

Seniorinnen W40

100m				Seniorinnen W40	
12,75	Rollepatz, Gabi	1968	LG Rhein-Wied	17.05.2008	Mayen
12,86	Schmelter, Jennifer	1976	LG Westerwald	01.07.2017	Zittau
13,05	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	14.07.2004	Bad Camberg
13,11	Richter, Nicoll	1975	LG Bernkastel/Wittlich	18.06.2016	Ingelheim
13,14	Horwedel, Gabi	1957	LG Rhein-Wied	17.07.1999	Schweinfurt
13,28	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	06.07.2019	Dillingen
13,1*	Mombour, Inge	1950	LG Sieg	02.07.1991	Betzdorf
13,2*	Rudszek, Marie-Luise	1950	LG Maifeld-Pellenz	05.07.1992	Neuwied
13,52	Wollmann, Anke	1963	LG Maifeld-Pellenz	03.10.2003	Emmelshausen
13,3*	Witthaus, Hella	1940	LG Sieg	29.08.1981	Wiesbaden
13,3*	Fischer, Tonia	1956	LG Maifeld-Pellenz	29.06.1996	Bitburg
200m				Seniorinnen W40	
26,63	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	09.06.2018	Eisenberg
26,90	Rollepatz, Gabi	1968	LG Rhein-Wied	17.05.2008	Mayen
27,13	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	04.08.2004	Pfungstadt
26,9*	Witthaus, Hella	1940	LG Sieg	09.07.1980	Wetzlar
27,15	Richter, Nicoll	1975	LG Bernkastel/Wittlich	18.05.2016	Simmern
27,56	Horwedel, Gabi	1957	LG Rhein-Wied	23.05.1998	Neuwied
27,71	Schmitt, Lucie	1971	LG Rhein-Wied	14.07.2013	Mönchengladbach
27,74	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	06.07.2019	Dillingen
27,78	Moll, Julia	1975	LG Bernkastel/Wittlich	06.06.2018	Bernkastel-Kues
27,90	Derek-Roos, Sigrid	1968	LG Rhein-Wied	29.05.2009	Ochtendung
400m				Seniorinnen W40	
61,68	Witthaus, Hella	1940	LG Sieg	02.09.1982	Wetzlar
62,31	Derek-Roos, Sigrid	1968	LG Rhein-Wied	27.06.2009	St. Wendel
62,37	Schmitt, Lucie	1971	LG Rhein-Wied	13.07.2013	Mönchengladbach
63,46	Fischer, Tonia	1956	LG Maifeld-Pellenz	06.07.1996	Hagen
64,56	Ohlemacher, Sibille	1961	TuS Niederneisen	30.05.2001	Wiesbaden
64,60	Horwedel, Gabi	1957	LG Rhein-Wied	04.08.1999	Gateshead (GBR)
65,37	Rollepatz, Gabi	1968	LG Rhein-Wied	13.09.2008	Diez
65,76	Udelhoven, Karin	1973	Post-Sportverein Trier	26.09.2015	Dillingen
65,78	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	11.06.2018	Hachenburg
65,88	Moll, Julia	1975	LG Bernkastel/Wittlich	06.07.2016	Bernkastel-Kues
800m				Seniorinnen W40	
2:21,4*	Ritter, Lydia	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	05.07.1979	Koblenz
2:21,92	Mombour, Inge	1950	LG Sieg	04.09.1991	Breidenbach
2:21,8*	Witthaus, Hella	1940	LG Sieg	03.09.1980	Wetzlar
2:25,94	Moll, Julia	1975	LG Bernkastel/Wittlich	30.06.2017	Zittau
2:27,42	Ohlemacher, Sibille	1961	TuS Niederneisen	02.05.2004	Diez
2:28,65	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	29.05.1997	Betzdorf
2:29,1*	Fischer, Tonia	1956	LG Maifeld-Pellenz	26.09.1996	Wittlich
2:30,36	Jüris, Michaela	1973	LG Kreis Ahrweiler	11.07.2014	Erfurt
2:32,06	Lenz, Edeltraud	1948	LG Sieg	07.09.1988	Breidenbach
2:33,07	Bäcker, Petra	1961	LG Bitburg-Prüm	10.08.2001	Chemnitz
1000m				Seniorinnen W40	
2:59,5*	Ritter, Lydia	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	25.07.1978	Troisdorf
3:10,5*	Witthaus, Hella	1940	LG Sieg	04.07.1980	Troisdorf
3:23,2*	Schmidt, Inge	1938	LAZ Lahn-Aar-Diez	01.01.1979	N.N.
3:47,1*	Weichsel, Regina	1939	TuS 1911 Erpel	01.01.1980	N.N.

1500m			Seniorinnen W40	
4:47,31	Ritter, Lydia	1938 TuS Rot-Weiss Koblenz	20.06.1982	Ingelheim
4:57,4*	Berk, Barbara	1947 LG Andernach-Neuwied	08.05.1987	St. Augustin
5:01,3*	Witthaus, Hella	1940 LG Sieg	28.09.1980	Wetzlar
5:01,56	Moll, Julia	1975 LG Bernkastel/Wittlich	30.06.2018	Mönchengladbach
5:02,22	Burggraf, Monika	1954 LA TuS Mayen	04.06.1994	Athen (GRE)
5:07,45	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	17.05.2003	Betzdorf
5:09,51	Begemann-Crezelius, Anne	1979 Post-Sportverein Trier	11.09.2021	Baunatal
5:12,03	Jüris, Michaela	1973 LG Kreis Ahrweiler	12.07.2014	Erfurt
5:12,29	Ohlemacher, Sibille	1961 TuS Niederneisen	05.06.2004	Mainz
5:14,20	Leonhard, Isolde	1944 VfR Baumholder	03.08.1988	Saarbrücken

3000m			Seniorinnen W40	
10:02,3*	Ritter, Lydia	1938 TuS Rot-Weiss Koblenz	27.06.1978	Troisdorf
10:04,3*	Mockenhaupt, Hildegard	1954 LG Sieg	26.06.1996	Westerburg
10:09,27	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	16.05.2002	Wiesbaden
10:23,7*	Berk, Barbara	1947 LG Andernach-Neuwied	14.05.1987	St. Augustin
10:32,51	Jacobi, Birgit	1964 BBC Koblenz-Horchheim	26.05.2004	Koblenz
10:40,73	Hoffmann, Renate-Ella	1961 LG Sieg	28.08.2002	Pfungstadt
10:52,7*	Leonhard, Isolde	1944 VfR Baumholder	10.07.1988	Emmelshausen
10:56,37	Elsen, Kornelia	1959 LG Sieg	04.06.2000	Eitelborn
11:08,34	Moll, Julia	1975 Post-Sportverein Trier	12.06.2019	Bernkastel-Kues
11:09,51	Oetz, Ulrike	1969 TuS Rot-Weiss Koblenz	10.06.2012	Hamm/Sieg

5000m			Seniorinnen W40	
17:17,95	Mockenhaupt, Hildegard	1954 LG Sieg	14.06.1996	Betzdorf
17:41,8*	Berk, Barbara	1947 LG Andernach-Neuwied	16.09.1987	St. Augustin
17:56,33	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	15.08.2002	Eitelborn
18:07,74	Elsen, Kornelia	1959 LG Sieg	04.08.2000	Ludwigshafen
18:14,0*	Ritter, Lydia	1938 TuS Rot-Weiss Koblenz	23.04.1981	Koblenz
18:37,2*	Thelen, Agathe	1953 LG Langsur	01.09.1993	Bitburg
18:38,8*	Leonhard, Isolde	1944 VfR Baumholder	28.07.1988	Ludwigshafen
18:40,5*	Hoffmann, Renate-Ella	1961 LG Sieg	23.08.2002	Betzdorf
18:49,81	Hausmann, Tine	1982 Laufftreff Schweich	10.06.2022	Hillesheim
18:50,37	Michels, Irene	1962 TG Konz	19.09.2006	Trier

10000m			Seniorinnen W40	
36:15,62	Mockenhaupt, Hildegard	1954 LG Sieg	18.04.1996	Koblenz
36:19,7*	Berk, Barbara	1947 LG Andernach-Neuwied	08.09.1987	St. Augustin
37:13,70	Fischer, Ingrid	1961 TuS Rot-Weiss Koblenz	01.05.2002	Köln
37:35,54	Schneider, Heidi	1956 FSV 1925 Ralingen	26.09.1998	Trier
38:13,15	Leonhard, Isolde	1944 VfR Baumholder	07.09.1987	Saarbrücken
38:32,8*	Thelen, Agathe	1953 LG Langsur	15.03.1994	Trier
38:41,0*	Dewald, Elfi	1948 TG Konz-Karthaus	16.05.1990	Konz
39:13,0*	Schäfer, Elsbeth	1942 LG Obere Nahe	20.04.1985	Idar-Oberstein
39:27,0*	Schumacher, Sigrun	1944 LG Andernach-Neuwied	29.03.1984	Koblenz
39:30,45	Michels, Irene	1962 TG Konz	07.10.2003	Trier

5km Straßenlauf			Seniorinnen W40	
18:47	Hausmann, Tine	1982 Laufftreff Schweich	17.09.2023	Trier
20:15	Balles, Andrea	1980 TV Eintracht Cochem	17.05.2023	Boppard
20:31	Teusch, Dorothee	1979 LG Bernkastel/Wittlich	03.09.2023	Trier
21:23	Engel-Haumann, Miriam	1981 TG Konz	31.12.2022	Trier
21:40	Morgen, Silvia	1979 Post-Sportverein Trier	31.12.2022	Trier
21:50	Berens, Bernadette	1980 Laufftreff Schweich	31.12.2022	Trier
23:33	Schug, Simone	1980 TV Jahn Plaidt	10.10.2021	Mülheim-Kärlich
30:21	Witt, Nadine	1980 Spiridon Hochwald	29.08.2021	Trier

10km Straßenlauf

Seniorinnen W40

36:25	Jacobi, Birgit	1964	BBC Koblenz-Horchheim	19.09.2004	Bad Liebenzell
36:30	Schneider, Heidi	1956	FSV 1925 Ralingen	15.07.2000	Konz
36:48	Fischer, Ingrid	1961	TuS Rot-Weiss Koblenz	04.03.2001	Leverkusen
36:57	Schulze, Susanne	1975	LG Vulkaneifel	01.03.2015	Leverkusen
37:02	Hoffmann, Renate-Ella	1961	LG Sieg	23.09.2001	Troisdorf
37:33	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	06.05.2017	Mertesdorf
37:43	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	11.11.2023	Langsur
37:49	Elsen, Kornelia	1959	LG Sieg	21.07.2000	Köln
38:03	Heinen, Birgit	1963	Spiridon Hochwald	29.06.2003	Trier
39:11	Flesch, Claudia	1970	Lauftreff Schweich	30.06.2013	Trier

Halbmarathon

Seniorinnen W40

1:20:04	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	17.03.1996	Zülpich
1:22:34	Schneider, Heidi	1956	FSV 1925 Ralingen	25.06.2000	Trier
1:23:01	Hausmann, Tine	1982	Lauftreff Schweich	01.10.2023	Köln
1:23:25	Thelen, Agathe	1953	LG Langsur	27.06.1993	Trier
1:23:28	Engel, Yvonne	1977	Lauftreff Schweich	09.04.2017	Hannover
1:24:23	Jacobi, Birgit	1964	BBC Koblenz-Horchheim	26.03.2006	Herten
1:25:53	Michels, Irene	1962	TG Konz	10.09.2006	Worms
1:27:59	Rech, Sabine	1968	Hunsrück-Marathon	18.03.2012	Bad Kreuznach
1:28:10	Schwenk, Heike	1953	TuS Niederneisen	27.06.1993	Trier
1:28:27	Jungblut, Hedi	1951	LG Rhein-Wied/Andernach	08.05.1993	Kandel

25km Straßenlauf

Seniorinnen W40

Bis 1991

1:38:21	Leonhard, Isolde	1944	VfR Baumholder	11.10.1987	Offenbach
1:41:42	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	04.04.1987	Diez
1:44:45	Ritter, Lydia	1938	TuS Rot-Weiss Koblenz	16.04.1978	Frankenberg
1:46:12	Schäfer, Elsbeth	1942	LG Obere Nahe	23.06.1985	Kandel
1:48:50	Ruhe, Marlene	1942	TG Konz-Karthaus	02.11.1986	Marpingen

Marathon

Seniorinnen W40

2:48:07	Mockenhaupt, Hildegard	1954	LG Sieg	29.09.1996	Berlin
2:53:57	Leonhard, Isolde	1944	VfR Baumholder	24.09.1988	Duisburg
2:54:56	Hoffmann, Renate-Ella	1961	LG Sieg	28.10.2001	Frankfurt
2:56:54	Berk, Barbara	1947	LG Andernach-Neuwied	24.04.1988	Hamburg
2:57:14	Schumacher, Sigrun	1944	LG Andernach-Neuwied	13.05.1984	Frankfurt
3:01:39	Thelen, Agathe	1953	LG Langsur	23.10.1994	Frankfurt
3:01:49	Michels, Irene	1962	TG Konz	08.10.2006	München
3:03:02	Jacobi, Birgit	1964	BBC Koblenz-Horchheim	29.10.2006	Frankfurt
3:03:43	Schaaf, Karin	1951	SV Waldesch	28.08.1993	Saarbrücken
3:05:20	Hilmes, Birthe	1973	LG Meulendorf Föhren	12.05.2013	Mainz

100km Straßenlauf

Seniorinnen W40

8:49:49	Schaaf, Karin	1951	SV Waldesch	16.04.1994	Rodenbach
8:55:27	Schürbusch, Heike	1962	LG Sieg	31.08.2002	Rheine
9:42:34	Schübelin, Sabrina	1981	VfR Baumholder	01.04.2023	Ubstadt-Weiher
9:47:30	Leonhard, Isolde	1944	VfR Baumholder	08.10.1988	Hamm
10:01:19	Strotkamp, Sabine	1965	LG Kreis Ahrweiler	05.04.2008	Kienbaum
11:19:26	Ueberholz, Antje	1967	Meddy's LWT Koblenz	10.06.2010	Biel (SUI)
11:48:52	Duchêne-Dauber, Kerstin	1967	Silvesterlauf Trier	03.10.2009	Bad Neuenahr
11:52:04	Mund-Rosenbauer, Katja	1973	LG Sieg	30.04.2016	Wuppertal
12:44:59	Heidger, Sonja	1966	Meddy's LWT Koblenz	10.06.2010	Biel (SUI)

80m Hürden (762 mm) Seniorinnen W40

11,64	Schmelter, Jennifer	1976	LG Westerwald	30.06.2017	Zittau
14,39	Michno, Monika	1959	LAF Sinzig	16.07.1999	Schweinfurt
14,74	Meuser, Sabine	1975	LG Bitburg-Prüm	17.06.2018	Trier
16,09	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	14.08.2015	Lyon (FRA)

400m Hürden (762 mm) Seniorinnen W40

67,63	Gartmann, Jennifer	1976	LG Westerwald	09.06.2018	Eisenberg
81,02	Neeb-Denk, Heike	1965	LT Diezer TSK / LG Einrich	11.05.2005	Westerburg
83,18	Michno, Monika	1959	LAF Sinzig	19.05.1999	Polch

5000m Gehen Seniorinnen W40

26:10,44	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	27.09.2013	Völklingen
29:08,0*	Knieling, Waltraud	1938	ASV Idar-Oberstein	02.05.1982	Bad Kreuznach
29:09,0*	Schäfer, Elsbeth	1942	LAZ Birkenfeld	02.05.1982	Bad Kreuznach
29:31,0*	Eberl, Larissa	1971	Diezer TSK Oranien	27.08.2011	Groß-Gerau
36:42,96	Meder, Angelika	1966	Diezer TSK Oranien	20.06.2010	Pirmasens

10000m Gehen Seniorinnen W40

58:29,0*	Schäfer, Elsbeth	1942	LG Obere Nahe	15.06.1985	Hömburg
----------	------------------	------	---------------	------------	---------

10km Gehen Seniorinnen W40

55:04	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	10.08.2015	Lyon (FRA)
59:06	Knieling, Waltraud	1938	TuS Hoppstädten	25.04.1979	Lübeck
59:06	Eberl, Larissa	1971	Diezer TSK Oranien	16.04.2011	Biberach
1:18:27	Meder, Angelika	1966	Diezer TSK Oranien	17.05.2009	Kerpen

20km Gehen Seniorinnen W40

1:58:24	Hörl, Nicole	1971	Diezer TSK Oranien	18.05.2014	Naumburg
2:25:31	Eberl, Larissa	1971	Diezer TSK Oranien	11.06.2011	Erfurt

Hochsprung Seniorinnen W40

1,55	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	05.09.2004	Katzenelnbogen
1,55	Schmelter, Jennifer	1976	LG Westerwald	09.07.2016	Leinefelde
1,53	Geil, Ingrid	1962	TuS Niederneisen	04.05.2003	Westerburg
1,49	Marmann, Birgit	1961	LG Bernkastel/Wittlich	10.06.2001	Bad Sobernheim
1,47	Bandemer, Astrid	1964	LT Diezer TSK / LG Einrich	17.07.2004	Koblenz
1,45	Danowski, Katja	1971	TuS Niederneisen	16.06.2013	Diez
1,45	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	04.05.2019	Trier
1,44	Dupré, Ulrike	1961	LG Idar-Oberstein	29.05.2005	Birkenfeld
1,41	Bretz, Gaby	1952	LG Bitburg-Prüm	11.07.1992	Edenkoben
1,41	Markert, Jutta	1960	VfL Bad Kreuznach	26.08.2000	Koblenz

Stabhochsprung Seniorinnen W40

3,00	Dupré, Ulrike	1961	LG Idar-Oberstein	02.06.2001	Kaiserslautern
2,30	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	12.09.2018	Malaga (ESP)

Weitsprung

Seniorinnen W40

5,39	Schmelter, Jennifer	1976	LG Westerwald	11.09.2016	Brey
5,03	Tomulets, Diana	1977	MTV 1877 Bad Kreuznach	10.09.2017	Brey
5,01	Rudszeck, Marie-Luise	1950	VfB Polch	17.06.1990	Montabaur
5,01	Schröter, Melanie	1979	Post-Sportverein Trier	12.06.2019	Bernkastel-Kues
4,96	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	04.05.2003	Westerburg
4,87	Zinn, Anja	1969	LG Kreis Ahrweiler	19.10.2013	Bad Neuenahr
4,82	Fischer, Marianne	1944	SVE Waxweiler	20.06.1984	Gerolstein
4,78	Riedel, Karin	1942	SSC Koblenz-Karthause	01.01.1982	N.N.
4,77	Bandemer, Astrid	1964	TuS Niederneisen	19.07.2006	Mengerskirchen
4,76	Fischer, Tonia	1956	LG Maifeld-Pellenz	29.06.1996	Bitburg
4,76	Markert, Jutta	1960	VfL Bad Kreuznach	09.06.2000	Simmertal

Dreisprung

Seniorinnen W40

10,53	Tomulets, Diana	1977	MTV 1877 Bad Kreuznach	10.06.2017	Trier
10,12	Zeidler, Sabine	1961	TuS Niederneisen	13.06.2003	Diez
9,27	Marmann, Birgit	1961	LG Bernkastel/Wittlich	15.09.2002	Bernkastel-Kues
8,92	Markert, Jutta	1960	VfL Bad Kreuznach	03.10.2001	Emmelshausen
8,80	Kletke, Vera	1967	TG Konz	14.07.2011	Saarbrücken
8,40	Heermann, Hiltrud	1958	LG Bernkastel/Wittlich	15.09.2001	Bernkastel-Kues
7,76	Schreiber, Marion	1956	TuS Roland Brey	06.06.1997	Brey
7,16	Zuch, Brunhild	1964	LG Bernkastel/Wittlich	17.09.2005	Bernkastel-Kues

Kugelstoß (4 kg)

Seniorinnen W40

12,57	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	22.09.2023	Pescara (ITA)
12,56	Geil, Ingrid	1962	TuS Niederneisen	08.06.2002	Edenkoben
12,04	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	20.05.2000	Polch
11,38	Bender, Britta	1976	TuS 1862 Kirn	21.05.2016	Bad Neuenahr
11,37	Baum, Christa	1935	VfL Traben-Trarbach	01.07.1978	Bitburg
11,16	Bretz, Gaby	1952	LG Bitburg-Prüm	27.05.1992	Gerolstein
10,88	Thiele, Doris	1945	TuS Bad Marienberg	17.06.1986	Gebhardshain
10,86	Viohl, Waltraud	1943	LG Andernach-Neuwied	17.06.1983	Altenkirchen
10,53	Torma, Ibolya	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	16.06.1996	Daun
10,19	Biebricher, Edeltraud	1940	LAZ Lahn-Aar-Diez	31.05.1983	Aarbergen

Diskuswurf (1 kg)

Seniorinnen W40

37,78	Geil, Ingrid	1962	TuS Niederneisen	10.09.2005	Ahlen
37,53	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	26.09.1999	Bad Neuenahr
36,08	Torma, Ibolya	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	30.09.1995	Mülheim-Kärlich
35,46	Viohl, Waltraud	1943	LG Andernach-Neuwied	17.06.1983	Altenkirchen
35,22	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	16.07.2023	Wittlich
34,58	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	17.09.2022	Erding
34,11	Braun-Stein, Edelgard	1957	TuS 1908 Sohren	10.06.2001	Bad Sobernheim
33,70	Baum, Christa	1935	VfL Traben-Trarbach	30.06.1979	Remagen
33,09	Siegel, Ina	1962	TV Weisel	30.08.2002	Hahnstätten
31,74	Schönwald, Martina	1963	LG Kreis Ahrweiler	28.05.2006	Trier

Hammerwurf (4 kg)

Seniorinnen W40

38,19	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	18.08.2001	Chemnitz
26,31	Richter, Nicoll	1975	Post-Sportverein Trier	01.06.2019	Haßloch
24,95	Loos, Inka	1980	TuS Niederneisen	20.05.2023	Holzappel
23,80	Michno, Monika	1959	LAF Sinzig	26.05.2001	Trier
23,78	Pfeifer, Sigrid	1961	LT Diezer TSK / LG Einrich	01.06.2003	Holzappel
23,33	Mischo, Ruth	1963	TG Konz	09.01.2005	Düsseldorf
22,22	Jakoby, Sabine	1972	TG Konz	07.06.2015	Holzappel
20,96	Opp, Melanie	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	15.09.2018	Malaga (ESP)
19,82	Neitzert, Claudia	1966	LG Lahn-Aar-Esterau	14.05.2006	Holzappel
19,76	Ziegelmeier, Anja	1965	LG Rhein-Wied	08.09.2007	Sinzig

Speerwurf (600 g)

Seniorinnen W40

40,44	Metz, Mareike	1981	Post-Sportverein Trier	21.09.2023	Pescara (ITA)
34,79	Mader, Marina	1960	LG Emmelshausen	18.06.2004	Kevelaer
34,21	Rautenkranz, Antonia	1967	TuS Niederneisen	27.06.2009	St. Wendel
33,91	Geil, Ingrid	1962	TuS Niederneisen	10.09.2005	Ahlen
29,96	Bast, Simone	1982	LG Bitburg-Prüm	16.07.2023	Wittlich
29,22	Pfeifer, Sigrid	1961	LT Diezer TSK / LG Einrich	28.09.2002	Diez
28,50	Meindl, Laura	1983	LG Rhein-Wied	30.09.2023	Idar-Oberstein
28,06	Mesloh, Ellen	1959	TV 1861 Bad Ems	13.07.2001	Brisbane (AUS)
27,85	Wilms, Anja	1970	TV Niederbieber	17.04.2010	Wissen
27,75	Schäfer, Martina	1963	LG Sieg	09.09.2007	Herdorf

Bis 1998: Schwerpunkt**

47,46	Torma, Ibolya	1955	TuS Rot-Weiss Koblenz	07.10.1995	Polch
42,72	Thiele, Doris	1945	TuS Bad Marienberg	25.06.1988	Verona (ITA)
28,22	Fischer, Marianne	1944	SVE Waxweiler	07.07.1984	Wallmerod
26,88	Ganzer, Margot	1948	LG Rhein-Wied/Andernach	14.06.1992	Trier
24,76	Knoth, Erika	1942	VfL Traben-Trarbach	30.06.1984	Waxweiler

Fünfkampf

100 - HOC - KUG (4 kg) - WEI - 800

Seniorinnen W40

2791	Gartmann, Jennifer 13,09 - 1,42 - 9,45 - 5,12 - 2:54,55	1976	LG Westerwald	14.07.2018	Zella-Mehlis
2030	Tomulets, Diana 14,38 - 1,27 - 7,17 - 4,63 - 3:07,60	1977	MTV 1877 Bad Kreuznach	28.09.2019	Nieder-Olm
1950	Levy, Jutta 14,61 - 1,32 - 7,34 - 4,43 - 3:14,60	1958	TuS Fortuna 1884 Saarburg	18.06.2000	Lage

Siebenkampf

80H (762 mm) - HOC - KUG (4 kg) - 200 || WEI - SPE (600 g) - 800

Seniorinnen W40

4418	Gartmann, Jennifer 11,86 - 1,48 - 9,78 - 27,23 4,84 - 22,62 - 2:50,79	1976	LG Westerwald	05./06.09.2018	Malaga (ESP)
2210	Opp, Melanie 16,62 - 1,18 - 8,67 - 33,89 4,08 - 15,96 - 3:48,58	1975	MTV 1877 Bad Kreuznach	05./06.09.2018	Malaga (ESP)