

BESTENLISTE Kreis 8 Paderborn 2014

Senioren und Seniorinnen M/W30 bis M/W80

Klassenlisten

Männer M30

5000 m

18:19,1* Gnoth, Christian 1983 TSV Schl Neuhaus 26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus

5 km - Straßenlauf

16:12 Heints, Vladislav 1980 LC Paderborn 19.04.2014 Paderborn
17:28 Dorka, Nikolaj 1980 Dorka-Sports 17.08.2014 Bad Wünnenberg
21:28 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchten 19.09.2014 Delbrück
24:24 Hoppe, Matthias 1983 SV Marienloh 19.04.2014 Paderborn
24:30 Richters, Andre 1983 VfL Lichtenau 27.09.2014 Lichtenau
28:34 Schulte, Robert 1984 TuRa Elsen 19.04.2014 Paderborn
38:27 Gnoth, Christian 1983 TSV Schl Neuhaus 19.04.2014 Paderborn
46:35 Kindermann, Sven 1981 TuRa Elsen 19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

34:35 Heints, Vladislav 1980 LC Paderborn 03.05.2014 Delbrück
36:57 Gnoth, Christian 1983 TSV Schl Neuhaus 30.05.2014 Bentfeld
44:47 Gimmler, René 1983 SC CC Scharmede 30.05.2014 Bentfeld
45:09 Terhag, Matthias 1984 VfB Salzkotten 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus
51:42 Kleffner, Philipp 1984 SC Borchten 07.09.2014 Borchten

Halbmarathon - Straßenlauf

1:34:06 Schmidt, Felix 1982 HTSV Leiberg 19.04.2014 Paderborn
1:36:50 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchten 19.04.2014 Paderborn
1:37:42 Gimmler, René 1983 SC CC Scharmede 30.05.2014 Bentfeld
1:40:41 Westermeier, Georg 1983 SC CC Scharmede 19.04.2014 Paderborn
1:53:22 Ahlemeyer, Markus 1980 SV 21 Büren 27.09.2014 Lichtenau
2:05:21 Gieseke, Andreas 1980 TuS GW Henglarn 19.04.2014 Paderborn
2:08:56 Terhag, Matthias 1984 VfB Salzkotten 02.03.2014 Borgholzhausen

3x1000 m

8:35,45 STG PB/NEUH/HX STG PB/NEUH/HX 04.05.2014 Wesseling
Brand (1982) - Giefers (1971) - Schmalstieg (1974)

4,0 km - Straßenlauf

13:10 Heints, Vladislav 1980 LC Paderborn 03.05.2014 Delbrück
13:56 Dorka, Nikolaj 1980 Dorka-Sports 30.08.2014 Salzkotten
16:21 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchten 12.09.2014 Westenholz
22:29 Schulte, Robert 1984 TuRa Elsen 03.05.2014 Delbrück

4,5 km - Straßenlauf

23:58 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchten 10.08.2014 Bad Driburg

4,9 km - Straßenlauf

17:24 Dorka, Nikolaj 1980 Dorka-Sports 18.07.2014 Hembsen

10,5 km - Straßenlauf

43:59 Gnoth, Christian 1983 TSV Schl Neuhaus 10.08.2014 Bad Driburg

14,0 km - Straßenlauf

1:07:24 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchon 05.07.2014 Büren

20,0 km - Straßenlauf

1:32:41 Schmidt, Felix 1982 HTSV Leiberg 05.04.2014 Leiberg

21,5 km - Straßenlauf

1:43:18 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchon 22.03.2014 Warburg

Hermannslauf - Straßenlauf

2:17:59 Jolmes, Johannes 1984 VfL Lichtenau 27.04.2014 Bielefeld

2:38:53 Heinemann, Kai-Uwe 1980 SC Borchon 27.04.2014 Bielefeld

2:59:00 Terhag, Matthias 1984 VfB Salzkotten 27.04.2014 Bielefeld

Männer M35

5000 m

21:45,5* Pöhlker, Nils 1978 TSV Schl Neuhaus 26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus

10000 m

34:54,23 Kruse, David 1976 LG Geseke 10.05.2014 Menden

5 km - Straßenlauf

18:39 Wolf, Andrej 1977 SC CC Scharmede 19.09.2014 Delbrück

20:43 Hanebut, Kai 1978 SC Borchon 19.09.2014 Delbrück

21:11 Pöhlker, Nils 1978 TSV Schl Neuhaus 13.06.2014 Pb-Marienloh

23:17 Rossig, André 1979 SC CC Scharmede 19.09.2014 Delbrück

24:55 Leifeld, Andy 1977 SC Borchon 07.09.2014 Borchon

30:49 Lebock, Björn 1978 TSV Schl Neuhaus 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

36:12 Bussmann, Christoph 1978 SV 21 Büren 19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

35:02 Kruse, David 1976 LG Geseke 15.03.2014 Salzkotten

38:47 Wolf, Andrej 1977 SC CC Scharmede 15.03.2014 Salzkotten

39:00 Fiedler, Christian 1976 TSV Schl Neuhaus 07.09.2014 Borchon

41:28 Weber, Bernd 1975 TSV Schl Neuhaus 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

41:45 Pöhlker, Nils 1978 TSV Schl Neuhaus 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

42:20 Hannebut, Kai 1978 SC Borchon 17.08.2014 Bad Wünnenberg

42:44 Siegel, Christian 1976 SC Borchon 03.05.2014 Delbrück

44:59 Bensick, Thomas 1977 SV Marienloh 13.06.2014 Pb-Marienloh

45:30 Grounds, Duke 1978 TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

46:15 Diede, Henry 1975 SV RW Bentfeld 04.05.2014 Delbrück

47:22 Hommers, Jörg 1976 VfB Salzkotten 04.05.2014 Delbrück

47:46 Rossig, André 1979 SC CC Scharmede 07.09.2014 Borchon

49:53 Vogler, Dirk 1978 SV RW Bentfeld 30.05.2014 Bentfeld

51:53 Schmidt, Heiko 1979 SV Hei.Paderborn 19.04.2014 Paderborn

52:16 Carl, Christian 1978 HTSV Leiberg 19.04.2014 Paderborn

53:03 Postel, Matthias 1978 VfB Salzkotten 19.04.2014 Paderborn

53:06 Dirksmeier, Frank 1978 TuRa Elsen 19.04.2014 Paderborn

55:51 Böger, Carsten 1976 SC Borchon 07.09.2014 Borchon

Halbmarathon - Straßenlauf

1:19:30 Kruse, David 1976 LG Geseke 12.09.2014 Westenholz

1:25:43	Wolf, Andrej	1977	SC CC Scharmede	30.05.2014	Bentfeld
1:28:03	Heger, Jörg	1978	SC Borchen	07.09.2014	Borchen
1:36:59	Pöhlker, Nils	1978	TSV Schl Neuhaus	19.04.2014	Paderborn
1:38:25	Hanebut, Kai	1978	SC Borchen	19.04.2014	Paderborn
1:41:52	Pamme, Pascal	1978	SC GW Paderborn	19.04.2014	Paderborn
1:47:14	Rossig, André	1979	SC CC Scharmede	01.06.2014	Salzkotten
1:54:01	Röper, Axel	1978	SC Borchen	19.04.2014	Paderborn
1:57:58	Bertelsmeier, Andreas	1979	BC 23 Meerhof	30.05.2014	Bentfeld

Marathon - Straßenlauf

3:15:42	Heger, Jörg	1978	SC Borchen	01.06.2014	Salzkotten
---------	-------------	------	------------	------------	------------

Hammerwerfen: 4000g

	Rekord	49,12	Böhner Bernd 75 (1976)		
47,38	Dockhorn, Tobias	1977	SC GW Paderborn	11.05.2014	Paderborn

4,9 km - Straßenlauf

27:21	Wüllner, Torsten	1978	VfJ Helmern	18.07.2014	Hembsen
-------	------------------	------	-------------	------------	---------

10,5 km - Straßenlauf

45:02	Wolf, Andrej	1977	SC CC Scharmede	10.08.2014	Bad Driburg
-------	--------------	------	-----------------	------------	-------------

14,0 km - Straßenlauf

1:07:23	Hanebut, Kai	1978	SC Borchen	05.07.2014	Büren
---------	--------------	------	------------	------------	-------

15,0km - Straßenlauf

1:00:42	Wolf, Andrej	1977	SC CC Scharmede	31.12.2013	Werl-Soest
---------	--------------	------	-----------------	------------	------------

18,0 km - Straßenlauf

1:31:26	Hanebut, Kai	1978	SC Borchen	18.07.2014	Hembsen
---------	--------------	------	------------	------------	---------

20,0 km - Straßenlauf

1:25:46	Wolf, Andrej	1977	SC CC Scharmede	05.04.2014	Leiberg
1:40:00	Hanebut, Kai	1978	SC Borchen	03.08.2014	Vinsebeck

Hermannslauf - Straßenlauf

2:51:12	Hanebut, Kai	1978	SC Borchen	27.04.2014	Bielefeld
---------	--------------	------	------------	------------	-----------

Frauen W30

5 km - Straßenlauf

25:42	Hengelbrock, Anja	1983	SV RW Bentfeld	19.09.2014	Delbrück
33:02	Boeger, Kerstin	1982	SC Borchen	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus

10 km - Straßenlauf

39:04	Koch, Nadja	1984	SC CC Scharmede	30.05.2014	Bentfeld
46:14	Tietze, Anna-Lena	1984	SC Borchen	19.04.2014	Paderborn
50:28	Hengelbrock, Anja	1983	SV RW Bentfeld	12.09.2014	Westenholz
51:46	Ilsen, Stefanie	1988	SC GW Paderborn	19.04.2014	Paderborn
53:45	Blanke, Astrid	1983	VfB Salzkotten	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:02:24	Rustemeier, Sabine	1983	HTSV Leiberg	19.04.2014	Paderborn
1:05:30	Grofe, Khadija	1980	SV GW Steinhausen	05.09.2014	Verne

Halbmarathon - Straßenlauf

1:25:57	Koch, Nadja	1984	SC CC Scharmede	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:42:23	Tietze, Anna-Lena	1984	SC Borchen	30.05.2014	Bentfeld
1:57:59	Renger, Corinna	1982	BC 23 Meerhof	30.05.2014	Bentfeld

Marathon - Straßenlauf

3:10:55 Koch, Nadja 1984 SC CC Scharmede 01.06.2014 Salzkotten

10,5 km - Straßenlauf

44:06 Koch, Nadja 1984 SC CC Scharmede 10.08.2014 Bad Driburg

14,0 km - Straßenlauf

58:20 Koch, Nadja 1984 SC CC Scharmede 05.07.2014 Büren

Frauen W35

3000 m

10:55,00 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 15.06.2014 Gladbeck

5000 m

18:54,55 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 13.07.2014 Erfurt

5 km - Straßenlauf

19:24 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 30.05.2014 Bentfeld

20:46 Wolf, Elke 1978 SC CC Scharmede 30.05.2014 Bentfeld

24:03 Volke, Karin 1978 SV 21 BW Brenken 17.08.2014 Bad Wünnenberg

24:26 Wagner, Julia 1978 SV RW Bentfeld 19.09.2014 Delbrück

26:27 Thielemann, Michaela 1977 BC 23 Meerhof 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

26:42 Paschen, Marion 1975 BC 23 Meerhof 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

28:28 Koch, Karin 1978 SC Borchten 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

30:59 Lappe, Stephanie 1978 SV 21 Büren 19.04.2014 Paderborn

37:19 Seyfarth, Barbara 1978 SV Marienloh 19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

39:19 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 15.03.2014 Salzkotten

42:03 Wolf, Elke 1978 SC CC Scharmede 17.08.2014 Bad Wünnenberg

49:52 Wagner, Julia 1978 SV RW Bentfeld 07.09.2014 Borchten

1:00:11 Baumhöfer, Heike 1975 SC RW Verne 05.09.2014 Verne

Halbmarathon - Straßenlauf

1:28:33 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 06.04.2014 Freiburg

1:52:00 Wagner, Julia 1978 SV RW Bentfeld 01.06.2014 Salzkotten

400 m Hürden: 0,762m

1:15,97 Panitz, Kathrin 1969 LC Paderborn 29.06.2014 Kevelaer

Hammerwerfen: 4000g

Rekord

48,06 Warok Karin (2014)

48,06 Warok, Karin 1979 SC GW Paderborn 15.06.2014 Gladbeck

5,2 km - Straßenlauf

23:27 Wolf, Elke 1978 SC CC Scharmede 05.04.2014 Leiberg

30:25 Thielemann, Michaela 1977 BC 23 Meerhof 05.04.2014 Leiberg

32:29 Paschen, Marion 1975 BC 23 Meerhof 05.04.2014 Leiberg

32:35 Koch, Karin 1978 SC Borchten 05.04.2014 Leiberg

4,0 km - Straßenlauf

15:21 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 03.05.2014 Delbrück

16:07 Wolf, Elke 1978 SC CC Scharmede 03.05.2014 Delbrück

20:08 Volke, Karin 1978 SV 21 BW Brenken 30.08.2014 Salzkotten

22:53 Koch, Karin 1978 SC Borchten 03.05.2014 Delbrück

10,5 km - Straßenlauf

48:58 Wolf, Elke 1978 SC CC Scharmede 10.08.2014 Bad Driburg

14,0 km - Straßenlauf

1:13:02 Wagner, Julia 1978 SV RW Bentfeld 05.07.2014 Büren

15,0km - Straßenlauf

1:03:22 Metz, Sarah 1978 VfB Salzkotten 09.02.2014 Hamm

1:08:53 Wolf, Elke 1978 SC CC Scharmede 31.12.2013 Werl-Soest

Männer M40

100 m

Rekord 11,5 Schwarz Heiner (1990)

12,55 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

25,50 Pott, Dietmar 1967 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

200 m

Rekord 22,01 Striewe Michael (2013)

Bestleistung 2013: 22,01 Striewe Michael

22,85 Pott, Dietmar 1967 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

26,08 Giefers, Christoph 1971 TSV Schl Neuhaus 15.06.2014 Gladbeck

400 m

Rekord 50,26 Keeb Frank (2005)

58,09 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

58,30 Giefers, Christoph 1971 TSV Schl Neuhaus 15.06.2014 Gladbeck

1500 m

Rekord ##### Gutthoff Werner (1993)

5:31,31 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 23.08.2014 Izmir TK

5000 m

Rekord ##### Finke Karl (1990)

17:20,8* Schmalstieg, Kay 1974 LC Paderborn 26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus

5 km - Straßenlauf

17:11 Schmalstieg, Kay 1974 LC Paderborn 15.03.2014 Salzkotten

18:55 Beyer, Volker 1974 TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

19:09 Hoffknecht, Jürgen 1972 TSV Schl Neuhaus 13.06.2014 Pb-Marienloh

20:12 Borgolte, Frank 1971 SC Borchen 19.09.2014 Delbrück

20:57 Klugmann, Marcus 1970 SC Borchen 19.09.2014 Delbrück

22:17 Kleibrink, Gregor 1970 LC Paderborn 05.07.2014 Büren

23:19 Koch, Volker 1971 LC Paderborn 19.09.2014 Delbrück

23:39 Salmen, Wolfgang 1973 SV 21 Büren 05.07.2014 Büren

23:52 Quickstern, Andreas 1974 SV RW Bentfeld 19.09.2014 Delbrück

24:31 Heumüller, Thomas 1971 SV RW Bentfeld 19.09.2014 Delbrück

25:29 Steins, Andreas 1970 SV RW Bentfeld 30.05.2014 Bentfeld

30:32 Bredebusch, Dirk 1973 TuRa Elsen 19.04.2014 Paderborn

31:47 Zellerhoff, Matthias 1970 SV Hei.Paderborn 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

36:12 Bussmann, Christoph 1978 SV 21 Büren 19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

39:05 Beyer, Volker 1974 TSV Schl Neuhaus 19.04.2014 Paderborn

41:02	Henneken, Stefan	1973	LC Paderborn	19.04.2014	Paderborn
42:15	Borgolte, Frank	1971	SC Borchen	03.05.2014	Debrück
42:30	Knaup, Norbert	1970	SC Borchen	07.09.2014.	Borchen
43:10	XXX, Mario	1973	SV Hei.Paderborn	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
43:45	Klugmann, Marcus	1970	SC Borchen	17.08.2014	Bad Wünnenberg
44:39	Koch, Volker	1971	LC Paderborn	04.05.2014	Delbrück
44:52	Lammers, Frank	1971	LC Paderborn	30.05.2014	Bentfeld
46:31	Volkhausen, Andreas	1973	SC Borchen	19.04.2014	Paderborn
47:43	Quickstern, Andreas	1974	SV RW Bentfeld	30.05.2014	Bentfeld
47:53	Edler, Mark	1972	SC Borchen	07.09.2014.	Borchen
48:08	Thielemann, Rolf	1970	BC 23 Meerhof	21.06.2014	Meerhof
48:16	Schulz, Guido	1972	SC Borchen	07.09.2014.	Borchen
49:07	Böhm, Klaus	1970	SV Marienloh	13.06.2014	Pb-Marienloh
50:26	Gunzel, Ingo	1972	SV 21 Büren	15.03.2014	Salzkotten
50:58	Goedeke, Marcus	1971	VfB Salzkotten	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
51:33	Lücke, Ralf	1970	SV RW Bentfeld	05.04.2014	Leiberg
51:50	Heggemann, Christiph	1974	SV Sande	19.04.2014	Paderborn
53:28	Baumgärtner, Michael	1973	SV 21 BW Brenken	19.04.2014	Paderborn
55:43	Gehle, Karsten	1972	HTSV Leiberg	05.04.2014	Leiberg

Halbmarathon - Straßenlauf

1:32:08	Beyer, Volker	1974	TSV Schl Neuhaus	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:35:35	Rüdiger	1970	SC GW Paderborn	19.04.2014	Paderborn
1:48:15	Lammers, Frank	1971	LC Paderborn	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:56:25	Goedeke, Marcus	1971	VfB Salzkotten	01.06.2014	Salzkotten
1:58:27	Halfpap, Michael	1972	VfB Salzkotten	12.09.2014	Westenholz
1:59:29	Baumgärtner, Michael	1973	SV 21 BW Brenken	07.09.2014	Borchen

Marathon - Straßenlauf

6:12:08	Grün,Dr., Philipp	1971	VfB Salzkotten	06.07.2014	Frankfurt
---------	-------------------	------	----------------	------------	-----------

110 m Hürden: 1,067m

Rekord 18,3 Schulz Otmar (2004)

20,23	Striewe, Michael	1973	LC Paderborn	23.08.2014	Izmir TK
-------	------------------	------	--------------	------------	----------

4x400 m

3:50,70	STG PB/NEUH/HX	STG PB/NEUH/HX	27.09.2014	Baunatal	
Keeb (1965) - Giefers (1971) - Schmalstieg (1974) - Striewe (1973)					

3x1000 m

9:07,76	STG PB/NEUH/HX	STG PB/NEUH/HX	27.09.2014	Baunatal	
Werner (1971) - Giefers (1971) - Schmalstieg (1974)					

Hochsprung

Rekord 1,73 Ratsch Ulrich (2010)

1,55	Giefers, Christoph	1971	TSV Schl Neuhaus	15.06.2014	Gladbeck
------	--------------------	------	------------------	------------	----------

1,49	Striewe, Michael	1973	LC Paderborn	22.08.2014	Izmir TK
------	------------------	------	--------------	------------	----------

Stabhochsprung

Rekord 3,6 Schulz Otmar (2005)

2,80	Striewe, Michael	1973	LC Paderborn	23.08.2014	Izmir TK
------	------------------	------	--------------	------------	----------

Weitsprung

Rekord 6,46 Bendlin Kurt (1983)

5,66 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

Kugelstoßen: 4000g

Rekord 14,59 Bendlin Kurt (1983)

10,92 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

Diskuswerfen: 1000g

Rekord 46,8 Pongratz Lothar (1992)

34,70 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 28.08.2014 Izmir TK

Hammerwerfen: 4000g

Rekord 50,3 Riske Klaus (1986)

21,90 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 28.08.2014 Izmir TK

Speerwerfen: 600g

Rekord 68,14 Bendlin Kurt (1983)

46,31 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 23.08.2014 Izmir TK

Gewichtwerfen

Rekord 11,58 Gloger Wolfgang (6200)

7,25 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 28.08.2014 Izmir TK

4,0 km - Straßenlauf

18:15 Kleibrink, Gregor 1970 LC Paderborn 30.08.2014 Salzkotten

4,5 km - Straßenlauf

22:33 Kleibrink, Gregor 1970 LC Paderborn 10.08.2014 Bad Driburg

4,9 km - Straßenlauf

19:23 Hoffknecht, Jürgen 1972 TSV Schl Neuhaus 18.07.2014 Hembsen

24:09 Kleibrink, Gregor 1970 LC Paderborn 18.07.2014 Hembsen

10,1 km - Straßenlauf

50:48 Klugmann, Marcus 1970 SC Borchon 22.03.2014 Warburg

54:35 Lücke, Ralf 1970 SV RW Bentfeld 22.03.2014 Warburg

14,0 km - Straßenlauf

1:18:10 Baumgärtner, Michael 1973 SV 21 BW Brenken 05.07.2014 Büren

15,0km - Straßenlauf

1:20:52 Halfpap, Michael 1972 VfB Salzkotten 31.12.2013 Werl-Soest

Hermannslauf - Straßenlauf

2:33:14 Borgolte, Frank 1971 SC Borchon 27.04.2014 Bielefeld

2:50:12 Breker, Michael 1970 SC GW Holtheim 27.04.2014 Bielefeld

2:50:39 Koch, Volker 1971 LC Paderborn 27.04.2014 Bielefeld

Fünfkampf

2063. Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

Fünfkampf Mannschaft

6898 LC Paderborn LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

Pott(1967) 2550 Riedel(1967) 2285 Striewe(1973) 2063

Zehnkampf

Rekord 5332 Striewe Michael (2014)

Bestleistung 2013: 1152 Cipriano Dominges Antonio

5332 Striewe, Michael 1973 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

12,55 (-0,1) - 5,66 - 10,92 - 1,49 - 58,09 - 20,23 (0,0) - 31,43 - 2,80 - 46,31 - 5:31,31

Männer M45

100 m

Rekord	11,6	Brizan David (1989)		
Bestleistung 2013:	12,95	Westphal Gerd		
11,90	Ratsch, Ulrich	1967	LC Paderborn	23.05.2014 Brackwede

200 m

Rekord	25,22	Brizan David (1991)		
30,13	Riedel, Andreas	1967	LC Paderborn	21.06.2014 19

1500 m

5:48,90	Pott, Dietmar	1967	LC Paderborn	21.06.2014 16
6:04,54	Riedel, Andreas	1967	LC Paderborn	21.06.2014 19

5000 m

18:51,4*	Jütte, Martin	1965	VfB Salzkotten	26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus
20:56,56	Sutter, Andreas	1967	SC Borchen	25.07.2014. Minden

10000 m

46:48,23	Sutter, Andreas	1967	SC Borchen	08.08.2014 Minden
----------	-----------------	------	------------	-------------------

5 km - Straßenlauf

18:42	Jütte, Martin	1965	VfB Salzkotten	16.05.2014 Lippstadt
19:22	Zwiener, Damian	1967	LC Paderborn	19.09.2014 Delbrück
20:30	Brunn, Jürgen	1965	LC Paderborn	15.03.2014 Salzkotten
20:35	Sutter, Andreas	1967	SC Borchen	15.03.2014 Salzkotten
21:02	Böhmer, Gregor	1968	TSV Schl Neuhaus	19.09.2014 Delbrück
21:09	Real,Dr., Thomas	1966	VfB Salzkotten	15.03.2014 Salzkotten
21:34	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus
22:04	Baxmeier, Ulrich	1965	SuS Westenholz	19.09.2014 Delbrück
22:08	Bolte, Hermann	1968	TSV Schl Neuhaus	19.09.2014 Delbrück
22:44	Becker, Markus	1967	SV Marienloh	13.06.2014 Pb-Marienloh
22:53	Mägdefrau, Markus	1966	VfB Salzkotten	19.09.2014 Delbrück
24:07	Meyer, Karl Josef	1965	SC Borchen	19.09.2014 Delbrück
25:19	Knies, Rudolf	1966	SV RW Bentfeld	09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus
25:24	Sprenger, Norbert	1968	SV 21 BW Brenken	19.04.2014 Paderborn
26:21	Sehrbrock, Jörg	1967	SV RW Bentfeld	09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus
26:26	Rausch, Frank	1968	SV 21 BW Brenken	09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus
26:28	Koch, Karsten	1968	SC Borchen	19.09.2014 Delbrück
27:53	Kutzner, Andreas	1968	TSV Tudorf	19.04.2014 Paderborn
30:54	Ziebell, Manfred	1965	SV Hei.Paderborn	09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus
34:29	Ruprecht, Martin	1967	TuRa Elsen	19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

39:20	Liem, Guido	1967	TSV Schl Neuhaus	30.05.2014 Bentfeld
39:46	Jütte, Martin	1965	VfB Salzkotten	30.05.2014 Bentfeld
41:59	Kühlert, Elmar	1967	LC Paderborn	05.04.2014 Leiberg
42:01	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchen	30.05.2014 Bentfeld
42:02	Schumacher, Andreas	1967	VfB Salzkotten	07.09.2014 Borchen
42:10	Zwiener, Damian	1967	LC Paderborn	13.06.2014 Pb-Marienloh
42:39	Dierkes, Martin	1969	SC Borchen	19.04.2014 Paderborn

42:39	Brunn, Jürgen	1965	LC Paderborn	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
42:39	Schäfermeier,Dr., Ulrich	1968	SC Borchen	07.09.2014	Borchen
42:40	Sagel, Oliver	1968	SV Sande	30.05.2014	Bentfeld
43:19	Dierkes, Martin	1969	SC Borchen	05.04.2014	Leiberg
43:19	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	19.04.2014	Paderborn
44:14	Langeleh, Dirk	1966	TSV Schl Neuhaus	17.08.2014	Bad Wünnenberg
44:31	Baer, Uwe	1966	VfB Salzkotten	19.04.2014	Paderborn
44:37	Suerland, Karsten	1968	SC Borchen	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
44:39	Böhmer, Gregor	1968	TSV Schl Neuhaus	17.08.2014	Bad Wünnenberg
44:47	Rupp, Harald	1965	SC CC Scharmede	17.07.2014	Bad Wünnenberg
45:46	Hohmann, Frank	1967	SC RW Verne	15.03.2014	Salzkotten
45:53	Baxmeier, Ulrich	1965	SuS Westenholz	04.05.2014	Delbrück
46:01	Sutter, Andreas	1967	SC Borchen	17.07.2014	Bad Wünnenberg

Halbmarathon - Straßenlauf

1:27:06	Schmidt, Uwe	1968	HTSV Leiberg	19.04.2014	Paderborn
1:28:52	Blum, Georg	1965	SV 21 Büren	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:29:09	Jütte, Martin	1965	VfB Salzkotten	12.09.2014	Westenholz
1:34:34	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchen	12.09.2014	Westenholz
1:34:45	Zwiener, Damian	1967	LC Paderborn	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:35:35	Brunn, Jürgen	1965	LC Paderborn	30.05.2014	Bentfeld
1:36:57	Schäfermeier,Dr., Ulrich	1968	SC Borchen	30.05.2014	Bentfeld
1:37:40	Baer, Uwe	1966	VfB Salzkotten	01.06.2014	Salzkotten
1:39:32	Schumacher, Andreas	1967	VfB Salzkotten	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:40:36	Suerland, Karsten	1968	SC Borchen	30.05.2014	Bentfeld
1:43:32	Real,Dr., Thomas	1966	VfB Salzkotten	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:44:02	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	11.05.2014	Rüthen
1:45:52	Langeleh, Dirk	1966	TSV Schl Neuhaus	19.04.2014	Paderborn
1:46:46	Böhmer, Gregor	1968	TSV Schl Neuhaus	07.09.2014	Borchen
1:47:05	Schachtsiek, Ingo	1967	SC RW Verne	19.04.2014	Paderborn
1:47:46	Sendler, Thorsten	1969	VfB Salzkotten	17.08.2014	Bad Wünnenberg
1:49:04	Rupp, Harald	1965	SC CC Scharmede	01.06.2014	Salzkotten
1:58:54	Mika, Rainer	1965	VfB Salzkotten	01.06.2014	Salzkotten
2:04:43	Koch, Karsten	1968	SC Borchen	21.06.2014	Meerhof

Marathon - Straßenlauf

3:40:36	Baer, Uwe	1966	VfB Salzkotten	26.04.2014	Dresden
3:41:53	Real,Dr., Thomas	1966	VfB Salzkotten	01.06.2014	Salzkotten
4:12:53	Böhmer, Gregor	1968	TSV Schl Neuhaus	01.06.2014	Salzkotten
4:18:36	Langeleh, Dirk	1966	TSV Schl Neuhaus	01.06.2014	Salzkotten

Weitsprung

	Rekord	6,55	Ratsch Ulrich (2014)		
	Bestleistung 2013:	6,31	Ratsch Ulrich		
6,55	Ratsch, Ulrich	1967	LC Paderborn	23.05.2014	Brackwede
5,01	Pott, Dietmar	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
4,13	Riedel, Andreas	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen

Kugelstoßen: 4000g

	Rekord	11,31	Ratsch Ulrich (2013)
--	--------	-------	----------------------

	Bestleistung 2013:	11,31	Ratsch Ulrich		
11,08	Ratsch, Ulrich	1967	LC Paderborn	05.04.2014	Lemgo
8,64	Dobras, Stephan	1965	LG Geseke	12.04.2014	Geseke
<u>Diskuswerfen: 1000g</u>					
	Rekord	48,1	Pongratz Lothar (1997)		
43,71	Riedel, Andreas	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
35,76	Pott, Dietmar	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
25,93	Ziska, Michael	1966	LG Geseke	12.04.2014	Geseke
23,35	Dobras, Stephan	1965	LG Geseke	12.04.2014	Geseke
<u>Speerwerfen: 600g</u>					
	Rekord	48,47	Riedel Andreas (2012)		
45,58	Riedel, Andreas	1967	LC Paderborn	15.06.2014	Gladbeck
36,76	Pott, Dietmar	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
34,53	Ziska, Michael	1966	LG Geseke	12.04.2014	Geseke
33,41	Dobras, Stephan	1965	LG Geseke	12.04.2014	Geseke
<u>Berglauf 5,92 km - Straßenlauf</u>					
27:44	Jütte, Martin	1965	VfB Salzkotten	02.08.2014	Brodenbach/Mosel
<u>Berglauf Brokenlauf 26,2 km - Straßenlauf</u>					
2:36:02	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	06.09.2014	Ilsenburg
<u>5,2 km - Straßenlauf</u>					
22:23	Schumacher, Andreas	1967	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg
29:11	Knies, Rudolf	1966	SV RW Bentfeld	05.04.2014	Leiberg
30:39	Sehrbrock, Jörg	1967	SV RW Bentfeld	05.04.2014	Leiberg
32:35	Koch, Karsten	1968	SC Borchen	05.04.2014	Leiberg
<u>4,0 km - Straßenlauf</u>					
16:57	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	30.08.2014	Salzkotten
17:06	Real,Dr., Thomas	1966	VfB Salzkotten	30.08.2014	Salzkotten
17:46	Bolte, Hermann	1968	TSV Schl Neuhaus	03.05.2014	Delbrück
17:49	Mägdefrau, Markus	1966	VfB Salzkotten	12.09.2014	Westenholz
20:02	Knies, Rudolf	1966	SV RW Bentfeld	03.05.2014	Delbrück
20:31	Rupp, Harald	1965	SC CC Scharmede	30.08.2014	Salzkotten
21:12	Sehrbrock, Jörg	1967	SV RW Bentfeld	03.05.2014	Delbrück
22:52	Koch, Karsten	1968	SC Borchen	03.05.2014	Delbrück
23:43	Kutzner, Andreas	1968	TSV Tudorf	30.08.2014	Salzkotten
<u>4,5 km - Straßenlauf</u>					
25:16	Koch, Karsten	1968	SC Borchen	10.08.2014	Bad Driburg
<u>4,9 km - Straßenlauf</u>					
29:26	Sehrbrock, Jörg	1967	SV RW Bentfeld	18.07.2014	Hembsen
<u>10,1 km - Straßenlauf</u>					
58:53	Meyer, Karl Josef	1965	SC Borchen	22.03.2014	Warburg
<u>10,5 km - Straßenlauf</u>					
50:00	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchen	10.08.2014	Bad Driburg
53:01	Langeleh, Dirk	1966	TSV Schl Neuhaus	10.08.2014	Bad Driburg
53:06	Rupp, Harald	1965	SC CC Scharmede	10.08.2014	Bad Driburg
<u>11,0 km - Straßenlauf</u>					
48:17	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchen	08.03.2014	Langenberg

14,0 km - Straßenlauf

1:05:12	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchon	05.07.2014	Büren
1:06:45	Schäfermeier,Dr., Ulrich	1968	SC Borchon	05.07.2014	Büren
1:12:28	Böhmer, Gregor	1968	TSV Schl Neuhaus	05.07.2014	Büren
1:23:05	Koch, Karsten	1968	SC Borchon	05.07.2014	Büren

15,0km - Straßenlauf

1:07:28	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchon	09.02.2014	Hamm
1:08:26	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	31.12.2013	Werl-Soest
1:13:03	Rupp, Harald	1965	SC CC Scharmede	09.02.2014	Hamm
1:24:01	Mika, Rainer	1965	VfB Salzkotten	31.12.2013	Werl-Soest

18,0 km - Straßenlauf

1:30:10	Schäfermeier,Dr., Ulrich	1968	SC Borchon	18.07.2014	Hembsen
1:30:39	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchon	18.07.2014	Hembsen

20,0 km - Straßenlauf

1:33:00	Blum, Georg	1965	SV 21 Büren	05.04.2014	Leiberg
1:38:08	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchon	03.08.2014	Vinsebeck
1:46:56	Suerland, Karsten	1968	SC Borchon	05.04.2014	Leiberg
1:52:59	Sutter, Andreas	1967	SC Borchon	03.08.2014	Vinsebeck
2:03:02	Koch, Karsten	1968	SC Borchon	05.04.2014	Leiberg

21,0 km - Straßenlauf

1:45:17	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	24.05.2014	Bruchhausen
---------	----------------	------	----------------	------------	-------------

Hermannslauf - Straßenlauf

2:20:49	Schmidt, Uwe	1968	HTSV Leiberg	27.04.2014	Bielefeld
2:39:23	Schäfermeier,Dr.Ulrich	1968	SC Borchon	27.04.2014	Bielefeld
2:42:34	Real,Dr., Thomas	1966	VfB Salzkotten	27.04.2014	Bielefeld
2:44:09	Bardehle, Lutz	1966	VfB Salzkotten	27.04.2014	Bielefeld
2:44:50	Metzner, Torsten	1969	TSV Schl Neuhaus	27.04.2014	Bielefeld
2:47:33	Langeleh, Dirk	1966	TSV Schl Neuhaus	27.04.2014	Bielefeld
3:03:44	Ahlers, Ufo Michael	1966	SC Borchon	27.04.2014	Bielefeld
3:18:22	Koch, Karsten	1968	SC Borchon	27.04.2014	Bielefeld
3:34:06	Pott, Dietmar	1967	LC Paderborn	27.04.2014	Bielefeld

Fünfkampf

2550.	Pott, Dietmar	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
	5,01-35,76-27,34-(0,0)-26,32-5:48,90				
2285.	Riedel, Andreas	1967	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen

Frauen W40

100 m

	Rekord	13,52	Zwiener Michaela (2014)		
13,52	Zwiener, Michaela	1970	TSV Schl Neuhaus	25.06.2014	Paderborn
13,90	Bösch, Christina	1971	LC Paderborn	15.06.2014	Gladbeck

200 m

	Rekord	27,61	Zwiener Michaela (2013)		
	Bestleistung 2013:	27,61	Zwiener Michaela		
27,82	Zwiener, Michaela	1970	TSV Schl Neuhaus	13.07.2014	Erfurt

28,60 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

400 m

1:04,13 Zwiener, Michaela 1970 TSV Schl Neuhaus 12.07.2014 Erfurt

800 m

2:46,53 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 01.06.2014 Stendal

2:47,45 Zwiener, Michaela 1970 TSV Schl Neuhaus 25.06.2014 Paderborn

5 km - Straßenlauf

22:28 Menze, Julia 1972 LC Paderborn 13.06.2014 Pb-Marienloh

23:27 Zwiener, Michaela 1970 TSV Schl Neuhaus 19.04.2014 Paderborn

26:05 Eckert, Bianca 1974 VfB Salzkotten 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

26:32 Schütte, Anja 1970 SV 21 Büren 19.04.2014 Paderborn

26:51 Baurichter, Raphaela 1973 SC CC Scharmede 19.09.2014 Delbrück

28:17 Hoffknecht, Gaby 1970 SC CC Scharmede 05.09.2014 Verne

29:42 Böhne, Dörte 1970 TSV Schl Neuhaus 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

32:37 Voß, Christa-Maria 1970 SC Borchen 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

33:23 Studinski, Maike 1971 SC Borchen 03.08.2014 Vinsebeck

10 km - Straßenlauf

48:07 Klugmann, Katrin 1973 SC Borchen 12.09.2014 Westenholz

48:12 Schäfer-Dören, Birgit 1970 HTSV Leiberg 04.05.2014 Delbrück

48:32 Schachtsiek, Heike 1974 SC RW Verne 15.03.2014 Salzkotten

50:06 Kuhn, Annette 1970 BC 23 Meerhof 12.09.2014 Westenholz

52:56 yyy, Stefanie 1974 SV Hei.Paderborn 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

54:59 Heimann, Petra 1973 SC CC Scharmede 05.09.2014 Verne

54:59 Baurichter, Raphaela 1973 SC CC Scharmede 05.09.2014 Verne

57:54 Kesselmeier, Stefanie 1973 SV Marienloh 19.04.2014 Paderborn

1:01:05 Postel, Karen 1972 VfB Salzkotten 30.05.2014 Bentfeld

1:02:03 Studinski, Maike 1971 SC Borchen 13.06.2014 Pb-Marienloh

1:03:06 Schmidt, Nicole 1972 SC CC Scharmede 05.09.2014 Verne

1:05:52 Finke, Ursula 1970 SC Borchen 19.04.2014 Paderborn

1:06:43 Müller, Anja 1973 TuS Sennelager 19.04.2014 Paderborn

Halbmarathon - Straßenlauf

1:52:23 Schachtsiek, Heike 1974 SC RW Verne 19.04.2014 Paderborn

2:13:27 Hoffknecht, Gaby 1970 SC CC Scharmede 17.08.2014 Bad Wünnenberg

2:17:28 Studinski, Maike 1971 SC Borchen 21.06.2014 Meerhof

80 m Hürden: 0,84m

Rekord 12,64 Bösch Christina (2014)

12,64 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

100 m Hürden: 0,84m

Rekord 12,84 Bösch Christina (2014)

12,84 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 31.05.2014 Stendal

4x100 m

Rekord 52,09 -2014

52,09 STG PB/NEUH/HX STG PB/NEUH/HX 12.07.2014 Erfurt

Bergener (1969) - Zwiener (1970) - Kalis (1967) - Drewes-Czech (1971)

4x400 m

4:18,57 STG PB/NEUH/HX STG PB/NEUH/HX 27.09.2014 Baunatal

Zwiener (1970) - Kalis (1967) - Bergener (1969) - Drewes-Czech (1971)

3x800 m

8:04,19 STG PB/NEUH/HX STG PB/NEUH/HX 27.09.2014 Baunatal
Bergener (1969) - Kalis (1967) - Zwiener (1970)

Hochsprung

Rekord 1,53 Bösch Christina (2014)
1,53 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 31.05.2014 Stendal

Weitsprung

Rekord 4,94 Bösch Christina (2014)
4,94 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 26.08.2014 Izmir TK

Kugelstoßen: 4000g

Rekord 10,06 Bösch Christina (2012)
9,96 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 10.05.2014 Nammen

Diskuswerfen: 1000g

Rekord 30,17 Bösch Christina (2014)
30,17 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 20.09.2014 Nammen

Hammerwerfen: 4000g

Rekord 29,56 Bösch Christina (2012)
27,51 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 24.05.2014 Nammen

Speerwerfen: 600g

Rekord 33,02 Bösch Christina (2014)
33,02 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 01.06.2014 Stendal

5,2 km - Straßenlauf

25:13 Menze, Julia 1972 LC Paderborn 05.04.2014 Leiberg

4,0 km - Straßenlauf

17:39 Menze, Julia 1972 LC Paderborn 03.05.2014 Delbrück

10,1 km - Straßenlauf

53:08 Klugmann, Katrin 1973 SC Borchten 22.03.2014 Warburg

10,5 km - Straßenlauf

57:15 Kuhn, Annette 1970 BC 23 Meerhof 10.08.2014 Bad Driburg

1:07:05 Hoffknecht, Gaby 1970 SC CC Scharmede 10.08.2014 Bad Driburg

14,0 km - Straßenlauf

1:26:27 Studinski, Maike 1971 SC Borchten 05.07.2014 Büren

1:29:17 Hoffknecht, Gaby 1970 SC CC Scharmede 05.07.2014 Büren

18,0 km - Straßenlauf

1:58:26 Studinski, Maike 1971 SC Borchten 18.07.2014 Hembsen

2:02:37 Hoffknecht, Gaby 1970 SC CC Scharmede 18.07.2014 Hembsen

20,0 km - Straßenlauf

2:09:44 Becker, Karin 1971 SV RW Bentfeld 05.04.2014 Leiberg

2:15:25 Hoffknecht, Gaby 1970 SC CC Scharmede 03.08.2014 Vinsebeck

Siebenkampf

Rekord 4763 Bösch Christina (2014)
4763 Bösch, Christina 1971 LC Paderborn 31.05.2014 Stendal

12,84 (-0,2) - 1,53 - 9,13 - 28,74 (+2,5) - 4,78 - 33,02 - 2:46,53

Frauen W45

100 m

	Rekord	14,15	Kalis Gunhild (2014)		
14,15	Kalis, Gunhild	1967	TSV Schl Neuhaus	15.06.2014	Gladbeck
14,16	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	25.06.2014	Paderborn

200 m

	Rekord	29,39	Bergener Jutta09 (2014)		
29,39	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	31.08.2014	Blomberg
29,95	Kalis, Gunhild	1967	TSV Schl Neuhaus	08.06.2014	Höxter

400 m

1:06,33	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	12.07.2014	Erfurt
1:06,99	Kalis, Gunhild	1967	TSV Schl Neuhaus	12.07.2014	Erfurt

800 m

2:35,53	Kalis, Gunhild	1967	TSV Schl Neuhaus	15.06.2014	Gladbeck
2:36,94	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	25.06.2014	Paderborn

5 km - Straßenlauf

20:12	Stebner,Dr., Franziska	1965	TSV Tudorf	19.04.2014	Paderborn
22:03	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	19.09.2014	Delbrück
25:54	Schäfermeier, Dorothea	1966	SC Borchon	07.09.2014	Borchon
26:07	Becker, Ute	1966	SV RW Bentfeld	30.05.2014	Bentfeld
28:04	Ackfeld, Mechtild	1969	SuS Westenholz	19.09.2014	Delbrück
28:18	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	05.09.2014	Verne
29:37	Prisett, Kirsten	1966	TSV Schl Neuhaus	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
31:04	Bardehle, Margret	1966	VfB Salzkotten	15.03.2014	Salzkotten
32:20	Knies, Christa	1968	SV RW Bentfeld	30.05.2014	Bentfeld
38:43	Pahls, Beate	1968	SV 21 BW Brenken	01.06.2014	Salzkotten

10 km - Straßenlauf

41:46	Stebner,Dr. Franziska	1965	LC Paderborn	15.03.2014	Salzkotten
44:45	Hißmann, Sonja	1966	SC GW Paderborn	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
46:38	Kalis, Gunhild	1967	TSV Schl Neuhaus	19.04.2014	Paderborn
48:50	Schlüting, Anne-Karina	1969	HTSV Leiberg	30.08.2014	Salzkotten
53:15	Brochmann, Heike	1968	TSV Schl Neuhaus	17.08.2014	Bad Wünnenberg
57:17	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	07.09.2014	Borchon
58:40	Ewers, Marita	1965	SuS Westenholz	17.08.2014	Bad Wünnenberg
59:10	Rohde, Conny	1968	VfB Salzkotten	19.04.2014	Paderborn
1:02:11	Schröder, Iris	1968	SV RW Bentfeld	15.03.2014	Salzkotten
1:07:01	Hoßfeld, Ingrid	1968	SC CC Scharmede	05.09.2014	Verne
1:11:32	Bardehle, Margret	1966	VfB Salzkotten	30.08.2014	Salzkotten

Halbmarathon - Straßenlauf

1:39:42	Hißmann, Sonja	1966	SC GW Paderborn	21.06.2014	Meerhof
1:55:12	Göllner, Anke	1968	LC Paderborn	19.04.2014	Paderborn
1:55:26	Beine, Brigitte	1965	VfB Salzkotten	17.08.2014	Bad Wünnenberg
2:02:50	Kirsch, Gaby	1968	SV Marienloh	19.04.2014	Paderborn
2:07:53	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	23.02.2014	Hamm

Weitsprung

	Rekord	4,42	Panitz Kathrin (2014)		
4,42	Panitz, Kathrin	1969	LC Paderborn	25.06.2014	Paderborn
<u>Dreisprung</u>					
9,19	Panitz, Kathrin	1969	LC Paderborn	12.07.2014	Erfurt
<u>Kugelstoßen: 4000g</u>					
	Rekord	8,11	Kuglin Gisela (1978)		
7,31	Panitz, Kathrin	1969	LC Paderborn	25.06.2014	Paderborn
<u>5,2 km - Straßenlauf</u>					
24:33	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	05.04.2014	Leiberg
<u>4,0 km - Straßenlauf</u>					
16:45	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	03.05.2014	Delbrück
21:10	Becker, Ute	1966	SV RW Bentfeld	03.05.2014	Delbrück
23:40	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	30.08.2014	Salzkotten
<u>4,5 km - Straßenlauf</u>					
26:59	Becker, Ute	1966	SV RW Bentfeld	10.08.2014	Bad Driburg
<u>4,9 km - Straßenlauf</u>					
22:24	Bergener , Jutta09	1969	TSV Schl Neuhaus	18.07.2014	Hembsen
<u>10,1 km - Straßenlauf</u>					
50:09	Schlüting, Anne-Karina	1969	HTSV Leiberg	22.03.2014	Warburg
1:02:10	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	22.03.2014	Warburg
<u>10,5 km - Straßenlauf</u>					
56:38	Schlüting, Anne-Karina	1969	HTSV Leiberg	10.08.2014	Bad Driburg
1:08:21	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	10.08.2014	Bad Driburg
<u>14,0 km - Straßenlauf</u>					
1:08:52	Hißmann, Sonja	1966	SC GW Paderborn	05.07.2014	Büren
<u>15,0km - Straßenlauf</u>					
1:27:27	Rupp, Monika	1965	SC CC Scharmede	09.02.2014	Hamm
<u>20,0 km - Straßenlauf</u>					
1:39:40	Hißmann, Sonja	1966	SC GW Paderborn	05.04.2014	Leiberg
1:52:27	Beine, Brigitte	1965	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg
1:58:41	Schmitz, Monika	1967	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg
<u>Hermannslauf - Straßenlauf</u>					
2:43:13	Higmann, Sonja	1969	TSV Schl Neuhaus	27.04.2014	Bielefeld

Männer M50

100 m

	Rekord	12	Brizan David (1994)		
12,71	Westphal, Gerd	1964	LC Paderborn	22.08.2014	Izmir TK.
13,42	Menze,Dr., Jürgen	1963	LC Paderborn	13.06.2014	Warstein

200 m

	Rekord	26,01	Westphal Gerd (2014)		
	Bestleistung 2013:	26,62	Menze,Dr. Jürgen		
26,01	Westphal, Gerd	1964	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
27,24	Menze,Dr., Jürgen	1963	LC Paderborn	13.06.2014	Warstein

400 m

	Rekord	58,58	Menze,Dr. Jürgen (2013)		
	Bestleistung 2013:	58,58	Menze,Dr. Jürgen		
59,27	Westphal, Gerd	1964	LC Paderborn	22.08.2014	Izmir TK.

1500 m

5:18,63	Westphal, Gerd	1964	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
---------	----------------	------	--------------	------------	----------------

5 km - Straßenlauf

19:48	Menze,Dr., Jürgen	1963	LC Paderborn	17.08.2014	Bad Wünnenberg
21:10	Röttger, Dieter	1962	TSV Schl Neuhaus	13.06.2014	Pb-Marienloh
24:30	Gerlach, Hubertus	1964	VfL Lichtenau	27.09.2014	Lichtenau
24:32	Baaske, Hartwig	1962	SV Marienloh	05.07.2014	Büren
25:52	Kalis, Robert	1963	TSV Schl Neuhaus	19.04.2014	Paderborn
27:18	Bidardel, Chahriar	1961	SV Marienloh	19.09.2014	Delbrück
27:19	Fischer, Karl-Heinz	1963	SV Marienloh	19.04.2014	Paderborn

10 km - Straßenlauf

41:21	Klute, Bernward	1961	LG Geseke	17.08.2014	Bad Wünnenberg
42:47	Kleine, Johannes	1960	SV 21 BW Brenken	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
44:17	Fischer, Dirk	1963	SV Sande	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
44:21	Mueller, Dietmar	1963	TSV Schl Neuhaus	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
44:40	Lottig, Wilfried	1962	SC Borchon	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
45:43	Schulz, Otmar	1962	LC Paderborn	19.04.2014	Paderborn
47:11	Pielsticker, Klaus	1963	SV Hei.Paderborn	19.04.2014	Paderborn
47:46	Siats, Jürgen	1963	TSV Schl Neuhaus	15.03.2014	Salzlotten
47:48	Baaske, Hartwig	1962	SV Marienloh	15.03.2014	Salzlotten
48:44	Petri, Johannes	1963	VfL Lichtenau	30.05.2014	Bentfeld
51:17	Goldstein, Ralf	1961	SV 21 Büren	17.08.2014	Bad Wünnenberg
52:23	Kosfeld, Joachim	1962	TSV Schl Neuhaus	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
54:48	Thiede, Hubert	1962	VfB Salzkotten	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
57:29	Ruskowski, Andreas	1962	VfB Salzkotten	16.05.2014	Lippstadt
57:43	Düsing, Rainer	1963	TSV Schl Neuhaus	19.04.2014	Paderborn
57:43	Bidardel, Chahriar	1961	SV Marienloh	30.08.2014	Salzkotten
1:01:08	Henning, Christian	1963	TSV Tudorf	19.04.2014	Paderborn
1:01:46	Wilk, Patrick	1961	TSV Schl Neuhaus	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
1:06:00	Sprenger, Johannes	1960	HTSV Leiberg	15.03.2014	Salzkotten

Halbmarathon - Straßenlauf

1:35:12	Kleine, Johannes	1960	SV 21 BW Brenken	01.06.2014	Salzkotten
1:43:28	Siats, Jürgen	1963	TSV Schl Neuhaus	07.09.2014	Borchon
1:55:40	Szelejewski, Christof	1964	VfB Salzkotten	01.06.2014	Salzkotten
1:56:03	Fricke, Stefan	1963	VfB Salzkotten	01.06.2014	Salzkotten
1:59:18	Thiede, Hubert	1962	VfB Salzkotten	17.08.2014	Bad Wünnenberg
2:34:50	Ruskowski, Andreas	1962	VfB Salzkotten	30.03.2014	Berlin

Marathon - Straßenlauf

	Rekord	#####	Szelejewski Christof (2014)		
4:13:03	Szelejewski, Christof	1964	VfB Salzkotten	04.05.2014	Hamburg

100 m Hürden: 0,914m

	Rekord	16,87	Westphal Gerd (2014)		
16,87	Westphal, Gerd	1964	LC Paderborn	23.08.2014	Izmir TK

110 m Hürden Jedermann: 0,762m

23,28 Schulz, Otmar 1962 LC Paderborn 14.09.2014 Bad Nauheim

Hochsprung

Rekord 1,58 Westphal Gerd (2014)

1,58 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

Stabhochsprung

Rekord 3,5 Schulz Otmar (2012)

3,20 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 23.08.2014 Izmir TK.

Weitsprung

Rekord 5,48 Westphal Gerd (2014)

5,48 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK

Kugelstoßen: 6000g

Rekord 12,1 Diesendorf Wladimir (2009)

11,17 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK.

10,10 Schütte, Bernhard 1961 LG Geseke 31.08.2014 Blomberg

7,43 Schulz, Otmar 1962 LC Paderborn 13.09.2014 Bad Nauheim

Diskuswerfen: 1500g

Rekord 52,19 Pongratz Lothar (2006)

33,00 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

29,33 Schütte, Bernhard 1961 LG Geseke 31.08.2014 Blomberg

25,13 Schulz, Otmar 1962 LC Paderborn 14.09.2014 Bad Nauheim

Speerwerfen: 700g

Rekord 43,55 Westphal Gerd (2014)

43,55 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

25,25 Schütte, Bernhard 1961 LG Geseke 12.04.2014 Geseke

4,0 km - Straßenlauf

19:06 Baaske, Hartwig 1962 SV Marienloh 30.08.2014 Salzkotten

10,1 km - Straßenlauf

46:05 Klute, Bernward 1961 LG Geseke 22.03.2014 Warburg

53:45 Baaske, Hartwig 1962 SV Marienloh 22.03.2014 Warburg

56:58 Petri, Johannes 1963 VfL Lichtenau 22.03.2014 Warburg

10,5 km - Straßenlauf

48:46 Klute, Bernward 1961 LG Geseke 10.08.2014 Bad Driburg

13,0 km - Straßenlauf

53:24 Klute, Bernward 1961 LG Geseke 13.04.2014 Kollerbeck

1:04:48 Baaske, Hartwig 1962 SV Marienloh 13.04.2014 Kollerbeck

1:18:38 Bidardel, Chahriar 1961 SV Marienloh 13.04.2014 Kollerbeck

14,0 km - Straßenlauf

1:19:03 Petri, Johannes 1963 VfL Lichtenau 05.07.2014 Büren

15,0km - Straßenlauf

1:11:53 Frewer, Hans-Jörg 1960 SC Borchon 31.12.2013 Werl-Soest

1:26:14 Thiede, Hubert 1962 VfB Salzkotten 31.12.2013 Werl-Soest

20,5 km - Straßenlauf

2:06:45 Szelejewski, Christof 1964 VfB Salzkotten 10.08.2014 Bad Driburg

Hermannslauf - Straßenlauf

2:53:57 Frewer, Hans-Jörg 1960 SC Borchon 27.04.2014 Bielefeld

2:55:57 Röttger, Dieter 1962 TSV Schl Neuhaus 27.04.2014 Bielefeld

Fünfkampf

Rekord 3376 Westphal Gerd (2014)

3376 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen
5,46 - 33,00 - 26,01 (+0,8) - 43,55 - 5:18,63

Zehnkampf

Rekord 6625 Westphal Gerd (2014)

6625 Westphal, Gerd 1964 LC Paderborn 22.08.2014 Izmir TK
12,71 (+1,1) - 5,48 - 11,17 - 1,58 - 59,27 - 16,87 (+1,4) - 31,61 - 3,20 - 40,66 - 5:25,68

Männer M55

200 m

Rekord 26,48 Brizan David (2000)

29,52 Brand, Herbert 1955 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

400 m

1:17,22 Dahlmann, Hartmut 1957 LC Paderborn 15.06.2014 Gladbeck

1500 m

6:33,90 Brand, Herbert 1955 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen

5 km - Straßenlauf

18:59 Krois, Dietmar 1959 SC Borchon 19.09.2014 Delbrück

23:36 Meyer, Uwe 1956 LC Paderborn 05.07.2014 Büren

25:47 Dören, Hans-Josef 1955 SV 21 Büren 19.09.2014 Delbrück

27:48 Rossmanith, Matthias 1955 SC Borchon 19.04.2014 Paderborn

28:21 Schütte, Peter 1958 TSV Schl Neuhaus 19.09.2014 Delbrück

30:48 Gottschalk, Kalle 1959 SV 21 Büren 06.07.2014 Büren

36:12 Hillebrand, Wigbert 1958 SV 21 Büren 19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

38:32 Krois, Dietmar 1959 SC Borchon 07.09.2014 Borchon

41:58 Meyer-Ilse, Herbert 1958 SV RW Bentfeld 03.05.2014 Delbrück

42:26 Dik, Andrej 1958 SV 21 Büren 15.03.2014 Salzkotten

42:45 Richters, Reinhard 1958 VfL Lichtenau 27.09.2014 Lichtenau

44:03 Koralewicz, Jürgen 1955 SV RW Bentfeld 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

45:44 Dick, Andrej 1958 SV 21 Büren 19.04.2014 Paderborn

47:39 Schulze, Jochen 1957 SC GW Paderborn 15.03.2014 Salzkotten

49:08 Meyer, Uwe 1956 LC Paderborn 17.08.2014 Bad Wünnenberg

50:01 Ilskens, Hans-Georg 1958 SV Hei.Paderborn 30.05.2014 Bentfeld

50:08 Kalass, Bernd 1955 SC Borchon 19.04.2014 Paderborn

50:24 Winkel, Bernhard 1957 SV RW Bentfeld 17.08.2014 Bad Wünnenberg

51:30 Beine, Friedrich 1958 SC GW Holtheim 05.04.2014 Leiberg

53:03 Dören, Hans-Josef 1955 SV 21 Büren 17.08.2014 Bad Wünnenberg

53:29 Rohalen, Gottfried 1959 SV Hei.Paderborn 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

54:26 Brand, Herbert 1955 LC Paderborn 19.04.2014 Paderborn

55:05 Hesse, Bernfried 1959 SV 21 BW Brenken 01.06.2014 Salzkotten

57:04 Unterhalt, Ludger 1956 SV GW Steinhausen 17.08.2014 Bad Wünnenberg

57:54 Schütte, Peter 1958 TSV Schl Neuhaus 17.08.2014 Bad Wünnenberg

58:36	Bathe, Franz-Josef	1955	SV Sande	19.04.2014	Paderborn
59:36	Hermes, Roland	1958	SC GW Paderborn	19.04.2014	Paderborn
<u>Halbmarathon - Straßenlauf</u>					
1:33:28	Meyer-Ilse, Herbert	1958	SV RW Bentfeld	30.05.2014	Bentfeld
1:38:43	Dik, Andrej	1958	SV 21 Büren	01.06.2014	Salzkotten
2:00:07	Schulze, Jochen	1957	SC GW Paderborn	17.08.2014	Bad Wünnenberg
<u>110 m Hürden Jedermann: 0,762m</u>					
21,54	Brand, Herbert	1955	LC Paderborn	14.09.2014	Bad Nauheim
<u>Kugelstoßen: 6000g</u>					
	Rekord	12,48	Pongratz Lothar (2010)		
8,31	Brand, Herbert	1955	LC Paderborn	13.09.2014	Bad Nauheim
<u>Diskuswerfen: 1500g</u>					
	Rekord	54,1	Pongratz Lothar (2007)		
24,23	Brand, Herbert	1955	LC Paderborn	21.06.2014	Bad Oeynhausen
<u>5,2 km - Straßenlauf</u>					
27:59	Meyer, Uwe	1956	LC Paderborn	05.04.2014	Leiberg
<u>4,0 km - Straßenlauf</u>					
18:47	Meyer, Uwe	1956	LC Paderborn	30.08.2014	Salzkotten
<u>4,5 km - Straßenlauf</u>					
23:22	Meyer, Uwe	1956	LC Paderborn	10.08.2014	Bad Driburg
<u>4,9 km - Straßenlauf</u>					
24:05	Meyer, Uwe	1956	LC Paderborn	18.07.2014	Hembsen
<u>5,7 km - Straßenlauf</u>					
28:45	Meyer, Uwe	1956	LC Paderborn	08.06.2014	Kollerbeck
<u>10,1 km - Straßenlauf</u>					
48:23	Koralewicz, Jürgen	1955	SV RW Bentfeld	22.03.2014	Warburg
51:18	Baumhögger, Karl-Heinz	1954	SC Borchen	22.03.2014	Warburg
57:31	Winkel, Bernhard	1957	SV RW Bentfeld	22.03.2014	Warburg
1:07:16	Schütte, Peter	1958	TSV Schl Neuhaus	22.03.2014	Warburg
<u>10,5 km - Straßenlauf</u>					
44:45	Krois, Dietmar	1959	SC Borchen	10.08.2014	Bad Driburg
50:57	Meyer-Ilse, Herbert	1958	SV RW Bentfeld	10.08.2014	Bad Driburg
51:02	Koralewicz, Jürgen	1955	SV RW Bentfeld	10.08.2014	Bad Driburg
54:03	Baumhögger, Karl-Heinz	1954	SC Borchen	10.08.2014	Bad Driburg
59:55	Winkel, Bernhard	1957	SV RW Bentfeld	10.08.2014	Bad Driburg
1:02:15	Dören, Hans-Josef	1955	SV 21 Büren	10.08.2014	Bad Driburg
1:08:44	Schütte, Peter	1958	TSV Schl Neuhaus	10.08.2014	Bad Driburg
<u>13,0 km - Straßenlauf</u>					
1:22:41	Schütte, Peter	1958	TSV Schl Neuhaus	13.04.2014	Kollerbeck
<u>14,0 km - Straßenlauf</u>					
1:04:36	Meyer-Ilse, Herbert	1958	SV RW Bentfeld	05.07.2014	Büren
1:09:30	Koralewicz, Jürgen	1955	SV RW Bentfeld	05.07.2014	Büren
1:22:00	Winkel, Bernhard	1957	SV RW Bentfeld	05.07.2014	Büren
1:34:16	Schütte, Peter	1958	TSV Schl Neuhaus	05.07.2014	Büren
<u>15,0km - Straßenlauf</u>					
1:17:29	Wächter, Franz	1957	VfJ Helmern	31.12.2013	Werl-Soest

20,5 km - Straßenlauf

1:39:59 Meyer-Ilse, Herbert 1958 SV RW Bentfeld 13.04.2014 Kollerbeck

20,0 km - Straßenlauf

1:35:45 Meyer-Ilse, Herbert 1958 SV RW Bentfeld 05.04.2014 Leiberg

21,5 km - Straßenlauf

1:43:57 Meyer-Ilse, Herbert 1958 SV RW Bentfeld 22.03.2014 Warburg

Hermannslauf - Straßenlauf

3:03:33 Fischer, Günter 1959 TSV Tudorf 27.04.2014 Bielefeld

3:21:14 Beine, Friedrich 1958 SC GW Holtheim 27.04.2014 Bielefeld

Fünfkampf

2256 Brand, Herbert 1955 LC Paderborn 21.06.2014 Bad Oeynhausen
4,22 - 27,33 - 29,52 (0,0) - 24,23 - 6:33,90

Frauen W50

5000 m

20:26,72 Kerstein-Sutter, Anke 1963 TSV Schl Neuhaus 25.07.2014 Minden

10000 m

42:59,91 Kerstein-Sutter, Anke 1963 TSV Schl Neuhaus 08.08.2014 Minden

5 km - Straßenlauf

23:12 Krois, Sabine 1962 SC Borchen 19.09.2014 Delbrück

23:52 Brockmeier, Petra 1964 SV RW Bentfeld 15.03.2014 Salzkotten

25:49 Godardt, Birgit 1964 TSV Schl Neuhaus 30.05.2014 Bentfeld

26:22 Baaske, Hildegard 1961 SV Marienloh 05.07.2014 Büren

27:21 Hopp, Jutta 1963 SV RW Bentfeld 19.09.2014 Delbrück

27:41 Kerstein-Sutter, Anke 1963 TSV Schl Neuhaus 27.09.2014 Lichtenau

28:39 Kettelgerdes, Inge 1964 SuS Westenholz 19.09.2014 Delbrück

30:16 Driller, Ricarda 1952 TSV Schl Neuhaus 19.04.2014 Paderborn

30:21 Franke, Rita 1962 SV RW Bentfeld 30.05.2014 Bentfeld

10 km - Straßenlauf

42:44 Kerstein-Sutter, Anke 1963 TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

47:11 Krois, Sabine 1962 SC Borchen 15.03.2014 Salzkotten

49:53 Simon, Ute 1961 SC RW Verne 15.03.2014 Salzkotten

51:25 Hillebrand, Sabine 1961 HTSV Leiberg 15.03.2014 Salzkotten

58:58 Hopp, Jutta 1963 SV RW Bentfeld 13.06.2014 Pb-Marienloh

1:03:07 Henkemeier, Gaby 1960 SC CC Scharmede 05.09.2014 Verne

1:32:31 Meier, Gabi 1963 VfB Salzkotten 07.06.2014 Brilon

Halbmarathon - Straßenlauf

1:36:59 Kerstein-Sutter, Anke 1963 TSV Schl Neuhaus 19.04.2014 Paderborn

2:37:35 Meier, Gabi 1963 VfB Salzkotten 04.05.2014 Kassel

9 Rundenlauf - Straßenlauf

2:04 Meier, Gabi 1963 VfB Salzkotten 16.03.2014 Dortmund

4,0 km - Straßenlauf

19:55 Godardt, Birgit 1964 TSV Schl Neuhaus 03.05.2014 Delbrück

20:27 Brockmeier, Petra 1964 SV RW Bentfeld 03.05.2014 Delbrück

4,5 km - Straßenlauf

27:04	Brockmeier, Petra	1964	SV RW Bentfeld	10.08.2014	Bad Driburg
4,9 km - Straßenlauf					
27:40	Baaske, Hildegard	1961	SV Marienloh	18.07.2014	Hembsen
10,1 km - Straßenlauf					
50:58	Krois, Sabine	1962	SC Borchon	22.03.2014	Warburg
10,5 km - Straßenlauf					
54:53	Krois, Sabine	1962	SC Borchon	10.08.2014	Bad Driburg
20,0 km - Straßenlauf					
1:45:36	Driller, Ricarda	1952	TSV Schl Neuhaus	05.04.2014	Leiberg

Frauen W55

5000 m

22:49,47	Rump, Beate	1958	VfB Salzkotten	04.07.2014	Borgholzhausen
----------	-------------	------	----------------	------------	----------------

10000 m

46:48,35	Rump, Beate	1958	VfB Salzkotten	08.08.2014	Minden
----------	-------------	------	----------------	------------	--------

5 km - Straßenlauf

30:10	Köhler, Mechthild	1956	HTSV Leiberg	17.08.2014	Bad Wünnenberg
-------	-------------------	------	--------------	------------	----------------

30:49	Klaus, Thea	1956	SV RW Bentfeld	19.09.2014	Delbrück
-------	-------------	------	----------------	------------	----------

35:43	Pralat-Blum, Elke	1958	SV RW Bentfeld	07.09.2014	Borchon
-------	-------------------	------	----------------	------------	---------

10 km - Straßenlauf

46:09	Rump, Beate	1958	VfB Salzkotten	04.05.2014	Delbrück
-------	-------------	------	----------------	------------	----------

46:43	Lause, Ursula	1959	VfB Salzkotten	12.09.2014	Westenholz
-------	---------------	------	----------------	------------	------------

1:01:50	Eikel, Mechthild	1958	SC CC Scharmede	05.09.2014	Verne
---------	------------------	------	-----------------	------------	-------

1:03:06	Lücking, Gerlinde	1958	SC CC Scharmede	05.09.2014	Verne
---------	-------------------	------	-----------------	------------	-------

Halbmarathon - Straßenlauf

1:49:01	Rump, Beate	1958	VfB Salzkotten	23.02.2014	Hamm
---------	-------------	------	----------------	------------	------

2:00:02	Wächter, Gertrud	1957	VfJ Helmern	12.09.2014	Westenholz
---------	------------------	------	-------------	------------	------------

Marathon - Straßenlauf

4:11:25	Rump, Beate	1958	VfB Salzkotten	14.09.2014	Köln
---------	-------------	------	----------------	------------	------

5:51:37	Hellmann, Rita	1958	VfB Salzkotten	06.07.2014	Frankfurt
---------	----------------	------	----------------	------------	-----------

5,2 km - Straßenlauf

34:39	Köhler, Mechthild	1956	HTSV Leiberg	05.04.2014	Leiberg
-------	-------------------	------	--------------	------------	---------

39:49	Pralat-Blum, Elke	1958	SV RW Bentfeld	05.04.2014	Leiberg
-------	-------------------	------	----------------	------------	---------

4,0 km - Straßenlauf

27:08	Pralat-Blum, Elke	1958	SV RW Bentfeld	03.05.2014	Delbrück
-------	-------------------	------	----------------	------------	----------

15,0km - Straßenlauf

1:24:13	Wächter, Gertrud	1957	VfJ Helmern	31.12.2013	Werl-Soest
---------	------------------	------	-------------	------------	------------

20,0 km - Straßenlauf

1:43:55	Lause, Ursula	1959	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg
---------	---------------	------	----------------	------------	---------

1:50:31	Rump, Beate	1958	VfB Salzkotten	03.08.2014	Vinsebeck
---------	-------------	------	----------------	------------	-----------

2:06:37	Wächter, Gertrud	1957	VfJ Helmern	05.04.2014	Leiberg
---------	------------------	------	-------------	------------	---------

Hermannslauf - Straßenlauf

2:44:34	Lause, Ursula	1959	VfB Salzkotten	27.04.2014	Bielefeld
---------	---------------	------	----------------	------------	-----------

3:24:03	Wächter, Gertrud	1957	VfJ Helmern	27.04.2014	Bielefeld
---------	------------------	------	-------------	------------	-----------

Männer M60

3000 m

10:49,27 Engeländer, Goar 1952 TSV Schl Neuhaus 04.05.2014 Höxter

5000 m

20:32,4* Collmann, Helmut 1953 TSV Schl Neuhaus 26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus

10000 m

38:02,26 Engeländer, Goar 1952 TSV Schl Neuhaus 10.05.2014 Menden

5 km - Straßenlauf

19:58 Collmann, Helmut 1953 TSV Schl Neuhaus 19.09.2014 Delbrück

20:27 Grundschtötel, Eduard 1950 LC Paderborn 16.05.2014 Harsewinkel

22:29 Echterling, Dietmar 1953 VfB Salzkotten 16.05.2014 Lippstadt

23:09 Richards, Rupert 1954 VfB Salzkotten 15.03.2014 Salzkotten

23:24 Simon, Herbert 1954 TuRa Elsen 17.08.2014 Bad Wünnenberg

40:07 Schmalle, Enst-Otto 1953 SC GW Paderborn 19.04.2014 Paderborn

10 km - Straßenlauf

37:31 Engeländer, Goar 1952 TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

42:12 Collmann, Helmut 1953 TSV Schl Neuhaus 12.09.2014 Westenholz

42:17 Baum, Rüdiger 1954 TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

44:45 Grundschtötel, Eduard 1950 LC Paderborn 15.03.2014 Salzlotten

46:13 Gutthoff, Werner 1951 TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

46:43 Baumhögger, Karl-Heinz 1954 SC Borchten 17.08.2014 Bad Wünnenberg

48:09 Gaus, Michael 1954 SC Borchten 17.08.2014 Bad Wünnenberg

51:57 Echterling, Dietmar 1953 VfB Salzkotten 19.04.2014 Paderborn

52:42 Schlüting, Franz-Gert 1952 HTSV Leiberg 15.03.2014 Salzlotten

53:01 Heiermeier, Norbert 1953 TuRa Elsen 19.04.2014 Paderborn

55:45 Lieneke, Reiner 1953 VfB Salzkotten 19.04.2014 Paderborn

58:47 Kleine, Heinrich 1954 SC Borchten 07.09.2014 Borchten

59:54 Grieger, Karl-Heinz 1951 SC GW Paderborn 19.04.2014 Paderborn

10 km Mannschaft - Straßenlauf

2:02:08 TSV Schl Neuhaus TSV Schl Neuhaus 15.03.2014 Salzkotten

Engeländer (1952),37:31 - Baum (1954),42:17 - Collmann (1953),42:20

Halbmarathon - Straßenlauf

1:36:33 Engeländer, Goar 1952 TSV Schl Neuhaus 23.02.2014 Hamm

1:43:03 Gaus, Michael 1954 SC Borchten 19.04.2014 Paderborn

2:19:01 Rubert, Hartmut 1953 DJK Mastbruch 19.04.2014 Paderborn

Hammerwerfen: 5000g

Rekord 48,3 Pongratz Lothar (2013)

Bestleistung 2013: 48,3 Pongratz Lothar

21,16 Morgenstern, Andreas 1952 SC GW Paderborn 16.03.2014 Paderborn

Berglauf WD 7600 m (370 hm) - Straßenlauf

33:16 Engeländer, Goar 1952 TSV Schl Neuhaus 23.08.2014 Bad Berleburg

36:29 Collmann, Helmut 1953 TSV Schl Neuhaus 23.08.2014 Bad Berleburg

37:52 Gutthoff, Werner 1951 TSV Schl Neuhaus 23.08.2014 Bad Berleburg

Berglauf WD Mannschaft 7600 m - Straßenlauf

1:47:37 TSV Schl Neuhaus TSV Schl Neuhaus 23.08.2014 Bad Berleburg

Engeländer (1952),33:16 - Collmann (1953),36:29 - Gutthoff (1951),37:52

5,2 km - Straßenlauf

26:52	Echterling, Dietmar	1953	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg
28:38	Richards, Rupert	1954	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg

4,0 km - Straßenlauf

18:15	Echterling, Dietmar	1953	VfB Salzkotten	03.05.2014	Delbrück
18:24	Richards, Rupert	1954	VfB Salzkotten	12.09.2014	Westenholz
19:23	Simon, Herbert	1954	TuRa Elsen	30.08.2014	Salzkotten

4,5 km - Straßenlauf

25:02	Simon, Herbert	1954	TuRa Elsen	10.08.2014	Bad Driburg
-------	----------------	------	------------	------------	-------------

4,9 km - Straßenlauf

27:09	Simon, Herbert	1954	TuRa Elsen	18.07.2014	Hembsen
-------	----------------	------	------------	------------	---------

10,5 km - Straßenlauf

56:03	Gaus, Michael	1954	SC Borchon	10.08.2014	Bad Driburg
1:01:29	Schlüting, Franz-Gert	1952	HTSV Leiberg	10.08.2014	Bad Driburg

11,0 km - Straßenlauf

47:44	Collmann, Helmut	1953	TSV Schl Neuhaus	08.03.2014	Langenberg
-------	------------------	------	------------------	------------	------------

15,0km - Straßenlauf

1:05:34	Engeländer, Goar	1952	TSV Schl Neuhaus	09.02.2014	Hamm
1:28:25	Discher, Wolfgang	1949	VfJ Helmern	31.12.2013	Werl-Soest

20,0 km - Straßenlauf

1:37:53	Baum, Rüdiger	1954	TSV Schl Neuhaus	05.04.2014	Leiberg
---------	---------------	------	------------------	------------	---------

Hermannslauf - Straßenlauf

2:35:41	Baum, Rüdiger	1954	TSV Schl Neuhaus	27.04.2014	Bielefeld
3:00:02	Gaus, Michael	1954	SC Borchon	27.04.2014	Bielefeld

Männer M65

5 km - Straßenlauf

26:32	Hüther, Karl-Heinz	1945	VfB Salzkotten	14.06.2014	Pb-Marienloh
28:16	Wenzel, Friedhelm	1947	VfJ Helmern	19.09.2014	Delbrück
28:38	Rothmann, Christoph	1949	SC Borchon	17.08.2014	Bad Wünnenberg

10 km - Straßenlauf

51:34	Schennen, Josef	1945	LG Geseke	15.03.2014	Salzkotten
54:58	Hüther, Karl-Heinz	1945	VfB Salzkotten	26.01.2014	Hamm
55:19	Killian, Franz-Xaver	1944	VfB Salzkotten	30.05.2014	Bentfeld
57:53	Discher, Wolfgang	1949	VfJ Helmern	17.08.2014	Bad Wünnenberg
58:12	Wenzel, Friedhelm	1947	VfJ Helmern	09.05.2014	Pb-Sch.Neuhaus
1:00:47	Rühle, Claus-Güntter	1948	TSV Schl Neuhaus	19.04.2014	Paderborn
1:03:45	Killian, Franz-Xaver	1944	VfB Salzkotten	19.04.2014	Paderborn
1:08:15	Drücke, Ferdinand	1948	TSV Tudorf	07.09.2014	Borchon

Halbmarathon - Straßenlauf

1:58:55	Schennen, Josef	1945	LG Geseke	12.09.2014	Westenholz
2:04:28	Hüther, Karl-Heinz	1945	VfB Salzkotten	23.02.2014	Hamm
2:09:13	Killian, Franz-Xaver	1944	VfB Salzkotten	21.06.2014	Meerhof
2:11:40	Discher, Wolfgang	1949	VfJ Helmern	19.04.2014	Paderborn

2:11:47 Wenzel, Friedhelm 1947 VfJ Helmern 12.09.2014 Westenholz

Kugelstoßen: 5000g

Rekord 11,16 Weber Fred (2012)

9,45 Weber, Fred 1947 LC Paderborn 15.06.2014 Gladbeck

Diskuswerfen: 1000g

Rekord 33,18 Gloger Manfred (2001)

22,09 Weber, Fred 1947 LC Paderborn 15.06.2014 Gladbeck

Hammerwerfen: 5000g

Rekord 44,87 Schomberg Fr.-Josef (2002)

22,38 Weber, Fred 1947 LC Paderborn 15.06.2014 Gladbeck

5,2 km - Straßenlauf

33:49 Rothmann, Christoph 1949 SC Borchen 05.04.2014 Leiberg

4,0 km - Straßenlauf

21:13 Hüther, Karl-Heinz 1945 VfB Salzkotten 03.05.2014 Delbrück

23:05 Rothmann, Christoph 1949 SC Borchen 12.09.2014 Westenholz

23:18 Hahn, Ernst-Günter 1949 SV RW Bentfeld 12.09.2014 Westebholz

14,0 km - Straßenlauf

1:31:06 Discher, Wolfgang 1949 VfJ Helmern 05.07.2014 Büren

1:32:39 Wenzel, Friedhelm 1947 VfJ Helmern 05.07.2014 Büren

15,0km - Straßenlauf

1:28:24 Wenzel, Friedhelm 1947 VfJ Helmern 31.12.2013 Werl-Soest

1:32:45 Hüther, Karl-Heinz 1945 VfB Salzkotten 09.02.2014 Hamm

20,0 km - Straßenlauf

2:19:25 Wenzel, Friedhelm 1947 VfJ Helmern 05.04.2014 Leiberg

Hermannslauf - Straßenlauf

3:48:37 Wenzel, Friedhelm 1947 VfJ Helmern 27.04.2014 Bielefeld

Frauen W60

3000 m

12:27,50 Hüther, Elfie 1954 VfB Salzkotten 15.06.2014 Gladbeck

5000 m

21:08,18 Hüther, Elfie 1954 VfB Salzkotten 11.07.2014 Erfurt

5 km - Straßenlauf

21:05 Hüther, Elfie 1954 VfB Salzkotten 19.09.2014 Delbrück

29:30 Wilmsmann, Katharina 1953 TuRa Elsen 19.04.2014 Paderborn

30:23 Burs, Renate 1954 SV RW Bentfeld 19.09.2014 Delbrück

10 km - Straßenlauf

42:26 Hüther, Elfie 1954 VfB Salzkotten 23.08.2014 Marienfeld

46:30 Driller, Ricarda 1952 TSV Schl Neuhaus 30.05.2014 Bentfeld

58:22 Baumhögger, Cornelia 1954 SC Borchen 17.08.2014 Bad Wünnenberg

1:00:30 Schyja, Gerda 1953 SV Marienloh 19.04.2014 Paderborn

10 km Mannschaft - Straßenlauf

2:38:18 VfB Salzkotten VfB Salzkotten 15.03.2014 Salzkotten

Hüther (1954),43:14 - Nachtmann (1944),53:37 - Strunz (1939),1:01:27

Halbmarathon - Straßenlauf

1:35:11	Hüther, Elfie	1954	VfB Salzkotten	06.04.2014	Freiburg
1:55:18	Kaiser, Mona	1953	SC CC Scharmede	17.08.2014	Bad Wünnenberg
<u>Marathon - Straßenlauf</u>					
5:13:34	Schulz, Karin	1953	VfB Salzkotten	06.07.2014	Frankfurt
<u>4,0 km - Straßenlauf</u>					
16:48	Hüther, Elfie	1954	VfB Salzkotten	12.09.2014	Westebholz
23:00	Schulz, Karin	1953	VfB Salzkotten	30.08.2014	Salzkotten
<u>10,1 km - Straßenlauf</u>					
1:03:20	Baumhögger, Cornelia	1954	SC Borchen	22.03.2014	Warburg
<u>10,5 km - Straßenlauf</u>					
1:10:56	Baumhögger, Cornelia	1954	SC Borchen	10.08.2014	Bad Driburg
<u>14,0 km - Straßenlauf</u>					
1:19:02	Kaiser, Mona	1953	SC CC Scharmede	05.07.2014	Büren
<u>15,0km - Straßenlauf</u>					
1:08:07	Hüther, Elfie	1954	VfB Salzkotten	09.02.2014	Hamm
<u>18,0 km - Straßenlauf</u>					
1:51:47	Kaiser, Mona	1953	SC CC Scharmede	18.07.2014	Hembsen
<u>20,0 km - Straßenlauf</u>					
1:35:22	Hüther, Elfie	1954	VfB Salzkotten	03.08.2014	Vinsebeck

Frauen W65

<u>100 m</u>						Frauen W65
	Rekord	15,53	Förster Karin (2012)			
16,33	Förster, Karin	1946	LC Paderborn	15.06.2014	Gladbeck	
<u>200 m</u>						Frauen W65
	Rekord	33,45	Förster Karin (2012)			
35,12	Förster, Karin	1946	LC Paderborn	15.06.2014	Gladbeck	
<u>Stabhochsprung</u>						Frauen W65
	Rekord	2,5	Förster Karin (2011)			
2,10	Förster, Karin	1946	LC Paderborn	31.08.2014	Blomberg	
<u>Weitsprung</u>						Frauen W65
	Rekord	3,88	Förster Karin (2013)			
	Bestleistung 2013:	3,88	Förster Karin			
3,68	Förster, Karin	1946	LC Paderborn	06.06.2014	Lemgo	

Männer M70

<u>5 km - Straßenlauf</u>					
30:07	Marks, Hubert	1944	SV RW Bentfeld	15.03.2014	Salzkotten
<u>10 km - Straßenlauf</u>					
	Rekord	#####	Clemens Horst85 (2009)		
55:21	Götz, Hans-Peter	1942	SC Borchen	17.08.2014	Bad Wünnenberg
<u>5,2 km - Straßenlauf</u>					
33:48	Marks, Hubert	1944	SV RW Bentfeld	05.04.2014	Leiberg
<u>4,0 km - Straßenlauf</u>					
23:43	Marks, Hubert	1944	SV RW Bentfeld	03.05.2014	Delbrück

18,0 km - Straßenlauf

2:15:26 Killian, Franz-Xaver 1944 VfB Salzkotten 18.07.2014 Hembsen

Männer M75

10 km - Straßenlauf

46:43 Clemens, Horst 1938 LC Paderborn 30.05.2014 Bentfeld
53:42 Steen, Hans-Albert 1938 LC Paderborn 12.09.2014 Westenholz
1:02:11 Bartelsmeier, Josef 1937 LG Geseke 15.03.2014 Salzlotten
1:04:17 Litters, Winfried 1935 VfB Salzkotten 19.04.2014 Paderborn

Halbmarathon - Straßenlauf

1:41:10 Clemens, Horst 1938 LC Paderborn 19.04.2014 Paderborn

Marathon - Straßenlauf

3:34:06 Clemens, Horst 1938 LC Paderborn 12.10.2014 München

10,5 km - Straßenlauf

1:03:41 Steen, Hans-Albert 1938 LC Paderborn 10.08.2014 Bad Driburg

14,0 km - Straßenlauf

1:23:51 Steen, Hans-Albert 1938 LC Paderborn 05.07.2014 Büren

15,0km - Straßenlauf

1:09:13 Clemens, Horst 1938 LC Paderborn 31.12.2013 Werl-Soest

20,0 km - Straßenlauf

1:44:33 Clemens, Horst 1938 LC Paderborn 05.04.2014 Leiberg

Hermannslauf - Straßenlauf

2:43:39 Clemens, Horst 1938 LC Paderborn 27.04.2014 Bielefeld

Frauen W70

10 km - Straßenlauf

53:37 Nachtmann, Ingrid 1944 VfB Salzkotten 15.03.2014 Salzkotten

Frauen W75

5 km - Straßenlauf

30:26 Strunz, Elisabeth 1939 VfB Salzkotten 19.09.2014 Delbrück

10 km - Straßenlauf

59:21 Strunz, Elisabeth 1939 VfB Salzkotten 19.04.2014 Paderborn

Hermannslauf - Straßenlauf

3:35:42 Strunz, Elisabeth 1939 VfB Salzkotten 27.04.2014 Bielefeld

Männer M80

800 m

4:44,5* Neumann, Dieter 1934 VfB Salzkotten 26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus

5000 m

35:01,3* Neumann, Dieter 1934 VfB Salzkotten 26.08.2014 Pb-Sch.Neuhaus

5 km - Straßenlauf

33:23 Neumann, Dieter 1934 VfB Salzkotten 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

33:48 Vockel, Josef 1932 LC Paderborn 09.05.2014 Pb-Sch.Neuhaus

10 km - Straßenlauf

1:12:41	Neumann, Dieter	1934	VfB Salzkotten	14.06.2014	Pb-Marienloh
1:21:42	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	15.03.2014	Salzlotten

Hammerwerfen: 3000g

	Rekord	31,82	Schomberg Fr.-Josef (2014)		
31,82	Schomberg, Fr.-Josef	1934	SC GW Paderborn	31.07.2014	Paderborn
24,82	Gloger, Manfred	1934	TSV Tudorf	11.05.2014	Paderborn

5,2 km - Straßenlauf

38:35	Neumann, Dieter	1934	VfB Salzkotten	05.04.2014	Leiberg
39:28	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	05.04.2014	Leiberg

4,9 km - Straßenlauf

36:51	Neumann, Dieter	1934	VfB Salzkotten	18.07.2014	Hembsen
42:30	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	18.07.2014	Hembsen

5,7 km - Straßenlauf

46:29	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	08.06.2014	Kollerbeck
-------	---------------	------	--------------	------------	------------

10,1 km - Straßenlauf

1:24:38	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	22.03.2014	Warburg
---------	---------------	------	--------------	------------	---------

10,5 km - Straßenlauf

1:26:08	Neumann, Dieter	1934	VfB Salzkotten	10.08.2014	Bad Driburg
1:37:05	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	04.08.2014	Deifeld

15,0km - Straßenlauf

1:58:43	Vockel, Josef	1932	LC Paderborn	31.12.2013	Werl-Soest
---------	---------------	------	--------------	------------	------------

