



# Siegerlandrekorde Siegerlandbestleistungen 2016

- Als Grundlage für diese Rekordliste wurden ausschließlich Ergebnislisten der Veranstaltungen bzw. DLV-Leistungsbestätigungen, oder Kopien der oben genannten Nachweise akzeptiert.
- Es wurden nur die Disziplinen in den jeweiligen Altersklassen aufgenommen die die Satzung und Ordnung des DLV (Ausgabe 24. Juli 2015, DLO § 7.2 und 7.3) vorgibt.  
Link zur DLO: [www.flvw.de/leichtathletik/kampfrichter.html](http://www.flvw.de/leichtathletik/kampfrichter.html)
- Alle Rekorde bzw. Bestleistungen in 2016 sind fett markiert.
- Kursiv geschriebene Rekorde/Bestleistungen können nicht mehr verbessert werden. Sie sind bzw. werden in der nä. Liste aus der Gesamtliste jeden Jahrganges herausgenommen und darunter angehängt.
- Athleten, deren Vereine in einer LG Mitglied sind, werden in der Kreisbestenliste nur berücksichtigt, wenn sie für die LG starten und nicht unter ihrem Stammverein (siehe auch DLO §4.2.2). Ausnahmen sind WTB und DTB LA Mehrkampf-Meisterschaften

**Siegerlandrekorde Männer, Männer U23****Stand 31.12.2016****Männer und Männer U23**

100 m	10,25	Schweisfurth, Dirk	65 LG Kindelsberg K.	12.09.1986	Gelnhausen
200 m	20,90	Schweisfurth, Dirk	65 LG Kindelsberg K.	07.06.1987	Obersuhl
400 m	46,86	Dragu, Michael	75 LAG Siegen	23.07.2000	Chemnitz
800 m	1:46,5	Bogatzki, Dieter	42 SF Siegen	04.08.1966	Hannover
1000 m	2:21,1	Bogatzki, Dieter	42 SF Siegen	30.05.1965	Hagen
1000 m	2:21,1	Langenbach, Heinz	52 LG Siegen	06.08.1975	Koblenz
1500 m	3:44,11	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	14.08.2000	Izegem/BEL
3000 m	8:05,07	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	26.05.1993	Kassel
5000 m	14:03,21	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	26.07.1991	Hannover
10.000 m	29:17,38	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	09.05.1991	Köln
10 km	30:29	Hailu-A., Yohannes	91 TuS Deuz	06.09.2015	Bad Liebenzell
10 km-	1:36:23	TuS Deuz		23.11.2013	Essen
Mannschaft		Atey Yohannes (91) 31:20 – Tremmel Thomas (84) 31:36 – Dally Tim (85) 33:27			
15 km	48:30	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	20.09.1997	Uster/SUI
15 km-	2:33:51	CVJM Siegen		22.03.1997	Neustadt/Holst
Mannschaft		Boller, M (78) 0:48:37, Kring 0:52:17, Solbach 0:52:57			
Halbmarathon	1:05:21	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	10.04.1994	Melle
Halbmarathon-	3:22:55	LAG Siegen		30.03.1996	Kaiserslautern
Mannschaft		Loos, Michael (66) 1:06:29, Müller, Dieter (62) 1:07:38, Braukmann, Thomas (66) 1:08:48			
25 km Straße	1:19:02	Sidenstein, Walter	57 SF Siegen	17.11.1982	Griesheim
25 km Straße-	4:07:11	TV Jahn Siegen		25.09.1983	Frankenberg
Mannschaft		Sidenstein, Walter 57 1:20:45 – Heinbach 64 1:22:08 – Cordes 55 1:24:18			
Marathon	2:21:36	Breitenbach, Carsten	68 TuS Deuz	26.10.1997	Essen
Marathon-	7:46:13	TuS Deuz		26.09.2004	Berlin
Mannschaft		Thoma 2:28:33, Rottler 2:38:35, Höfer 2:39:05			
Stundenlauf	18737	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	09.10.1993	Marburg
100 km	8:03:38	Brandenburger, Lars	75 CVJM Siegen	06.06.1999	Arnsberg
100 km-	28:02:59	TuS Deuz		06.04.1996	Schweich
Mannschaft		Roth, Erich (54) 08:18:44, Steinhorst, Rainer (56) 09:29:30, Matzejiet, Carsten (67) 10:14:45			
110 m Hürden	14,59	Becker, Michael	65 LG Kindelsberg K.	31.05.1987	Iserlohn
400 m Hürden	49,63	Schneider, Jan	76 LG Kindelsberg K.	30.06.2001	Stuttgart
3000 m Hind.	8:53,4	Donges, Robert	42 TV Jahn Siegen	01.08.1968	Kassel
4 x 100m	40,64	LG Kindelsberg Kreuztal	11.07.1987		Gelsenkirchen
4 x 400 m	3:13,00	Störmann, Frank 69, Becker, Michael 65, Schweisfurth, Michael 70, Schweisfurth, Dirk 65		04.07.1999	Erfurt
		CVJM Siegen			
		Lehmann, 79, Co 77, Langenbach, Jochen 71, Schneider, Jan 76			
4 x 800 m	7:38,60	CVJM Siegen		27.05.1998	Lippstadt
		Enders 70, Eichentopf 78, Boller 78, Co 77			
3 x 1000 m	7:06,2	SF Siegen		16.07.1966	Hamm
		Bogatzki, Dieter 42, Gnüchtel, Paykowski, Klaus			
4 x 1500 m	16:07,46	LAG Siegen		25.05.1991	München
		Krpan 71, Loos 66, Winkelmann 63, Heinbach 64			
Olympische-Staffel	3:33,79	LG Kindelsberg Kreuztal		15.06.2003	Dortmund
		Schneider 86, Weller 86, Goeder 85, Böhringer 85			
10.000 m Geh	44:19,0	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	11.03.1984	Gütersloh
10 km St. Geh	51:57	Holtermann, Matthias	81 LG Kindelsberg K.	06.01.2009	Rotterdam/NED
20 km St. Geh	1:33:10	Jerusel, Michael	64 CVJM Siegen	23.09.1984	Ahlen
50 km St. Geh	4:53:00	Winkler, Siegfried	35 LG Kindelsberg K.	09.03.1975	Dortmund

**Siegerlandrekorde Männer, Männer U23****Stand 31.12.2016**Fortsetzung: Männer und Männer U23

Hochsprung	2,14	Böcking, Sven	74 LAG Siegen	04.07.1993	Dortmund
Stabhochsp	5,00	Görz, Thomas	72 LG Kindelsberg K.	16.08.1997	Wipperfürth
Weitsprung	7,91	Schneider, Wolfgang	67 LAG Siegen	23.05.1992	Cottbus
Dreisprung	15,30	Stöcker, Marco	68 LG Kindelsberg K.	14.06.1987	Fürth
Kugelstoß 7,26 kg	20,37	Birlenbach, Heinfried	40 SF Siegen	09.09.1972	München
Diskuswurf 2 kg	50,64	Birlenbach, Heinfried	40 SF Siegen	22.09.1966	Fröndenberg
Hammerwurf	59,06	Wolfering, Franz.-J.	42 TV Jahn Siegen	08.09.1963	Siegen
Speerwurf 800g	68,36	Jendrosch, Jörg	81 LAG Siegen	01.05.2004	Kreuztal
Fünfkampf	3821h	Görz, Thomas	72 LG Kindelsberg K. (7,28 – 54,30 – 22,4 – 44,22 – 4:34,3)	30.04.1994	Kreuztal
Fünfkampf- Mannschaft	10146h	LG Kindelsberg Kreuztal		30.04.1994	Kreuztal
Zehnkampf	7925	Görz, Thomas	72 LG Kindelsberg K. (11,24 – 7,71 – 15,11 – 1,91 – 48,71 – 16,04 – 44,88 – 4,45 – 57,86 – 4:22,84)	30.07.1995	Ratingen
Zehnkampf Mannschaft	20507	LG Kindelsberg Kreuztal	Müller 7258, Menn 6660, Kludzewit 6589	13.06.1982	Lage



**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend****Stand 31.12.2016****MJ U20 (MJA)**

100 m	10,64	Schweisfurth, Dirk	65 LG Kindelsberg K.	18.08.1984	Mönchengladbach		
200 m	21,47	Schweisfurth, Dirk	65 LG Kindelsberg K.	12.08.1984	Kreuztal		
400 m	47,58	Brücher, David	94 CVJM Siegen SG	20.07.2012	Rheydt		
800 m	1:50,49	Krpan, Daniel	71 TV Jahn Siegen	23.07.1989	Dortmund		
1000 m	2:25,79	Krpan, Daniel	71 TV Jahn Siegen	20.08.1989	Dortmund		
1500 m	3:44,7	Paykowski, Klaus	47 SF Siegen	07.08.1966	Hannover		
3000 m	8:24,7	Hoffmann, Martin	59 TV Niederschelden	08.07.1978	Wolfsburg		
5000 m	14:48,80	Breitenbach, Carsten	68 CVJM Siegen	27.05.1987	Koblenz		
10000 m	31:32,0	Heinbach, Ralf	64 TV Jahn Siegen	02.10.1981	Wetzlar		
10 km	30:54	Hoffmann, Jonas	96 LG Kindelsberg K.	22.11.2015	Essen		
10 km-	1:43:55	LG Kindelsberg Kreuztal	31.12.2015	Netphen			
Mannschaft		Hoffmann, Jonas	31:50, Fuchs, Arne	35:27, Hoffmann, Marco	36:38		
15 km	48:30	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	20.09.1997	Uster/SUI		
15 km-	2:33:51	CVJM Siegen		22.03.1997	Neustadt/Holst		
Mannschaft		Boller	0:48:37, Kring	0:52:17, Solbach	0:52:57		
Halbmarathon	1:17:59	Filpi, Giovanni	81 LAG Siegen	27.03.1999	Xanten		
25 km	1:22:08	Heinbach, Ralf	64 TV Jahn Siegen	25.09.1983	Frankenberg		
Marathon	2:47:06	Pfeifer, Michael	62 TV Eckmannshsn.	25.10.1980	Essen		
110 m Hürden	14,37	Blech, Torben	95 LG Kindelsberg K.	21.06.2014	Kreuztal		
400 m Hürden	54,34	Becker, Tobias	92 LG Kindelsberg K.	02.10.2011	Kreuztal		
2000 m Hind.	5:43,7	Hoffmann, Martin	59 TV Niederschelden	29.04.1977	Wolfsburg		
3000 m Hind.	9:25,83	Breitenbach, Carsten	68 CVJM Siegen	24.06.1987	Lüdenscheid		
4 x 100 m	40,71	LG Kindelsberg Kreuztal	28.07.2013	Rostock			
4 x 400 m	3:23,44	Löcher, Nils	95, Loth Yannik	93, Menn, Philipp (95), Menn, Sascha (95)	02.07.1995	Bremen	
3 x 1000 m	7:35,15	CVJM Siegen		28.06.1997	Frankfurt/Main		
Olympische Staffel	3:33,79	Eichentopf	78, Boller	78, Kring	78		
5000 m Geh	22:50,4	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	24.08.1980	Luxemburg		
10000 m Geh	45:19,96	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	20.08.1981	Koblenz		
20 km Str. Geh	1:47:50	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	21.09.1980	Achern		
Hochsprung	2,14	Böcking, Sven	74 LAG Siegen	04.07.1993	Dortmund		
Stabhoch	4,70	Blech, Torben	95 LG Kindelsberg K.	25.05.2014	Ulm		
Weitsprung	7,62	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	10.08.2014	Wattenscheid		
Dreisprung	15,30	Stöcker, Marco	68 LG Kindelsberg K.	14.06.1987	Fürth		
Kugel 6,25	16,42	Deick, Christian	65 TV Jahn Siegen	31.07.1983	Dortmund		
Diskus 1,75	52,78	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	24.09.1994	Lüdenscheid		
Speer 800g	64,00	Menn, Sascha	95 LG Kindelsberg K.	10.08.2014	Wattenscheid		
Hammer 6,25	50,88	Küchler, Henning	?? TV Jahn Siegen	27.06.1981	Gelsenkirchen		
Fünfkampf	4034	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	20.07.2013	Rieti/ITA		
Fünfkampf-	16256	LAG Siegen		06.05.2000	Kreuztal		
Mannschaft		Scholl	3496, Eichentopf	3250, Friedrich	3227, Otto	3173, Sollbach	3110
Zehnkampf	7406	Menn, Sascha	95 LG Kindelsberg K.	24./25.08.2014	Vaterstetten		
Zehnkampf-	19706	LG Kindelsberg Kreuztal		25.08.2013	Lage		
Mannschaft		Menn, Philipp (95)	7143, Menn, Sascha (95)	7105, Otto, Jannik (97)	5458		

**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend****Stand 31.12.2016****MJ U18 (MJB)**

100 m	10,80	Schweisfurth, Dirk	65 TV Jahn Siegen	20.06.1982	Dortmund
200 m	21,93	Kake, Gassimou	97 LG Kindelsberg K.	10.08.2014	Wattenscheid
400 m	49,08	Rigau, Miguel	85 LG Kindelsberg K.	02.06.2002	Hagen
800 m	1:53,38	Böhringer, Henrik	85 LG Kindelsberg K.	18.06.2002	Kreuztal
1000 m	2:27,5	Paykowski, Klaus	47 SF Siegen.	18.09.1965	Darmstadt
1500 m	3:50,4	Paykowski, Klaus	47 SF Siegen	03.10.1965	Hagen
3000 m	8:36,62	Heinbach, Ralf	64 TV Jahn Siegen	17.07.1981	Menden
5000 m	15:21,0	Schneider, Dietmar	54 TSV Oberfischbach	11.07.1972	Essen
10.000 m	34:04,4	Schmidt, Henning	67 LAG Hüttental	1984	
10 km	33:11	Boller, Maik	78 CVM Siegen	18.11.1995	Oberaden
10 km-	1:52:31	CVJM Siegen		28.03.2004	Haltern
Mannschaft		Pielhau 34:31 – Kring 38:54 – Kühne 39:06			
15 km	55:08	Guse, Tobias	79 CVJM Siegen	20.10.1996	Herxheim
110 m Hürden	14,07	Schweisfurth, Michael	70 LG Kindelsberg K.	25.07.1987	Sindelfingen
400 m Hürden	53,07	Rigau, Miguel	85 LG Kindelsberg K.	29.06.2002	Mönchengladbach
2000 m Hind.	6:02,1	Schmidt, Henning	67 LAG Hüttental	08.09.1984	Melle
4 x 100 m	42,15	LG Kindelsberg Kreuztal		20.07.2012	Rheydt
		Löcher, Nils 95, Menn, Philipp 95, Menn, Sascha 95, Blech, Thorben 95			
3 x 1000 m	7:50,73	CVJM Siegen		02.07.2005	Wattenscheid
		Kühne, Dennis 88 – Pielhau, Malte 88 – Kring 88			
5000 m Geh	23:38,9	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	15.09.1979	Dortmund
10.000 m Geh	51:04,0	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	21.04.1979	Ahlen
Hochsprung	2,01	Bingener, Markus	68 TV Jahn Siegen	01.06.1985	Iserlohn
Stabhochsprung	4,40	Blech, Torben	95 LG Kindelsberg K.	24.08.2012	Hannover
Weitsprung	7,27	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	20.07.2012	Rheydt
Dreisprung	14,27	Stöcker, Marco	68 LG Kindelsberg K.	24.04.1985	Olpe
Kugel 5 kg	16,96	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	27.06.1992	Ahlen
Diskus 1,5 kg	50,96	Deick, Christian	65 TV Jahn Siegen	25.07.1981	Essen
Speer 700g	64,06	Otto, Jannik	97 LG Kindelsberg K.	08.08.2014	Wattenscheid
Hammer 5 kg	48,68	Müller, Jens	62 TV Jahn Siegen	29.04.1978	Opladen
Fünfkampf	3815	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	25.08.2012	Hannover
		(10,98 – 7,09 – 13,83 – 1,84 – 51,74)			
Fünfkampf-	15446	LG Kindelsberg Kreuztal		05.05.2007	Kreuztal
Mannschaft		Pietschmann 3351, Köppen 3320, Rumpf 3286, Reuter 2823, Kotzian 2666			
Zehnkampf	7010	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	25.08.2012	Hannover
		(10,98 – 7,09 – 13,83 – 1,84 – 51,74 – 14,98 – 35,44 – 4,00 – 50,77 – 5:01,18)			
Zehnkampf-	20558	LG Kindelsberg Kreuztal		25.08.2012	Hannover
Mannschaft		Menn, Philipp 7010/ Blech, Torben 6945/ Menn, Sascha 6603			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

300 m (alt)	35,53	Lück, Christian	76 LAG Siegen	06.06.1993	Hagen
300 m Hürden alt	38,59	Schatz, Matthias	?? LAG Siegen	10.07.1992	Mönchengladbach
Speer (600g) alt	74,87	Jendrosch, Jörg	81 LAG Siegen	06.06.1998	Gladbeck
7,5 km	24:15	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	01.10.1995	Sythen
7,5 km-	1:16:54	CVJM Siegen		01.10.1995	Sythen
Mannschaft		Boller, Maik 24:15 – Kring 25:42 – Eichentopf 26:57			
Block Sp/Sp alt	6543	Krönert, Karsten	75 LAG Siegen	16.05.1992	Kreuztal
Block Lauf alt	6397	Schimmelpfennig, R	00 LG Kindelsberg K.	16.05.1992	Kreuztal
Block Wurf alt	6918	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	16.05.1992	Kreuztal

**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend****Stand 31.12.2016****Männliche Jugend M15**

100 m	11,2	Bender, Jörg	64 CVJM Siegen	16.06.1979	Geisweid
100 m	11,2	Schweisfurth, Dirk	65 TV Jahn Siegen	30.05.1980	Geisweid
300 m	37,38	Rumpf, Andre	90 LAG Siegen	03.09.2005	Alme lo/NED
400 m	54,94	Jakob, Daniel	86 CVJM Siegen	15.07.2001	Kirchen
800 m (ab 2012)	2:05,47	Schlund, Henri	00 LAG Siegen	18.07.2015	Herborn
1000 m	2:33,29	Pielhau, Malte	88 CVJM Siegen	27.08.2003	Kreuztal
1500 m	4:08,50	Schneider, Stefan	86 LG Kindelsberg K.	15.07.2001	Kirchen
2000 m	5:46,14	Böhringer, Henrik	85 LG Kindelsberg K.	29.08.2000	Kreuztal
3000 m	9:01,25	Böhringer, Henrik	85 LG Kindelsberg K.	14.07.2000	Dresden
5 km	16:52	Münzner, Mario	80 SPVG Anzhausen.	03.12.1995	Bertlich
10 km	36:41	Hoffmann, Jonas	96 LG Kindelsberg K.	26.03.2011	Netphen
80 m Hürden	10,83	Schütz, Christoph	85 LG Kindelsberg K.	18.06.2000	Dortmund
100 m Hürden	14,49	Blech, Ole	99 LG Kindelsberg K.	07.09.2013	Amelo/NED
300 m Hürden	40,39	Schmitt, Christian	90 CVJM Siegen	25.06.2005	Bad Neuenahr
3000 m Gehen	15:01,5	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	04.09.1977	Kirberg
5000 m Gehen	24:09,3	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	14.09.1977	Remscheid
Hochsprung	1,92	Schmitt, Christian	90 CVJM Siegen	12.06.2005	Bad Oeynhausen
Stabhochsp	3,70	Schmiedecke, Sebast	81 LAG Siegen	29.09.1996	Warstein
Stabhochsp	3,70	Loth, Yannik	94 TV Jahn Siegen	22.08.2009	Betzdorf
Weitsprung	6,58	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	09.10.1996	Haiger
Dreisprung	13,12	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	04.09.2010	Lemgo
Kugel 4kg	17,08	Born Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	18.08.1990	Bad Oeynhausen
Diskus 1kg	48,50	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	25.08.1990	Ahlen
Hammer 4kg	46,04	Müller, Jens	62 TV Jahn Siegen	11.09.1977	Remscheid
Speer 600g	60,34	Jendrosch, Jörg	81 LAG Siegen	06.10.1996	Tudorf
Ballwurf	81,00	Krönert, Karsten	75 TV Jahn Siegen	26.05.1990	Kreuztal
Vierkampf (mit 100m)	2351	Schlund, Henri (12,00 – 6,06 – 11,69 – 1,80)	00 LAG Siegen	16.06.2015	Kreuztal
Neunkampf (ab 2012)	5224	Schlund, Henri (12,00 – 6,06 – 11,69 – 1,80 – 12,12 – 37,10 – 3,10 – 36,71 – 3:04,17)	00 LAG Siegen	23.08.2015	Lage
Block Sprint (neu) (mit 100m)	2940	Schlund, Henri (11,96 - 11,47 – 5,88 - 1,76 – 39,92)	00 LAG Siegen	03.10.2015	Geisweid
Block Lauf (mit 100m)	2768	Esteban-Loos, Justin (12,41 – 11,77 – 73,50 – 5,62 – 6:30,49)	97 LG Kindelsberg K.	19.08.2012	Wesel
<b>Block Wurf (neu) (mit 100m)</b>	<b>2950</b>	<b>Born, Niklas (11,95 – 5,72 – 37,35 – 12,15 – 14,93)</b>	<b>01 LG Kindelsberg</b>	<b>03.07.2016</b>	<b>Aachen</b>

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Vierkampf (mit 75m)</i>	2557	<i>Eichentopf, Tim (9,06 – 6,20 – 1,78 – 16,15)</i>	81 LAG Siegen	08.09.1996	Geisweid
<i>Achtkampf (bis 2011)</i>	4748	<i>Eichentopf, Tim (11,38* 6,03-15,58-1,80-43,54-3,00-41,86-3:12,88)</i>	81 LAG Siegen	28.09.1996	Warstein
<i>Block Sprint) (mit 75m)</i>	3010	<i>Eichentopf, Tim (9,04*- 11,40*- 6,26 - 1,72 - 41,67)</i>	81 LAG Siegen	12.10.1996	Geisweid
<i>Block Wurf (mit 75m)</i>	3129h	<i>Eichentopf, Tim (8,9 - 11,2 - 6,21 - 14,74 - 44,18)</i>	81 LAG Siegen	06.10.1996	Dillenburg

**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend****Stand 31.12.2016****Männliche Jugend M14**

100 m	11,4	Schirmer, Maik	71 TuS Kaan Marienb.	21.09.1985	Heide
<b>300 m</b>	<b>39,27</b>	<b>Engel, Robin</b>	<b>02 CVJM siegen</b>	<b>29.05.2016</b>	<b>Dortmund</b>
800 m (ab 2012)	2:16,30	v. Overloop, Lorenz	99LG Kindelsberg K.	22.09.2013	Gütersloh
1000 m	2:36,82	Pielhau, Malte	88 CVJM Siegen	20.07.2002	Wetzlar
1500 m	4:16,89	Daus, André	69 TV Jahn Siegen	19.08.1984	Ahlen
2000 m	5:57,4	Heinbach, Ralf	64 TV Eckmannshsn.	10.09.1978	Berlin
3000 m	9:28,4	Heinbach, Ralf	64 TV Eckmannshsn.	09.06.1978	Siegen
5 km	17:16	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	10.10.1992	Sythen
10 km	42:32	Tremmel, Thomas	84 LAG Siegen	01.03.1998	Gießen
80 m Hürden	11,26	Schütz, Christoph	85 LG Kindelsberg K.	25.09.1999	Gütersloh
300 m Hürden	46,66	Blech, Torben	95 LG Kindelsberg K.	17.05.2009	Kreuztal
3000 m Gehen	16:02,0	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	12.09.1976	Kassel
5000 m Gehen	27:04,0	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	29.06.1975	Dortmund
Hochsprung	1,85	Krönert, Karsten	75 TV Jahn Siegen	17.06.1989	Arnsberg
Stabhochsprung	3,10	Schmiedecke, Sebast	81 LAG Siegen	09.07.1995	Dortmund
Stabhochsprung	3,10	Förster, Matthew	82 LAG Siegen	29.09.1996	Warstein
Stabhochsprung	3,10	Grümbel, Jona	97 CVJM Siegen	03.07.2011	Hagen
Weitsprung	6,46	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	05.07.2009	Lemgo
Kugel 4 kg	14,98	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	23.09.1995	Arnsberg
Diskus 1 kg	44,88	Müller, Jens	62 LAV Siegen	11.09.1976	Kassel
Hammer	37,51	Müller, Jens	62 LAV Siegen	10.10.1976	Siegen
Speer 600 g	52,82	Stötzel, Markus	76 LG Kindelsberg K.	09.09.1990	Koblenz
Ballwurf	75,00	Jendrosch, Jörg	81 LAG Siegen	24.09.1995	Hilden
Vierkampf	2158	Blech, Ole	99 LG Kindelsberg K.	26.05.2013	Kreuztal
(mit 100m)		(12,16 - 5,04 - 9,78 - 1,80)			
Neunkampf(ab 2012)	4689	Schlund, Henri	00 LAG Siegen	07.09.2014	Herdorf
		(12,66 - 5,51 - 10,42 - 1,72 - 12,54 - 29,38 - 2,70 - 27,16 - 2:57,57)			
Block Sprint	2828	Born, Niklas	01 LG Kindelsberg K.	06.09.2015	Lübeck
		(12,12 - 12,41 - 5,62 - 1,60 - 48,75)			
Block Lauf	2634	Schmitt, Christian	90 CVJM Siegen	14.08.2004	Rhede
		(12,34* - 12,22* - 5,92 - 47,00 - 6:31,68)			
Block Wurf	2705	Blech, Torben	85 LG Kindelsberg K.	01.08.2009	Bad Oeynhsn.
(mit 100m)		(5,45 - 30,70 - 11,77 (80H) - 12,26 (kug) - 12,78 (100m)			

**Fortsetzung: M15****Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Dreisprung</i>	11,02	<i>Rigau, Miguel</i>	85 LG Kindelsberg K.	30.05.1999	<i>Kreuztal</i>
<i>Vierkampf</i> (mit 75m)	2370	<i>Eichentopf, Tim</i> (9,24*-6,10-1,64-13,72)	81 LAG Siegen	09.07.1995	<i>Dortmund</i>
<i>Achtkampf alt</i>	4519	<i>Eichentopf, Tim</i> (11,68* - 6,22 - 12,47 - 1,68 - 39,60 - 2,70 - 43,56 - 3:10,47)	81 LAG Siegen	20.08.1995	<i>Hannover</i>
<i>Block Wurf</i> (mit 75m)	2958	<i>Eichentopf, Tim</i> (12,78 - 11,77 - 5,45 - 12,26 - 30,77)	81 LAG Siegen	14.08.1995	<i>Löhne</i>

**Männliche Jugend U16 (Schüler A)**

4 x 100 m	45,98	LG Kindelsberg Kreuztal	05.09.2010	Attendon
		Blech, Torben - Menn, Philipp - Löcher, Nils - Menn, Sascha		
3 x 800 m(ab 2012)	7:15,24	LAG Siegen	26.06.2013	Olpe
		Herbig, Paul (00) – Wehner, Frederik (00) – Schlund, Henri (00)		
<i>Vierkampf-</i> <i>Mannschaft (mit 100m)</i>	10114	LG Kindelsberg Kreuztal	17.05.2014	Kreuztal
		Blech, Ole - Kirschey, Niklas - Klein, Colin - Schreiber, Fabian - Janecek, Philipp		
<i>Neunkampf-</i> <i>Mannschaft (ab 2012)</i>	14295	LG Kindelsberg Kreuztal	19.05.2012	Kreuztal
		Esteban-Loos, Justin 4899 – Otto, Jannik 4772 - Goswin Valentin4624		
<i>Block-</i> <i>Mannschaft (mit 100m)</i>	12678	LG Kindelsberg Kreuztal	04.05.2013	Siegen
		Blech, Ole -Henrichs, Julian - Kirschey, Niklas – Klein, Colin - Braukmann, Julian		

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

3 x 1000 m	8:20,0	LAG Hüttental	1979	?
		Dressel 64 - Heinrich 65 - Prinz 64		
<i>Vierkampf-</i> <i>Mannschaft (mit 75m)</i>	11141	LAG Siegen	09.10.1996	Haiger
		<i>Eichentopf, Tim, - Schmiedecke, Sebastian – Scholl, Christian – Otto, Timo - Förster Matthew</i>		
<i>Achtkampf-</i> <i>Mannschaft (bis 2011)</i>	13333	LG Kindelsberg Kreuztal	11.07.2010	Dortmund
		<i>Menn, Philipp 4599 - Blech, Torben 4550 - Löcher, Nils 4184</i>		
<i>Block-</i> <i>Mannschaft (mit 75m)</i>	13438	LAG Siegen	01.05.1996	Siegen-Geisweid
		<i>Eichentopf, Tim - Schmiedecke, Sebastian - Scholl, Christian - Otto, Timo - Förster Matthew</i>		



**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend**

Stand: 31.12.2016

**Männliche Jugend M13**

75 m	9,2	Rumpf, Andre	90 LAG Siegen	17.05.2003	Kreuztal
100 m	13,1	Schmidtgen, Tim	88 LAG Siegen	26.07.2001	Geisweid
1000 m	2:50,81	Pielhau, Malte	88 CVJM Siegen	29.09.2001	Lüdenscheid
800 m (ab 2012)	2:22,6	Wehner, Frederik	00 LAG Siegen	14.06.2013	Betzdorf
2000 m	6:22,9	Pielhau, Malte	88 CVJM Siegen	07.10.2001	Dortmund
3000 m	10:15,4	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	28.09.1991	Kamen
<b>5 km</b>	<b>19:51</b>	<b>Klein, Ansgar</b>	<b>04 LG Wittgenstein</b>	<b>26.03.2016</b>	<b>Paderborn</b>
10 km	46:01	Steinseifer, Lukas	03 TV Niederschelden	04.04.2015	Netphen
60 m Hürden	9,23	Schütz, Christoph	85 LG Kindelsberg K.	23.05.1998	Kreuztal
3000 m Gehen	17:21,0	Winkler, Detlev	62 LG Kindelsberg K.	14.09.1975	Bielefeld
Hochsprung	1,70	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	25.04.1994	Geisweid
Hochsprung	1,70	Schmiedecke, Seba.	81 LAG Siegen	17.09.1994	Dortmund
Stabhochsprung	2,45	Wehner, Frederik	00 LAG Siegen	07.09.2013	Olpe
Weitsprung	5,96	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	07.05.1994	Kreuztal
Kugel 3 kg	15,07	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	16.10.1994	Gelsenkirchen
Diskus 1000g	33,40	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	15.06.1994	Löhne
Diskus 750g	38,44	Hostache, Sören	99 TV Jahn Siegen	22.09.2012	Dillenburg
Speer 400 g	50,86	Jendrosch, Jörg	81 LAG Siegen	16.10.1994	Gelsenkirchen
Ballwurf	70,00	Jendrosch, Jörg	81 LAG Siegen	17.09.1994	Dortmund
Dreikampf	1515	Born, Niklas	01 LG Kindelsberg K.	03.10.2014	Geisweid
		(9,70 – 5,23 – 62,00)			

Geänderte Bedingungen

Vierkampf	2024	Born, Niklas	01 LG Kindelsberg K.	03.10.2014	Geisweid
(mit 75m)		(9,70 - 5,49 – 62,00 – 1,56)			
Block Sprint	2494	Born, Niklas	01 LG Kindelsberg K.	03.05.2014	Geisweid
(ab 2014 mit Speer)		(11,11 – 10,30 – 5,05 – 1,54 – 43,76)			
Block Lauf	2281	Engel, Robin	02 CVJM Siegen	03.10.2015	Geisweid
(ab 2014 mit 75m +800m)		(9,66 – 10,33 – 4,85 - 44,00 – 2:48,04)			
Block Wurf	2433	Blech, Torben	95 LG Kindelsberg K.	01.06.2008	Geisweid
(mit 75m; mit Wez bis 2011)		(10,24 – 9,91 – 4,91 – 10,69 – 25,08)			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

Vierkampf	2121h	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	25.09.1994	Geisweid
(mit 50m)		(6,6 - 5,49 - 1,70 - 64,00)			
Block Sprint	2646h	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	12.05.1994	Kreuztal
(mit 50m +Ball)		(6,8 – 9,4 – 5,86 – 1,68 – 56,50)			
Block Lauf	2516h	Schmiedecke, Seba.	81 LAG Siegen	12.05.1994	Kreuztal
(mit 50m + 1000m)		(7,0 – 9,5 – 5,22 - 57,00 – 3:05,6)			
Block Wurf	2876h	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	15.06.1994	Löhne
(mit 50m)		(6,6 – 9,0 – 5,78 – 14,14 – 33,40)			
Block Basis	2328	Schlund, Henri	00 LAG Siegen	03.10.2013	Geisweid
(von 2012 bis 2013)		(10,64 – 10,51 – 5,11 – 49,00 - 7:00,76)			

**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend****Stand 31.12.2016****Jugend M12**

75 m	9,93	Seidel, Kilian	03 LG Wittgenstein	26.09.2015	Gütersloh
800 m (ab 2012)	2:32,3*	Wehner, Frederik	00 LAG Siegen	17.08.2012	Betzdorf
1000 m	3:00,6	Gräbener, Andreas	69 CVJM Siegen	05.08.1981	Wetzlar
2000 m	6:44,4	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	29.08.1990	Breidenbach
3000 m	10:15,4	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	28.09.1991	Kamen
<b>5 km</b>	<b>19:51</b>	<b>Klein, Ansgar</b>	<b>04 LG Wittgenstein</b>	<b>26.03.2016</b>	<b>Paderborn</b>
10 km	46:01	Steinseifer, Lukas	03 TV Niederschelden	04.04.2015	Netphen
60 m Hürden	9,83	Schütz, Christoph	85 LG Kindelsberg K.	20.09.1997	Witten
<b>Weitsprung</b>	<b>4,69</b>	<b>Nies, Marius</b>	<b>04 LG Kindelsberg</b>	<b>21.05.2016</b>	<b>Siegen</b>
Hochsprung	1,64	Schmiededecke, Sebast	81 LAG Siegen	29.06.1993	Kreuztal
Stabhochsprung	2,32	Sammert, Nils	87 LAG Siegen	26.05.1999	Dietzhöhlztal
Kugel 3 kg	10,15	Schütz, Christoph	85 LG Kindelsberg K.	15.05.1997	Geisweid
Diskus 750 g	25,32	Bernshausen, Rico S	95 TV Laasphe	28.05.2007	Allendorf
Speer 400 g	37,42	Menn, Sascha	95 LG Kindelsberg K.	02.09.2007	Hagen
Ballwurf	60,00	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	31.10.1993	Geisweid
Dreikampf	1377	Menn, Sascha	95 LG Kindelsberg K.	05.09.2007	Kreuztal
		(10,61-4,88-56,00)			

Geänderte Bedingungen

Vierkampf (mit 75m)	1843	Born, Niklas	01 LG Kindelsberg K.	28.09.2013	Attendorf
		(10,38 – 4,58 – 1,52 – 53,50)			
Block Sprint (ab 2014 mit Speer)	1809	Marburger, Till	03 Spfr. Birkelbach	02.05.2015	Geisweid
		(11,78 – 11,50 – 4,11 - 1,36 – 23,25)			
<b>Block Lauf</b> (ab 2014 mit 800m)	<b>2029</b>	<b>Nies, Marius</b>	<b>04 LG Kindelsberg K.</b>	<b>21.05.2016</b>	<b>Siegen</b>
		<b>(10,3* – 11,2* - 4,69 – 31,00 - 2:37,6*)</b>			
<b>Block Wurf</b> (ab 2014 mit Weit)	<b>2026</b>	<b>Dickel, Elias</b>	<b>04 LG Wittgenstein</b>	<b>03.10.2016</b>	<b>Siegen</b>
		<b>(10,99 – 11,20 - 4,33 – 8,98 – 18,00)</b>			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

5000 m	23:51,45	Schneider, Sandro	95 TV Neunkirchen	24.08.2007	Betzdorf
Vierkampf (mit 50m)	1953	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	31.10.1993	Siegen
		(6,8* (50m) - 5,20 – 1,52 – 60,00)			
Weitsprung Z.	5,41	Eichentopf, Tim	81 LAG Siegen	11.09.1993	Betzdorf
Block Sprint (mit Ball)	2297	Schmidtgen, Tim	88 LAG Siegen	10.09.2000	Lippstadt
		(10,71* - 10,24 - 4,93 - 1,50 - 46,00)			
Block Lauf (mit 1000m)	2369	Schmitt, Christian	90 CVJM Siegen	14.09.2002	Siegen
		(10,06* - 10,35* - 4,91 - 41,00 - 3:08,13)			
Block Wurf (mit 75m; mit Wez bis 2011)	2241	Blech, Torben	95 LG Kindelsberg K	03.10.2007	Siegen
		(10,74 - 10,48 - 4,68 - 9,09 - 24,04)			
Basis (von 2012 bis 2013)	1997	Herbig, Paul	00 Siegen	05.05.2012	Siegen
		(11,06 – 11,02 – 4,41 – 38,00 - 8:03,72)			

**Siegerlandbestleistungen Männliche Jugend****Stand 31.12.2016****Männliche Jugend U14 (Schüler B)**

4x75 m	38,0	LG Kindelsberg Kreuztal	07.06.2008	Erndtebrück
		Blech, Torben (95) - Menn, Philipp (95) - Menn, Sascha (95) - Löcher, Nils (95)		
3x1000m	9:12,3	TV Netphen	23.09.1970	Kamen
		Wagener 57, Stein 57, Seelbach 57		
3 x 800 m (ab 2012)	7:15,24	LAG Siegen	26.06.2013	Olpe
		Herbig, Paul (00) – Wehner, Frederik (00) – Schlund, Henri (00)		
Dreikampf Mannschaft	6728	LG Kindelsberg Kreuztal	05.09.2007	Kreuztal
		Wenzel 1445- Menn 1377 - Krämer 1352 - Blech 1253 - Menn 1301		
Vierkampf Mannschaft (ab 2013)	8087	LG Kindelsberg Kreuztal	18.05.2014	Kreuztal
		Born, N. (01) 1941, Hoffrichter, F. (01) 1592, Geisweid, N. (01) 1547, Vogel, J. (01) 1547, Heide D. (02) 1460		

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

Vierkampf Mannschaft (mit 50m)	9100h	LAG Siegen	25.09.1994	Siegen-Geisweid
		Eichentopf T. (81) 2121, Schmiedecke S. (81) 1954, Scholl Ch. (81) 1734, Jendrosch J. (81) 1728, Sollbach J. (82) 1563		
Block- Mannschaft (u.a. 75m/1000m)	11436h	LAG Siegen	12.05.1994	Kreuztal
		Eichentopf T. (81) 2646, Schmiedecke S. (81) 2516, Jendrosch J. (81) 2113, Scholl Ch. (81) 2107, Altkemper D. (82) 2054		
Block- Basis Mannschaft (von 2012 bis 2013)	10542	LAG Siegen	04.05.2013	Siegen-Geisweid
		Schlund, H. (00) 2264, Herbig P. (00) 2223, Wehner F. (00) 2130, Giersbach N. (00) 2049, Trinkner D. (00) 1876		

**Siegerlandbestleistungen Männliche Kinder****Stand 31.12.2016****Kinder M11**

50 m	7,0	Blech, Torben	95 CVJM Siegen	27.08.2006	Dreis-Tiefenbach
800 m (ab 2012)	2:41,06	Klein, Ansgar	04 LG Wittgenstein	10.05.2015	Kreuztal
1000 m	3:09,46	Menn, Sascha	95 LG Kindelsberg K.	24.09.2006	Gütersloh
2000 m	7:01,26	Boller, Maik	78 CVJM Siegen	08.06.1989	Kreuztal
5 km	20:14	Henrich, Torben	95 LG Wittgenstein	22.10.2006	Bad Laasphe
60 m Hürden	10,32	Otto, Timo	82 TV Dresseldorf	15.05.1993	Kreuztal
1000 m Gehen	5:15,3	Schmidt, Frank	59 VFB Wilden	18.10.1970	Bielefeld
Hochsprung	1,46	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	24.09.2006	Gütersloh
Weitsprung Z.	5,06	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	23.08.2006	Kreuztal
Schlagball	60,40	Wagner, Martin	59 TV Jahn Siegen	10.10.1970	Siegen
Dreikampf	1250	Blech, Torben (7,61*-4,88-46,50)	95 CVJM Siegen	08.10.2006	Geisweid
Vierkampf	1697	Otto, Timo (7,48-4,55-1,38-54,00)	82 TV Dresseldorf	09.05.1993	Geisweid

**Kinder M10**

50 m	7,52	Staniczek, Simon	01 CVJM Siegen	10.07.2011	Wilnsdorf
800 m (ab 2012)	2:44,63	Klein, Ansgar	04 LG Wittgenstein	11.05.2014	Kreuztal
1000 m	3:21,50	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	25.09.2005	Arnsberg
2000 m	7:12,5	Walle, Maximilian	90 LG Wittgenstein	13.08.2000	Bad Berleburg
5 km	21:52	Steinseifer, Lukas	03 TV Niederschelden	16.03.2013	Kirchen
1000 m Gehen	6:03,4	Tellmann, Ado	67 TV Niederschelden	24.04.1977	Bad Kreuznach
Hochsprung	1,34	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	25.09.2005	Arnsberg
Weitsprung Z.	4,65	Menn, Philipp	95 LG Kindelsberg K.	28.06.2005	Kreuztal
Schlagball	56,00	Menn, Sascha	95 LG Kindelsberg K.	31.08.2005	Kreuztal
Dreikampf	1242	Menn, Sascha (7,76-4,52-54,00)	95 LG Kindelsberg K.	28.06.2005	Kreuztal
Vierkampf	1560	Menn, Sascha (7,76-4,52-54,00-1,20)	95 LG Kindelsberg K.	28.06.2005	Kreuztal

**Männliche Kinder U12 (Schüler C)**

4 x 50 m	28,67	LAG Siegen Weibert/Wehner/Schollmeyer/Herbig		02.07.2011	Kreuztal
3x800 m(ab 2012)	8:55,33	LG Kindelsberg Kreuztal Kuschina Marian 02, Heide Dennis 02, Becker Louis-Maximilian 01		07.07.2012	Wilnsdorf
3x1000m	10:54,38	LAG Siegen Schollmeyer 00/Trinkner 00/Wehner 00		13.08.2011	Hamm
Dreikampf-Mannschaft	5427	LG Kindelsberg Kreuztal Menn 1242, Menn 1152, Löcher 1111, Schmitt 1029, Benner 893		28.06.2005	Kreuztal
Vierkampf-Mannschaft	7011	LG Kindelsberg Kreuztal Menn 1628, Menn 1552, Schmitt 1403, Löcher 1358, Becker 1070		14.05.2006	Kreuztal





## Siegerlandrekorde Frauen, Frauen U23

Stand 31.12.2016

## Frauen (W) und Juniorinnen WU23

100 m	11,64	Großhaus, Laura	98 CLV Siegerland	30.05.2015	Wilnsdorf
200 m	23,92	Hoffmann, Lara	91 LG Kindelsberg K.	22.06.2008	Mannheim
400 m	54,55	Ley, Annegret	65 LG Kindelsberg K.	31.07.1983	Dortmund
800 m	2:07,22	Ginsberg, Iris	65 TV Salchendorf	16.07.1983	Koblenz
1000 m	2:50,44	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	25.08.1987	Kreuztal
1500 m	4:21,22	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	16.08.1987	Hamburg
3000 m	9:17,88	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	27.05.1987	Koblenz
5000 m	16:34,02	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	29.07.2000	Braunschweig
10.000 m	35:31,13	Menn, Sabine	60 TV Niederschelden	21.04.1985	Menden
10 km	34:42	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	23.09.2001	Troisdorf
10 km -	1:51:14	TuS Deuz		23.11.2013	Essen
Mannschaft		Dr. Giehl Cieslik 36:42 – Jochindke 37:05 – Otterbach R. 37:27			
15 km	55:17	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	25.03.2000	Freiburg
<b>Halbmarathon</b>	<b>1:19:52</b>	<b>Schneider, Tina</b>	<b>90 TuS Deuz</b>	<b>02.10.2016</b>	<b>Köln</b>
Halbmarathon-	4:05:24	TuS Deuz		06.04.2014	Freiburg
Mannschaft		Schneider, Tina (90) 1:21:07 – Dr. Giehl Caprice (82) 1:21:37 – Otterbach Rebekka (86) 1:22:40			
25 km	1:33:29	Menn, Sabine	60 TV Niederschelden	23.09.1984	Waldniel
25 km -	5:30:34	TV Jahn Siegen		23.09.1984	Waldniel
Mannschaft		Janson 1:48:10 – Siebel 1:48:24 – Zollmann 1:54:00			
Marathon	2:46:35	Menn, Sabine	60 TV Niederschelden	19.05.1985	Frankfurt
Marathon -	10:03:54	TuS Deuz		25.09.2005	Berlin
Mannschaft		Dr. Giehl-Cieslik 3:14:16 – Büdenbender 3:19:09 – Günther 3:30:29			
Stundenlauf	14225	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	28.09.1985	Netphen
100 km	10:11:55	Schürbusch, Heike	62 TV Gosenbach	13.06.2009	Biehl/Sui
100 m Hürden	12,87	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	19.07.2003	Cuxhaven
400 m Hürden	58,33	Buraimoh, Ayodele	78 LG Kindelsberg K.	19.08.2000	Jena
3000 m Hinder	11:15,20	Heimann, Lisa	87 LG Kindelsberg K.	26.08.2007	Hannover
4 x 100m	46,37	CLV Siegerland		26.07.2015	Nürnberg
		Klein Verena 95, Braun Nina 97, Köhne Jennifer 93, Großhaus Laura 98			
4 x 400 m	3:43,74	LG Kindelsberg Kreuztal		16.06.2006	Ulm
		Hintermaier 86, Schönfelder 87, Huber 86, Buraimoh 78			
3 x 800 m	6:55,23	TV Niederschelden		24.07.1982	München
		Böhmer 67, Strunk 66, Kleikamp 66			
Hochsprung	1,86	Sonneborn, Iris	63 TV Jahn Siegen	29.09.1984	Gelsenkirchen
Stabhochsp	3,00	Otto, Lisa	88 LAG Siegen	13.06.2004	Lüdenscheid
Weitsprung	6,72	Schulte, Sofia	76 LAG Siegen	27.05.2000	Siegen-Geisweid
Dreisprung	13,77	Laux-Schneider, Pet	67 LAG Siegen	10.06.1993	Bad Homburg
Kugel 4 kg	14,48	Krah, Ulrike	63 TV Salchendorf	11.06.1984	Siegen-Geisweid
Diskus 1 kg	45,72	Zepter, Helga	?? SF Siegen	20.08.1961	Wuppertal
Hammer	23,76	Mönch, Eva	64 LAG Siegen	26.08.1995	Wetzlar
Speer 600 g	48,04	Klappert, Katja	68 TV Jahn Siegen	02.07.1988	Dortmund
Siebenkampf	5231	Wiesel, Karin	77 LG Kindelsberg K	22.05.1982	Kreuztal
(umgerechnet)	3871	( 14,5-10,31-1,60-24,8w-5,52-29,62-2:25,2)			
Siebenkampf -	13913	LG Kindelsberg Kreuztal		12.07.1995	Kreuztal
Mannschaft		Kraus B. (77) 4766 – Sprenger J. (77) 4566 – Knipp M. (76) 4548			

**Siegerlandbestleistungen Weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche Jugend U20 (WJA)**

100 m	11,64	Großhaus, Laura	98 CLV Siegerland	30.05.2015	Wilnsdorf
200 m	23,92	Hoffmann, Lara	91 LG Kindelsberg K.	22.06.2008	Mannheim
400 m	54,55	Ley, Annegret	65 LG Kindelsberg K.	31.07.1983	Dortmund
800 m	2:07,22	Ginsberg, Iris	65 TV Salchendorf	16.07.1983	Koblenz
1000 m	2:50,44	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	25.08.1987	Kreuztal
1500 m	4:21,22	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	16.08.1987	Hamburg
3000 m	9:17,88	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	27.05.1987	Koblenz
5000 m	16:34,02	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	29.07.2000	Braunschweig
10.000 m	37:16,4	Schöler, Marion	66 CVJM Siegen	07.04.1984	Wetter
10 km	36:04	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	12.03.2000	Lerverkusen
10 km-	2:14:00	LG Kindelsberg Kreuztal		31.12.2003	Netphen
Mannschaft		Bürger, Inga 39:22, Heimann, Lisa 42:56, Kasprzik, Larissa			51:42
15 km	55:17	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn	25.03.2000	Freiburg
25 km	1:36:41	Schöler, Marion	66 CVJM Siegen	11.03.1984	Köln
Marathon	2:56:24	Schöler, Marion	66 CVJM Siegen	20.10.1984	Essen
100 m Hürden	14,17	Kuhnen, Katharina	88 LG Kindelsberg K.	22.07.2006	Bochum-Watten.
400 m Hürden	61,16	Huber, Janine	86 LG Kindelsberg K.	18.06.2005	Mannheim
2000 m Hind	7:05,41	Arndt, Lena	88 LG Kindelsberg K.	22.07.2006	Wattenscheid
4 x 100 m	46,44	LG Kindelsberg Kreuztal		09.07.1983	Sindelfingen
		Barth 66, Wiesel 64, Stein 65, Ley 65			
4 x 400 m	3:46,24	LG Kindelsberg Kreuztal		11.07.2004	Braunschweig
		Hintermaier 86, Huber 86, Haß 88, Schönfelder 87			
3 x 800 m	6:55,23	TV Niederschelden		24.07.1982	München
		Böhmer 67, Strunk 66, Kleikamp 66			
Olympische	4:26,33	CVJM Siegen		02.06.2011	Kamen
400/200/200		Jung/Klöckner/Zimmermann/Kunze			
Hochsprung	1,81	Scholz, Iris	58 LAG Hüttental	06.09.1975	Oedinghausen
Hochsprung	1,81	Sonneborn, Iris	63 TV Jahn Siegen	25.07.1982	München
Stabhochsp	3,00	Otto, Lisa	88 LAG Siegen	13.06.2004	Lüdenscheid
Weitsprung	6,12	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	06.07.1996	Erfurt
Dreisprung	11,31	Wunderlich, Nicole	81 CVJM Siegen	24.05.1997	Kreuztal
Kugel 4 kg	13,71	Spill, Kerstin	69 TuS Kaan Marienb.	05.07.1987	Bad Oeynhausen
Diskus 1 kg	41,24	Kolodziej, Ingrid	62 TV Jahn Siegen	29.06.1980	Dortmund
Speer 600 g	46,12	Klappert, Katja	68 TV Jahn Siegen	07.06.1987	Gießen
Vierkampf	3056	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	30.08.1996	Vaterstetten
		(24,91-14,57-1,66-8,87)			
Vierkampf	13139	LG Kindelsberg Kreuztal		11.07.1995	Kreuztal
Mannschaft		Kraus 2826, Sprenger 2812, Knipp 2716, Buraimoh 2433, Krainz 2352			
Siebenkampf	4975	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	01.09.1996	Vaterstetten
		(14,57-1,66-8,87-24,91-5,60-27,64-2:24,90.)			
Siebenkampf	13913	LG Kindelsberg Kreuztal		12.07.1995	Kreuztal
Mannschaft		Kraus (77) 4766 – Sprenger (77) 4566 – Knipp (76) 4548			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

5 km (alt) 19:09 Heimann, Lisa 87 LG Kindelsberg K. 01.04.2006 Herdorf

**Siegerlandbestleistungen Weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche Jugend U18 (WJB)**

100 m	11,64	Großhaus, Laura	98 CLV Siegerland	30.05.2015	Wilnsdorf
200 m	23,92	Hoffmann, Lara	91 LG Kindelsberg K.	22.06.2008	Mannheim
400 m	54,7	Frisch, Carla	62 TV Jahn Siegen	02.06.1979	Lage
800 m	2:08,60	Ginsberg, Iris	65 TV Salchendorf	02.08.1981	Flensburg
1000 m	3:05,27	Kring, Laura	96 LG Kindelsberg K.	14.09.2013	Herborn
1500 m	4:24,05	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	03.05.1986	Aachen
3000 m	9:19,07	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	19.07.1986	Athen/GRE
5000 m	17:23,28	Breitenbach, Anke	69 CVJM Siegen	23.09.1986	Kreuztal
10 km	37:45	Stöcker, Nina	92 LG Wittgenstein	20.09.2008	Wegberg
10 km-	2:14:00	LG Kindelsberg Kreuztal		31.12.2003	Netphen
Mannschaft		Bürger 39:22, Heimann 42:56, Kasprzik 51:42			
100 m Hürden	13,92	Bozsik, Aniko	82 LG Kindelsberg K.	15.06.1999	Kreuztal
400 m Hürden	62,13	Haß, Catharina	88 LG Kindelsberg K.	13.06.2004	Lüdenscheid
1500 m Hind	5:11,88	Müller, Fabienne	90 CVJM Siegen	13.05.2006	Kamen
4 x 100 m	48,19	LG Kindelsberg Kreuztal		31.05.1981	Düsseldorf
		Deilmann 66, Wiesel 64, Stein 65, Ley 65			
3 x 800 m	6:55,23	TV Niederschelden		24.07.1982	München
		Böhmer 67, Strunk 66, Kleikamp 66			
Hochsprung	1,81	Scholz, Iris	58 LAG Hüttental	16.09.1975	Oedighe im
Stabhochsp	3,00	Otto, Lisa	88 LAG Siegen	13.06.2004	Lüdenscheid
Weitsprung	6,08	Wiesel, Karin	64 LG Kindelsberg K.	31.05.1981	Düsseldorf
Weitsprung	6,08	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	22.06.1993	Kreuztal
Dreisprung	11,31	Wunderlich, Nicole	81 CVJM Siegen	24.05.1997	Kreuztal
<b>Kugel (ab 2012 3kg)</b>	<b>13,73</b>	<b>Kathreiner, Jule</b>	<b>99 TV Jahn Siegen</b>	<b>09.07.2016</b>	<b>Gütersloh</b>
Diskus 1 kg	39,14	Münker, Stefanie	68 TV Jahn Siegen	23.07.1985	Dortmund
Speer (ab 2013 500g)	38,55	Plett, Olivia	97 LG Kindelsberg K.	21.04.2013	Geisweid
Vierkampf	3013	Remer, Anna	97 LG Kindelsberg K.	26.05.2013	Kreuztal
		(15,40 – 1,60 – 12,45 – 12,85			
Vierkampf	13449	LG Kindelsberg Kreuztal		08.06.2013	Bad Oeynhausen
Mannschaft		Otto 2879, Remer 2868, Plett 2857, Greim 2734, Wollny 2111			
Siebenkampf	4929	Sprenger, Juliane	77 LG K TuS Ferndorf	01./02.09.94	Vaterstetten
		(14,10 - 1,60 – 6,64 – 12,59 - 5,71 - 26,74 – 2:24,08)			
Siebenkampf	4929	Kraus, Bettina Iris	77 LG K	01./02.09.94	Vaterstetten
		(14,78 - 1,60 - 10,49 - 12,70 – 5,31 – 33,08 – 2:24,95			
Siebenkampf	14086	LG Kindelsberg Kreuztal		01./02.09.94	Vaterstetten
Mannschaft		Sprenger (77) 4929, Kraus (77) 4929, Buraimoh (78) 4228			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

300 m (alt)	40,34	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	22.05.1994	Bruchköbel
5 km (alt)	19:13	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	13.04.1996	Kirchen
7,5 km (alt)	28:43	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	19.09.1998	Verl
300 m H. (alt)	44,65	Huber, Janine	86 LG Kindelsberg K.	16.06.2001	Betzdorf
4 x 400 m (alt)	4:03,3	TV Niederschelden		04.05.1982	Kreuztal
		Böhmer 67 – Strunk 66 – Gotthard 66 – Kleikamp 66			
Kugel 4 kg (alt)	12,74	Münker, Stefanie	68 TV Jahn Siegen	29.06.1985	Dortmund
Speer 600 g	45,36	Dietze, Anna	80 LG Kindelsberg K.	15.06.1997	Hagen

**Siegerlandbestleistungen weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche Jugend W15**

100 m	12,26	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	13.06.1992	Dortmund
200 m	25,4	Ginsberg, Iris	65 TV Salchendorf	26.05.1980	Siegen
<b>300 m</b>	<b>40,24</b>	<b>Cataria-Byll, Brenda</b>	<b>01 CLV Siegerland</b>	<b>10.09.2016</b>	<b>Hagen</b>
800 m	2:09,6	Ginsberg, Iris	65 TV Salchendorf	10.08.1980	Frankfurt
1500 m	4:41,81	Strunk, Birgit	66 TV Niederschelden	27.06.1981	Gelsenkirchen
2000 m	6:41,58	Müller, Fabienne	90 CVJM Siegen	26.06.2005	Bad Neuenahr
3000 m	10:17,43	Schöler, Marion	66 TuS Eisern	26.07.1981	Essen
5000 m	22:18,9	Kämpfer, Luzia	97 LG Kindelsberg K.	17.08.2012	Betzdorf
5 km	19:13	Tremmel, Tina	81 TV Eckmannshsn.	13.04.1996	Kirchen
10 km	39:08	Stöcker, Nina	92 LG Wittgenstein	24.03.2007	Herdorf
<b>80 m Hürden</b>	<b>11,49</b>	<b>Braun, Amelie</b>	<b>01 CLV Siegerland</b>	<b>10.09.2016</b>	<b>Hagen</b>
300 m Hürden	44,65	Huber, Janine	86 LG Kindelsberg K.	16.06.2001	Betzdorf
Hochsprung	1,78	Scholz, Iris	58 LAG Hüttental	22.09.1973	Amsterdam/NED
Hochsprung	1,78	Zwingmann, Doro.	66 TSG/SF Siegen	27.09.1981	Dortmund
Stabhoch	2,50	Otto, Lisa	88 LAG Siegen	23.06.2002	Recklinghausen
Weitsprung	5,96	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	16.05.1992	Kreuztal
Dreisprung	11,11	Korstian, Karin	88 LG Kindelsberg K.	22.06.2003	Minden
Kugel 3 kg	13,00	Woditsch, Vivien	92 LG Kindelsberg K.	02.06.2007	Siegen
Diskus 1 kg	32,21	Kosina, Anna	99 LG Kindelsberg K.	05.07.2014	Mönchengladbach
Speer (ab 2013 500g)	33,69	Müller, Rebecca	99 LG Kindelsberg K.	13.09.2014	Lage
Ballwurf	62,00	Hackler, Lisa	95 LG Wittgenstein	02.09.2009	Kreuztal
Vierkampf	2184	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	15.09.2010	Kreuztal
		(13,0-5,45-1,53-10,08)			
Siebenkampf	3857	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	14.05.2011	Kreuztal
		(12,15-1,60-11,67-12,68-5,48-34,48-2:43,62)			
Block Sprint	2841	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	08.05.2011	Kreuztal
		(12,68-12,72-5,30-1,60-36,63)			
Block Lauf	2695	Hoof, Stefanie	89 LAG Siegen	15.08.2004	Rhede
		(12,93*-13,63*-5,03-35,00-07:00,19)			
Block Wurf	2800	Kosina, Anna	99 LG Kindelsberg K.	05.07.2014	Mönchengladbach
		(12,80 – 12,07 – 5,41 – 11,15 – 32,21)			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Diskus 750g (alt)</i>	<i>36,82</i>	<i>Stötzel, Nicole</i>	<i>79 LAG Siegen</i>	<i>09.07.1994</i>	<i>Wesel</i>
<i>Speer 400 g (alt)</i>	<i>42,88</i>	<i>Dietze, Anna</i>	<i>80 LG Kindelsberg K.</i>	<i>15.07.1995</i>	<i>Hagen</i>
<i>Speer 600 g</i>	<i>27,79</i>	<i>Kulring, Ramona</i>	<i>86 LG Kindelsberg K.</i>	<i>27.05.2001</i>	<i>Kreuztal</i>



**Siegerlandbestleistungen weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche Jugend W14**

100 m	12,36	Braun, Nina	97 CVJM Siegen	03.07.2011	Hagen
300 m	42,26	Hoof, Stefanie	89 LAG Siegen	18.05.2003	Kreuztal
800 m	2:13,6	Ginsberg, Iris	65 TV Salchendorf	08.09.1979	Ludwigshafen
1000 m	3:14,83	Schönfelder, Katja	87 LAG Siegen	15.09.2001	Kreuztal
2000 m	6:45,31	Stöcker, Nina	92 LG Wittgenstein	12.09.2006	Bad Sobernheim
3000 m	10:52,81	Bürger, Inga M.	86 LG Kindelsberg K.	22.06.2000	Betzdorf
5 km	19:35	Espeter, Maria	95 LG Wittgenstein	30.03.2008	Frankenberg
10 km	45:10	Kämpfer, Meret	95 LG Kindelsberg K.	31.12.2008	Netphen
80 m Hürden	11,56	Braun, Amelie	01 CLV Siegerland	30.08.2015	Hagen
300 m Hürden	49,25	Breitenbach, Lorena	98 LG Kindelsberg K.	20.06.2012	Kreuztal
Hochsprung	1,72	Laux, Petra	67 TV Jahn Siegen	06.09.1981	Dortmund
Stabhoch	2,50	Otto, Lisa	88 LAG Siegen	23.06.2002	Recklinghausen
Weitsprung	5,71	Dickfoss, Claudia	85 LAG Siegen	22.05.1999	Siegen
Kugel 3 kg	12,54	Rechs, Annegrete	58 TG Friesen-Klafeld	08.07.1972	Sindelfingen
<b>Diskus 1 kg</b>	<b>29,68</b>	<b>Dickel, Lea Emelie</b>	<b>02 LG Wittgenstein</b>	<b>10.09.2016</b>	<b>Hagen</b>
<b>Speer 500g (ab 2013)</b>	<b>32,79</b>	<b>Hasenstab, Lara</b>	<b>02 LG Kindelsberg K.</b>	<b>18.06.2016</b>	<b>Hagen</b>
Ballwurf	62,00	Hackler, Lisa	95 LG Wittgenstein	02.09.2009	Kreuztal
Vierkampf	2184	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	15.09.2010	Kreuztal
			(13,0 - 5,45 - 1,53 - 10,08)		
Siebenkampf	3582	Kosina, Anna	99 LG Kindelsberg K.	30.06.2013	Rheine
(ab 2013 mit 500 g Speer)			(12,88 - 1,48 - 11,02 - 12,97 - 5,04 - 30,44 - 2:49,63)		
Block Sprint	2753	Braun, Amelie	01 CLV Siegerland	31.05.2015	Aachen
(ab 2013 neu)			(12,62 - 11,63 - 5,15 - 1,48 - 27,34)		
Block Lauf	2672	Cataria-B., Brenda	01 CLV Siegerland	05.09.2015	Lübeck
(ab 2013 neu)			(12,66 - 12,95 - 5,07 - 35,00 - 6:56,32)		
Block Wurf	2599	Kraus, Bettina	77 LG Kindelsberg K.	11.08.1991	Illertissen
			(9,82 - 12,37* - 5,52 - 9,50 - 23,06)		

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Diskus 750g /alt)</i>	<i>37,06</i>	<i>Stötzel, Nicole</i>	<i>79 LAG Siegen</i>	<i>11.09.1993</i>	<i>Schwerte-Ergste</i>
<i>Speer 400g alt</i>	<i>42,28</i>	<i>Behr, Kerstin</i>	<i>78 CVJM Siegen</i>	<i>28.06.1992</i>	<i>Hagen</i>
<i>Speer 600g (bis 2012)</i>	<i>31,35</i>	<i>Remer, Anna</i>	<i>96 LG Kindelsberg K.</i>	<i>03.06.2010</i>	<i>Siegen-Geisweid</i>
<i>Siebenkampf</i>	<i>3772</i>	<i>Remer, Anna</i>	<i>96 LG Kindelsberg K.</i>	<i>14.08.2010</i>	<i>Hannover</i>
<i>(bis 2011 mit 600g Speer)</i>			<i>(13,27* - 1,60 - 11,62 - 12,65 - 5,24 - 30,60 - 2:35,06)</i>		

**Weibliche Jugend U16 (Schülerinnen A)**

4 x 100m	49,09	LG Kindelsberg Kreuztal	16.08.2014	Köln
		Kosina A. 99, Nies E. 99, Hirsch M. 99, Latsch I. 00		
3 x 800 m	7:16,11	CVJM Siegen	02.05.2009	Ahrweiler
		Zapletal - Kunze - Bach		
Vierkampf -	9790	LG Kindelsberg Kreuztal	26.05.2013	Kreuztal
Mannschaft		Kosina (99) 2110, Harz (98) 1945, Fischer (98) 1924, Scheld (98) 1914, Nies (99) 1897		
Siebenkampf -	10778	LG Kindelsberg Kreuztal	14./15.05.2011	Kreuztal
Mannschaft		Remer, Anna 3857 - Otto, Pia 3504 - Kleist, Jessica 3417		
Block -	12526	LG Kindelsberg Kreuztal	31.05.2003	Siegen-Geisweid
Mannschaft		Haß 2676, Korstian 2619, Stötzel 2524, Klein 2398, Becker 2309		

**Siegerlandbestleistungen weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche Jugend W13 (Schi W13)**

75 m	9,69	Hoffmann, Lara	91 LG Kindelsberg K.	13.07.2004	Kreuztal
800 m	2:20,07	Trost, Judith	91 LG Kindelsberg K.	07.07.2004	Geisweid
2000 m	7:03,8	Trost, Judith	91 LG Kindelsberg K.	12.10.2003	Dortmund
5 km	19:35	Espeter, Maria	95 LG Wittgenstein	30.03.2008	Frankenberg
60 m Hürden	9,19	Braun, Amelie	01 CLV Siegerland	24.08.2014	Arnsberg
Hochsprung	1,60	Scholz, Iris	58 LAG Hüttental	05.09.1971	Lippstadt
Hochsprung	1,60	Laux, Petra	67 TV Jahn Siegen	10.05.1980	Siegen
Hochsprung	1,60	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	24.05.2009	Kreuztal
Stabhoch	2,20	Georg, Nadine	91 LAG Siegen	15.05.2004	Kreuztal
Weitsprung	5,35	Korstian, Karin	88 LG Kindelsberg K.	10.06.2001	Geisweid
Kugel 3 kg	11,50	Schönfeld, Anke	71 LG Kindelsberg K.	18.08.1984	Ahlen
Diskus 750 g	28,69	Tenhaken, Nina	02 LAG Siegen	12.09.2015	Bochum
Speer 400 g	39,14	Behr, Kerstin	78 CVJM Siegen	22.06.1991	Dortmund
Ballwurf	50,00	Tenhaken, Nina	02 LAG Siegen	23.06.2015	Dortmund

**Geänderte Bedingungen**

Dreikampf	1560	Braun, Amelie	01 CLV Siegerland	18.05.2014	Kreuztal
((ab 2012 mit Ball, Weit)) (9,71 – 4,74 – 40,50)					
Vierkampf	1979	Braun, Amelie	01 LG CLV Siegerland	18.05.2014	Kreuztal
(ab 2012 mit Ball, Weit) (9,71 – 4,74 - 1,36 – 40,50)					
Block Sprint	2698	Braun, Amelie	01 CLV Siegerland	03.10.2014	Geisweid
(ab 2013 mit Speer) (9,10 - 9,70 – 1,44 – 23,28 – 5,22)					
Block Lauf	2315	Cataria-Byll, Brenda	01 CLV Siegerland	03.10.2014	Geisweid
(ab 2013 mit Wei, Ball) (10,7* - 10,2* - 2:27,1* - 25,50 – 4,23)					
Block Wurf	2493	Hoffmann, Lara	91 LG Kindelsberg K.	10.10.2004	Geisweid
(10,22* - 10,17* - 4,98 – 9,19 – 25,18)					

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

80 m Hürden (alt)	12,59	Schatz, Claudia	78 LAG Siegen	22.06.1991	Dortmund
Schlagball (alt)	58,50	Hackler, Lisa	95 LG Wittgenstein	07.09.2008	Hagen
Dreikampf	1673	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	16.09.2009	Kreuztal
(bis 2012 mit Sch, Wez) (9,97 – 5,12 – 50,00)					
Vierkampf	2190	Remer, Anna	96 LG Kindelsberg K.	16.09.2009	Kreuztal
(bis 2012 mit Sch, Wez) (9,97 - 5,12 - 1,52 - 50,00)					
Block Lauf	2524	Stunz, Friederike	94 TV Dresselndorf	03.10.2007	Siegen-Geisweid
(bis 2012 mit Wez, Sch) (10,26 – 11,04 – 5,14 – 42,50 – 2:40,30)					
Block Basis	2205	Braun, Amelie	01 CLV Siegerland	04.05.2013	Siegen-Geisweid
(von 2012 bis 2013) (10,58 – 11,61 – 4,76 – 32,00 – 8:55,47)					

**Siegerlandbestleistungen weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche JugendW12**

75 m	9,73	Braun, Nina	97 CVJM Siegen	30.06.2009	Leverkusen
800 m	2:26,08	Trost, Judith	91 LG Kindelsberg K.	27.09.2003	Paderborn
2000 m	7:03,8	Trost, Judith	91 LG Kindelsberg K.	12.10.2003	Dortmund
5 km	21:04	Espeter, Jolanda	97 LG Wittgenstein	30.03.2008	Frankenberg
60 m Hürden	10,14	Brünsch, Anna	88 LAG Siegen	16.06.2000	Kreuztal
Hochsprung	1,52	Dickfoss, Claudia	85 LAG Siegen	24.08.1997	Dortmund
Hochsprung	1,52	Plett, Olivia	97 LG Kindelsberg K.	09.05.2009	Geisweid
Stabhoch	1,70	Georg, Nadine	91 LAG Siegen	02.07.2003	Geisweid
Weitsprung	5,23	Sprenger, Juliane	77 LG Kindelsberg K.	25.05.1989	Kreuztal
Kugel 3 kg	9,19	Dickfoss, Claudia	85 LAG Siegen	24.08.1997	Dortmund
Diskus 750 g	23,24	Tenhaken, Nina	02 LAG Siegen	03.10.2014	Geisweid
Speer 400 g	25,27	Tenhaken, Nina	02 LAG Siegen	24.08.2014	Arnsberg
Ball (ab 2012)	45,00	Tenhaken, Nina	02 LAG Siegen	01.06.2014	Grevenbrück

**Geänderte Bedingungen**

Dreikampf	1373	Braun, Amelie	01 LG CLV Siegerland	26.05.2013	Kreuztal
(ab 2012 mit Ball, Weit)		(10,6* - 4,40 - 34,00)			
Vierkampf	1799	Braun, Amelie	01 LG CLV Siegerland	03.10.2013	Geisweid
(ab 2012 mit Ball, Weit)		(10,77 - 4,37 - 1,34 - 39,00)			
Block Sprint	2170	Hartmann, Sophia	02 CLV Siegerland	03.10.2014	Geisweid
(ab 2013 mit Speer)		(10,7* - 10,7* - 4,07 - 1,28 - 19,09)			
<b>Block Lauf</b>	<b>2048</b>	<b>Schmidt, Amelie</b>	<b>04 LG Wittgenstein</b>	<b>21.05.2016</b>	<b>Geisweid</b>
(ab 2013 mit Wei)		(10,8* - 13,2* - 4,18 - 35,50 - 2:56,7*)			
Block Wurf	2154	Böhl, Malin	03 LG Wittgenstein	03.10.2015	Geisweid
(ab 2013 mit Wei)		(10,8* - 11,4* - 4,18 - 7,72 - 23,24)			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Schlagball (bis 2011)</i>	<i>55,00</i>	<i>Bakacs, Rita</i>	<i>76 CVJM Siegen</i>	<i>07.05.1988</i>	<i>Geisweid</i>
<i>Dreikampf</i>	<i>1538</i>	<i>Remer, Anna</i>	<i>96 LG Kindelsberg K.</i>	<i>30.08.2008</i>	<i>Erndtebrück</i>
(bis 2012 mit Sch, Wez)		(10,4 - 4,69 - 48,00)			
<i>Vierkampf</i>	<i>1979</i>	<i>Remer, Anna</i>	<i>96 LG Kindelsberg K.</i>	<i>10.09.2008</i>	<i>Kreuztal</i>
(bis 2012 mit Sch, Wez)		(10,47 - 4,63 - 46,50 - 1,40)			
<i>Block Sprint</i>	<i>2473</i>	<i>Brünsch, Anna</i>	<i>88 LAG Siegen</i>	<i>03.10.2000</i>	<i>Siegen-Geisweid</i>
(bis 2012 mit Sch)		(10,5* - 10,2* - 4,68 - 1,39 - 45,00)			
<i>Block Lauf</i>	<i>2210</i>	<i>Stötzel, Ricarda-La</i>	<i>89 LG Kindelsberg K.</i>	<i>29.04.2001</i>	<i>Siegen-Geisweid</i>
(bis 2012 mit Wez)		(10,79* - 12,18 - 4,63 - 31,00 - 2:44,67)			
<i>Block Basis</i>	<i>2205</i>	<i>Braun, Amelie</i>	<i>01 CLV Siegerland</i>	<i>04.05.2013</i>	<i>Siegen-Geisweid</i>
(von 2012 bis 2013)		(10,58 - 11,61 - 4,76 - 32,00 - 8:55,47)			

**Siegerlandbestleistungen weibliche Jugend****Stand 31.12.2016****Weibliche Jugend U14 (Schülerinnen B)**

4 x 75 m	38,99	CLV Siegerland	27.09.2014	Essen
		Lewandrowski 01, Hartmann 02, Braun A. 01, Cataria-Byll 01		
3 x 800 m	7:41,5	LG Kindelsberg Kreuztal	10.09.2004	Do-Scharnhorst
		Hoffmann 91, Hinkel 91, Trost 91		
<b>Dreikampf -</b>	<b>6589</b>	<b>LG Kindelsberg Kreuztal</b>	<b>17.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
<b>Mannschaft</b>		<b>Klein N., Knott A., Born C., Radlinger E., Bahr S.</b>		
<b>Vierkampf-</b>	<b>9285</b>	LG Kindelsberg Kreuztal	16.09.2009	Kreuztal
<b>Mannschaft</b>		Remer, Anna 2190, Otto, Pia 1880, Plett, Olivia 1802, Greim, Anna 1710, Wollny, Franziska 1703		
<b>Block-</b>	<b>10898</b>	CLV Siegerland	03.10.2014	Siegen-Geisweid
<b>Mannschaft</b>		Braun, A. 2645 – Cataria-Byll, B. 2315 – Hartmann, S. 2128 – Lewandrowski, J. 2021 – Kalcher, L. 1789		

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Dreikampf-</i>	<i>7276</i>	<i>LG Kindelsberg Kreuztal</i>	<i>16.09.2009</i>	<i>Kreuztal</i>
<i>Mannschaft</i>		<i>Remer, A. 1673, Otto, P. 1486, Schulte, L. 1416, Plett, O. 1333 Greim, A. 1368</i>		
<i>Block-</i>	<i>11819</i>	<i>LG Kindelsberg Kreuztal</i>	<i>03.06.2010</i>	<i>Siegen-Geisweid</i>
<i>Mannschaft</i>		<i>Otto, Pia – Plett, Olivia – Bruch, Frederica – Wollny, Franziska – Hemeling, Nele</i>		
<i>Block Basis -</i>	<i>9943</i>	<i>LG Kindelsberg Kreuztal</i>	<i>04.05.2013</i>	<i>Siegen-Geisweid</i>
<i>Mannschaft</i>		<i>Latsch I. (00) 2196 – Lixfeld J. (00) 2093 – Otterbach J. (01) 1949 –</i>		
<i>(von 2012 -2013)</i>		<i>Grafe M. (00) 1947 – Doerck S. (01) 1758</i>		

**Siegerlandbestleistungen weibliche Kinder**

Stand 31.12.2016

**Weibliche Kinder W11**

50 m	6,7*	Brünsch, Anna	88 LAG Siegen	12.09.1999	Lippstadt
800 m	2:33,19	Kring, Laura Christ	96 CVJM Siegen	23.09.2007	Letmathe
2000 m	7:31,54	Kring, Laura Christ	96 CVJM Siegen	18.08.2007	Siegen-Geisweid
5 km	21:04	Espeter, Jolanda	97 LG Wittgenstein	30.03.2008	Frankenberg
60 m Hürden	11,9	Krämer, Kathrin	82 LAG Siegen	29.06.1993	Kreuztal
Hochsprung	1,46	Plett, Olivia	97 LG Kindelsberg K.	27.08.2008	Kreuztal
Weitsprung Z.	4,90	Dickfoss, Claudia	85 LAG Siegen	08.09.1996	Siegen-Geisweid
Schlagball	48,00	Wenske, Silke	70 LAG Hüttental	12.09.1981	Siegen
Kugel 3 kg	7,40	Selesnewa, Lina	82 LG Kindelsberg K.	25.09.1993	Arnsberg
Dreikampf	1477	Brünsch, Anna (6,7* - 4,29 - 45,50)	88 LAG Siegen	12.09.1999	Lippstadt
Vierkampf	1921	Brünsch, Anna (6,7* - 4,29 - 45,50 - 1,40)	88 LAG Siegen	12.09.1999	Lippstadt

**Weibliche Kinder W10**

50 m	7,1	Well, Steffi	77 LAG Hüttental	26.09.1987	Siegen-Geisweid
800 m	2:37,81	Kring, Laura Christ	96 CVJM Siegen	01.09.2006	Breidenbach
2000 m	7:32,7	Kring, Laura Christ	96 CVJM Siegen	20.08.2006	Siegen-Geisweid
Hochsprung	1,40	Langenberg, Claudia	65 LAG Hüttental	29.06.1975	Hüttental
Weitsprung Z.	4,54	Hackel, Unice	88 LAG Siegen	11.06.1998	Siegen-Geisweid
Schlagball	42,00	Franke, Elisabeth	77 CVJM Siegen	17.06.1987	Kreuztal
Dreikampf	1305	Remer, Anna (8,10*-4,28-36,00)	96 LAG Siegen	08.10.2006	Siegen-Geisweid
Vierkampf	1667	Tiepelmann, Katja (7,9*-4,36-31,00-1,34)	81 LG Kindelsberg K.	21.09.1991	Siegen-Geisweid

**Weibliche Kinder U12 (Schülerinnen C)**

4 x 50 m	28,88	LG Kindelsberg Kreuztal Otto 97 – Hermeling 97 – Löcher 97 – Plett 97		12.10.2008	Kreuztal
3 x 800 m	8:26,03	CVJM Siegen Kring 96, Schneider 95, Klöckner 95		08.10.2006	Siegen-Geisweid
Dreikampf- Mannschaft	6061	LG Kindelberg Kreuztal Otto 97 1406, Plett 97 1194, Wollny 97 1182, Löcher 97 1163, Wolf 97 1116		10.09.2008	Kreuztal
Vierkampf Mannschaft	7741	LG Kindelsberg Kreuztal Otto 97 1748, Plett 97 1588, Wollny 97 1550, Löcher 97 1451, Wolf 97 1404		10.09.2008	Kreuztal



## Siegerlandbestleistungen Senioren

Stand 31.12.2016

## Männer M30

100 m	10,9	Buls, Hans-Jürgen	38 SF Siegen.	13.06.1968	Ründeroth
100 m	10,9	Roßbach, Adalbert	40 LG Kindelsberg K.	21.07.1974	Eichen
200 m	22,5	Buls, Hans-Jürgen	38 SF Siegen.	09.06.1968	Siegen
200 m	22,5	Chenois, Paul	56 TV Jahn Siegen.	03.09.1989	Siegen-Geisweid
400 m	49,84	Schatz, Hans-Georg	51 SF Siegen	25.07.1981	Passau
800 m	1:54,1	Schneider, Ralf	54 CVJM Siegen	08.05.1984	Menden
1000 m	2:27,6	Schneider, Ralf	54 CVJM Siegen	28.07.1984	Wetzlar
1500 m	3:54,5	Schneider, Ralf	54 CVJM Siegen	13.08.1985	Dortmund
3000 m	8:15,42	Loos, Michael	66 LAG Siegen	17.08.1996	Wipperfürth
5000 m	14:16,25	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	19.05.1995	Menden
10.000 m	29:37,25	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	14.05.1994	Kappelrodek
10 km	30:46	Thoma, Carsten	71 TuS Deuz	28.03.2004	Haltern
10 km-	1:42:39	TuS Deuz		07.03.2009	Bentfeld
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, 33:17, Brockfeld, Stefan 66, 34:35, Senner, Andreas 67, 34:47			
15 km	51:36	Rottler, Andreas	67 TuS Deuz	04.03.2006	Duisburg
Halbmarathon	1:05:21	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	10.04.1994	Melle
Halbmarathon-	3:22:55	LAG Siegen		30.03.1996	Kaiserslautern
Mannschaft		Loos, Michael (66) 1:06:29, Müller, Dieter (62) 1:07:38, Braukmann, Thomas (66) 1:08:48			
25 km	1:23:12	Sprengelmeier, Claus	47 SF Siegen	09.04.1977	Paderborn
25 km-	4:21:16	SF Siegen		09.04.1977	Paderborn
Mannschaft		Sprengelmeier Claus 47 – Schneider Helmut 29 – Bähr Arnold 37			
Stundenlauf	17894	Diehl, Friedhelm	52 LG Kindelsberg K.	11.10.1986	Netphen
Marathon	2:23:37	Breitenbach, Carsten	68 CVJM Siegen	24.10.1999	Essen
Marathon-	7:46:18	TuS Deuz		01.10.1989	Berlin
Mannschaft		Münzner, Frank (57) 2:28:24, Veith, Peter 2:35:58, Steiner, Karl 2:41:56			
100 km	8:18:44	Roth, Erich	54 TuS Deuz	06.04.1996	Schweich
100 km-	34:50:02	TuS Deuz		06.04.1996	Schweich
Mannschaft		Göbel, Helmut (39) 11:02:05, Steiner, Karl (54) 11:20:57, Niemand, Jochen (46) 12:27:00			
20 km Gehen	1:47:52,3	Winkler, Detlev	35 LG Kindelsberg K.	20.07.1980	Luxenburg/LUX
50 km Gehen	4:53:00	Winkler, Siegfried	35 LG Kindelsberg K.	09.03.1975	Dortmund
110 m Hürden	14,63	Keller, Michael	66 LAG Siegen	04.06.1996	Kreuztal
400 m Hürden	53,27	Schneider, Jan	76 LG Kindelsberg K.	31.05.2008	Duisburg
4 x 100 m	44,95	CVJM Siegen		09.07.2005	Schweinfurt
		Krumm 66, Langenbach 71, Blech 73, Kramer 73			
4 x 400 m	3:41,88	CVJM Siegen		05.05.2005	Kaarst
		Blech, Thomas 73, Langenbach, Jochen 71, Boller, Carsten 74, Kramer, Chr. 73			
Hochsprung	1,92	Dinter, Frank	57 TV Jahn Siegen.	12.05.1990	Kreuztal
Stabhochsp	4,72	Heumann, Eike	76 TV Jahn Siegen	10.06.2012	Voerde
Weitsprung	7,84	Esser, Matthias	79 LG Kindelsberg K.	01.06.2009	Wesel
Dreisprung	14,04	Diller, Martin	59 TuS Kaan Marienb.	21.05.1989	Kreuztal
Kugel 7,26 kg	20,37	Birlenbach, Heinfried	40 SF Siegen.	09.09.1972	München
Diskus 2 kg	49,09	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	02.03.2008	Erfurt
Hammer 7,26 kg	41,28	Peter, Wolfgang	59 TV Jahn Siegen	09.05.2000	Elz
Speer 800 g	64,89	Jendrosch, Jörg	81 TV Jahn Siegen	10.04.2011	Siegen-Geisweid
Fünfkampf	2934	Blech, Thomas	73 CVJM Siegen	26.06.2004	Hanover
		(6,25-50,25-24,64-37,36-5:20,09)			
Fünfkampf-	7976	CVJM Siegen		24.09.2005	Gladbeck
Mannschaft		Blech (73) 2795, Langenbach (71) 2727, Kramer (73) 2454			
Zehnkampf	6653	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	21.06.1981	Lage
		(11,3-6,38-11,70-1,68-51,8-16,0-33,96-4,20-54,52-4:44,7)			

**Siegerlandbestleistungen Senioren****Stand 31.12.2016****Männer M35**

100 m	11,34	Lück, Christian	76 LG Kindelsberg-K.	13.07.2012	Erfurt
200 m	23,09	Lück, Christian	76 LG Kindelsberg-K.	13.07.2012	Erfurt
400 m	51,05	Langenbach, Jochen	71 CVJM Siegen	08.07.2006	Erfurt
800 m	1:57,74	Schneider, Ralf	54 CVJM Siegen	20.06.1989	Menden
1000 m	2:31,85	Schneider, Ralf	54 CVJM Siegen	07.07.1989	Menden
1500 m	4:10,69	Schneider, Ralf	54 CVJM Siegen	02.07.1989	Ludwigshafen
3000 m	8:40,0	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	05.08.1999	Bergisch-Gladbach
5000 m	14:49,20	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	12.08.1999	Dortmund
10.000 m	32:03,4	Heinbach, Ralf	64 LAG Siegen	24.01.1999	Wetter
10 km	31:05	Groß, Stefan	74 TuS Deuz	10.04.2011	Korschenbroich
10 km -	1:42:39	TuS Deuz		07.03.2009	Bentfeld
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, 33:17, Brockfeld, Stefan 66, 34:35, Senner, Andreas 67, 34:47			
15 km	51:36	Rottler, Andreas	67 TuS Deuz	04.03.2006	Duisburg
Halbmarathon	1:09:56	Krause, Detlev	58 LAG Siegen	08.04.1995	Rheinzabern
Halbmarathon-	3:45:34	TuS Deuz		06.04.2008	Calw
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, Brockfeld, Stefan 66, Kraft, Matthias 67			
25 km	1:24:35	Diehl, Friedhelm	52 LG Kindelsberg K.	11.09.1988	Herten-Bertlich
25 km-	4:40:42	SF Siegen		30.09.1979	Diez
Mannschaft		Barthel 38-Jung 42-Fritsch 34			
Marathon	2:25:48	Diehl, Friedhelm	52 LG Kindelsberg K.	08.05.1988	Gießen
Marathon-	7:57:58	TuS Deuz		10.05.2009	Mainz
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, 2:38:23, Kraft, Matthias 67, 2:39:42, Senner, Andreas 67, 2:39:53			
Stundenlauf	17130	Schneider, Helmut	29 TSV Oberfischbach	03.10.1970	Marburg
100 km	8:18:44	Roth, Erich	54 TuS Deuz	06.04.1996	Schweich
100 km-	34:50:02	TuS Deuz		06.04.1996	Schweich
Mannschaft		Göbel, Helmut (39) 11:02:05, Steiner, Karl (54) 11:20:57, Niemand, Jochen (46) 12:27:00			
10.000 m Geh	52:24,9	Tellmann, Wilfried	38 TV Niederschelden	21.05.1977	Meerbusch
20 km Gehen	1:47:52,3	Winkler, Detlev	35 LG Kindelsberg K.	20.07.1980	Luxemburg/LUX
50 km Gehen	4:53:00	Winkler, Siegfried	35 LG Kindelsberg K.	09.03.1975	Dortmund
110 m Hürden	15,92	Schatz, Hans-Georg	46 TV Jahn Siegen	10.05.1986	Kreuztal
400 m Hürden	56,51	Schneider, Jan	76 LG Kindelsberg K.	02.10.2011	Kreuztal
4 x 100 m	45,44	LG Kindelsberg Kreuztal		20.06.2012	Kreuztal
4 x 400 m	3:46,26	Lück, Christian 76, Hermann, Udo 58, Blech, Thomas 73, Nassauer, Markus 72	LG Kindelsberg Kreuztal	13.07.2012	Erfurt
Hochsprung	1,92	Lück, Christian 76, Boller, Carsten 74, Nassauer, Markus 72, Krumm, Burkhard 66			
Stabhochsp	4,72	Dinter, Frank	57 LAG Siegen	10.05.1992	Kreuztal
Weitsprung	6,41	Heumann, Eike	76 TV Jahn Siegen	10.06.2012	Voerde
Dreisprung	11,62	Schnug, Adolf	40 LG Kindelsberg K.	11.10.1975	Eichen
Kugel 7,26 kg	15,52	Blech, Thomas	73 LG Kindelsberg K.	25.06.2011	Ahlen
Diskus 2 kg	47,34	Birlenbach, Heinfried	40 SF Siegen	01.06.1980	Siegen-Geisweid
Hammer 7,26 kg	41,28	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	09.05.2010	Kreuztal
Speer (alt?)	60,52	Peter, Wolfgang	59 LAG Siegen	09.05.2000	Elz
Speer 800 g	59,42	Strack, Erich	37 LG Siegtal	22.04.1972	Buschhütten
Fünfkampf	2963	Born, Thorsten	75 LG Kindelsberg K.	13.07.2012	Erfurt
Zehnkampf	5718	Langenbach, Jochen	71 LG Kindelsberg K.	13.06.2010	Aichach
		(5,49 (0,0) – 45,87 – 23,84 (+1,5) – 35,49 – 4:58,33			
		Langenbach, Jochen	71 LG Kindelsberg K.	16.05.2010	Kreuztal
		(11,89 – 5,58 – 12,11 – 1,64 – 53,58 – 17,80 – 34,73 – 2,70 – 43,21 – 4:53,04 )			



## Siegerlandbestleistungen Senioren

Stand 31.12.2016

## Männer M40

<b>100 m</b>	<b>11,68</b>	<b>Lück, Christian</b>	<b>58 LG Kindelsberg K.</b>	<b>09.07.2016</b>	<b>Leinefelden</b>
200 m	24,14	Langenbach, Jochen	71 LG Kindelsberg K.	22.05.2011	Kreuztal
400 m	52,42	Langenbach, Jochen	71 LG Kindelsberg K.	22.05.2011	Kreuztal
800 m	2:02,70	Schneider, Kuno	49 CVJM Siegen	20.05.1989	Wetzlar
1000 m	2:45,60	Igo, Roger	53 LAG Siegen	08.05.1993	Dortmund
1500 m	4:17,47	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	04.07.1986	Ahlen
3000 m	9:00,20	Send, Bernd	50 LAG Hüttental	16.05.1990	Menden
5000 m	15:46,0	Schmidt, Ulrich	38 SF Siegen.	16.06.1979	Geisweid
10.000 m	33:00,87	Igo, Roger	53 LAG Siegen	27.08.1993	Troisdorf
10 km	32:26	Braukmann, Thomas	66 LG Kindelsberg K.	14.05.2006	Bad Berleburg
10 km-	1:42:39	TuS Deuz		07.03.2009	Bentfeld
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, 33:17, Brockfeld, Stefan 66, 34:35, Senner, Andreas 67, 34:47			
15 km	53:46	Rottler, Andreas	67 TuS Deuz	07.02.2010	Hamm
Halbmarathon	1:12:41	Krause, Detlev	58 LAG Siegen	01.03.1998	Frankfurt
Halbmarathon -	3:45:34	TuS Deuz		06.04.2008	Calw
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, Brockfeld, Stefan 66, Kraft, Matthias 67			
25 km	1:27:56	Schneider, Dietmar	34 CVJM Siegen	09.04.1977	Paderborn
25 km -	4:44:40	TV Jahn Siegen		28.04.1984	Dülmen
Mannschaft		Kühn Hans-Hermann (38) 1:28:15 – Barthel Horst (38) 1:30:01 – Wagner (35) 1:39:42			
Marathon	2:32:55	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	26.11.2008	Frankfurt
Marathon -	7:57:58	TuS Deuz		10.05.2009	Mainz
Mannschaft		Rottler, Andreas 67, 2:38:23, Kraft, Matthias 67, 2:39:42, Senner, Andreas 67, 2:39:53			
Stundenlauf	17130	Schneider, Helmut	29 TSV Oberfischbach	03.10.1970	Marburg
100 km	8:18:44	Roth, Erich	54 TuS Deuz	06.04.1996	Schweich
100 km -	34:50:02	TuS Deuz		06.04.1996	Schweich
Mannschaft		Göbel, Helmut (39) 11:02:05, Steiner, Karl (54) 11:20:57, Niemand, Jochen (46) 12:27:00			
110 m Hürden	15,92	Schatz, Hans-Georg	46 TV Jahn Siegen	10.05.1986	Kreuztal
400 m Hürden	71,56	Hoffmann, Hartmut	62 LG Kindelsberg-K.	02.06.2012	Menden
20 km Gehen	1:47:52,3	Winkler, Detlev	35 LG Kindelsberg K.	20.07.1980	Luxenburg/LUX
50 km Gehen	4:53:00	Winkler, Siegfried	35 LG Kindelsberg K.	09.03.1975	Dortmund
<b>4 x 100m</b>	<b>47,03</b>	<b>LG Kindelsberg Kreuztal</b>		<b>03.09.2016</b>	<b>Essen</b>
		<b>Boller, Carsten 74, Christian Lück 58, Nassauer, Markus 72, Blech, Thomas 73</b>			
Hochsprung	1,77	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	03.08.1991	Breidenbach
Stabhochsp	4,20	Heumann, Dieter	43 TV Jahn Siegen	01.05.1986	Frankfurt
Weitsprung	6,13	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	03.08.1991	Breidenbach
Dreisprung	11,08	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	01.06.1996	Rheine
Kugel 7,26 kg	15,52	Birlenbach, Heinfried	40 SF Siegen	01.06.1980	Geisweid
Gewichtewurf	11,36	Peter, Wolfgang	59 LAG Siegen	03.09.2000	Borken
<b>Diskus 2 kg</b>	<b>44,94</b>	<b>Born, Thorsten</b>	<b>75 LG Kindelsberg K.</b>	<b>03.09.2016</b>	<b>Essen</b>
Hammer 7,26 kg	41,28	Peter, Wolfgang	59 LAG Siegen	09.05.2000	Elz
Speer 800 g	53,62	Florian Bruness	74 LG Kindelsberg K.	01.05.2014	Frechen
Fünfkampf	2856	Hoffmann, Hartmut	62 LG Kindelsberg K.	13.06.2010	Aichach
		(4,00 – 36,93 – 27,29 – 31,22 – 5:08,45)			
Werfer-Fünfk.	2617	Peter, Wolfgang	59 LAG Siegen	03.09.2000	Borken
		(11,36 – 38,73 – 9,94 – 26,48 – 39,28)			
Zehnkampf	6189	Langenbach, Jochen	71 LG Kindelsberg K.	07.07.2011	Sacramento/USA
		(12,09 – 5,29 – 12,04 – 1,66 – 53,41 – 18,47 – 35,88 – 3,20 – 45,54 – 5:15,97)			



**Siegerlandbestleistungen Senioren****Stand 31.12.2016****Männer M45**

100 m	11,7	Hermann, Udo	58 TV Netphen	20.08.2006	Geisweid
200 m	24,49	Hermann, Udo	58 TV Netphen	03.06.2007	Dortmund
400 m	57,32	Schneider, Kuno	49 CVJM Siegen	03.08.1994	Wetzlar
800 m	2:10,76	Schneider, Kuno	49 CVJM Siegen	13.08.1994	Breidenbach
1000 m	2:52,72	Brockfeld, Stefan	66 TuS Deuz	20.07.2013	Wetzlar
1500 m	4:24,64	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	03.08.1991	Breidenbach
3000 m	9:21,6	Schneider, Helmut	29 LAV Siegen	08.07.1975	Kreuztal
5000 m	16:21,01	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	26.07.1991	Gießen
10.000 m	33:59,89	Brockfeld, Stefan	66 TuS Deuz	03.05.2014	Aichach
10 km	33:34	Braukmann, Thom.	66 LG Kindelsberg K.	24.03.2012	Wickede
10 km -	1:43:13	TuS Deuz		08.07.2012	Köln
Mannschaft		Brockfeld (66) 33:36, Braukmann (66) 33:56, Senner (69) 35:41			
15 km	56:39	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	07.02.2010	Hamm
Halbmarathon	1:15:04	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	06.09.2009	Oelde
Halbmarathon-	4:04:17	TuS Deuz		21.09.2014	Traben-Trarbach
Mannschaft		Braukmann (66) 1:15:31, Kraft (67) 1:23:20, Natzke (58) 1:25:26			
25 km	1:28:15	Kühn, Hans-Hermann	38 TV Jahn Siegen	23.09.1984	Waldniel
25 km -	4:44:40	TV Jahn Siegen		28.04.1984	Dülmen
Mannschaft		Kühn Hans-Her. (38) 1:28:15 – Barthel Horst (38) 1:30:01 – Wagner (35) 1:39:42			
Marathon	2:32:55	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	26.11.2008	Frankfurt
Marathon -	8:30:19	LAG Hüttental		28.09.1986	Berlin
Mannschaft		Feldmann Klaus (40) 2:42:31 – Lasch, Dieter (40) 2:52:16 – Buschhaus (38) 2:53:40			
Stundenlauf	16920	Heinz, Trudo	37 SG Hickengrund	22.09.1984	Netphen
100 km	8:36:57	Schneider, Wilfried	32 TuS Deuz	02.03.1989	Unna
110 m Hürden	21,70	Hermann, Udo	58 TV Netphen	02.09.2006	Arnsberg
400 m Hürden	71,56	Hoffmann, Hartmut	62 LG Kindelsberg-K.	02.06.2012	Menden
10 km Gehen	53:19,8	Winkler, Detlev	35 LG Kindelsberg K.	05.06.1980	Limburg
20 km Gehen	1:47:52,3	Winkler, Detlev	35 LG Kindelsberg K.	20.07.1980	Luxenburg/LUX
50 km Gehen	5:25:23,0	Winkler, Detlev	35 LG Kindelsberg K.	05.10.1980	Paderborn
<b>4 x 100m</b>	<b>51,06</b>	<b>LG Kindelsberg Kreuztal</b>		<b>04.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
		<b>Grafe, Ralf 66, Hermann, Udo 58, Löcher, Ulrich 64, Heinlein, Johannes 62</b>			
Hochsprung	1,77	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	03.08.1991	Breidenbach
Stabhoch	4,00	Heumann, Dieter	43 TV Jahn Siegen	01.05.1989	Frankfurt
Weitsprung	6,13	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	03.08.1991	Breidenbach
Dreisprung	11,08	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	01.06.1996	Rheine
Kugel 7,26 kg	13,11	Menn, Helmut	61 LG Kindelsberg K.	16.09.2007	Attendorn
Diskus 2 kg	37,12	Menn, Helmut	61 LG Kindelsberg K.	18.08.2007	Geisweid
Hammer 7,26 kg	38,92	Jabs, Rolf-Günter	19 TV Jahn Siegen	29.09.1968	Siegen
Speer 800 g	47,44	Winkelmann, Hans	41 TV Jahn Siegen	31.05.1986	Kreuztal
Fünfkampf	2856	Hoffmann, Hartmut	62 LG Kindelsberg K.	13.06.2010	Aichach
		(4,00 – 36,93 – 27,29 – 31,22 – 5:08,45)			
Zehnkampf	3564	Hermann, Udo	58 TV Netphen	02.09.2006	Arnsberg
		(21,70-1,60-12,22-5,43-8,17/1,56-59,22-21,61-30,43-5:43,58)			

**Siegerlandbestleistungen Senioren****Stand 31.12.2016****Männer M50**

100 m	12,10	Hermann, Udo	58 LG Kindelsberg K.	08.05.2010	Hamm
200 m	24,87	Hermann, Udo	58 LG Kindelsberg K.	17.05.2009	Kreuztal
400 m	58,73	Hermann, Udo	58 LG Kindelsberg K.	17.06.2008	Kreuztal
<b>800 m</b>	<b>2:17,31</b>	<b>Brockfeld, Stefan</b>	<b>66 TuS Deuz</b>	<b>04.06.2016</b>	<b>Essen</b>
1000 m	2:57,43	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	13.08.1994	Kreuztal
1500 m	4:32,93	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	11.06.1998	Hagen
3000 m	9:38,86	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	12.07.1996	Menden
5000 m	16:47,06	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	04.06.1996	Kreuztal
10.000 m	34:06,14	Heinz, Hans-Trudo	37 LAG Siegen	26.04.1996	Menden
10 km	34:23	Heinz, Hans-Trudo	37 LAG Siegen	29.06.1996	Brügge/BEL
10 km -	1:57:17	TuS Deuz		07.03.2009	Bentfeld
Mannschaft		Natzke Holger 58, 38:02 – Twardella Rolf 58, 39:31 – Scholze Michael 55, 39:44			
15 km	56:39	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	07.02.2010	Hamm
Halbmarathon	1:15:04	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	06.09.2009	Oelde
Halbmarathon -	4:21:07	TV Büschergrund		21.09.2014	Traben-Trarbach
Mannschaft		Löschner Frank (59) 1:20:42, Wickel, Kersten (63) 1:30:00, Heimbach, Andreas (61) 1:30:25			
25 km	1:30:01	Bartel, Horst	38 LAG Hüttental	15.04.1989	Maximiliansau
25 km -	5:02:39	LG Kindelsberg Kreuztal		07.05.1988	Scheessel
Mannschaft		Klappert Ernst– Bähr Arnold (38) – Kühn			
Marathon	2:35:20	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	01.11.2009	New York/USA
Marathon-	9:05:10	TV Büschergrund		13.10.2013	München
Mannschaft		Löschner Frank 2:39:53 – Heimbach Andreas 3:10:04 – Wickel Kersten 3:15:13			
Stundenlauf	15870	Schneider, Helmut	29 TV Niederschelden	28.09.1985	Netphen
100 km	8:36:57	Schneider, Wilfried	32 TuS Deuz	02.03.1989	Unna
<b>4 x 100m</b>	<b>51,06</b>	<b>LG Kindelsberg Kreuztal</b>		<b>04.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
		<b>Grafe, Ralf 66 - Hermann, Udo 58 – Löcher, Ulrich 64 – Heinlein, Johannes 62</b>			
400 m Hürden	71,56	Hoffmann, Hartmut	62 LG Kindelsberg-K.	02.06.2012	Menden
Hochsprung	1,76	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	16.08.1996	Leinfelden
Stabhochsp	4,00	Heumann, Dieter	43 LAG Siegen	19.06.1994	Dortmund
Weitsprung	6,09	Hermann, Udo	58 LG Kindelsberg K.	11.09.2010	Bad Oeynhausen
Dreisprung	11,08	Weber, Helmut	45 LG Wittgenstein	01.06.1996	Rheine
<b>Kugel 6 kg</b>	<b>13,38</b>	<b>Menn, Helmut</b>	<b>61 LG Kindelsberg K.</b>	<b>04.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
<b>Diskus 1,5 kg</b>	<b>38,08</b>	<b>Menn, Helmut</b>	<b>61 LG Kindelsberg K.</b>	<b>04.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
Hammer 6 kg	35,66	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	23.06.1989	Ewersbach
Speer 700 g	46,62	Winkelmann, Hans	41 LAG Siegen	21.07.1991	Turku/FIN
Fünfkampf	3031	Hoffmann, Hartmut	62 LG Kindelsberg K.	21.06.2014	Bad Oeynhausen
		(4,96 – 41,06 – 28,20 – 35,36 – 5:25,29)			
Fünfkampf	7294	LG Kindelsberg Kreuztal	21.06.2014		Bad Oeynhausen
Mannschaft		Hoffmann, Hartmut 3031 – Kludzeweit, Dirk 2262 – Löcher, Ulrich 2001			

**Anhang: Historische Siegerlandrekorde (nicht mehr durchgeführte Wettbewerbe)**

<i>Fünfkampf (alt)</i>	4529	<i>Herberholz, Siegfried</i>	<i>41 CVJM Siegen</i>	<i>22.09.1991</i>	<i>Gelsenkirchen</i>
		<i>(4,85 – 25,06 – 26,9 – 25,92 – 5:51,4)</i>			

**Siegerlandbestleistungen Senioren****Stand 31.12.2016****Männer M55**

100 m	12,63	Müller, Helmut	35 CVJM Siegen	12.08.1996	Leinfeldern
200 m	26,15	Müller, Hartmut	35 CVJM Siegen	08.06.1992	Lüdenscheid
400 m	61,02	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	07.07.2011	Sacramento/USA
800 m	2:23,1	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	12.08.2001	Bad Berleburg
1000 m	2:57,43	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	13.08.1994	Kreuztal
1500 m	4:41,13	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	28.08.1994	Lübeck
3000 m	10:08,2	Lehmann, Dietmar	46 CVJM Siegen	07.07.2002	Dreis-Tiefenbach
5000 m	16:47,2	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	02.05.1992	Kreuztal
10.000 m	34:06,14	Heinz, Hans-Trudo	37 LAG Siegen	26.04.1996	Menden
10 km	34:23	Heinz, Hans-Trudo	37 LAG Siegen	29.06.1996	Brügge/BEL
10 km -	1:59:33	TuS Deuz		15.03.2014	Salzkotten
Mannschaft	Natzke Holger (58) 38:11 – Bieler Günter (54) 39:51 – Schneider Gerhard (50) 41:31				
Halbmarathon	1:16:15	Heinz, Trudo Hans	37 LAG Siegen	15.04.1994	Herten-Bertlich
Halbmarathon -	4:25:56	TV Büschergrund		06.04.2014	Freiburg
Mannschaft	Löschner Frank (59) 1:17:43, Bamberger Armin (56) 1:32:35, Achenbach Paul (55) 1:35:38				
25 km	1:33:34	Schneider, Helmut	29 TV Niederschelden	27.04.1985	Passau
Marathon	2:43:15	Löschner, Frank	59 TV Büschergrund	16.08.2015	Lyon/FRA
<b>Marathon-</b>	<b>9:45:17</b>	<b>TuS Deuz</b>		<b>30.10.2016</b>	<b>Frankfurt</b>
<b>Mannschaft</b>	<b>Schneider, G. (50) 2:57:55 – Bieler, G. (54) 3:17:29 – Vitt, Ulrich (56) 3:29:53</b>				
Stundenlauf	15870	Schneider, Helmut	29 TV Niederschelden	28.09.1985	Netphen
100 km	8:36:57	Schneider, Wilfried	32 TuS Deuz	02.03.1989	Unna
Hochsprung	1,52	Schneider, Kuno	49 CVJM Siegen	18.08.2007	Siegen-Geisweid
Weitsprung	5,72	Hermann, Udo	58 LG Kindelsberg K.	07.09.2013	Hamburg
Dreisprung	9,52	Hombach, Heinz	43 LAG Siegen	13.05.2001	Kreuztal
<b>Kugel 6 kg</b>	<b>13,38</b>	<b>Menn, Helmut</b>	<b>61 LG Kindelsberg K.</b>	<b>04.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
<b>Diskus 1,5 kg</b>	<b>38,08</b>	<b>Menn, Helmut</b>	<b>61 LG Kindelsberg K.</b>	<b>04.06.2016</b>	<b>Kreuztal</b>
Hammer 6 kg	37,16	Reichel, Manfred	35 LAG Siegen	25.04.1993	Paderborn
Speerwurf 800 g	42,72	Winkelmann, Hans	41 LAG Siegen	14.09.1996	Baunatal
Fünfkampf	2867	Herberholz, Siegfried	41 LAG Siegen	09.06.1996	Bad Oeynhausen
		(28,06-6:33,00-4,69-28,26-29,96)			

**Siegerlandbestleistungen Senioren****Stand 31.12.2016****Männer M60**

100 m	12,63	Müller, Helmut	35 CVJM Siegen	17.08.1996	Leinfelden
200 m	26,52	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	12.07.2011	Sacramento/USA
400 m	61,02	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	07.07.2011	Sacramento/USA
800 m	2:29,27	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	01.06.2000	Gladbeck
1000 m	3:14,42	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	04.08.1999	Kreuztal
1500 m	4:54,30	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	02.08.1998	Minden
3000 m	10:29,6	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	12.09.1999	Dillenburg
5000 m	17:50,69	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	10.09.2000	Hagen
10.000 m	38:04,88	Klappert, Ernst	37 LG Kindelsberg K.	24.04.1998	Kamen
10 km	36:35	Schneider, Gerhard	50 CVJM Siegen	09.10.2010	Coesfeld
<b>10 km-</b>	<b>2:01:02</b>	<b>TuS Deuz</b>		<b>11.09.2016</b>	<b>Hamburg</b>
<b>Mannschaft</b>		<b>Schneider, Gerhard (50) – Bieler, Günter (54) – Vitt, Ulrich (56)</b>			
Halbmarathon	1:20:17	Schneider, Gerhard	50 CVJM Siegen	17.04.2011	Griesheim
<b>Halbmarathon-</b>	<b>4:29:30</b>	<b>TuS Deuz</b>		<b>28.04.2016</b>	<b>Bad Liebenzell</b>
<b>Mannschaft</b>		<b>Schneider, G. (50) 1:25:55 – Bieler, G. (54) 1:28:03 – Vitt, Ulrich (56) 1:35:32</b>			
25 km	1:50:00	Schulte, Günther	24 TV Jahn Siegen	28.04.1984	Dülmen
Marathon	2:56:16	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	25.04.1999	Hamburg
<b>Marathon-</b>	<b>9:45:17</b>	<b>TuS Deuz</b>		<b>30.10.2016</b>	<b>Frankfurt</b>
<b>Mannschaft</b>		<b>Schneider, G. (50) 2:57:55 – Bieler, G. (54) 3:17:29 – Vitt, Ulrich (56) 3:29:53</b>			
100 km	11:30:55	Schneider, Wilfried	32 TuS Deuz	03.06.1994	Biel/SUI
100 m Hürden	15,80	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	29.07.2011	Minden
300 m Hürden	46,28	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	10.05.2014	Kreuztal
Hoch	1,48	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen.	06.07.2011	Sacramento/USA
Weitsprung	5,11	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	01.06.2013	Attendorn
Stabhoch	3,50	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	28.05.2011	Gladbeck
Kugelstoß 5kg	14,28	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	25.08.2007	Ewersbach
Diskuswurf 1kg	44,64	Strack, Erich	37 LAG Siegen	21.06.1997	Gladbeck
Hammer 5 kg	40,56	Reichel, Manfred	35 LAG Siegen	13.10.1996	Paderborn
Speerwurf 600 g	42,30	Birlenbach, Eberhard	33 LG Kindelsberg K.	06.05.1995	Kreuztal
Fünfkampf	2848	Schuß, Hans-Dieter	39 CVJM Siegen	18.06.2000	Lage
		(4,32*-29,90-30,95*-29,43-6:17,15)			
Zehnkampf	7315	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	07.07.2011	Sacramento/USA
		(12,92 – 5,08 – 12,39 – 1,48 – 61,02 – 16,30 – 36,23 – 3,00 – 32,18 – 6:39,22 )			

## Siegerlandbestleistungen Senioren

Stand 31.12.2016

**Männer M65**

100 m	13,25	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	22.08.2014	Izmir/TUR
200 m	27,64	Kleimann, Ewald	24 CVJM Siegen	03.08.1989	eugene/USA
400 m	1:06,09	Kleimann, Ewald	24 LG Kindelsberg K.	04.07.1990	Budapest/HUN
800 m	2:34,58	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	29.05.2005	Ahlen
1500 m	5:19,50	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	28.05.2005	Ahlen
3000 m	11:15,1	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	01.05.2005	Kreuztal
5000 m	18:45,3	Schneider, Gerhard	50 TuS Deuz	28.08.2015	Betzdorf
10.000 m	40:18,88	Velte, Werner	39 CVJM Siegen	23.04.2005	Solingen
<b>10 km</b>	<b>38:36</b>	<b>Schneider, Gerhard</b>	<b>50 TuS Deuz</b>	<b>11.09.2016</b>	<b>Hamburg</b>
<b>Halbmarathon</b>	<b>1:25:55</b>	<b>Schneider, Gerhard</b>	<b>50 TuS Deuz</b>	<b>23.04.2016</b>	<b>Bad Liebenzell</b>
<b>Marathon</b>	<b>2:57:55</b>	<b>Schneider, Gerhard</b>	<b>50 TuS Deuz</b>	<b>30.10.2016</b>	<b>Frankfurt</b>
100 m Hürden	16,19	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	10.05.2014	Kreuztal
300 m Hürden	46,28	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	10.05.2014	Kreuztal
Hochsprung	1,41	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	02.09.2007	Katzeneinbogen
Weitsprung	5,03	Müller, Helmut	35 CVJM Siegen	03.06.2000	Villach/AUT
Stabhoch	3,20	Langenbach, Dieter	49 CVJM Siegen	11.07.2014	Erfurt
Kugelstoß 5kg	14,28	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	25.08.2007	Ewersbach
Diskuswurf 1kg	38,82	Strack, Erich	37 LAG Siegen	03.08.2002	Ewersbach
Hammer 5kg	34,55	Reichel, Manfred	35 LAG Siegen	14.06.2001	Gladbeck
Speerwurf 600g	34,63	Reichel, Manfred	35 LAG Siegen	22.06.2000	Bielefeld



Foto Volker Loth

**Siegerlandbestleistungen Senioren****Stand 31.12.2016****Männer M70**

100 m	14,25	Kleimann, Ewald	24 LG Kindelsberg K.	04.06.1994	Athen/GRE
200 m	33,41	Fillies, Günter	43 LAG Siegen	06.09.2014	Netphen
5000 m	21:59,02	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	11.07.2009	Vaterstetten
<b>10 km</b>	<b>42:56</b>	<b>Lehmann, Dietmar</b>	<b>46 CVJM Siegen</b>	<b>13.02.2016</b>	<b>Niederfischbach</b>
<b>10000 m</b>	<b>43:07,38</b>	<b>Lehmann, Dietmar</b>	<b>46 CVJM Siegen</b>	<b>23.04.2016</b>	<b>Arnsberg</b>
Halbmarathon	1:35:27	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	23.09.2012	Traben-Trarbach
Marathon	3:31:51	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	09.02.2015	Dubai/VAE
Hochsprung	1,41	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	02.09.2007	Katzenelnbogen
Kugelstoß 4kg	14,28	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	25.08.2007	Ewersbach
Gewichtswurf	11,19	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	28.07.2007	Bad Oeynhaus
Diskuswurf 1kg	37,23	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	25.08.2007	Ewersbach
Hammer 4kg	32,58	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	16.11.2008	Paderborn
Speerwurf 500g	24,18	Bernhagen, Dieter	38. TV Neunkirchen	08.09.2010	Siegen-Geisweid
Wurf 5-Kampf	1870	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	28.07.2007	Bad Oeynhaus

(30,68-08,60-26,14-22,80-11,19)

**Männer M75**

5000 m	22:11,5	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	13.06.2014	Betzdorf
10 km	44:28	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	15.03.2014	Salzkotten
Halbmarathon	1:37:15	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	06.04.2014	Freiburg
Marathon	3:31:51	Stöcker, Werner	39 LG Wittgenstein	09.02.2015	Dubai/VAE
Kugelstoß 4kg	13,13	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	29.04.2012	Herdorf
<b>Gewichtswurf</b>	<b>11,06</b>	<b>Reichel, Manfred</b>	<b>35 TV Jahn Siegen</b>	<b>12.11.2016</b>	<b>Leichlingen</b>
Diskuswurf 1kg	27,47	Strack, Erich	37 TV Gosenbach	19.04.2015	Wissen
Hammer 4kg	31,79	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	09.10.2010	Plettenberg
Speerwurf 500g	21,42	Reichel, Manfred	35. TV Jahn Siegen	28.08.2010	Katzenellbogen
Wurf 5-Kampf	3002	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	28.08.2010	Bogen

**Männer M80**

10 km	67:22	Patt, Manfred	32 TV Eckmannshsn.	29.12.2012	Netphen
<b>Kugel 3000g</b>	<b>8,78</b>	<b>Reichel, Manfred</b>	<b>35. TV Jahn Siegen</b>	<b>22.05.2016</b>	<b>Gladbeck</b>
<b>Diskus 1000g</b>	<b>23,37</b>	<b>Reichel, Manfred</b>	<b>35. TV Jahn Siegen</b>	<b>22.05.2016</b>	<b>Gladbeck</b>
Hammer 3kg	32,58	Reichel, Manfred	35 TV Jahn Siegen	28.06.2015	Leichlingen
Speer 400g	18,63	Reichel, Manfred	35. TV Jahn Siegen	14.11.2015	Leichlingen
<b>Gewichtswurf</b>	<b>11,06</b>	<b>Reichel, Manfred</b>	<b>35 TV Jahn Siegen</b>	<b>12.11.2016</b>	<b>Leichlingen</b>
Wurf 5-Kampf	3063	Manfred Reichel	35 TV Jahn Siegen	14.11.15	Leichlingen

**Siegerlandbestleistungen Seniorinnen****Stand 31.12.2016****Frauen W30**

100 m	12,0	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	20.07.1982	Kreuztal
200 m	24,8	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	17.08.1982	Kreuztal
400 m	55,96	Buraimoh, Ajodele	78 LG Kindelsberg K.	31.05.2008	Duisburg
800 m	2:09,3	Mathes, Martina	54 TV Niederschelden	07.07.1984	Dortmund
1000 m	3:48,1	Otto, Nina	79 TV Dresselndorf	19.09.2010	Berlin
1500 m	4:51,24	Brücher, Annette	57 CVJM Siegen	19.07.1987	München
3000 m	10:12,07	Menn, Sabine	60 TV Niederschelden	14.07.1990	Recklinghausen
5000 m	18:11,01	Menn, Sabine	60 TV Niederschelden	25.08.1990	Bad Oeynhausen
10.000 m	37:06,78	Schmidt, Annette	54 TV Niederschelden	30.04.1989	Menden
10 km	36:42	Dr. Giehl, Caprice	82 TuS Deuz	23.11.2013	Essen
10 km -	1:58:17	TuS Deuz		15.03.2014	Salzkotten
Mannschaft	Dr. Giehl, Caprice (82) 36:57 – Schäfers Katharina (84) – 38:19 – Senner Bianca (78) 43:01				
15 km	56:42	Menn, Sabine	60 TV Niederschelden	18.03.1990	Rheurdt
Halbmarathon	1:21:37	Dr. Giehl, Caprice	82 TuS Deuz	06.04.2014	Freiburg
Halbmarathon -	4:45:36	TuS Deuz		23.09.2012	Traben-Trarbach
Mannschaft	Weißensel (64) 1:37:25 Büdenbender(63) 1:38:55, Günther(68) 1:43:37				
25 km	1:48:10	Janson, Renate	40 TV Jahn Siegen.	23.09.1984	Waldniel
25 km -	5:30:34	TV Jahn Siegen		25.09.1983	Frankenberg
Mannschaft	Janson, Renate (40) 1:48:10 – Zollmann, Elisabeth (41) 1:54:00 – Siebel, Rosi (48) 1:48:24				
Marathon	2:57:29	Schmidt, Annette	54 TV Niederschelden	27.10.1990	Frankfurt
<b>Marathon-</b>	<b>10:12:48</b>	<b>TuS Deuz</b>		<b>30.10.2016</b>	<b>Frankfurt</b>
<b>Mannschaft</b>	<b>Dr. Caprice Löhr (82)2:58:55 – Katharina Schäfers (84) 3:14:18 – Ulrike Pithan (47) 4:02:14</b>				
Stundenlauf	13770	Brücher, Annette	57 CVJM Siegen	20.09.1988	Netphen
100 km	10:11:55	Schürbusch, Heike	62 TV Gosenbach	13.06.2009	Bieh/SUI
100 m Hürden	18,4*	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	16.05.1980	Geisweid
4 x 100 m	53,63	LAG Siegen		07.07.2007	Zittau
		Elke Althaus-Münker 62, Elfriede Dreisbach 60, Petra Einloft 61, Heike Siebel 65			
Hochsprung	1,49	Schwan, Claudia	64 LG Wittgenstein	13.07.2003	Bad Berleburg
Weitsprung	5,93	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	30.05.1980	Siegen-Geisweid
Dreisprung	8,12	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	25.07.1996	Malmö/SWE
Kugelstoß 4kg	12,58	Treude, Tanja	75 LG Wittgenstein	24.05.2010	Allendorf
Diskus 1kg	35,24	Mönch, Eva	64 LAG Siegen	21.08.1994	Iserlohn
Hammer 4 kg	23,76	Mönch, Eva	64 LAG Siegen	26.08.1995	Wetzlar
Speerwurf 600g	40,66	Köppen, Katja	68 LG Kindelsberg K.	28.08.2005	Siegen-Geisweid
Siebenkampf	2960	Seifert, Liane	__ LG Wittgenstein	05.05.1991	Kreuztal
		(20,35 – 1,34 – 8,62 – 29,60 – 4,82 – 23,90 – 2:54,92)			

**Siegerlandbestleistungen Seniorinnen****Stand 31.12.2016****Frauen W35**

100 m	12,28	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	04.08.1987	Bergisch-Gladbach
200 m	25,30	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	11.08.1987	Dortmund
400 m	57,6	Schramm, Annegret	43 TV Niederschelden	11.06.1984	Siegen-Geisweid
800 m	2:28,98	Müller-Sch, Gaby	69 TuS Deuz	12.07.2015	Zittau
1000 m	4:09,70	Marburger, Katja	77 LG Wittgenstein	18.09.2015	Eutin
1500 m	5:02,21	Brücher, Annette	57 CVJM Siegen	27.08.1995	Wetzlar
3000 m	10:41,67	Schmidt, Annette	54 LAG Siegen	23.06.1991	Lüdenscheid
5000 m	18:26,6	Schmidt, Annette	54 TV Niederschelden	01.06.1990	Köln
10.000 m	37:06,78	Schmidt, Annette	54 TV Niederschelden	30.04.1989	Menden
10 km	38:57	Hausstein, Sabine	60 LAG Siegen	16.09.2000	Wegberg
10 km -	2:05:11	TuS Deuz		15.03.2014	Salzkotten
Mannschaft	Stötzel Almuth (72) 40:23 – Müller-Scherzant (69) 41:21, Neumann Bianca (73) 43:27				
15 km	57:51	Schmidt, Annette	54 TV Niederschelden	15.04.1989	Maximiliansau
Halbmarathon	1:28:21	Hausstein, Sabine	60 LAG Siegen	24.03.2001	Arnstadt
Halbmarathon -	4:45:36	TuS Deuz		23.09.2012	Traben-Trarbach
Mannschaft	Weißensel (64) 1:37:25 Bündenbender(63) 1:38:55, Günther(68) 1:43:37				
25 km	1:48:10	Janson, Renate	40 TV Jahn Siegen.	23.09.1984	Waldniel
25 km-	5:30:34	TV Jahn Siegen		25.09.1983	Frankenberg
Mannschaft	Janson, Renate (40) 1:48:10 – Zollmann, Elisabeth (41) 1:54:00 – Siebel, Rosi (48) 1:48:24				
Marathon	2:57:29	Schmidt, Annette	54 TV Niederschelden	27.10.1990	Frankfurt
Marathon -	11:18:49	TuS Deuz		31.10.2010	Frankfurt
Mannschaft	Günther 3:39:37, Schneider 3:43:57, Dicker 3:55:15				
Stundenlauf	13466	Seifert, Bärbel	49 TV Eckmannshsn.	22.09.1984	Netphen
100 km	10:11:55	Schürbusch, Heike	62 TV Gosenbach	13.06.2009	Biehl/SUI
4 x 100 m	53,63	LAG Siegen		07.07.2007	Zittau
		Althaus-Münker 62, Dreisbach 60, Einloft 61, Siebel 65			
Hochsprung	1,49	Schwan, Claudia	64 LG Wittgenstein	13.07.2003	Bad Berleburg
Weitsprung	5,90	Hees, Ellen	50 TV Niederschelden	04.08.1986	Bergisch-Gladbach
Dreisprung	8,12	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	25.07.1996	Malmö/SWE
Kugelstoß 4kg	12,58	Treude, Tanja	75 LG Wittgenstein	24.05.2010	Allendorf
Diskuswurf 1kg	34,12	Köppen, Katja	68 LG Kindelsberg K.	03.06.2007	Dortmund
Speerwurf 600g	40,66	Köppen, Katja	68 LG Kindelsberg K.	28.08.2005	Siegen-Geisweid
Fünfkampf	2737	Einloft, Petra	61 LAG Siegen	26.09.1999	Bad Oeynhausen
	(14,06-1,32-9,74-4,71-2:54,14)				



**Siegerlandbestleistungen Seniorinnen****Stand 31.12.2016****Frauen W40**

100 m	12,4	Hees, Ellen	50 LAG Siegen	01.09.1991	Siegen-Geisweid
200 m	26,0	Schramm, Annegret	43 TV Niederschelden	20.05.1984	Kreuztal
400 m	57,6	Schramm, Annegret	43 TV Niederschelden	11.06.1984	Siegen-Geisweid
800 m	2:28,98	Müller-Sch, Gaby	69 TuS Deuz	12.07.2015	Zittau
1000 m	4:38,2	Werthenbach, Heidi	67 LG Kindelsberg K.	22.05.2008	Gütersloh
<b>1500 m</b>	<b>5:05,17</b>	<b>Müller-Sch., Gabi</b>	<b>69 TuS Deuz</b>	<b>09.07.2016</b>	<b>Leinefelden</b>
3000 m	11:05,52	Bruch, Ingrid	53 LAG Siegen	15.07.1994	Menden
5000 m	18:27,4	Hausstein, Sabine	60 LAG Siegen	25.08.2000	Betzdorf-Kirchen
10.000 m	38:39,03	Bosch-Schwaak, Ulri.	60 LG Kindelsberg K.	13.10.2008	Kreuztal
10 km	38:57	Hausstein, Sabine	60 LAG Siegen	16.09.2000	Wegberg
10 km -	2:05:11	TuS Deuz		15.03.2014	Salzkotten
Mannschaft		Stötzel Almuth (72) 40:23 – Müller-Scherzant (69) 41:21,	Neumann Bianca (73) 43:27		
15 km	1:03:58	Müller-Scherz., Gabi	69 TuS Deuz	31.12.2014	Soest
Halbmarathon	1:28:21	Hausstein, Sabine	60 LAG Siegen	24.03.2001	Arnstadt
Halbmarathon -	4:45:36	TuS Deuz		23.09.2012	Traben-Trarbach
Mannschaft		Weißensel (64) 1:37:25 Büdenbender(63) 1:38:55,	Günther(68) 1:43:37		
25 km	1:48:10	Janson, Renate	40 TV Jahn Siegen.	23.09.1984	Waldniel
Marathon	3:08:00	Hirsch, Isolde	38 LAG Hüttental	25.05.1986	Hamburg
Marathon-	11:18:49	TuS Deuz		31.10.2010	Frankfurt
Mannschaft		Günther 3:39:37, Schneider 3:43:57, Dicker 3:55:15			
100 km	10:11:55	Schürbusch, Heike	62 TV Gosenbach	13.06.2009	Bieh/SUI
Stundenlauf	13088	Lück, Marliese	44 TV Eckmannshsn	22.09.1984	Netphen
4 x 100 m	53,63	LAG Siegen		07.07.2007	Zittau
Hochsprung	1,45	Althaus-Münker, Elke	62, Dreisbach, Elfriede 60,	Einloft, Petra 61,	Siebel, Heike 65
Weitsprung	5,61	Schwan, Claudia	64 LG Wittgenstein	15.05.2004	Kreuztal
Dreisprung	8,12	Hees, Ellen	50 LAG Siegen	01.09.1991	Siegen-Geisweid
		Heimann, Erika	38 LAG Siegen	25.07.1996	Malmö/SWE
<b>Kugel 4kg</b>	<b>10,91</b>	<b>Mengel, Tanja</b>	<b>75 LG Wittgenstein</b>	<b>06.08.2016</b>	
Diskus alt	30,51	Wimmersberg, Gerl.	37 TV Jahn Siegen	04.09.1977	Netphen
Diskus 1kg	29,70	Münker-Althaus, Elke	62 LAG Siegen	18.04.2010	Siegen-Geisweid
Speer 600 g	27,87	Einloft, Petra	61 LAG Siegen	03.06.2007	Dortmund
Fünfkampf	2902	Stein, Christel	53 TuS Vormwald	26.09.1999	Bad Oeynhausen
		(2:55,14 – 15,18 – 1,24 – 7,14 – 4,06)			

## Siegerlandbestleistungen Seniorinnen

Stand 31.12.2016

## Frauen W45

100 m	13,56	Hees, Ellen	50 LAG Siegen	04.07.1995	Geisweid
200 m	28,80	Schramm, Annegret	43 TV Niederschelden	26.08.1990	Bad Oeynhausen
400 m	68,28	Lüke, Margret	67 CVJM Siegen	13.07.2012	Erfurt
800 m	2:28,98	Müller-Sch, Gaby	69 TuS Deuz	12.07.2015	Zittau
80 m Hürden	14,73	Einloft, Petra	61 LAG Siegen	27.06.2008	Kevelaer
<b>1500 m</b>	<b>5:05,17</b>	<b>Müller-Sch., Gabi</b>	<b>69 TuS Deuz</b>	<b>09.07.2016</b>	<b>Leinefelden</b>
3000 m	11:09,54	Müller-Sch, Gaby	69 TuS Deuz	20.08.2015	Bergisch-Gladbach
5000 m	19:01,91	Bosch-Schwaak, Ulri.	60 LG Kindelsberg K.	19.04.2008	Coesfeld
10.000 m	38:39,03	Bosch-Schwaak, Ulri.	60 LG Kindelsberg K.	13.10.2008	Kreuztal
10 km	39:23	Müller-Sch, Gaby	69 TuS Deuz.	01.03.2015	Leverkusen
<b>10 km -</b>	<b>2:31:40</b>	<b>ASC Weißbachtal</b>		<b>23.01.2016</b>	<b>Wehbach</b>
Mannschaft		<b>Hoffmann, Sabine (69) 48:31 – Schneider, Anja (71) 48:54, Borkenstein, Daniela (70) 54:15</b>			
15 km	1:03:58	Müller-Scherz., Gabi	69 TuS Deuz	31.12.2014	Soest
Halbmarathon	1:28:49	Müller-Scherz., Gabi	69 TuS Deuz	06.04.2014	Freiburg
25 km	1:50:08	Hirsch, Isolde	38 LAG Hüttental	23.09.1984	Waldniel
Marathon	3:08:00	Hirsch, Isolde	38 LAG Hüttental	25.05.1986	Hamburg
Marathon -	12:45:38	TuS Deuz		30.09.2012	Berlin
Mannschaft		Pithan (47) 4:02:39, Weißensel (64) 4:10:06, Büdenbender(63) 4:32:53			
Stundenlauf	12940	Schwarte, Christel	44 CVJM Siegen	30.03.1990	Netphen
100 km	10:11:55	Schürbusch, Heike	62 TV Gosenbach	13.06.2009	Bieh/SUI
4 x 100 m	58,69	TSV Siegen		03.07.2010	Kevelaer
		Einloft 61, Dreisbach 60, Grisse 58, Winklewski 56			
Hochsprung	1,40	Siebel, Heike	65 LAG Siegen	13.05.2010	Minden
Weitsprung	5,15	Hees, Ellen	50 LAG Siegen	04.07.1995	Geisweid
Dreisprung	8,12	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	25.07.1996	Malmö/SWE
Kugel 4 kg	9,94	Domscheit, Heidi	53 TuS Vormwald	24.05.1998	Kreuztal
Diskus 1 kg	29,70	Althaus-Münker, Elke	62 LAG Siegen	18.04.2010	Siegen-Geisweid
Speer 600 g	27,87	Einloft, Petra	61 LAG Siegen	03.06.2007	Dortmund
Fünfkampf	2902	Stein, Christel	53 TuS Vormwald	26.09.1999	Bad Oeynhausen
		(2:55,14 – 15,18 – 1,24 – 7,14 – 4,06)			



Foto Volker Loth

**Siegerlandbestleistungen Seniorinnen****Stand 31.12.2016****Frauen W50**

100 m	13,5	Schramm, Annegret	43 LAG Siegen	08.07.1993	Dornburg
200 m	29,02	Schramm, Annegret	43 LAG Siegen	08.05.1994	Kreuztal
400 m	71,93	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	21.07.1995	Buffalo/USA
800 m	2:43,36	Wagener, Conny	56 LG Wittgenstein	29.07.2011	Minden
1500 m	5:27,68	Bosch-Schwaak, Ulri.	60 LG Kindelsberg K.	09.05.2010	Kreuztal
3000 m	11:50,22	Bosch-Schwaak, Ulri.	60 LG Kindelsberg K.	27.08.2010	Wenden
5000 m	19:53,21	Bosch-Schwaak, Ulri.	60 LG Kindelsberg K.	03.07.2010	Kevelaer
10000 m	44:21,72	Schmidt, Marie-Luise	50 CVJM Siegen	27.04.2001	Arnsberg
<b>10 km</b>	<b>42:05</b>	<b>Wagener, Conny</b>	<b>56 LG Wittgenstein</b>	<b>12.03.2016</b>	<b>Herdorf</b>
15 km	1:05:32	Hirsch, Isolde	38 LAG Hüttental	15.04.1989	Maximiliansau
Halbmarathon	1:36:24	Scholze, Marianne	55 TuS Deuz	17.02.2008	Benberg
25 km	2:08:32	Hübscher, Christel	34 LAG Hüttental	31.08.1985	Dülmen
Marathon	3:11:48	Hirsch, Isolde	38 LAG Hüttental	24.09.1988	Duisburg
100 km	11:09:44	Zollmann, Marie-Eli.	41 TV Jahn Siegen	20.04.1991	Rodenbach
80 Hürden	14,99	Einloft, Petra	61 TSV Siegen	14.07.2013	Mönchengladbach
4 x 100 m	58,69	TSV Siegen		03.07.2010	Kevelaer
		Einloft 61, Dreisbach 60, Grisse 58, Winklewski 56			
<b>Hochsprung</b>	<b>1,38</b>	<b>Siebel, Heike</b>	<b>65 TSV Siegen</b>	<b>22.05.2016</b>	<b>Gladbeck</b>
<b>Weitsprung</b>	<b>4,74</b>	<b>Siebel, Heike</b>	<b>65 TSV Siegen</b>	<b>09.07.2016</b>	<b>Leinefelden</b>
Dreisprung	8,12	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	25.07.1996	Malmö/SWE
Kugel 3 kg	10,82	Rink, Hanni	41 LAG Siegen	14.07.1991	Gladbeck
Hammer 3kg	31,46	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	19.08.2012	Zittau
Diskus 1kg	27,56	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	24.05.2010	Allendorf
Speer 500g	26,00	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	27.11.2011	Düsseldorf
Gewichtewurf	11,22	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	25.08.2013	Zella-Mehlis
<b>Wurf 5-Kampf</b>	<b>3145</b>	<b>Wied-B., Ricarda</b>	<b>60 LG Wittgenstein</b>	<b>28.08.2016</b>	<b>Zella-Mehlis</b>

**Siegerlandbestleistungen Seniorinnen****Stand 31.12.2016****Frauen W55**

100 m	14,56	Schramm, Annegret	43 LAG Siegen	11.06.1998	Hagen
200 m	30,08	Schramm, Annegret	43 LAG Siegen	20.06.1998	Köln
400 m	71,93	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	21.07.1995	Buffalo/USA
800 m	2:43,36	Wagener, Conny	56 LG Wittgenstein	29.07.2011	Minden
3000 m	12:20,72	Wagener, Conny	56 LG Wittgenstein	05.10.2013	Siegen-Geisweid
5000 m	20:27,76	Wagener, Conny	56 LG Wittgenstein	23.08.2012	Zgorzelec/POL
10000 m	56:25,56	Zollmann, Marie Eli.	41 TV Jahn Siegen	12.09.2007	S. Giovanni/ITA
<b>10 km</b>	<b>42:05</b>	<b>Wagener, Conny</b>	<b>56 LG Wittgenstein</b>	<b>12.03.2016</b>	<b>Herdorf</b>
Halbmarathon	1:36:37	Wagener, Conny	56 LG Wittgenstein	31.12.2015	Netphen
Marathon	3:29:18	Hirsch, Isolde	38 LAG Siegen	17.10.1993	Frankfurt
100 km	11:47:23	Zollmann, Marie-Eli.	41 LAG Siegen	12.04.1997	Rodenbach/SWE
Hochsprung	1,26	Winklewski, Anne	56 TSV Siegen	28.05.2011	Gladbeck
<b>Weitsprung</b>	<b>4,31</b>	<b>Dreisbach, Elfriede</b>	<b>60 TSV Siegen</b>	<b>09.07.2016</b>	<b>Leinefelden</b>
Dreisprung	8,12	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	25.07.1996	Malmö/SWE
Kugelstoß 3 kg	9,46	Dreisbach, Elfriede	60 TSV Siegen	06.09.2015	Lüdenscheid
<b>Diskuswurf 1kg</b>	<b>24,21</b>	<b>Wied-B., Ricarda</b>	<b>60 LG Wittgenstein</b>	<b>28.08.2016</b>	<b>Zella-Mehlis</b>
Speerwurf 500g	25,20	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	07.08.2015	Lyon/FRA
Hammer 3kg	30,90	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	17.06.2015	Ewersbach
Gewichtewurf	10,14	Wied-B., Ricarda	60 LG Wittgenstein	30.08.2015	Zella-Mehlis
<b>Wurf 5-Kampf</b>	<b>3145</b>	<b>Wied-B., Ricarda</b>	<b>60 LG Wittgenstein</b>	<b>28.08.2016</b>	<b>Zella-Mehlis</b>

**Frauen W60**

100 m	15,60	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	18.08.2001	Potsdam
200 m	32,64	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	19.06.1999	Köln
400 m	77,23	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	07.08.1999	Gateshead/GBR
800 m	3:53,06	Zollmann, Marie El.	41 TV Jahn Siegen	18.06.2008	Wenden
3000 m	14:35,58	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	12.04.2008	Siegen-Geisweid
5000 m	24:17,33	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	29.08.2003	Betzdorf
10000 m	56:25,56	Zollmann, Marie Eli.	41 TV Jahn Siegen	12.09.2007	S. Giovanni/ITA
<b>10 km</b>	<b>42:05</b>	<b>Wagener, Conny</b>	<b>56 LG Wittgenstein</b>	<b>12.03.2016</b>	<b>Herdorf</b>
Halbmarathon	1:49:08	Pithan, Ulrike	47 TuS Deuz	13.07.2007	Marburg
Marathon	3:48:20	Pithan, Ulrike	47 TuS Deuz	29.04.2007	Hamburg
Hochsprung	1,20	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	13.08.2000	Bad Berleburg
Weitsprung	4,03	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	12.06.2000	Lüdenscheid
Dreisprung	7,68	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	07.08.1999	Gateshead/GBR
Kugelstoß 3 kg	9,19	Lisurek, Christel	33 TuS Kaan-Marien.	03.09.1994	Erndtebrück
Hammer 3kg	27,30	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	11.06.1998	Hagen
Fünfkampf	2776	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	22.09.2001	Gütersloh
		(4,11 - 64 - 6,98 - 17,91 - 1,08 - 3,53)			

**Siegerlandbestleistungen Seniorinnen****Stand 31.12.2016****Frauen W65**

100 m	16,56	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	10.06.2004	Minden
200 m	35,70	Kreutz, Doris	39 LAG Siegen	10.06.2004	Minden
800 m	3:53,06	Zollmann, Marie El.	41 TV Jahn Siegen	18.06.2008	Wenden
3000 m	14:35,58	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	12.04.2008	Siegen-Geisweid
5000 m	25:39,70	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	30.05.2008	Betzdorf
10000 m	56:25,56	Zollmann, Marie Eli.	41 TV Jahn Siegen	12.09.2007	S. Giovanni/ITA
10 km	52:35	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	08.03.2008	Herdorf
Halbmarathon	1:54:03	Pithan, Ulrike	47 TuS Deuz	11.03.2012	Frankfurt
Marathon	4:02:05	Pithan, Ulrike	47 TuS Deuz	25.10.2015	Frankfurt
Hochsprung	1,09	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	02.08.2003	Schweinfurt
Weitsprung	3,60	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	19.06.2003	Gladbeck
Dreisprung	6,66	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	24.07.2004	Aarhus/DÄN
Hammer 3kg	23,65	Heimann, Erika	38 LAG Siegen	19.06.2003	Gladbeck

**Frauen W70**

100 m	18,90	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	12.09.2008	Schweinfurt
5000 m	26:49,9	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	14.06.2013	Betzdorf
10 km	56:49	Seidel, Ingrid	43 TV Büschergrund	26.01.2013	Wehbach
Halbmarathon	2:28:31	Zollmann, Marie-Eli.	41 LAG Siegen	16.04.2011	Gummersbach
Marathon	6:16:25	Zollmann, Marie-Eli.	41 LAG Siegen	01.05.2011	Vancouver/CAN
Weitsprung	3,05	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	02.07.2010	Kevelaer
Dreisprung	5,09	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	22.08.2012	Zittau
Hochsprung	1,07	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	12.09.2008	Schweinfurt
Hammer 3kg	23,43	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	12.09.2008	Schweinfurt

**Frauen W75**

100 m	21,64	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	14.07.2013	Mönchengladbach
Weitsprung	2,55	Heimann, Erika	38 TV Jahn Siegen	14.07.2013	Mönchengladbach