeiffer, Annika	1982	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
48:38	Schneeloch, Sonja	1981	TuS Horhausen 04	08.03.2025	Urmitz
51:23	Ginter, Liane	1983	LAV Gau-Algesheim	16.03.2025	Bad Kreuznach

### Halbmarathon Seniorinnen W40

1:20:42	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Saarbrücken
1:30:56	Engel-Haumann, Miriam	1981	TG Konz	06.04.2025	Hannover
1:34:15	Purschke, Gina	1982	Selbstläufer Altenahr	06.04.2025	Berlin
1:50:25	Falckenthal, Anica	1984	LG Sieg	06.04.2025	Bonn
2:02:48	Hilbert, Jesica	1982	Diezer TSK Oranien	16.03.2025	Bad Kreuznach

### Marathon Seniorinnen W40

2:54:25	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
3:52:00	Kallnick, Anne	1983	LG Westerwald	06.04.2025	Bonn
4:23:44	Meyer, Ortrud	1984	LA TuS Mayen	06.04.2025	Freiburg

### Kugelstoß (4 kg) Seniorinnen W40

9,61	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein
5,87	Bauch, Ellen	1981	TV Alzey	22.03.2025	Gau-Algesheim

### Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W40

35,17	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	02.03.2025	Frankfurt
33,76	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	29.03.2025	Gainesville, FL (USA)

### Speerwurf (600 g) Seniorinnen W40

41,38	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	01.03.2025	Frankfurt
27,88	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Seniorinnen W45

### 10000m Seniorinnen W45

46:39,85	Funk, Anke	1976	TuS Framersheim	29.03.2025	Alzey
----------	------------	------	-----------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Seniorinnen W45

19:34	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
29:36	Simon, Bettina	1976	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel

### 10 km Straßenlauf Seniorinnen W45

39:03	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
44:18	Berens, Bernadette	1980	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
47:51	Funk, Anke	1976	TuS Framersheim	16.03.2025	Bad Kreuznach
49:20	Leis, Katja	1976	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel

### Halbmarathon Seniorinnen W45

1:24:40	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Frankfurt
1:53:00	Schug, Simone	1980	TV Jahn Plaidt	06.04.2025	Bonn
1:56:52	Muffert, Lina	1979	Diezer TSK Oranien	16.03.2025	Bad Kreuznach
2:00:44	Hellebrand, Diana	1977	Meddy's LWT Koblenz	16.03.2025	Bergisch Gladbach

### Marathon Seniorinnen W45

2:59:27	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
---------	---------------	------	--------------------	------------	----------

### Kugelstoß (4 kg) Seniorinnen W45

6,73	Kappel, Bianca	1969	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Gau-Algesheim
------	----------------	------	------------------------	------------	---------------

### Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W45

17,92	Berg, Melanie	1980	LG Rheinfront	22.03.2025	Gau-Algesheim
-------	---------------	------	---------------	------------	---------------

## Senioren M50

### 3000m Senioren M50

13:57,42	Nicola, Markus	1975	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
----------	----------------	------	----------------------	------------	-------

### 10000m Senioren M50

40:44,04	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	29.03.2025	Alzey
----------	------------	------	---------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Senioren M50

18:04	Schütz, Andreas	1973	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen
18:12	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
18:45	Kohlhaas, Lutz	1972	Spvgg. Wildenburg	16.03.2025	Bad Kreuznach
19:29	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
19:46	Hoppe, Sebastian	1974	TuS Fortuna 1884 Saarburg	29.03.2025	Schweich
20:24	Franke, Matthias	1972	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach

## 10 km Straßenlauf Senioren M50

36:55	Schütz, Andreas	1973	SV Blau-Weiß Niederelbert	09.03.2025	Leverkusen
37:46	Neumann, Ingo	1971	LG Rhein-Wied	16.02.2025	Köln
39:42	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	19.01.2025	Köln
43:06	Franke, Matthias	1972	LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Schweich
43:44	Beisel, Andre	1974	SG Neuhäusel	08.03.2025	Urmitz
44:03	Singer, Marco	1985	TV Alzey	16.03.2025	Bad Kreuznach

## Halbmarathon Senioren M50

1:24:16	Weber, Marco	1975	TuS Rot-Weiss Koblenz	06.04.2025	Bonn
1:28:34	Klein, Uwe	1972	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Hannover
1:53:39	Mohr, Marco	1974	LLG Hunsrück	06.04.2025	Berlin
1:56:31	Ney, Roland	1971	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
1:59:40	Ermert, Jochen	1972	Radsportverein Daadetal	16.02.2025	Barcelona (ESP)

## Kugelstoß (6 kg) Senioren M50

12,99	Henniger, Sven	1973	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
10,73	Dahhan, Ali	1975	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig

## Diskuswurf (1,5 kg) Senioren M50

39,61	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	08.02.2025	Chemnitz
37,53	Dahhan, Ali	1975	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig

## Speerwurf (700 g) Senioren M50

50,96	Paquée, Markus	1975	LG Rhein-Wied	27.03.2025	Gainesville, FL (USA)
-------	----------------	------	---------------	------------	-----------------------

## Senioren M55

### 800m Senioren M55

2:29,16	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	10.01.2025	Dubai (UAE)
---------	-----------------------	------	---------------------	------------	-------------

### 1500m Senioren M55

5:07,13	Benzmüller, Christoph	1968	Silvesterlauf Trier	28.02.2025	Dubai (UAE)
---------	-----------------------	------	---------------------	------------	-------------

### 3000m Senioren M55

11:54,13	Huber, Philipp	1967	TV Laubenheim	29.03.2025	Alzey
----------	----------------	------	---------------	------------	-------

### 10000m Senioren M55

41:02,58	Fritsch, Jörg	1968	VfL Algenrodt	29.03.2025	Alzey
----------	---------------	------	---------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Senioren M55

17:52	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	09.03.2025	Leverkusen
17:59	Suhrcke, Marc	1968	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
18:17	Engel, Dirk	1970	Laufftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
22:19	Hertle, Peter	1967	LG Rhein-Wied	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:46	Röhlich, Andreas	1966	Radsportverein Daadetal	16.03.2025	Bad Kreuznach
27:10	Kletke, Ernst	1966	TG Konz	29.03.2025	Schweich



## 10 km Straßenlauf

Senioren M55

36:27	Gürntke, Axel	1968	TuS Wallmerod	09.03.2025	Leverkusen
37:06	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	09.03.2025	Leverkusen
39:18	Herres, Frederik	1970	Lauftreff Schweich	29.03.2025	Schweich
40:50	Olk, Winfried	1966	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
41:47	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	29.03.2025	Schweich
43:26	Brenner, Andreas	1969	WSG Bad Marienberg	25.01.2025	Kirchen

## Halbmarathon

Senioren M55

1:22:36	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Frankfurt
1:27:54	Fritsch, Jörg	1968	VfL Algenrodt	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:29:43	Schumacher, Jens	1969	TG Konz	06.04.2025	Berlin
1:36:27	Mangrich, Jürgen	1968	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Berlin
1:39:43	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:43:27	Breslauer, Daniel	1968	LG Laacher See	06.04.2025	Bonn

## Marathon

Senioren M55

2:57:37	Engel, Dirk	1970	Lauftreff Schweich	06.04.2025	Hannover
3:36:30	Mossal, Erich	1970	Lauftreff Schweich	16.03.2025	Barcelona (ESP)
3:39:54	Fischer, Dirk	1970	TuS Jahn Argenthal	06.04.2025	Bonn
4:05:25	Ringelstein, Marc	1970	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.04.2025	Hannover

## Kugelstoß (6 kg)

Senioren M55

10,29	Klein, Jürgen	1968	TV Idar	12.04.2025	Idar-Oberstein
10,22	Pontius, Achim	1967	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,49	Boje, Konstantin	1967	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,33	Rübenach, Peter	1968	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2025	Sinzig

## Diskuswurf (1,5 kg)

Senioren M55

31,18	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
27,04	Pontius, Achim	1967	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
21,64	Boje, Konstantin	1967	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein
21,20	Rübenach, Peter	1968	SpVgg. 04/13 Burgbrohl	06.04.2025	Sinzig

## Speerwurf (700 g)

Senioren M55

40,80	Weber, Stefan	1967	LG Idar-Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
37,42	Köhler, Lars	1969	TSV SCHOTT Mainz	28.02.2025	Frankfurt
26,75	Boje, Konstantin	1967	TG Nieder-Ingelheim	16.02.2025	Düsseldorf
24,94	Klein, Jürgen	1968	TV Idar	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Seniorinnen W50

### 10000m

Seniorinnen W50

46:32,38	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	29.03.2025	Alzey
----------	---------------	------	----------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf

Seniorinnen W50

22:47	Vogt, Monika	1973	SV Urmitz	16.03.2025	Bad Kreuznach
25:27	Benzmüller, Corina	1975	Silvesterlauf Trier	19.01.2025	Dubai (UAE)
26:13	Schröder, Tanja	1973	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
49:26	Schmittinger, Iris	1973	LLG Wonnegau	16.03.2025	Bad Kreuznach

## 10 km Straßenlauf Seniorinnen W50

46:38	Alsentzer, Pamela	1973	Lauffreunde Naheland	08.03.2025	Urmitz
48:56	Thein, Stefanie	1972	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
49:18	Kröhnert, Steffi	1974	Lauftreff Schweich	22.03.2025	Mülheim/Mosel

## Halbmarathon Seniorinnen W50

1:41:18	Vogt, Monika	1973	SV Urmitz	06.04.2025	Bonn
1:41:46	Dolby, Sandra	1971	VfR Baumholder	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:51:39	Averbeck, Sabine	1972	Post-Sportverein Trier	06.04.2025	Berlin
1:54:17	Boller, Annett	1971	TSV SCHOTT Mainz	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:57:17	Fritsch, Silke	1972	VfL Algenrodt	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:58:19	Böhm, Saskia	1973	LaufLeben Running Crew	16.03.2025	Frankfurt

## Marathon Seniorinnen W50

4:16:55	Boller, Annett	1971	TSV SCHOTT Mainz	06.04.2025	Wien (AUT)
---------	----------------	------	------------------	------------	------------

## 10km Gehen Seniorinnen W50

1:02:12	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	13.04.2025	Kelsterbach
---------	--------------	------	--------------------	------------	-------------

## Kugelstoß (3 kg) Seniorinnen W50

9,81	Deitmer, Ricarda	1974	LAV Gau-Algesheim	30.03.2025	Neuwied
9,45	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,68	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,39	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	30.03.2025	Neuwied
7,83	Götz, Stephanie	1975	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Diskuswurf (1 kg) Seniorinnen W50

21,71	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein
20,40	Schreiner, Ines	1974	LG Bernkastel/Wittlich	30.03.2025	Neuwied
18,02	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Speerwurf (500 g) Seniorinnen W50

24,05	Düren, Laura	1971	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
20,45	Müller, Marion	1975	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Seniorinnen W55

### 3000m Seniorinnen W55

13:53,32	Blank-Peters, Ulrike	1967	LC Bingen	29.03.2025	Alzey
----------	----------------------	------	-----------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Seniorinnen W55

24:34	Walter, Iris	1967	TV 1848 Meisenheim	16.03.2025	Bad Kreuznach
25:42	Caspary, Sigrid	1970	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
28:16	Wunsch, Claudia	1967	TG Wallertheim	16.03.2025	Bad Kreuznach
28:41	Minder, Annette	1966	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Schweich
29:14	Zinn, Anja	1969	LG Kreis Ahrweiler	08.03.2025	Urmitz
31:58	Stephan, Stefanie	1967	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz

## 10 km Straßenlauf

Seniorinnen W55

42:39	Rech, Sabine	1968	Post-Sportverein Trier	08.03.2025	Urmitz
49:25	Dahm, Andrea	1969	LG Laacher See	08.03.2025	Urmitz
51:15	Holper, Waltraut	1967	LG Bitburg-Prüm	22.03.2025	Mülheim/Mosel
1:04:56	Jahr, Ursula	1968	LG Laacher See	08.03.2025	Urmitz

## Halbmarathon

Seniorinnen W55

1:51:17	Holper, Waltraut	1967	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
1:53:00	Thome, Gisela	1969	Spiridon Hochwald	06.04.2025	Freiburg
1:53:03	Schneider, Petra	1970	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
2:08:19	Schmitz, Elke	1969	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
2:10:32	Laubner, Sybille	1968	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn

## Marathon

Seniorinnen W55

4:13:50	Thome, Gisela	1969	Spiridon Hochwald	16.03.2025	Bergisch Gladbach
---------	---------------	------	-------------------	------------	-------------------

## Kugelstoß (3 kg)

Seniorinnen W55

8,31	Kappel, Bianca	1969	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2025	Sinzig
7,79	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
7,08	Hassemer, Hildegard	1970	TG Nieder-Ingelheim	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Diskuswurf (1 kg)

Seniorinnen W55

21,13	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
18,62	Kappel, Bianca	1969	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2025	Sinzig

## Speerwurf (500 g)

Seniorinnen W55

20,41	Anders, Petra	1970	TuS 1862 Kirn	12.04.2025	Idar-Oberstein
-------	---------------	------	---------------	------------	----------------

## Senioren M60

### 3000m

Senioren M60

11:36,87	Töppich, Marcus	1963	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey
----------	-----------------	------	----------------------	------------	-------

### 10000m

Senioren M60

41:09,65	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	29.03.2025	Alzey
46:18,00	Stieb, Heiko	1962	Lauffreunde Naheland	29.03.2025	Alzey

## 5km Straßenlauf

Senioren M60

19:40	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	16.03.2025	Bad Kreuznach
23:45	Pawelke, Bernhard	1962	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Schweich
23:56	Korth, Matthias	1964	Radsportverein Daadetal	16.03.2025	Bad Kreuznach
24:21	Brusius, Uwe	1963	SV Göttschied	16.03.2025	Bad Kreuznach
26:50	Braun, Thomas	1961	LC 1980 Bad Kreuznach	16.03.2025	Bad Kreuznach

## 10 km Straßenlauf Senioren M60

39:46	Nolles, Alwin	1963	LG Meulenwald Föhren	29.03.2025	Schweich
39:48	Mallmann, Dieter	1961	LLG Hunsrück	08.03.2025	Urmitz
41:16	Burgmer, Martin	1962	HSC 1990 Gamlen	22.03.2025	Mülheim/Mosel
42:57	Töppich, Marcus	1963	Lauffreunde Naheland	05.04.2025	Mainz
46:25	Graf, Albert	1962	LG Sieg	08.03.2025	Niederfischbach
47:14	Paulus, Walter	1961	LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Schweich

## Halbmarathon Senioren M60

1:30:21	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	16.03.2025	Frankfurt
1:40:17	Kohrs, Volker	1965	TV 1867 Bad Sobernheim	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:45:06	Zender, Michael	1961	TG Konz	06.04.2025	Freiburg
1:57:38	Thome, Norbert	1965	Spiridon Hochwald	16.03.2025	Bergisch Gladbach

## Marathon Senioren M60

3:14:48	Burgard, Thomas	1965	TuS Katzenelnb.-Klingelb.	06.04.2025	Hannover
3:44:34	Frank, Hans-Leo	1964	LG Bernkastel/Wittlich	16.03.2025	Barcelona (ESP)
3:48:27	Schmitz, Gottfried	1965	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn
3:59:04	Thome, Norbert	1965	Spiridon Hochwald	06.04.2025	Freiburg
5:37:25	Hofmann, Friedhelm	1965	Hunsrück-Marathon	16.03.2025	Bergisch Gladbach

## Diskuswurf (1 kg) Senioren M60

45,69	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	30.03.2025	Gainesville, FL (USA)
-------	--------------	------	------------------------	------------	-----------------------

## Hammerwurf (5 kg) Senioren M60

48,61	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	29.03.2025	Gainesville, FL (USA)
34,60	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	02.03.2025	Frankfurt

## Speerwurf (600 g) Senioren M60

39,42	Weis, Jürgen	1965	LG Bernkastel/Wittlich	28.03.2025	Gainesville, FL (USA)
-------	--------------	------	------------------------	------------	-----------------------

## Gewichtwurf (9,08 kg) Senioren M60

16,56	Pauly, Franz	1964	TV Germania Trier	15.03.2025	Luxemburg (LUX)
-------	--------------	------	-------------------	------------	-----------------

## Senioren M65

### 10000m Senioren M65

45:31,57	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Alzey
----------	-------------	------	------------------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Senioren M65

21:17	Roth, Hermann	1956	Radsportverein Daadetal	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:00	Fußmann, Matthias	1960	LG Bitburg-Prüm	29.03.2025	Schweich
22:20	Volz, Erwin	1959	LG Bernkastel/Wittlich	16.03.2025	Bad Kreuznach
22:52	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	16.03.2025	Bad Kreuznach
25:56	Muhl, Klemens	1956	LG Sieg	08.03.2025	Niederfischbach
32:11	Krenn, Veit	1960	LG Meulenwald Föhren	29.03.2025	Schweich

## 10 km Straßenlauf

Senioren M65

43:26	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
44:03	Schiltz, Gilbert	1958	LG Meulenwald Föhren	22.03.2025	Mülheim/Mosel
46:26	Hoever, Walter	1956	VfB Linz	29.03.2025	Schweich
47:28	Brenner, Bernd	1957	Radsportverein Daadetal	25.01.2025	Kirchen
47:51	Gotto, Robert	1957	HSC 1990 Gamlen	29.03.2025	Schweich
48:15	Bermes, Dieter	1956	LG Meulenwald Föhren	22.03.2025	Mülheim/Mosel

## Halbmarathon

Senioren M65

1:36:11	Eich, Rainer	1956	DJK Ochtendung	06.04.2025	Bonn
1:51:34	Fröhlich, Christian	1959	RT Bad Ems	16.03.2025	Bergisch Gladbach
1:57:00	Erbert, Michael	1958	Lauffreunde Naheland	16.03.2025	Bad Kreuznach
2:03:16	Barten, Hermann	1957	LG Bernkastel/Wittlich	16.03.2025	Bad Kreuznach
2:12:13	Nuhs, Peter	1959	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Bonn

## Marathon

Senioren M65

3:24:55	Meyer, Wolfgang	1959	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Wien (AUT)
---------	-----------------	------	--------------------	------------	------------

## Kugelstoß (5 kg)

Senioren M65

10,51	Steinbach, Martin P.	1957	TuS 1862 Kirn	29.03.2025	Selters/Ts.
9,93	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
8,38	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,22	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
7,64	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	18.02.2025	Mutterstadt

## Diskuswurf (1 kg)

Senioren M65

30,87	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
29,22	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
25,60	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	18.02.2025	Mutterstadt
24,84	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	12.04.2025	Idar-Oberstein

## Hammerwurf (5 kg)

Senioren M65

39,06	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	15.03.2025	Luxemburg (LUX)
29,88	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier

## Speerwurf (600 g)

Senioren M65

26,20	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	12.04.2025	Idar-Oberstein
23,32	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	12.04.2025	Idar-Oberstein
15,72	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	18.02.2025	Mutterstadt

## Gewichtwurf (9,08 kg)

Senioren M65

14,85	Rose, Udo	1959	TV Germania Trier	06.04.2025	Sinzig
11,46	Bertram, Thomas	1958	TV 1848 Oberstein	21.04.2025	Trier
7,86	Küpper, Peter	1960	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
7,00	Weber, Heinz	1956	TuS Roland Brey	21.04.2025	Trier

<b>Wurffünfkampf</b>		HAM (5 kg) - KUG (5 kg) - DIS (1 kg) - SPE (600 g) - GEW (9,08 kg)		<b>Senioren M65</b>	
1912	Rose, Udo 36,77 - 7,64 - 22,76 - 15,72 - 14,01	1959	TV Germania Trier	18.02.2025	Mutterstadt

## Seniorinnen W60

<b>5km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
28:55	Allmacher, Birgit	1963	LG Bernkastel/Wittlich	22.03.2025	Mülheim/Mosel
34:51	Leufgen, Monika	1962	LG Bitburg-Prüm	29.03.2025	Schweich

<b>10 km Straßenlauf</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
47:27	von Klitzing, Margit	1963	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
49:24	Schikowski, Irene	1962	TG Konz	22.03.2025	Mülheim/Mosel
51:09	Haas, Marion	1963	LG Meulenwald Föhren	22.03.2025	Mülheim/Mosel
52:45	Hübner, Monika	1965	LG Meulenwald Föhren	22.03.2025	Mülheim/Mosel
53:14	Hanß, Yvonne	1963	TuS Mörschied	16.03.2025	Bad Kreuznach

<b>Halbmarathon</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
1:50:28	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	16.02.2025	Köln
2:07:16	Allmacher, Birgit	1963	LG Bernkastel/Wittlich	06.04.2025	Berlin
2:45:10	Leufgen, Monika	1962	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Bonn

<b>Kugelstoß (3 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
8,99	Straschewski, Anke	1963	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
23,76	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein
20,76	Straschewski, Anke	1963	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Sinzig

<b>Hammerwurf (3 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
31,59	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	01.03.2025	Frankfurt
24,51	Straschewski, Anke	1963	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Sinzig

<b>Speerwurf (500 g)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
20,03	Straschewski, Anke	1963	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
19,88	Johannes, Maria	1962	LG Bernkastel/Wittlich	12.04.2025	Idar-Oberstein

<b>Gewichtwurf (5,45 kg)</b>				<b>Seniorinnen W60</b>	
11,30	Straschewski, Anke	1963	LG Rhein-Wied	06.04.2025	Sinzig

## Seniorinnen W65

<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
32:33	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	29.03.2025	Schweich
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
58:05	Tentrup-Tiedje, Corinna	1959	Lauffreunde Naheland	01.02.2025	Rodgau
<b>Halbmarathon</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
2:07:51	Heinz, Martina	1960	RT Bad Ems	09.03.2025	Kandel
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
8,52	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	21.04.2025	Trier
<b>Hammerwurf (3 kg)</b>					<b>Seniorinnen W65</b>
23,84	Harings, Agnes	1960	LG Bitburg-Prüm	21.04.2025	Trier

## Senioren M70

<b>10000m</b>					<b>Senioren M70</b>
48:27,92	Wagner, Erwin	1955	LG Kreis Ahrweiler	29.03.2025	Alzey
52:05,56	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	29.03.2025	Alzey
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M70</b>
25:09	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	16.03.2025	Bad Kreuznach
33:08	Hamann, Theo	1954	LG Meulenwald Föhren	16.03.2025	Bad Kreuznach
49:26	Siegmund, Erich	1951	LLG Wonnegau	16.03.2025	Bad Kreuznach
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M70</b>
46:07	Lichte, Hans-Jürgen	1954	LG Sieg	25.01.2025	Kirchen
47:45	Bürky, Wolfgang	1954	LLG Wonnegau	16.03.2025	Bad Kreuznach
50:13	Hees, Jürgen	1954	LG Sieg	08.03.2025	Niederfischbach
53:08	Fries, Hans-Joachim	1951	Radsportverein Daadetal	08.03.2025	Niederfischbach
54:30	Tilly, Hans	1951	Silvesterlauf Trier	29.03.2025	Schweich
1:00:10	Bailer, Karl-Heinz	1955	LG Rhein-Wied	08.03.2025	Urmitz
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M70</b>
2:31:22	Gödert, Herbert	1952	HSC 1990 Gamlen	06.04.2025	Bonn
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
10,35	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	29.03.2025	Murr
7,83	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	21.04.2025	Trier

<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
28,53	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	18.02.2025	Mutterstadt
<b>Hammerwurf (4 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
38,73	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	06.04.2025	Sinzig
29,02	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	18.02.2025	Mutterstadt
23,88	Neises, Willi	1951	LG Bitburg-Prüm	21.04.2025	Trier
<b>Speerwurf (500 g)</b>					<b>Senioren M70</b>
26,20	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	12.04.2025	Idar-Oberstein
<b>Gewichtwurf (7,26 kg)</b>					<b>Senioren M70</b>
15,85	Schuberth, Edgar	1952	LG Vulkaneifel	06.04.2025	Sinzig
12,04	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	18.02.2025	Mutterstadt
<b>Wurffünfkampf</b>					<b>Senioren M70</b>
HAM (4 kg) - KUG (4 kg) - DIS (1 kg) - SPE (500 g) - GEW (7,26 kg)					
2037	Wolframm, Willi	1954	TV Hahnenbach 1961	18.02.2025	Mutterstadt
28,90 - 10,11 - 28,53 - 23,50 - 12,04					

## Senioren M75

<b>10000m</b>					<b>Senioren M75</b>
48:10,54	Knieling, Hans	1949	VfL Algenrodt	29.03.2025	Alzey
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M75</b>
27:40	Freytmuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	16.03.2025	Bad Kreuznach
28:35	Meyer, Hans	1948	LG Kreis Ahrweiler	16.03.2025	Bad Kreuznach
34:07	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	22.03.2025	Mülheim/Mosel
<b>10 km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M75</b>
46:36	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	29.03.2025	Schweich
51:48	Becker, Gerhard	1950	Lauftreff Schweich	29.03.2025	Schweich
52:58	Michels, Heinz	1948	LG Meulenwald Föhren	29.03.2025	Schweich
53:45	Ströder, Reiner	1950	TV Ransbach 1887	08.03.2025	Urmitz
57:16	Freytmuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	29.03.2025	Schweich
57:57	Becker, August	1950	DJK Ochtendung	08.03.2025	Urmitz
<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M75</b>
1:45:37	Kremer, Ferdinand	1950	Lauftreff Schweich	19.04.2025	Paderborn
1:46:49	Knieling, Hans	1949	VfL Algenrodt	16.03.2025	Bad Kreuznach
1:48:45	Michels, Heinz	1948	LG Meulenwald Föhren	19.04.2025	Paderborn
2:23:24	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	16.03.2025	Bad Kreuznach



**Marathon** **Senioren M75**

4:10:08	Michels, Heinz	1948	LG Meulenwald Föhren	16.03.2025	Bergisch Gladbach
5:04:49	Jahnz, Klaus	1949	LG Laacher See	06.04.2025	Bonn

**Kugelstoß (4 kg)** **Senioren M75**

9,44	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
8,24	Hessert, Helmut	1946	TSV SCHOTT Mainz	24.03.2025	Mutterstadt
8,21	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,13	Stoffels, Walter	1950	TV 1879 Engers	29.03.2025	Selters/Ts.
7,38	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	21.04.2025	Trier
6,90	Schwabbacher, Rolf	1950	TV Hahnenbach 1961	12.04.2025	Idar-Oberstein

**Diskuswurf (1 kg)** **Senioren M75**

30,30	Leuschen, Werner	1946	TG Trier 1880	12.04.2025	Idar-Oberstein
27,95	Busch, Peter	1949	LG Rhein-Wied	30.03.2025	Neuwied
25,70	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	12.04.2025	Idar-Oberstein
25,22	Hessert, Helmut	1946	TSV SCHOTT Mainz	24.03.2025	Mutterstadt
20,90	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	30.03.2025	Neuwied
19,02	Schwabbacher, Rolf	1950	TV Hahnenbach 1961	12.04.2025	Idar-Oberstein

**Hammerwurf (4 kg)** **Senioren M75**

32,95	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	15.03.2025	Luxemburg (LUX)
26,61	Hessert, Helmut	1946	TSV SCHOTT Mainz	24.03.2025	Mutterstadt
21,13	Schwabbacher, Rolf	1950	TV Hahnenbach 1961	21.04.2025	Trier

**Speerwurf (500 g)** **Senioren M75**

30,79	Hessert, Helmut	1946	TSV SCHOTT Mainz	24.03.2025	Mutterstadt
27,42	Leuschen, Werner	1946	TG Trier 1880	30.03.2025	Neuwied
22,73	Weber, Paul Joachim	1949	LG Bitburg-Prüm	12.04.2025	Idar-Oberstein
20,88	Freymuth, Jürgen	1949	LG Meulenwald Föhren	12.04.2025	Idar-Oberstein
14,41	Schwabbacher, Rolf	1950	TV Hahnenbach 1961	12.04.2025	Idar-Oberstein
11,88	Hummer, Josef	1946	TV Germania Trier	18.02.2025	Mutterstadt

**Gewichtwurf (7,26 kg)** **Senioren M75**

11,97	Thiele, Gerhard	1950	TV Germania Trier	21.04.2025	Trier
10,02	Hessert, Helmut	1946	TSV SCHOTT Mainz	24.03.2025	Mutterstadt
8,77	Schwabbacher, Rolf	1950	TV Hahnenbach 1961	21.04.2025	Trier

**Wurffünfkampf** **Senioren M75**

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

1805	Hessert, Helmut 26,21 - 8,24 - 25,22 - 30,79 - 10,02	1946	TSV SCHOTT Mainz	24.03.2025	Mutterstadt
------	---	------	------------------	------------	-------------

## Seniorinnen W70

**Halbmarathon** **Seniorinnen W70**

2:27:05	Blettner, Angelika	1954	Meddy's LWT Koblenz	06.04.2025	Bonn
---------	--------------------	------	---------------------	------------	------

## Seniorinnen W75

### 10000m Seniorinnen W75

58:23,32	Hartenberger, Lilo	1950 LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Alzey
----------	--------------------	---------------------	------------	-------

### 5km Straßenlauf Seniorinnen W75

27:48	Hartenberger, Lilo	1950 LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
-------	--------------------	---------------------	------------	---------------

### 10 km Straßenlauf Seniorinnen W75

59:32	Hartenberger, Lilo	1950 LAZ Birkenfeld	08.03.2025	Urmitz
59:55	Monschauer, Barbara	1950 LG Laacher See	08.03.2025	Urmitz

### Halbmarathon Seniorinnen W75

2:05:09	Monschauer, Barbara	1950 LG Laacher See	06.04.2025	Bonn
2:26:23	Klas-Gundel, Irene	1949 LG Meulenwald Föhren	19.04.2025	Paderborn

### Kugelstoß (2 kg) Seniorinnen W75

8,22	Wending, Ulrike	1947 LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
7,26	Geister, Monika	1947 LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Sinzig

### Diskuswurf (750 g) Seniorinnen W75

19,75	Wending, Ulrike	1947 LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
18,89	Geister, Monika	1947 LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Sinzig

### Hammerwurf (2 kg) Seniorinnen W75

24,69	Wending, Ulrike	1947 LG Kreis Ahrweiler	21.04.2025	Trier
24,64	Geister, Monika	1947 LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Sinzig

### Gewichtwurf (4 kg) Seniorinnen W75

9,54	Wending, Ulrike	1947 LG Kreis Ahrweiler	21.04.2025	Trier
9,29	Geister, Monika	1947 LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Sinzig

## Senioren M80

### 5km Straßenlauf Senioren M80

33:42	Marake, Bernhard	1945 Meddy's LWT Koblenz	22.03.2025	Mülheim/Mosel
-------	------------------	--------------------------	------------	---------------

### 10 km Straßenlauf Senioren M80

1:01:35	Berger, Gunter	1941 LG Bitburg-Prüm	29.03.2025	Schweich
1:08:04	Marake, Bernhard	1945 Meddy's LWT Koblenz	08.03.2025	Urmitz

<b>Halbmarathon</b>					<b>Senioren M80</b>
2:18:36	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	16.03.2025	Bad Kreuznach
<b>Marathon</b>					<b>Senioren M80</b>
5:55:15	Berger, Gunter	1941	LG Bitburg-Prüm	06.04.2025	Hannover
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Senioren M80</b>
9,77	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	12.04.2025	Idar-Oberstein
8,24	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
6,33	Sieber, Nikola	1943	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
<b>Diskuswurf (1 kg)</b>					<b>Senioren M80</b>
26,32	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	01.03.2025	Frankfurt
18,38	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
13,78	Sieber, Nikola	1943	TuS Dierdorf 1893	30.03.2025	Neuwied
<b>Hammerwurf (3 kg)</b>					<b>Senioren M80</b>
30,81	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	02.03.2025	Frankfurt
22,01	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
<b>Speerwurf (400 g)</b>					<b>Senioren M80</b>
23,09	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	12.04.2025	Idar-Oberstein
<b>Gewichtwurf (5,45 kg)</b>					<b>Senioren M80</b>
11,38	Wörner, Waldemar	1945	TuS 1908 Sohren	18.02.2025	Mutterstadt
9,99	Geyer, Wolfgang	1941	LG Kreis Ahrweiler	06.04.2025	Sinzig
<b>Wurffünfkampf</b>					<b>Senioren M80</b>
1393	Wörner, Waldemar 29,78 - ogV. - 24,40 - 19,94 - 11,38	1945	TuS 1908 Sohren	18.02.2025	Mutterstadt
<b>Senioren M85</b>					
<b>10000m</b>					<b>Senioren M85</b>
84:54,25	Müller, Martin	1936	LAZ Birkenfeld	29.03.2025	Alzey
<b>5km Straßenlauf</b>					<b>Senioren M85</b>
35:03	Schinnerer, Alfred	1939	LAZ Birkenfeld	22.03.2025	Mülheim/Mosel
37:44	Müller, Martin	1936	LAZ Birkenfeld	16.03.2025	Bad Kreuznach
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>					<b>Senioren M85</b>
8,20	Kiss, Emmerich	1940	VfR Baumholder	21.04.2025	Trier

---

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

23,84 Kiss, Emmerich 1940 VfR Baumholder 21.04.2025 Trier

## Seniorinnen W80

---

**Kugelstoß (2 kg)** **Seniorinnen W80**

6,62 Jung, Gitta 1945 TV Hahnenbach 1961 21.04.2025 Trier

---

**Hammerwurf (2 kg)** **Seniorinnen W80**

22,32 Jung, Gitta 1945 TV Hahnenbach 1961 21.04.2025 Trier

---

**Gewichtwurf (4 kg)** **Seniorinnen W80**

9,06 Jung, Gitta 1945 TV Hahnenbach 1961 21.04.2025 Trier