

**Niedersächsische**

**Rekorde**

**und**

**Bestleistungen**

## Männer

100 m Lauf	10,40	Markus Kessler (62)	VfL Wolfsburg	15.05.88	Bensheim
		Alexander Vey (73)	LT 85 Hannover	02.06.96	Zeven
		Alexander Kosenkow (77)	LT 85 Hannover	15.06.96	Mannheim
200 m Lauf	20,44	Erwin Skamrahl (58)	SV Union Groß Ilsede	26.06.83	Bremen
400 m Lauf	44,50	Erwin Skamrahl (58)	SV Union Groß Ilsede	26.07.83	München
800 m Lauf	1:45,89	Rene Herms (82)	LG Braunschweig	10.08.07	Leverkusen
1000 m Lauf	2:17,18	Eckhardt Rüter (63)	VfL Wolfsburg	09.09.88	Hamm
1500 m Lauf	3:34,84	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	31.08.83	Koblenz
1 Meile	3:52,36	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	09.07.82	Koblenz
2000 m Lauf	5:02,00	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	20.07.84	München
3000 m Lauf	7:51,37	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	06.09.83	Ingelheim
5000 m Lauf	13:37,0	Werner Girke (40)	VfL Wolfsburg	13.06.68	Paris/FRA
10000 m Lauf	28:36,88	Markus Pingpank (64)	LC Hannover	25.06.91	Hengelo/NED
1 Stunde	19.873	Michael Spöttel (56)	LG Kreis Verden	27.08.81	Verden
10 km Lauf	28:34	Carsten Eich (70)	LG Braunschweig	14.09.03	Troisdorf
10 km Lauf-Msch.	1:28:14	LG Braunschweig		19.09.04	Bad Liebenzell
		C.Eich(70) 28:55-O.Dietz(77) 29:06-M.Burger(67) 30:13			
Halbmarathonlauf	1:02:38	Oliver Dietz (77)	LG Braunschweig	10.04.04	Paderborn
Halbmarathon-Msch.	3:15:35	LG Braunschweig		23.03.02	Schotten
		C.Eich(70) 1:03:33-J.Wagner (70) 1:05:41-J.Austin(70) 1:06:21			
Marathonlauf	2:12:51	Michael Spöttel (56)	LG Kreis Verden	15.01.84	Houston/USA
Marathonlauf-Msch.	7:01:31	VfL Wolfsburg		10.09.77	Berlin
		Mielke 2:15:19-Siefert 2:21:55-Will 2:24:17			
100 km Lauf	6:43:19	Volker Krajenski (66)	SV Germania Helmstedt	10.04.99	Troisdorf
100 km Lauf-Msch.	21:09:33	LG Braunschweig		05.09.92	Rheine-Elte
		V.Krajenski(66) 6:45:12-Dreyer(57) 7:11:37-Mankopf(62) 7:12:44			
110 m Hürdenlauf	13,60	Stefan Mattern (65)	TK zu Hannover	15.07.90	Oldenburg
400 m Hürdenlauf	50,6	Dieter Friedrich (47)	Hannover 96	15.05.71	Bonn
3000 m Hindernis	8:28,95	Torsten Tiller (62)	LG Göttingen	16.06.84	Hannover
4 x 100 m Staffel	39,76	LT 85 Hannover		23.07.88	Frankfurt/M.
		Schulte-Todt-Isenbart-Nitsch			
4 x 200 m Staffel	1:24,0	VfL Wolfsburg		21.05.86	Wolfsburg
		C.Knötgen-A.Knötgen-Meyer-E.Skamrahl			
4 x 400 m Staffel	3:05,86	SV Union Groß Ilsede		04.08.85	Stuttgart
		Kohne-Fischer-U.Wegner-E.Skamrahl			
4 x 800 m Staffel	7:23,55	VfV Hildesheim		22.07.84	Fulda
		Kohlrautz-Schreiber-Becker-Rüter			
3 x 1000 m Staffel	7:13,3	VfV Hildesheim		07.09.84	Hildesheim
		Krömer-Schreiber-Rüter			
4 x 1500 m Staffel	15:01,12	VfL Wolfsburg		21.07.85	Berlin
		J.Becker-Schreiber-Rüter-U.Becker			
Olympische Staffel	3:23,3	Post SV Hannover		21.06.79	Göttingen
		Stark-Rebischke-Tauche-Kawan			
Schwedenstaffel	1:53,3	SV Union Groß Ilsede		01.05.84	Wilhelmshaven
		U.Wegner-E.Skamrahl-C.Fischer-B.Rebischke			
5 x 10 km Staffel	2:46:48	TSV Kirchdorf		02.07.06	Oldenburg
		M.Bergmann-T.Bartholome-M.Pingpank-F.Reichert-D.Schwarzbach			
10000m Gehen	42:27,71	Andreas Luttmann (69)	OFV Ostercappeln	03.09.89	Fulda
10 km Gehen	41:19	Heinz Mayr (35)	VfL Wolfsburg	29.09.73	Hamburg

10 km Gehen-Msch.	2:49:59	DJK Sparta Langenhagen K.Degener-H.Damitz-B.Luther		25.09.04	Biberach
20 km Gehen	1:24:35	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	01.11.81	Hanau
20 km Gehen-Msch.	4:29:02	VfL Wolfsburg Degener-Meyer-Jakob		29.05.83	Eschborn
50 km Gehen	3:56:52	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	28.08.83	Letter
50 km Gehen-Msch.	12:37:54	TSV Salzgitter G.Weidner 4:02:17-K.Degener 4:11:53-Kloppe 4:23:44		01.10.78	Eschborn
Hochsprung	2,34	Eike Onnen (82)	LG Hannover	20.05.07	Garbsen
Stabhochsprung	5,70	Wladyslaw Kozakiewicz(53)	TK zu Hannover	22.07.86	Paris/FRA
Weitsprung	8,14	Jens Knipphals (58)	VfL Wolfsburg	28.05.80	Berlin
Dreisprung	16,78	Wolfgang Knabe (59)	SV Union Groß Ilsede	25.06.83	Bremen
Kugelstoß	20,72	Detlef Bock (74)	VfL Wolfsburg	29.05.05	Engers
Diskuswurf	60,66	Matthias Thriene (71)	VfL Wolfsburg	11.07.03	Vellmar
Hammerwurf	78,28	Norbert Radefeld (62)	VfL Wolfsburg	23.07.88	Frankfurt/M.
Speerwurf	82,46	Stephan Steding (82)	Hannover 96	01.05.07	Garbsen
Fünfkampf	4.031	Frank Müller (68) 7,41-58,40-21,50-41,90-4:26,45	TV Norden	21.05.89	Attendorn
Fünfkampf-Msch.	11.062	TV Norden F.Müller 4031-Zander 3588-Kleemann 3443		21.05.89	Attendorn
Zehnkampf	8.256	Frank Müller (68) 10,74w-7,63w-13,93-2,00-48,15 / 14,55w-44,02-4,60-59,60-4:26,62	TV Norden	21./22.07.90	Salzgitter
Zehnkampf-Msch.	22.094	TV Norden F.Müller 7933-Kleemann 7218-Zander 6943		17./18.06.89	Dillingen

## Frauen

100 m Lauf	11,04	Melanie Paschke (70)	LG Braunschweig	30.06.95	Bremen
200 m Lauf	22,45	Melanie Paschke (70)	LG Braunschweig	03.07.94	Erfurt
400 m Lauf	50,22	Grit Breuer (72)	LT 85 Hannover	01.06.96	Madrid/ESP
800 m Lauf	1:58,45	Hildegard Falck (49)	VfL Wolfsburg	11.07.71	Stuttgart
1000 m Lauf	2:40,66	Anne Bruns (74)	LAV Meppen	17.08.94	Zürich/SUI
1500 m Lauf	4:06,33	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	01.06.98	Hengelo/NED
1 Meile	4:57,9	Katja Kowald (71)	VfL Wolfsburg	20.07.00	Hamburg
3000 m Lauf	8:53,72	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	18.08.99	Menden
5000 m Lauf	15:33,47	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	14.05.97	Koblenz
10000 m Lauf	32:35,90	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	19.05.01	Kandel
1 Stunde	15.680	Elke Bussmann (66)	OSC Damme	13.04.02	Delmenhorst
10 km Lauf	31:45	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	11.09.05	Otterndorf
10 km Lauf-Msch.	1:41:44	LG Braunschweig L.Zaituc (68) 33:23-S.Ritter (78) 33:57-B.Bultmann (74) 34:24		14.09.03	Troisdorf
Halbmarathonlauf	1:09:35	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	16.09.04	Grevenmacher/LUX
Halbmarathon-Msch.	3:52:29	LG Braunschweig L.Zaituc 1:14:08/S.Ritter 1:15:22/V.Willcox-Heidner 1:22:59		22.03.03	Burghaslach
Marathonlauf	2:26:01	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	28.10.01	Frankfurt/M.
Marathonlauf-Msch.	8:15:43	LG Seesen K.Brünig 2:43:32-I.Cronjäger 2:44:40-C.Weiglein 2:47:31		22.10.00	Essen
100 km Lauf	7:31:55	Ricarda Botzon (66)	LG Lüneburg	29.09.01	Winschoten/NED
100 km Lauf-Msch.	30:06:20	LG Lüneburg R.Botzon 8:07:46-S.Berndt 10:59:16-M.van Schwamen 10:59:18		31.08.02	Rheine
100 m Hürdenlauf	12,92	Kirsten Bolm (75)	TV Scheeßel-Eichenschule	22.06.00	Bratislava/SVK

400 m Hürdenlauf	54,22	Silvia Rieger (70)	TuS Eintracht Hinte	11.09.98	Johannesb./RSA
3000 m Hindernis	10:07,41	Birte Bultmann (74)	LG Braunschweig	17.06.06	Regensburg
4 x 100 m Staffel	44,39	VfL Wolfsburg		13.08.78	Köln
		Feeder-Rasch-Westedt-Wilkes			
4 x 200 m Staffel	1:38,6	VfL Wolfsburg		20.08.75	Wolfsburg
		Pohl-Rasch-Schwencker-Falck			
4 x 400 m Staffel	3:40,4	VfL Wolfsburg		07.09.71	Berlin
		Alisch-Czekay-Jeske-Falck			
3 x 800 m Staffel	6:18,88	VfL Ockenhausen		21.07.85	Berlin
		F.Janhsen-H. Huneke-M. Bens			
Olympische Staffel	4:00,93	LG Emstal Dörpen		06.09.05	Osnabrück
		S.Thieke-T.Hermes-D.Ohmstede-K.Hunfeld			
Schweden-Staffel	2:13,75	TV Stadtoldendorf		20.05.98	Hannover
		N.Marahrens-K.Schildknecht-A.Thimm-G.Ritterbusch			
5 x 10 km Staffel	3:34:43	LG Wilhelmshaven		24.09.94	Oldenburg
		Paga-Krause-Willerts-Spallek-Schellenberg			
5000 m Gehen	22:30,15	Barbara Brandenburg (67)	LG Osnabrück	25.04.04	Neustadt
5 km Gehen	22:24	Barbara Kollorz (67)	LG Osnabrück	08.08.87	Fürth
5 km Gehen-Msch.	1:13:29	LG Osnabrück		28.08.05	Hildesheim
		B.Brandenburg 23:07-S.Birkemeyer 24:51-S.Bludau 25:31			
10.000m Gehen	48:39,63	Barbara Brandenburg (67)	OFV Ostercappeln	04.07.98	Berlin
10 km Gehen	44:25	Ruta Schwoche (70)	VfV Hildesheim	27.08.94	Hildesheim
10 km Gehen-Msch.	2:34:26	OFV Ostercappeln		21.04.91	Naumburg
		Kollorz 50:20-Luttmann 52:00-Krahn 52:06			
20 km Gehen	1:43:27	Barbara Brandenburg (67)	LG Osnabrück	05.06.04	Hildesheim
Hochsprung	1,88	Christiane Mergemann (65)	MTV Celle	23.07.88	Frankfurt/M.
		Helene Klimek (66)	TK zu Hannover	14.07.90	Oldenburg
Stabhochsprung	3,95	Tanja Cors (71)	MTV 49 Holzminden	23.07.95	Holzminden
Weitsprung	6,58	Silke Harms (67)	TSV Stelle	03.08.85	Stuttgart
Dreisprung	13,50	Kathrin Feuerbach (66)	LG Göttingen	27.07.94	Hamburg
Kugelstoß	20,34	Stephanie Storp (68)	VfL Wolfsburg	01.07.90	Wolfsburg
Diskuswurf	61,26	Liesel Westermann (44)	Hannover 96	05.11.67	Sao Paulo/BRA
Hammerwurf	70,73	Andrea Bunjes (76)	SV Holtland	23.08.04	Athen/GRE
Speerwurf	57,76	Jana Ladewig (81)	LG TK Hannover 96	09.06.02	Osnabrück
Fünfkampf	3.767	Maren Schwerdtner (85)	LG Hannover	28.09.03	Langen
		12,61-1,76-11,70-5,67-2:36,92			
Fünfkampf-Msch.	9.673	LG Weserbergland		18.09.05	Osnabrück
		S.Rauchberger 3476-N.Giebel 3169-R.Fierenz 3028			
Siebenkampf	6.349	Beatrice Mau (71)	TK zu Hannover	28./29.5.94	Götzis/AUT
		13,86-1,75-13,53-24,57w / 6,41-50,34-2:14,46			
Siebenkampf-Msch.	16.064	TK zu Hannover		19./20.6.93	Vaterstetten
		S.Harms 5546-D.Grube 5495-K.Duveneck 5023			

### Männliche Jugend A

100 m Lauf	10,40	Alexander Kosenkow (77)	LT 85 Hannover	15.06.96	Mannheim
200 m Lauf	21,22	André Volkmann (77)	LT 85 Hannover	24.05.96	Rhede
400 m Lauf	46,94	Claas Caspers (86)	Heidmühler FC	20.06.04	Mannheim
800 m Lauf	1:48,44	Sören Ludolph (88)	LG Nordheide	06.06.07	Kassel
1000 m Lauf	2:23,66	Wolfgang Schreiber (63)	VfV Hildesheim	16.09.81	Menden
1500 m Lauf	3:46,11	Jens Volkmann (67)	LG Huntetgau	02.07.86	Rhede

3000 m Lauf	8:01,6	Klaus Storbeck (49)	SC Göttingen 05	07.09.68	London/GBR
5000 m Lauf	14:13,0	Friedel Klement (54)	VfL Wolfsburg	23.09.73	Burg Gretesch
10000 m Lauf	30:41,0	Michael Spöttel (56)	LG Kreis Verden	19.04.75	Bonn
10 km Lauf	31:24	Vitali Müller (86)	SG Essen-Garthe-Molbgn.	13.03.05	Ohrdruf
10 km Lauf-Msch.	1:41:49	LG PSV Uelzen/MTV Barum		30.03.03	Bremerhaven
		H.Fritze(85) 33:22-K.Jäkel(84) 33:36-T.Heitmann(86) 34:51			
Halbmarathon	1:11:57	Nikolaus Rama (74)	LG Göttingen	03.10.93	Brüssel/BEL
Halbmarathon-Msch.	3:57:01	SV Lemwerder		06.05.07	Hannover
		C.Eichinger(89)-W.Trudrung(89)-K.Ammermann(88)			
Marathon	2:28:08	Rainer Oberbeck (69)	LG Seesen	09.10.88	Berlin
110 m Hürden	13,81	Dennis Griese (77)	LG Nordheide	08.07.95	Rhede
400 m Hürden	50,98	Stephan Striezel (73)	MTV Hanstedt	11.07.92	M'gladbach
2000 m Hindernis	5:29,60	Jens Volkmann (67)	LG Huntgau	20.07.86	Athen/GRE
4 x 100 m Staffel	41,21	LT 85 Hannover		09.07.95	Rhede
		A.Kosenkow-A.Volkmann-J.Marhauer-J.Perez			
4 x 400 m Staffel	3:14,87	LT 85 Hannover		28.07.91	Hannover
		Lopez-Hauptmeier-Jeschonnek-Janke			
3 x 1000 m Staffel	7:34,46	SV Germania Helstorf		29.06.97	Frankfurt/M.
		D.Stanze-M.Gohde-U.Dick			
Olympische Staffel	3:29,8	SV Union Salzgitter		17.09.66	Oldenburg
		Nause-Luczyk-Werner-Kulcke			
Schwedenstaffel	1:57,5	Eintracht Hildesheim		03.07.85	Hildesheim
		Hänies-Kopper-Vogel-Nagel			
5000 m Gehen	21:48,4	Uwe Jakob (61)	LG Salzgitter	15.09.79	Dortmund
5 km Gehen	25:08	Ruslan Kusainov (85)	LG Osnabrück	02.10.04	Gleina
10000 m Gehen	43:24,53	Andreas Luttmann (69)	OFV Ostercappeln	08.07.88	Lübeck
10 km Gehen	45:46	Jannnek Schweer (88)	LG Osnabrück	27.08.06	Hildesheim
20 km Gehen	1:31:58	Uwe Jakob (61)	LG Salzgitter	21.09.80	Oensbach
Hochsprung	2,24	Wolfgang Kreißig (70)	SG 05 Ronnenberg	23.07.89	Dortmund
Stabhochsprung	5,11	Christian Stahl (78)	LT 85 Hannover	16.09.95	Lehrte
Weitsprung	7,78	Jens Kniphals (58)	VfL Wolfsburg	09.05.77	Hamburg
Dreisprung	15,84	Frank Müller (68)	TV Norden	15.08.87	Hamburg
Kugelstoß	18,77	Alexander Holz (74)	LG Hannover	28.08.93	Dörpen
Diskuswurf	57,98	Roland Isenecker (72)	LG Wilhelmshaven	02.10.91	Georgsheil
Hammerwurf	72,72	Achim Strohschänk (73)	VfL Wolfsburg	12.07.92	Mönchen-Gl.
Speerwurf	69,33	Stephan Steding (82)	Hannover 96	21.01.01	Dissen
Fünfkampf	3.953	Stefan Küter (85)	Hannover 96	31.07.04	Merignac/FRA
		11,36-6,96-14,36-2,05-51,05			
Fünfkampf-Msch.	15.648	TSV Arminia Vöhrum		16.07.94	Salzgitter
		A.Horn 3468-K.Hartmann 3173-M.Meyer 3104-S.Schink 2982-H.Stellfeldt 2921			
Zehnkampf	7.610	Stefan Küter (85)	Hannover 96	31.07./01.08.04	Merignac/FRA
		11,36-6,96-14,36-2,05-51,05 / 14,91-42,01-4,40-57,39-4:43,09			
Zehnkampf-Msch.	19.767	TV Norden		30./31.8.97	Wesel
		J.Rabenstein 6927-V.Tebben 6751-M.Bellmann 6089			

### Männliche Jugend B

100 m Lauf	10,4	Andreas Schofer (72)	VfL Hameln	20.05.89	Holzminden
200 m Lauf	21,3	Jan Wonszak (58)	LG Cuxhaven	18.05.75	Dortmund
400 m Lauf	48,00	Sebastian Fiene (89)	LG Peiner Land	07.07.06	Mannheim
800 m Lauf	1:52,75	Jürgen Lubrecht (56)	VfL Wolfsburg	28.07.73	Schwetzingen

1000 m Lauf	2:26,0	Axel Wehmeier (66)	SpVgg Fürstenau	28.09.83	Dissen
1500 m Lauf	3:47,07	Johannes Raabe (87)	TSV Kirchdorf	19.06.04	Mannheim
3000 m Lauf	8:22,70	Johannes Raabe (87)	TSV Kirchdorf	20.05.04	Hameln
5000 m Lauf	14:56,6	Johannes Raabe (87)	TSV Kirchdorf	30.09.04	Garbsen
10 km Lauf	32:12	Johannes Raabe (87)	TSV Kirchdorf	19.10.03	Oldenburg
10 km Lauf-Msch.	1:39:22	SV Concordia Emsbüren		13.03.05	Ohrdruf
		I.Schneiders (88) 31:13-M.Schneiders (88) 33:32-D.Gruber (89) 33:37			
Halbmarathon	1:16:15	Christian Eichinger (89)	SV Lemwerder	01.10.06	Aschaffenburg
Halbmarathon-Msch.	4:10:01	SV Lemwerder		01.10.06	Aschaffenburg
		C.Eichinger (89) 1:16:15-W.Trudrung (89) 1:22:27-T.Wessels (90) 1:31:19			
110 m Hürdenlauf	13,66	Patrick Amarteifio (73)	LG Wilhelmshaven	14.07.90	Bruchköbel
400 m Hürdenlauf	52,7	Willi Hustede (59)	Bersenbrücker LK	27.06.76	Hannover
2000 m Hindernis	5:53,27	Jens Volkmann (67)	LG Hunttegau	22.07.84	Fulda
4 x 100 m Staffel	42,97	VfL Hameln		22.07.89	Dortmund
		N.Benze-A.Schofer-Stelzer-Lentge			
3 x 1000 m Staffel	7:43,70	TuS Sulingen		02.07.95	Bremen
		S.Dujat-M.Stenzel-M.Wolowicz			
Schweden-Staffel	2:01,23	OTB Osnabrück		07.09.04	Osnabrück
		A.Spielmeyer-M.Stolp-A.Flohr-S.Hiebenga			
5000m Gehen	21:48,9	Stefan Wolters (73)	TSV Schwarme	07.10.89	Kiel
10 km Gehen	48:27	Uwe Jakob (61)	LG Salzgitter	22.06.77	Nordstemmen
Hochsprung	2,12	Hannes Zumsande (79)	LG Emstal Dörpen	08.09.96	Eberstadt
Stabhochsprung	5,11	Christian Stahl (78)	LT 85 Hannover	16.09.95	Lehrte
Weitsprung	7,64	Markus Kessler (62)	VfL Wolfsburg	15.09.79	Dortmund
Dreisprung	14,99	Frank Müller (68)	TV Norden	04.10.85	Stade
Kugelstoß	18,55	Gunnar Pfingsten (75)	LG Steinhuder Meer	10.10.92	Osterode
Diskuswurf	55,40	Gunnar Pfingsten (75)	LG Steinhuder Meer	08.08.92	Peine-Vöhrum
Hammerwurf	77,96	Richard Olbrich (90)	GW Bad Gandersheim	27.05.07	Fränk.-Crumbach
Speerwurf	68,68	Sascha Cordes (87)	TSV Wiepenkathen	22.05.04	Halle
Fünfkampf	3.827	Thorsten Margis (89)	LG Peiner Land	01.09.06	Wesel
		11,33-6,80-16,04-1,84-51,29			
Fünfkampf-Msch.	14.247	LG Edemissen/Peine/Ilse		10.09.05	Salzgitter
		T.Margis 3477 – S.Knoblauch 2980 – T.Paetzold 2801 - C.Wiedenroth 2548 – F.Menzel 2441			
Zehnkampf	7.250	Thorsten Margis (89)	LG Peiner Land	01./02.09.06	Wesel
		11,33-6,80-16,04-1,84-51,29/15,36-42,47-4,10-55,96-4:56,73			
Zehnkampf-Msch.	17.704	LG Peiner Land		01./02.09.06	Wesel
		T.Margis 7250 – C.Wiedenroth 5.232 – P.Lambertz 5222			

### Weibliche Jugend A

100 m Lauf	11,61	Iris Göhmann (62)	TK zu Hannover	25.07.81	Hannover
		Jala Gangnus (86)	LG Nordheide	29.07.05	Braunschweig
200 m Lauf	23,38	Jala Gangnus (86)	LG Nordheide	03.07.05	Wattenscheid
400 m Lauf	53,70	Heike Huneke (66)	VfL Ockenhausen	18.08.84	M'gladbach
800 m Lauf	2:01,29	Monika Bens (66)	VfL Ockenhausen	27.08.83	Schwechat/AUT
1500 m Lauf	4:18,42	Stephanie Thieke (86)	LG Emstal Dörpen	16.07.04	Grosseto/ITA
3000 m Lauf	9:17,88	Christiane Finke (62)	LG Göttingen	30.08.80	Mainz
5000 m Lauf	16:41,9	Anne Bruns (74)	LAV Meppen	11.09.93	Lingen
10.000 m Lauf	35:50,75	Karola Weiglein (67)	LG Seesen	27.04.85	Verden
10 km Lauf	36:45	Cornelia Schwennen (87)	SV Concordia Emsbüren	13.03.05	Ohrdruf

10 km Lauf-Msch.	2:02:34	LG Hannover S.Scholz 40:20-U.Dreißigacker 41:05-F.Radtke 41:09		23.03.02	Schotten
Halbmarathon	1:22:04	Ines Cronjäger (77)	LG Seesen	03.03.96	Frankfurt/M.
Marathonlauf	3:02:17	Sandra Janisch (69)	Eintracht Hannover	04.10.87	Berlin
100 m Hürdenlauf	13,26	Kirsten Bolm (75)	TV Scheeßel-Eichenschule	22.07.94	Lissabon/POR
400 m Hürdenlauf	56,33	Silvia Rieger (70)	TuS Eintracht Hinte	16.08.89	Zürich/SUI
2.000 m Hindernis	7:10,36	Vivien Tiedemann (88)	LG Nordheide	02.06.07	Kamen
4 x 100 m Staffel	46,82	LG Weserbergland N.Müller-I.Laing-M.Abrahamczik-A.Seele		16.07.00	Dresden
4 x 400 m Staffel	3:42,5	VfL Ockenhausen H.Huneke-A.Engel-F.Janhsen-M.Bens		02.10.82	Verden
3 x 800 m Staffel	6:23,89	VfL Ockenhausen A.Engel-F.Janhsen-M.Bens		26.06.83	Bremen
Olympische Staffel	4:00,93	LG Emstal Dörpen S.Thieke-T.Hermes-D.Ohmstede-K.Hunfeld		06.09.05	Osnabrück
Schweden-Staffel	2:20,78	LG Emstal Dörpen E.Jansen-K.Heskamp-S.Thieke-A.Busmann		04.09.01	Osnabrück
3000 m Gehen	14:11,56	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	27.05.05	Dessau
5000 m Gehen	23:31,7	Muriel Eberhardt (72)	TV Scheeßel-Eichenschule	07.10.89	Kiel
5 km Gehen	24:46	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	24.04.05	Dresden
10 km Gehen	52:35	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	25.03.06	Dudince/SLO
Hochsprung	1,87	Marlies Wilken (59)	LG Wilhelmshaven	18.06.77	Bremerhaven
		Christiane Mergemann (65)	MTV Celle	10.07.83	Sindelfingen
Stabhochsprung	3,92	Rahel Riediger (79)	TK zu Hannover	25.07.98	Bad Gandersheim
Weitsprung	6,58	Silke Harms (67)	TSV Stelle	03.08.85	Stuttgart
Dreisprung	12,80	Eva Linnenbaum (89)	TuS Neuenhaus	20.05.07	Garbsen
Kugelstoß	19,90	Stephanie Storp (68)	VfL Wolfsburg	16.08.87	Hamburg
Diskuswurf	58,28	Stephanie Storp (68)	VfL Wolfsburg	02.07.86	Rhede
Hammerwurf	60,07	Johanna Hoppe (86)	LG Einbeck	06.06.04	Wilhelmshaven
Speerwurf	53,15	Jana Ladewig (81)	TK zu Hannover	19.08.00	Jena
Vierkampf	3.548	Maren Schwerdtner (85) 13,84-1,79-11,71-24,44	LG Hannover	05.06.04	Filderstadt
Vierkampf-Msch.	12.936	LG Göttingen S.Schneider 3074-S.Müller 2808-M.Hempe 2404- D.Henneberg 2347-C.Müller 2303		16.07.94	Salzgitter
Siebenkampf	5,603	Maren Schwerdtner (85) 13,89-1,78-11,64-24,68 / 5,75-38,49-2:30,16	LG Hannover	03./04.09.04	Vaterstetten
Siebenkampf-Msch.	15.055	TK zu Hannover A.Schulze-Borges (82) 5476-J.Ladewig (81) 5003- K.Klaus (82) 4576		15./16.05.99	Ulm

### Weibliche Jugend B

100 m Lauf	11,5	Corinna Krug (64)	Oldenburger TB	19.09.81	Itzehoe
		Birgit Leinemann (68)	TK Jahn Sarstedt	30.06.84	Oldenburg
		Silke Harms (67)	LG Nordheide	30.06.84	Oldenburg
200 m Lauf	23,85	Corinna Krug (64)	Oldenburger TB	30.08.81	Koblenz
400 m Lauf	53,6	Monika Bens (68)	VfL Ockenhausen	10.09.83	Berlin
800 m Lauf	2:01,29	Monika Bens (66)	VfL Ockenhausen	27.08.83	Schwechat/AUT
1500 m Lauf	4:21,05	Stephanie Thieke (86)	LG Emstal Dörpen	21.06.03	Mannheim
3000 m Lauf	9:33,29	Maren Kock (90)	LG Emstal Dörpen	14.07.05	Marrakesch/MAR
5000 m Lauf	17:21,58	Maren Kock (90)	LG Emstal Dörpen	30.09.05	Papenburg

10 km Lauf	37:19	Cornelia Schwennen (87)	SV Concordia Emsbüren	29.11.03	Mesum
10 km Lauf Mann.	2:05:09	VfL Lingen L.Musekamp 37:38–H.Friesen 42:49–J.Brink 44:42		24.05.03	Lingen
Halbmarathon	1:30:40	Mona Dietel (90)	SV Lemwerder	06.05.07	Hannover
100 m Hürdenlauf	13,49	Kirsten Bolm (75)	TV Scheeßel-Eichenschule	19.07.91	Berlin
400 m Hürdenlauf	57,44	Silvia Rieger (70)	TuS Eintracht Hinte	09.08.87	Birmingham/GBR
1500 m Hindernis	5:17,12	Anika Mallwitz (87)	TuS Wunstorf	29.05.04	Zeven
4 x 100 m Staffel	47,33	LG Wilhelmshaven Brosig-Baumann-Oetken-Mielke		30.07.78	Göttingen
3 x 800 m Staffel	6:27,46	VfL Ockenhausen Engel-Janhsen-Bens		25.07.82	München
Schwedenstaffel	2:20,78	LG Emstal / Dörpen E.Jansen–K.Heskamp–S.Thieke–A.Busmann		04.09.01	Osnabrück
3000 m Gehen	14:04,1	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	24.05.06	Osnabrück
5000 m Gehen	23:56,02	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	02.07.05	Wattenscheid
5 km Gehen	24:46	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	24.04.05	Dresden
10 km Gehen	50:55	Sonja Birkemeyer (89)	LG Osnabrück	17.06.06	Leamington/GBR
Hochsprung	1,86	Marlies Wilken (59)	LG Wilhelmshaven	08.08.76	Wolfsburg
Stabhochsprung	4,00	Annika Roloff (91)	MTV 49 Holzminden	25.07.07	Holzminden
Weitsprung	6,36	Silke Harms (67)	LG Nordheide	09.06.84	Fürth
Dreisprung	12,65	Eva Linnenbaum (89)	TuS Neuenhaus	21.05.06	Garbsen
Kugelstoß	17,72	Stephanie Storp (68)	LG Braunschweig	04.05.85	Altötting
Diskuswurf	53,22	Dagmar Galler (61)	DSC Oldenburg	23.04.78	Oldenburg
Hammerwurf	58,25	Daniela Pohl (87)	SV Holtland	04.08.04	Minden
Speerwurf	43,68	Meike Lürßen (85)	LAV Zeven	28.06.02	M'gladbach
Vierkampf	3.372	Maren Schwerdtner (85) 13,97-1,78-9,88-12,20	LG TK Hannover 96	30.08.02	Berlin
Vierkampf-Msch.	13.359	TK zu Hannover A.Schulze-Borges 3048-J.Ladewig 2760-K.Klaus 2580- J.Prang 2509-K.Pigorsch 2462		04.07.98	Celle
Siebenkampf	5.343	Maren Schwerdtner (85) 13,97-1,78-9,88-12,20 / 5,72-35,24-2:35,11	LG TK Hannover 96	30./31.08.02	Berlin
Siebenkampf-Msch.	13.760	TK zu Hannover A.Meyer 5299-J.Ladewig 4879-N.Hinze 3582		28.06./29.06.97	Hannover

### Schüler M 15

100 m Lauf	10,7	Jan Wonszak	LG Cuxhaven	07.07.73	Lüchow
300 m Lauf	35,72	Alexander Juretzko	LG Nienburg	14.08.05	Lübeck
800 m Lauf	1:57,44	Sören Ludolph	LG Nordheide	14.06.03	Oldendorf
1.000 m Lauf	2:29,22	Johannes Raabe	TSV Kirchdorf	29.09.02	Braunschweig
2.000 m Lauf	5:47,0	Daniel Gruber	SV Concordia Emsbüren	18.09.04	Nordhorn
3.000 m Lauf	8:56,42	Thorsten Hoke	PSV Osnabrück	29.07.83	Dortmund
5 km Straße	15:48	Sadik Klिंगenberg	LG Emstal Dörpen	04.05.04	Lingen
80 m Hürden	10,53	Stephan-Markus Schöl	SV Eintracht Hannover	16.08.97	Ulm
300 m Hürden	40,22	Sören Ludolph	LG Nordheide	27.09.03	Hamburg
3000 m Gehen	13:44,6	Stefan Wolters	TSV Schwarme	04.06.88	Norderstedt
5000 m Gehen	23:00,92	Stefan Wolters	TSV Schwarme	04.09.88	Ahlen
Hochsprung	2,03	Oliver Pinnow	VfL Stade	02.06.79	Bad Nenndorf
Stabhochsprung	4,23	Christian Stahl	TK zu Hannover	26.09.93	Bad Sooden
Weitsprung	6,80	Michael Lechner	TSV Lemm	27.09.80	Königsutter
Dreisprung	13,79	Michael Lechner	TSV Lemm	17.09.80	Königsutter



Kugelstoß	18,31	Dragan Jevtovic	LT 85 Hannover	07.07.90	Bietigheim
Diskuswurf	59,22	Sven Bergmann	SV Georgsheil	11.10.97	Georgsheil
Hammerwurf	66,01	Karol Grajek	GW Bad Gandersheim	08.04.00	Hesel
Speerwurf	62,74	Tobias Brümmer	LG Braunschweig	29.05.04	Buxtehude
Ballwurf	91,50	Achim Strohschänk	VfL Wolfsburg	04.05.88	Letter
Dreikampf	1.803	Sebastian Glänzer	Post SV Stadthagen	30.09.00	Lemgo
		11,4 - 6,12 – 81,50			
Vierkampf	2.540	Christian Heilmann	SV Alfeld	09.09.01	Hildesheim
		11,64 - 6,18 - 1,80 – 15,48			
Achtkampf	4.940	Thorsten Margis	LG Edemissen/Peine	14./15.08.04	Rhede
		11,03-5,99-15,16-1,72 / 46,45-3,20-56,93-2:58,70			
Blockwettkampf S/S	3.042	Thorsten Margis	LG Edemissen/Peine	15.09.04	Edemissen
		11,5-11,6-6,20-1,72-53,19			
Blockwettkampf Lauf	2.819	Sebastian Fiene	LG Edemissen/Peine	15.09.04	Edemissen
		11,3-11,8-6,24-54,50-6:23,6			
Blockwettkampf Wurf	3.193	Thorsten Margis	LG Edemissen/Peine	19.06.04	Edemissen
		11,86-11,35-6,23-15,06-50,49			

### Schüler M 14

100 m Lauf	11,0	Jan Wonszak	LG Cuxhaven	08.07.72	Sindelfingen
300 m Lauf	37,17	Alexander Juretzko	LG Nienburg	22.08.04	Bremen
1.000 m Lauf	2:35,7	Jens Ulrich	VfL Lingen	05.10.83	Melle
2.000 m Lauf	5:52,1	Johannes Raabe	TSV Kirchdorf	20.05.01	Schweinfurt
3.000 m Lauf	9:11,6	Johannes Raabe	TSV Kirchdorf	06.09.01	Suderburg
5 km Straße	15:58	Johannes Raabe	TSV Kirchdorf	21.10.01	Oldenburg
80 m Hürden	10,82	Florian Blessin	SV Atlas Delmenhorst	24.06.90	Bad Pyrmont
300 m Hürden	42,95	Arne Surmann	LG Oldenburg	23.09.06	Hamburg
3000 m Gehen	13:58,0	Stefan Wolters	LG Huntdegau	15.08.87	Omme/DEN
3 km Gehen	15:53	Stefan Scharnowski	DJK Sparta Langenhagen	19.09.04	Dessau
5000 m Gehen	24:39,6	Carlo Müller	TV Adelheide	02.10.81	Schortens
Hochsprung	1,92	Thorben Müller	LG Kehdingen	28.09.97	Langen
Stabhochsprung	3,80	Gunnar Grau	LAZ Südheide	09.10.71	Scheeßel
Weitsprung	6,67	Lothar Bauer	LAZ Südheide	29.10.71	Bomlitz
Kugelstoß	17,49	Dragan Jevtovic	LT 85 Hannover	14.10.89	Osterode
Diskuswurf	59,22	Sven Bergmann	SV Georgsheil	11.10.97	Georgsheil
Hammerwurf	62,16	Tom Kruse	GW Bad Gandersheim	01.06.07	Vellmar
Speerwurf	56,86	Tobias Brümmer	PSV Braunschweig	06.09.03	Bremen
Ballwurf	84,00	Sven Bergmann	SV Georgsheil	22.05.97	Aurich
Dreikampf	1.682	Claudio Celenza	MTV Wedtlenstedt	23.08.85	Vechede
		12,1-5,91-75,00			
Vierkampf	2.368	Sven Berlinecke	LG Göttingen	15.06.86	Langen
		11,8-6,05-1,77-12,60			
Achtkampf	4.641	Mirko Bohmann	TSV Wiepenkathen	14./15.08.04	Rhede
		11,64-6,00-13,11-1,76 / 37,64-3,10-40,56-2:57,83			
Blockwettkampf S/S	2.872	Mirko Bohmann	TSV Wiepenkathen	12.06.04	Loxstedt
		12,52-11,61-5,62-1,78-41,57			
Blockwettkampf Lauf	2.673	Helge Zabel	LAV Zeven	26.08.06	Hannover
		12,18-12,47-5,90-57,00-6:39,98			
Blockwettkampf Wurf	2.915	Christian Heilmann	SV Alfeld	03.10.00	Uslar
		12,2-11,6-5,97-13,85-37,70			

## Schüler A

5 km Lauf-Msch.	51:13	SG Essen-Garthe V.Müller 16:23–A.Meyer 17:21–V.Maurer 17:29	21.10.01	Oldenburg
4 x 100 m Staffel	45,54	SV Union Groß Ilsede B.Bürig-N.Knüppel-L.Kolshorn-S.Lüddecke	26.06.04	Celle
3 x 1000 m Staffel	8:07,2	LG Nordheide N.Gutzeit–A.Kammermeier–S.Ludolph	07.09.02	Bad Bevensen
Dreikampf-Msch.	7.733	VfL Wolfsburg L.Tolle 1680-A.Pagel 1524-C.Pagel 1524- U.Wehlauer 1515-J.Schnauder 1490	17.10.85	Wolfsburg
Vierkampf-Msch.	10.803	VfL Wolfsburg R.Thielert 2290-P.Pieper 2224-H.Kempf 2186- W.Golenia 2062-M.Liske 2041	24.09.72	Leverkusen
Achtkampf-Msch.	13.452	LG Edemissen-Peine R. Schmidt 4835-F. Michels 4568-S. Weber 4049	16.08./17.08.97	Ulm
Blockwettkampf-Msch.	13.643	LG Edemissen/Peine T.Margis 3193-S.Fiene 2825-C.Wiedenroth 2668- P.Lambertz 2512-C.Motel 2445	19.06.04	Edemissen

## Schülerinnen W 15

100 m Lauf	12,02	Melanie Zobel	LG Wilhelmshaven	13.06.93	Oldenburg
300 m Lauf	39,98	Ruth Sophia Spelmeyer	VfL Oldenburg	26.06.05	Wilhelmshaven
800 m Lauf	2:08,33	Monika Bens	VfL Ockenhausen	09.05.81	Oldenburg
2000 m Lauf	6:16,07	Maren Kock	LG Emstal Dörpen	03.09.05	Hamburg
3000 m Lauf	9:33,29	Maren Kock	LG Emstal Dörpen	14.07.05	Marrakesch/MAR
5 km Lauf	17:14	Maren Kock	LG Emstal Dörpen	13.05.05	Emlichheim
80 m Hürden	11,17	Tessy Prediger	MTV Wolfenbüttel	26.06.94	Oldenburg
300 m Hürden	43,70	Anna Raukuc	SV Emden-Harsweg	13.08.05	Lübeck
3000 m Gehen	15:21,23	Sonja Birkemeyer	LG Osnabrück	02.07.04	Jena
3 km Gehen	15:24	Sonja Birkemeyer	LG Osnabrück	17.10.04	Aschersleben
5 km Gehen	26:27	Sonja Birkemeyer	LG Osnabrück	02.10.04	Gleina
Hochsprung	1,76	Heide Reinecke	LG Kreis Nord Stade	27.09.81	Hamburg
		Sandy-Marlen Martin	TV Jahn Wolfsburg	17.07.97	Delmenhorst
Stabhochsprung	3,71	Annika Roloff	MTV 49 Holminda	09.09.05	Holzwinden
Weitsprung	6,10	Kerstin Reinhardt	ASC Göttingen	29.06.84	Hannover
Dreisprung	11,57	Katrin Ehlermann	LG Heide	26.09.92	Soltau
Kugelstoß	14,12	Lina Berends	LG Grafschaft Bentheim	30.09.05	Papenburg
Diskuswurf	36,75	Sonka Kielmann	LAC Emden	05.05.07	Delmenhorst
Hammerwurf	58,01	Mareike Nannen	SV Holtland	18.09.05	Delmenhorst
Speerwurf	41,59	Anne Kathrin Kahrs	TuS Alfstedt	20.08.02	Oerel
Ballwurf	64,00	Svenja Drechsler	MTV Jahn Schladen	03.07.04	Schladen
Dreikampf	1.763	Michaela Halm	LG Weserbergland	09.09.00	Greene
		12,38 - 5,45 – 50,50			
Vierkampf	2.293	Heike Hanert	LG Braunschweig	16.05.85	Bad Nenndorf
		12,5-5,45-1,59-12,13			
Siebenkampf	3.881	Sarah Piesker	LG Wennigsen/Egestorf	30.6./1.7.01	Delmenhorst
		11,94-1,68-11,88-12,80 / 5,62-32,00-2:49,78			
Blockwettkampf S/S	2.833	Sarah Piesker	LG Wennigsen/Egestorf	17.06.01	Wunstorf

		12,80 -12,03 - 5,38 - 1,56 – 33,40			
Blockwettkampf Lauf	2.792	Michaela Halm	LG Weserbergland	13.08.00	Vaterstetten
		12,41-12,55-5,34-54,00-7:46,29			
Blockwettkampf Wurf	2.770	Mareike Peters	SV Georgsheil	19.08.01	Rhede
		12,76 - 12,01 - 5,15 - 11,52 – 29,84			

### Schülerinnen W 14

100 m Lauf	12,16	Birgit Leinemann	TK Jahn Sarstedt	03.07.82	Hannover
300 m Lauf	41,30	Karina Hunfeld	LG Emstal Dörpen	06.09.03	Bremen
800 m Lauf	2:13,68	Sabine Nolte	LG Göttingen	03.07.82	Hannover
2.000 m Lauf	6:23,59	Maren Kock	LG Emstal Dörpen	21.08.04	Bremen
5 km Straße	17:50	Maren Kock	LG Emstal Dörpen	11.09.04	Nordhorn
80 m Hürden	11,74	Anna Maier	TV Bruchhausen-Vilsen	10.08.03	Lage
300 m Hürden	46,29	Svea Schütte	VfL Stade	22.06.03	Schneverdingen
3000 m Gehen	16:08,9	Kerstin Maschendorf	LG Huntégau	21.04.85	Kassel
Hochsprung	1,76	Sandy-Marlen Martin	TV Jahn Wolfsburg	17.07.99	Delmenhorst
Stabhochsprung	3,71	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	09.09.05	Holzminden
Weitsprung	5,85	Annette Studtmann	LG Lüneburg	11.07.76	Kassel
Kugelstoß	12,94	Kerstin Erfmann	OTB Osnabrück	08.09.91	Westerstede
Diskuswurf	34,35	Svenja Kassel	TK zu Hannover	08.10.00	Sarstedt
Hammerwurf	51,50	Mareike Nannen	SV Holtland	25.09.04	Holtland
Speerwurf	38,02	Romina Quell	TSV Wiepenkathen	29.09.01	Hamburg
Ballwurf	63,00	Elke Petersen	WSV Wendtschott	31.08.84	Wolfsburg
Dreikampf	1.644	Svenja Drechsler	MTV Jahn Schladen	28.06.03	Schladen
		13,5 – 4,95 – 59,00			
Vierkampf	2.293	Heike Hanert	LG Braunschweig	16.05.85	Bad Nenndorf
		12,5-5,45-1,59-12,13			
Siebenkampf	3.794	Katinka Nowak	LG Weserbergland	12./13.08.00	Vaterstetten
		11,94-1,52-11.63-12,94 / 5,13-33,53-2:35,70			
Blockwettkampf S/S	2.737	Sarah Piesker	LG Wennigsen / Egestorf	13.08.00	Vaterstetten
		13,37-12,36-5,22-1,64-27,39			
Blockwettkampf Lauf	2.705	Marika Wehner	LC Hansa Stuhr	08.07.06	Zeven
		12,79-12,52-5,11-46,00-7:31,52			
Blockwettkampf Wurf	2.691	Mareike Peters	SV Georgsheil	13.08.00	Vaterstetten
		12,71- 12,47- 5,21- 9,93- 30,16			

### Schülerinnen A

5 km Lauf-Msch.	57:35	LG Eichsfeld		28.09.96	Gieboldehausen
		Reuber 18:56-Wucherpennig 19:02-Schusterbauer 19:37			
4 x100 m Staffel	48,77	LG Göttingen		15.07.07	Papenburg
		L.Hampe-L.Rieker-A.Dunkl-H.Küstner			
3 x 800 m Staffel	6:48,3	VfL Ockenhausen		07.10.79	Salzgitter
		Engel-Bens-Janhsen			
Dreikampf-Msch.	7.268	TK zu Hannover		14.05.00	Sarstedt
		J.Meyer 1694–M.Stephan 1507–S.Kassel 1412- S.Krafczyk 1346–A.Tilling 1309			
Vierkampf-Msch.	10.057	TK zu Hannover		14.05.00	Oldendorf
		J.Meyer 2229–M.Schwerdtner 2192–C.Beckmann 1983- J.Stephan 1863–I.Hampel 1790			

Siebenkampf-Msch.	10.573	TK zu Hannover J.Meyer 3694-M.Schwerdtner 3550-C.Beckmann 3329-	24.06./ 25.06.00	Dörpen
Blockwettkampf-Msch.	12.865	TK zu Hannover M.Schwerdtner 2801-J.Meyer 2706-J.Stephan 2534- C.Beckmann 2456-S.Kassel 2368	13.08.00	Vaterstetten

### Senioren M 30

100 m Lauf	10,51	Erwin Skamrahl (58)	VfL Wolfsburg	16.06.88	Uslar
200 m Lauf	20,83	Erwin Skamrahl (58)	VfL Wolfsburg	01.06.88	Sevilla/ESP
400 m Lauf	46,37	Jens Dautzenberg (74)	VfL Wolfsburg	17.07.04	Mals/ITA
800 m Lauf	1:48,05	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	02.07.86	Rhede
1000 m Lauf	2:18,86	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	13.06.86	Lage
1500 m Lauf	3:35,65	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	13.08.87	Koblenz
1 Meile	3:53,58	Uwe Becker (55)	VfL Wolfsburg	21.08.87	Berlin
3000 m Lauf	8:02,0	Karl Mann (48)	VfL Wolfsburg	09.06.79	Berlin
5000 m Lauf	13:45,2	Werner Girke (40)	VfL Wolfsburg	29.06.71	Köln
10.000 m Lauf	28:42,0	Werner Girke (40)	VfL Wolfsburg	02.06.72	Eschweiler
1 Stunde Lauf	19.082	Ulrich Hutmacher (46)	VfL Lingen	28.03.76	Celle
10 km Lauf	28:34	Carsten Eich (70)	LG Braunschweig	14.09.03	Troisdorf
10 km Lauf-Msch.	1:32:24	LG Braunschweig J.Austin (70)-G.Diettrich (70)-M.Burger (67)		18.03.01	Alfeld
Halbmarathonlauf	1:03:32	Carsten Eich (70)	LG Braunschweig	24.08.03	Klagenfurt/AUT
Halbmarathon-Msch.	3:15:35	LG Braunschweig C.Eich (70)-J.Wagner (70)-J.Austin (70)		23.03.02	Schotten
Marathonlauf	2:13:47	Carsten Eich (70)	LG Braunschweig	28.04.02	Leipzig
Marathonlauf-Msch.	7:20:05	Heidmühler FC H.Ollesch (54)-A.Nicolai (45)-W.Donnerstag (46)		28.04.85	Bremen
100 km Lauf	6:43:19	Volker Krajenski (66)	SV Germania Helmstedt	10.04.99	Troisdorf
100 km Lauf-Msch.	21:51:34	LG Braunschweig H.Dreyer H (57)-J.Mankopf (62)-H.Wolff (51)		05.09.92	Rheine-Elte
110 m Hürden	13,87	Hinrich John (36)	Hannover 96	16.10.68	Mexiko City/MEX
400 m Hürden	52,15	Kilian Lescow (66)	OTB Osnabrück	18.05.97	Scheeßel
3000 m Hindernis	8:45,2	Alfons Ida (33)	VfL Wolfsburg	25.08.64	Wolfsburg
4 x 100 m Staffel	42,87	SV Union Groß Ilsede H.Bork (65)-A.Wirth (63)-A.Staerk (66)-S.Meyer (65)		07.07.96	Hagen
4 x 200 m Staffel	1:35,40	OTB Osnabrück K.Lescow (66)-G.Nolte (63)-H.Rebbe (69)-C.Bisewski (63)		14.07.01	Garbsen
4 x 400 m Staffel	3:19,12	OTB Osnabrück J.Petersen (65)-G.Nolte (63)-R.Urbschat (66)-K.Lescow (66)		16.08.97	Schweinfurt
4 x 800 m Staffel	8:00,13	TuS Wunstorf O.Foeth (67)-O.Becker (68)-J.Kohler (67)-T.Störringer (66)		09.05.98	Hannover
3 x 1000 m Staffel	7:36,48	LG Oldenburg L.Bönecke (59)-D.Brock (59)-H.Lohse (58)		02.09.89	Scheeßel
4 x 1500 m Staffel	16:44,59	TuS Wunstorf O.Foeth (67)-T.Störringer (66)-M.Rodriguez-Eicke (67)-J.Kohler (67)		08.05.97	Warsingsfehn
Olympische Staffel	3:51,0	TuSpo Bad Münden T.Webner (60)-K.Nolte (64)-J.Nolte (62)-A.Pfeiffer (64)		04.06.97	Letter
Schweden-Staffel	2:11,8	LG Braunschweig D.Wittkuhn (73)-H.Suer (73)-S.Teiwes (73)-B.Suer (73)		06.05.03	Edemissen
5 x 10 km Staffel	2:58:54	VfL Oldenburg		24.06.00	Oldenburg

		M.Götz (69)-W.Kaderhandt (57)-A.Frerichs (59)- U.Bünning (63)-R.Stamereilers (62)			
20 km Gehen	1:28:48	Jürgen Meyer (54)	VfL Wolfsburg	09.06.85	Eschborn
20 km Gehen-Msch.	4:33:40	LG Salzgitter		31.03.68	Berlin
		H.Mayr (35)-W.Hupfeld (37)-G.Weidner (33)			
50 km Gehen	3:57:26	Walter Schwoche (53)	Eintracht Hildesheim	15.04.84	Bad Krozingen
50 km Gehen-Msch.	12:37:54	LG Salzgitter		01.10.78	Eschborn
		G.Weidner (33)-K.Degener (43)-H.Kloppe (48)			
Hochsprung	2.11	Wolfgang Schillkowski (42)	DSV Hannover	14.07.74	Hannover
Stabhochsprung	5.70	Wladyslaw Kozakiewicz (53)	TK zu Hannover	22.07.86	Paris/FRA
Weitsprung	7.69	Bernd Rebeschke (55)	VfL Wolfsburg	13.06.86	Lage
Dreisprung	15.50	Martin Hoffmann (62)	TK zu Hannover	31.05.92	Verden
Kugelstoß	20.72	Detlef Bock (74)	VfL Wolfsburg	29.05.05	Engers
Diskuswurf	60,66	Matthias Thriene (71)	VfL Wolfsburg	11.07.03	Vellmar
Hammerwurf	76.84	Norbert Radefeld (62)	VfL Wolfsburg	06.08.93	Rhede
Speerwurf	73,65	Oliver Willand (72)	MTV 49 Holzminden	20.06.04	Halberstadt
Fünfkampf	3.392	Carsten Decker (69)	TV Langen	28.07.99	Göttingen
		6,30-56,38-23,93-35,14-4:23,07			
Fünfkampf-Msch.	8.146	LG Weserbergland		10.09.89	Osnabrück
		G.Schramm (58) 2893-T.Komorek (57) 2785-J.Harvey (48) 2468			
Zehnkampf	7.898	Horst Beyer (40)	VfL Wolfsburg	20./21.07.72	München
		11,38-7,29-15,32-2,01-50,10 / 15,26-44,88-4,30-55,56-4:18,8			
Zehnkampf-Msch.	14.140	OTB Osnabrück		30.4./1.5.05	Osnabrück
		S.Gerlee (75) 5773-C.Müller (64) 4530- H.Strüber (66) 3837			
Werfer-Fünfkampf	2.921	Michael Arjes (71)	MTV Aurich	08.07.05	Aurich
		45,98-11,64-37,82-46,85-12,00			

### Senioren M 35

100 m Lauf	10,7	Siegfried Tittmann (11)	Goslarer SC	24.07.49	Goslar
	10,7	Michael Behte (44)	LG Bersenbrück/Engter	01.08.79	Bad Essen
200 m Lauf	22,0	Siegfried Tittmann (11)	Goslarer SC	23.07.49	Braunschweig
400 m Lauf	49,2	Jürgen Stark (53)	LC Hannover	12.05.88	Letter
800 m Lauf	1:51,3	Paul Noll (35)	SG Hannover 74	30.07.70	Hannover
1000 m Lauf	2:26,9	Paul Noll (35)	SG Hannover 74	07.07.70	Hannover
1500 m Lauf	3:54,44	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	02.07.00	Braunschweig
1 Meile	4:25,25	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	21.05.03	Lehrte
3000 m Lauf	8:10,6	Günter Mielke (42)	VfL Wolfsburg	22.07.77	Ludwigshafen
5000 m Lauf	13:56,3	Günter Mielke (42)	VfL Wolfsburg	07.08.77	Hamburg
10.000 m Lauf	29:01,2	Günter Mielke (42)	VfL Wolfsburg	12.09.78	Ingelheim
1 Stunde Lauf	18.038	Jörg Valentin (62)	TV Norden	03.09.00	Borgholzhausen
10 km Lauf	29:48	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	23.09.01	Troisdorf
Halbmarathonlauf	1:03:29	Günter Mielke (42)	VfL Wolfsburg	26.03.77	Den Haag/NED
Marathonlauf	2:15:19	Günter Mielke (42)	VfL Wolfsburg	10.09.77	Berlin
100 km Lauf	6:58:55	Volker Krajenski (66)	SV Emmerstedt	31.08.02	Rheine
110 m Hürden	14,2	Hinrich John (36)	Hannover 96	11.09.71	Bonn
400 m Hürden	53,26	Kilian Lescow (66)	OTB Osnabrück	21.07.01	Lübeck
3000 m Hindernis	9:05,08	Dietrich Fürle (45)	GW Bad Gandersheim	15.06.83	Hannover
10000 m Gehen	48:00,40	Michael Schneider (65)	SG Ronnenberg	11.09.04	Diez
20 km Gehen	1:24:35	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	01.11.81	Hanau
50 km Gehen	4:02:55	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	01.10.72	Delmenhorst

Hochsprung	2.10	Gerd Nagel (57)	TuS Sulingen	13.05.95	Hildesheim
Stabhochsprung	5.52	Wladyslaw Kozakiewicz (53)	TK zu Hannover	03.07.88	Ylivieska/FIN
Weitsprung	7.16	Bernd Rebeschke (55)	TK zu Hannover	23.06.93	Garbsen
Dreisprung	15.72	Wolfgang Knabe (59)	OSC Damme	28.06.97	Frankfurt/M.
Kugelstoß	19.98	Michael Mertens (65)	LG Göttingen	02.07.00	Braunschweig
Diskuswurf	53,49	Michael Mertens (65)	LG TK Hannover 96	16.06.02	Delmenhorst
Hammerwurf	63.50	Josef Geishauser (35)	VfL Wolfsburg	25.05.74	Wolfsburg
Speerwurf	65.38	Oswald Sander (56)	LG Seesen	26.08.91	Seesen
Fünfkampf	3.239	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	30.06.79	Göttingen
		6,29 – 47,94 – 23,2 – 37,04 – 4:39,8			
Zehnkampf	5.533	Volker Denecke (62)	LG Altes Amt	24./25.06.00	Lindau/Harz
		12,5-6,09-11,14-1,74-55,5 / 17,2-34,64-3,53-44,40-4:56,7			
Werfer-Fünfkampf	2.910	Michael Arjes (71)	MTV Aurich	09.07.06	Aurich
		45,94-12,02-38,53-42,49-12,25			

### Senioren M 40

100 m Lauf	10,9	Georg Lammers (05)	SG SW Oldenburg	03.08.47	Northeim
200 m Lauf	22,6	Klaus Dürkop (42)	MTV Herrenhausen	11.07.84	Weyhe
400 m Lauf	50,50	Klaus Dürkop (42)	MTV Herrenhausen	22.07.84	Itzehoe
800 m Lauf	1:57,62	Reiner Burmester (49)	TSV Hitzacker	30.06.89	Ludwigshafen
1000 m Lauf	2:33,85	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	17.07.04	Garbsen
1500 m Lauf	3:57,37	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	07.07.04	Wunstorf
1 Meile	4:25,37	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	13.05.04	Hannover
3000 m Lauf	8:22,66	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	27.06.04	Rhede
5000 m Lauf	14:37,15	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	19.06.04	Halberstadt
10.000 m Lauf	30:42,28	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	22.07.04	Randers/DEN
1 Stunde Lauf	18.018	Fred Keese (39)	LG Osnabrück	09.07.80	Osnabrück
10 km Lauf	30:47	Markus Pingpank (64)	TSV Kirchdorf	19.09.04	Bad Liebenzell
10 km Lauf-Msch.	1:41:23	TSV Kirchdorf		13.07.07	Hannover
		M.Pingpank (64)-F.Colsmann (66)-M.Finn (67)			
Halbmarathonlauf	1:10:38	Klaus-Dieter Holz (42)	VfL Wolfsburg	09.06.85	Hannover
Halbmarathon-Msch.	3:44:20	SVG Groß Bülten		16.05.99	Hannover
		D.Schmidt (55)-T.Schlei (56)-B.Oppermann (57)			
Marathonlauf	2:24:08	Horst Frense (41)	VfL Oldenburg	15.05.83	Franfurt
Marathonlauf-Msch.	7:43:29	DSC Oldenburg		13.03.83	Kandel
		H.Frense (41)-P.Springborn (37)-A.Hiegemann (42)			
100 km Lauf	7:21:28	Hans-Günter Wolff (51)	LG Braunschweig	12.10.91	Scheeßel
100 km Lauf-Msch.	24:39:23	SV Germania Helmstedt		24.09.94	Neuwittenbek
		H.Wolff (51)-E.Frixe (50)-W.Henze (50)			
110 m Hürden	15,0	Hinrich John (36)	Hannover 96	16.07.77	Lübeck
400 m Hürden	57,48	Heiko Tute (61)	OTB Osnabrück	18.06.04	Kevelaer
3000 m Hindernis	9:18,0	Alfons Ida (33)	VfL Wolfsburg	14.07.74	Hannover
4 x 100 m Staffel	44,25	MTV Herrenhausen		22.07.84	Itzehoe
		P.Unting (37)-K.Dürkop (42)-B.Nietschke (43)-P.Nietschke (41)			
4 x 200 m Staffel	1:36,16	OTB Osnabrück		17.07.04	Garbsen
		H.Tute (61)-G.Nolte (63)-C.Bisewski (63)-G.Deppe (64)			
4 x 400 m Staffel	3:29,75	OTB Osnabrück		16.07.05	Vaterstetten
		H.Tute (61)-J.Petersen (65)-C.Bisewski (63)-G.Deppe (64)			
4 x 800 m Staffel	8:52,54	LAV Zeven		16.05.96	Sulingen
		D.Wickmann (49)-J.Umann (54)-K.Janitzki (45)-J.Hickisch(55)			
3 x 1000 m Staffel	8:09,30	LC Hannover		02.09.89	Scheeßel

		K.Klingeberg (46)-H.Himstedt (48)-H.Rossmann (48)			
4 x 1500 m Staffel	18:11,7	Heidmühler FC		05.08.88	Schortens
		H.Sandza (47)-W.Holzerland (46)-W.Donnerstag (46)-H.Kuchinke (47)			
Olympische Staffel	4:02,78	LG Kreis Verden		14.09.05	Verden
		T.Pfeiffer (62)-F.Scheffel (65)-U.Müller (63)-U.Cordes (65)			
Schweden-Staffel	2:18,0	LG Kreis Verden		18.05.05	Schneeverdingen
		T.Pfeiffer(62)-B.Kunze(58)-F.Hesse(63)-F.Scheffel(65)			
5 x 10 km Staffel	3:05:09	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland		26.06.99	Oldenburg
		U.Behrendt (51)-E.Tjarks (54)-K.Knobel (53)- B.Christians (58)-R.Ludwig (59)			
10.000 m Gehen	42:16,6	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	30.06.84	Letter
10 km Gehen	49:34	Jürgen Meyer (54)	VfL Wolfsburg	24.09.94	Minden
20 km Gehen	1:25:56	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	17.03.84	Wolfsburg
20 km Gehen-Msch.	5:44:52	LG Unterweser Brake		07.05.88	Scheeßel
		G.Scholz (44)-H.Lersch (39)-A.Boburka (46)			
50 km Gehen	3:56:52	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	28.08.83	Letter
Hochsprung	1.93	Peter Frost (51)	VfL Wolfsburg	22.08.92	Hagen
Stabhochsprung	4.90	Volkmar Reinecke (65)	Hannover 96	21.05.05	Hannover
Weitsprung	6.87	Rudolf-A. Hillebrecht (58)	GW Bad Gandersheim	14.06.98	Osterode
Dreisprung	15.89	Wolfgang Knabe (59)	OSC Damme	13.06.99	Winsen/Luhe
Kugelstoß	17,90	Michael Mertens (65)	Hannover 96	12.06.05	Hameln
Diskuswurf	54.32	Bernd Appelfelder (39)	DSV Hannover	27.05.79	Hannover
Hammerwurf	61.40	Josef Geishauser (35)	VfL Wolfsburg	06.09.75	Kassel
Speerwurf	60.06	Jochen Funke (43)	LG Göttingen	28.07.86	Malmö/SWE
Fünfkampf	3.146	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	22.09.84	Göttingen
		6,22-48,60-23,4-36,48-4:49,1			
Fünfkampf-Msch.	7.334	OTB Osnabrück		18.09.05	Osnabrück
		G.Deppe (64)-H.Tute (61)-C.Müller (64)			
Zehnkampf	5.051	Hans-Ulrich Titze (57)	TSV Burgdorf	18./19.07.98	Hannover
		13,06-5,34-12,29-1,72-60,15 / 20,02-38,91-3,20-50,31-4:59,48			
Zehnkampf-Msch.	12.475	OTB Osnabrück		29./30.04.06	Osnabrück
		C.Müller(64) – G.Nolte (63) – H.Strüber (66)			
Werfer-Fünfkampf	3.082	Günther Kieras (61)	TV Rütenbrock	04.10.03	Groß Hesepe
		47,00-13,15-39,30-38,90-14,44			

### Senioren M 45

100 m Lauf	11,40	Franz Koch (50)	LC Hannover	23.06.96	Barnstorf
200 m Lauf	23,0	Klaus Düerkop (42)	LC Hannover	17.06.88	Oldendorf
400 m Lauf	51,9	Klaus Düerkop (42)	LC Hannover	26.07.89	Oldenburg
800 m Lauf	2:01,9	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	22.08.79	Oldenburg
1000 m Lauf	2:38,3	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	30.08.84	Kalefeld
1500 m Lauf	4:05,3	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	21.05.85	Hildesheim
1 Meile	4:40,3	Dietrich Fürle (45)	GW Bad Gandersh.	11.09.92	B. Gandersheim
3000 m Lauf	8:42,6	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	21.08.86	Alfeld
5000 m Lauf	15:03,9	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	24.08.84	Baunatal
10.000 m Lauf	31:44,55	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	22.06.85	Rom/ITA
1 Stunde Lauf	17.651	Rainer Lindemann (49)	LG Salzgitter	10.10.98	Schladen
10 km Lauf	32:46	Francesco Santilli (51)	Post-SV Hannover	06.04.96	Paderborn
Halbmarathonlauf	1:11:35	Rainer Lindemann, (49)	LG Salzgitter	09.04.95	Rheinzabern
Marathonlauf	2:26:41	Johann Jansen (38)	Lauf-Gem. Ostfriesland	24.04.83	Bremen
100 km Lauf	7:18:31	Rainer Lindemann (49)	SV Germania Helmstedt	24.09.94	Neuwittenbek

110 m Hürden	15,6	Hinrich John (36)	LG Wilhelmshaven	17.06.81	Wilhelmshaven
400 m Hürden	58,78	Heiko Tute (61)	OTB Osnabrück	09.07.06	Erfurt
3000 m Hindernis	9:39,1	Alfons Ida (33)	VfL Wolfsburg	01.08.79	Hannover
10.000 m Gehen	44:10,8	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	02.09.89	Schwanewede
10 km Gehen	56:37	Marian Bigocki (57)	DJK Sparta Langenhagen	24.05.02	Riccione/ITA
20 km Gehen	1:28:34	Karl Degener (43)	VfL Wolfsburg	06.05.89	Nürnberg
50 km Gehen	4:00:49	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	19.04.80	Rhede
Hochsprung	1.80	Wolfgang Schillkowski (42)	LC Hannover	12.09.87	Ahlen
		Martin Hillebrecht (61)	DSC Oldenburg	24.09.06	Celle
Stabhochsprung	4,40	Martin Hillebrecht (61)	DSC Oldenburg	01.07.07	Braunschweig
Weitsprung	6,64	Wolfgang Knabe (59)	OSC Damme	10.06.06	Ahlen
Dreisprung	15,13	Wolfgang Knabe (59)	OSC Damme	22.05.05	Garbsen
Kugelstoß	15.57	Peter Spiller (41)	LG Papenburg/Aschendorf	28.04.90	Oldenburg
Diskuswurf	48.78	Klaus Albers (40)	TV Langen	08.10.87	Georgsheil
Hammerwurf	57.06	Manfred Meier (43)	SG Hannover 74	04.06.88	Hannover
Speerwurf	62.40	Jochen Funke (43)	LG Göttingen	21.08.92	Hagen
Fünfkampf	2.762	Klaus Albers (40)	TV Langen	03.12.87	Melbourne/AUS
		5,68-43,46-26,03-42,28-5:07,43			
Zehnkampf	4.986	Hans-Hermann Neblung (40)	LAV Zeven	20./21.09.86	Zeven
		11,9-5,88-9,94-1,60-55,0 / 18,6-27,89-2,95-39,85-4:51,9			
Werfer-Fünfkampf	2.974	Günther Kieras (61)	TV Rütenbrock	19.08.06	Osnabrück
		42,27-12,98-40,93-38,47-13,61			

### Senioren M 50

100 m Lauf	11,6	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	13.06.81	Rotenburg
200 m Lauf	23,92	Klaus Düerkop (42)	LC Hannover	06.09.92	Halle / Saale
400 m Lauf	52,6	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	10.06.80	Kirchweyhe
800 m Lauf	2:02,30	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	02.09.80	Weyhe
1000 m Lauf	2:42,6	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	02.09.80	Weyhe
1500 m Lauf	4:13,62	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	05.08.89	Eugene/USA
1 Meile	5:00,08	Elgar Bosle (55)	SVG Groß Bültzen	14.09.05	Greene
3000 m Lauf	8:49,02	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	15.07.88	Menden
5000 m Lauf	15:15,2	Manfred Hoppe (38)	ESV Eintracht Hameln	07.09.88	Melle
10.000 m Lauf	32:05,2	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	02.07.88	Celle
1 Stunde Lauf	16.704	Peter Arms (43)	TSV Lelm	22.09.95	Magdeburg
10 km Lauf	33:56	Rainer Lindemann (49)	LG Salzgitter	01.05.00	Wolfenbüttel
10 km Lauf-Msch.	1:47:36	TSV Kirchdorf		18.03.01	Alfeld
		W.Lutz (49)–H.Raabe (50)–A.Cabezudo (48)			
Halbmarathonlauf	1:12:58	Rainer Lindemann (49)	LG Salzgitter	04.03.00	Magdeburg
Halbmarathon-Msch.	3:56:44	Post-SV Hannover		22.03.97	Neustadt/Holst.
		M.Petereit (45)–J.Körber (46)–B.Krusewitz (43)			
Marathonlauf	2:28:22	Joachim Thiemann (33)	TSV Arminia Vöhrum	17.06.84	Daverden
Marathonlauf-Msch.	8:20:10	SVG Groß Bültzen		02.05.04	Hannover
		K.Minnich (54)–K.Heinrich (54)–W.Schaffranek (53)			
100 km Lauf	7:20:04	Rainer Lindemann (49)	LG Salzgitter	22.04.00	Rodenbach
100 km Lauf – Msch.	24:22:21	SVG Groß Bültzen		29.04.06	Rodenbach
		K.Minnich(54)–E.Bosle(55)–W.Schaffranek(53)			
100 m Hürden	13,8	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	01.10.94	Göttingen
110 m Hürden	20,38	Herbert Hanke (47)	MTV Dannenberg	18.07.97	Durban/RSA
400 m Hürden	63,3	Hans-Hermann Neblung (40)	LAV Zeven	02.07.91	Zeven
3000 m Hindernis	10:20,1	Alfons Ida (33)	VfL Wolfsburg	04.09.83	Schöningen



4 x 100 m Staffel	47,47	LC Hannover		11.09.93	Hamburg
		B.Nitschke (43)-K.Düerkop (42)H.-Alfeis (41)-M.Liesecke (40)			
4 x 200 m Staffel	1:51,0	SV Wacker Osterwald		09.06.00	Letter
		H.Brombach (43)-A.Leopold (48)-H.Blume (50)-J.Theuer (46)			
4 x 400 m Staffel	3:54,11	LAV Zeven		08.07.06	Erfurt
		H.Meier (51)-J.Umann (54)-H.Müller (56)-J.Hickisch (55)			
4 x 800 m Staffel	9:26,3	SG Osterholzer Leichtathleten		05.09.93	Osterholz
		G.Reimer (43)-J.Bernhard (37)-W.Preß (39)-C.Bard (41)			
3 x 1000 m Staffel	8:43,21	SG Osterholzer Leichtathleten		17.07.93	Ludwigshafen
		G.Reimer (43)-W.Preß (39)-C.Bard (41)			
4 x 1500 m Staffel	19:16,03	SG Osterholzer Leichtathleten		20.07.94	Zeven
		G.Reimer (43)-H.Brünjes (44)-W.Preß (39)-C.Bard (41)			
Olympische Staffel	4:26,7	SV Wacker Osterwald		03.05.98	Letter
		A.Leopold (48)-J.Theuer (46)-J.Hoyer (39)-R.Salzmann (47)			
Schweden-Staffel	2:32,46	LG Kreis Verden		24.09.03	Verden
		D.Rippe (51)-R.Ginnow (51)-R.Lüdemann (50)-F.Senkler (52)			
5 X 10 km Staffel	3:24:39	VfL Oldenburg		22.06.02	Oldenburg
		H.Frense(41)-G.Schubert (48)-J.de Buhr (51)- H.Fuchs (40)-W.Meyer (46)			
10.000 m Gehen	46:15,0	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	06.07.85	Hildesheim
10 km Gehen	54:46	Hans-Peter Damitz (43)	DJK Sparta Langenhagen	13.09.97	Berlin
10 km Gehen-Msch.	2:57:34	DJK Sparta Langenhagen		30.03.03	Aschersleben
		W.Luedtke (51)-B.Luther (44)-H.Damitz (43)			
20 km Gehen	1:35:15	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	11.07.86	Berlin
20 km Gehen-Mschh.	5:54:58	TSC Dorste		20.04.02	Diez
		K.Degener (43)-G.Müller (50)-H.Ueck (47)			
50 km Gehen	4:14:37	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	28.08.83	Letter
Hochsprung	1.81	Heinrich-B. Schwabe (48)	LG Salzgitter	23.08.98	Hamburg
Stabhochsprung	3.90	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	25.07.96	Malmö/SWE
Weitsprung	6.06	Horst-Werner Alfeis (41)	LC Hannover	28.05.92	Misburg
Dreisprung	12.69	Peter Serowinski (55)	TV Langen	14.05.06	Cuxhaven
Kugelstoß	15.61	Peter Spiller (41)	LG Papenburg/Aschendorf	06.06.92	Oldenburg
Diskuswurf	56.34	Klaus Albers (40)	TV Langen	21.09.90	Spaden
Hammerwurf	53.58	Manfred Meier (43)	HF Springe	10.10.93	Springe
Speerwurf	59.14	Jochen Funke (43)	LG Göttingen	27.08.94	Lübeck
Fünfkampf	2.812	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	03.06.94	Athen/GRE
		5,98-42,60-25,62-40,80-5:08,01			
Fünfkampf-Msch.	5.688	LAV Zeven		11.06.06	Ahlen
		J.Hickisch (55)-H.Müller (56)-J.Umann (54)			
Zehnkampf	5.961	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	29./30.06.96	Göttingen
		11,9-5,61-12,32-1,62-56,5 / 14,3-41,32-3,80-41,77-4:59,1			
Werfer-Fünfkampf	3.282	Hans-Jürgen Blume (50)	SV Wacker Osterwald	03.10.04	Bremen
		47,26-12,25-43,77-40,21-16,87			

### Senioren M 55

100 m Lauf	11,8	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	24.07.85	Oldenburg
200 m Lauf	24,83	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	06.09.86	Radolfzell
400 m Lauf	53,81	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	06.09.86	Radolfzell
800 m Lauf	2:04,4	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	24.07.85	Oldenburg
1000 m Lauf	2:45,3	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	31.07.85	Oldenburg
1500 m Lauf	4:23,9	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	30.06.85	Gronau

1 Meile	5:18,08	Burkhard Döhmen (50)	SC Herringhausen	05.07.05	Osnabrück
3000 m Lauf	9:13,7	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	01.06.93	Alfeld
5000 m Lauf	15:53,6	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	08.05.94	Alfeld
10.000 m Lauf	33:25,9	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	01.10.94	Seesen
1 Stunde Lauf	16.277	Manfred Ostendorf (43)	SFN Vechta	07.06.02	Lehrte
10 km Lauf	34:47	Joachim Strube (41)	ESV Eintracht Hameln	06.04.96	Paderborn
Halbmarathonlauf	1:14:41	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	08.05.93	Kandel
Marathonlauf	2:35:58	Joachim Thiemann (33)	TSV Arminia Vöhrum	09.10.88	Berlin
100 km Lauf	8:12:55	Manfred Schlimper (40)	Post-SV Hannover	23.09.95	Neuwittenbek
100 m Hürden	14,75	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	03.08.99	Gateshead/GBR
400 m Hürden	67,25	Rainer Anton (51)	MTV Soltau	15.07.07	Fulda
3000 m Hindernis	11:16,49	Dietrich Fürle (45)	GW Bad Gandersheim	15.07.00	Iväska/FIN
10.000 m Gehen	49:07,2	Karl Degener (43)	TSC Dorste	13.06.98	Letter
10 km Gehen	55:42	Hans-Peter Damitz (43)	DJK Sparta Langenhagen	23.05.98	Naumburg
20 km Gehen	1:36:20	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	11.08.89	Hamburg
50 km Gehen	4:25:21	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	19.04.92	Berlin
Hochsprung	1.68	Siegbert Gnoth (40)	TuS Gildehaus	16.08.97	Schweinfurt
Stabhochsprung	3.80	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	21.08.99	Hagen
Weitsprung	5.69	Jürgen Bluhm (39)	Rot Weiß Cuxhaven	14.05.94	Bützfleth
Dreisprung	12.05	Jürgen Bluhm (39)	Rot Weiß Cuxhaven	28.08.94	Lübeck
Kugelstoß	15.92	Helmut Gross (39)	LC Hannover	17.09.95	Suderburg
Diskuswurf	59.00	Klaus Albers (40)	SG Osterholzer LA	11.06.98	Loxstedt
Hammerwurf	53.41	Manfred Meier (43)	LAV Springe	07.10.00	Springe
Speerwurf	55,71	Jochen Funke (43)	LG Göttingen	28.07.02	Weinstadt
Fünfkampf	2.683	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	20.06.99	Koblenz
		5,49-43,33-25,92-39,75-5:06,53			
Zehnkampf	5.714	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	03./04.07.99	Göttingen
		12,41-5,66-11,59-1,61-56,21 / 15,1-40,80-3,62-44,14-5:07,79			
Werfer-Fünfkampf	3.289	Manfred Meier (43)	LAV Springe	05.10.02	Springe
		50,85-12,31-39,54-38,67-17,78			

### Senioren M 60

100 m Lauf	12,40	Volker Peitzmeier (44)	LG Weserbergland	25.08.05	San Sebastian/E
200 m Lauf	25,2	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	09.08.92	Langen
400 m Lauf	55,8	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	12.08.92	Weyhe
800 m Lauf	2:13,26	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	17.08.90	Bad Homburg
1000 m Lauf	2:54,4	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	19.08.92	Weyhe
1500 m Lauf	4:42,13	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	14.06.98	Osterode
1 Meile	5:13,90	Erich Aschenbrenner (42)	TV Meppen	13.08.02	Osnabrück
3000 m Lauf	9:47,7	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	24.06.98	Seesen
5000 m Lauf	17:05,08	Manfred Ostendorf (43)	VfL Oldenburg	08.08.03	Delmenhorst
10.000 m Lauf	35:40,73	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	27.05.98	Osterode
1 Stunde Lauf	16.128	Manfred Ostendorf (43)	VfL Oldenburg	05.04.03	Delmenhorst
10 km Lauf	35:35	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	01.05.00	Wolfenbüttel
10 km Lauf-Msch.	1:54:50	VfL Oldenburg		19.09.04	Bad Liebenzell
		M.Ostendorf (43) 37:12-K.Mohnsame (43) 38:24-H.Frense (41) 39:14			
Halbmarathonlauf	1:20:30	Peter Arms (43)	TSV Lelm	22.03.03	Burghaslach
Halbmarathon-Msch.	4:08:14	LG Salzgitter		15.09.96	Hamburg
		H.Abraham (35)-R.Löffler (36)-F.Steffens (33)			
Marathonlauf	2:51:41	Hans Abraham (35)	LG Salzgitter	29.09.96	Berlin
Marathonlauf-Msch.	9:13:27	LG Salzgitter		29.09.96	Berlin

		H.Abraham (35)-R.Löffler (36)-K.Mildenberger (34)			
100 km Lauf	9:04:15	Peter Hanke (46)	MTV Jahn Schladen	29.04.06	Rodenbach
100 m Hürden	14,97	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	29.07.04	Aarhus/DEN
300 m Hürden	49,04	Karl Scheide (37)	TK Jahn Sarstedt	20.08.99	Hagen
400 m Hürden	80,57	Heinrich Heinsohn (32)	LAV Zeven	06.07.94	Zeven
3000 m Hindernis	12:09,26	Siegfried Eisfeld (31)	LG Fallingbostel	18.05.91	Zeven
4 x 100 m Staffel	52,4	SV Wacker Osterwald		13.06.99	Sarstedt
		G.Seifried-(36)-H.Mohry (35)-M.Ritschel (39)-E.Heinz (38)			
4 x 200 m Staffel	1:58,0	SV Wacker Osterwald		03.05.98	Letter
		G.Seifried (36)-R.Heß (34)-H.Kolschewski (36)-H.Menge (36)			
4 x 400 m Staffel	4:14,4	SV Wacker Osterwald		20.05.97	Alfeld
		H.Kolschewski (36)-H.Mohry (35)-W.Helm (37)-H.Menge (36)			
4 x 800 m Staffel	9:55,81	SV Wacker Osterwald		09.05.98	Hannover
		H.Kolschewski (36)-W.Helm (37)-H.Mohry (35)-H.Menge (36)			
3 x 1000 m Staffel	9:48,3	SV Wacker Osterwald		13.05.98	Letter
		H.Kolschewski (36)-W.Helm (37)-H.Menge (36)			
4 x 1500 m Staffel	21:34,6	SV Wacker Osterwald		25.04.98	Alfeld
		H.Kolschewski (36)-W.Helm (37)-H.Menge (36)-R.Heß (34)			
Olympische Staffel	4:33,1	SV Wacker Osterwald		03.05.98	Letter
		W.Helm (37)-R.Heß (34)-H.Menge (36)-H.Kolschewski (36)			
5 x 10 km Staffel	3:24:22	VfL Oldenburg		26.06.04	Oldenburg
		M.Ostendorf (43)-H.Frense (41)-H.Fuchs (41)- W.Scholz (43)-K.Mohnsame (43)			
10.000 m Gehen	48:24,7	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	04.06.94	Letter
10 km Gehen	49:13	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	28.04.96	Naumburg
10 km Gehen-Msch.	2:49:59	DJK Sparta Langenhagen		25.09.04	Biberach
		K.Degener (43)-H.Damitz (43)-B.Luther (44)			
20 km Gehen	1:37:46	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	28.03.93	Seelze
20 km Gehen-Msch.	6:01:27	DJK Sparta Langenhagen		06.06.04	Hildesheim
		K.Degener (43)-B.Luther (44)-H.Damitz (43)			
50 km Gehen	4:23:29	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	23.05.93	Kerpen-Horrem
Hochsprung	1.65	Siegbert Gnoth (40)	TuS Gildehaus	18.08.00	Kevelaer
Stabhochsprung	3.50	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	23.07.04	Aarhus/DEN
Weitsprung	5.50	Ernst-Robert Walters (35)	TK Jahn Sarstedt	16.05.95	Sarstedt
Dreisprung	11.18	Siegbert Gnoth (40)	TuS Gildehaus	19.08.01	Potsdam
Kugelstoß	16.09	Karl-Heinz Marg (38)	SG Osterholzer LA	27.06.99	Bad Oldesloe
Diskuswurf	65.40	Klaus Albers (40)	SG Osterholzer LA	03.09.00	Beverstedt
Hammerwurf	53,78	Manfred Meier (43)	LAV Springe	28.09.03	Nammen
Speerwurf	52.21	Hartmut Kossel (40)	LG Fallingbostel	30.09.00	Edemissen
Fünfkampf	2.379	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	27.09.92	Wunstorf
		5,22-32,38-25,57-30,54-4:55,37			
Fünfkampf-Msch.	5.533	SV Wacker Osterwald		31.05.98	Ahlen
		E.Heinz (38)-G.Seifried (36)-H.Mohry (35)			
Zehnkampf	4.941	Rolf Geese (44)	LG Göttingen	23./24.08.05	San Sebastian/E
		13,01-5,15-12,20-1,54-60,95 / 15,77-39,84-3,40-37,18-5:33,42			
Zehnkampf-Msch.	9.512	TK Jahn Sarstedt		13./14.09.97	Zeven
		K.Scheide (37)-G.Rüsing (36)-H.Bohmann (35)			
Werfer-Fünfkampf	3.576	Manfred Meier (43)	LAV Springe	28.09.03	Nammen
		53,78-12,89-42,28-41,56-19,78			

## Senioren M 65

100 m Lauf	12,79	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	18.08.96	Leinfelden
200 m Lauf	25,72	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	06.08.95	Delmenhorst
400 m Lauf	56,45	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	15.07.95	Buffalo/USA
800 m Lauf	2:14,8	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	06.09.95	Weyhe
1000 m Lauf	2:57,9	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	28.09.96	Weyhe
1500 m Lauf	4:53,72	Herbert Becker (31)	LC Hansa Stuhr	11.08.96	Delmenhorst
1 Meile	5:37,13	Horst Schlecht (35)	SG Misburg	30.05.01	Soltau
3000 m Lauf	10:37,7	Herbert Becker (31)	LC Hansa Stuhr	28.08.96	Weyhe
5000 m Lauf	18:04,6	Erich Kruzycki (11)	LG Göttingen	01.05.76	Göttingen
10.000 m Lauf	37:04,0	Erich Kruzycki (11)	LG Göttingen	10.04.76	Bilshausen
1 Stunde Lauf	15.190	Manfred Bublitz (39)	LG Weserbergland	16.10.05	Gronau
10 km Lauf	37:16	Josef Kurz (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	14.09.03	Troisdorf
Halbmarathonlauf	1:25:56	Günther Giesbert (38)	TSV Burgdorf	19.04.03	Paderborn
Marathonlauf	3:00:22	Hans Abraham (35)	LG Salzgitter	30.04.00	Duisburg
100 km Lauf	9:38:40	Joachim Lopatta (32)	Post-SV Hannover	12.09.98	Neuwittenbek
100 m Hürden	18,01	Horst Schäfer (40)	VT Rinteln	15.07.05	Vaterstetten
300 m Hürden	50,34	Horst Schäfer (40)	VT Rinteln	17.07.05	Vaterstetten
3000 m Hindernis	13:41,38	Wolfgang Peter (38)	LG Kreis Gifhorn	07.09.05	Nienhagen
10.000 m Gehen	61:22,62	Heiko Lersch (39)	SV Brake	25.04.04	Neustadt
10 km Gehen	52:24	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	15.04.00	Achern
20 km Gehen	1:43:34	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	23.05.98	Naumburg
Hochsprung	1.57	Siegbert Gnoth (40)	TuS Gildehaus	15.07.05	Vaterstetten
Stabhochsprung	3,20	Siegbert Gnoth (40)	TuS Gildehaus	25.06.05	Celle
Weitsprung	5,34	Manfred Arnd (42)	TSV Burgdorf	24.06.07	Hamburg
Dreisprung	10,34	Siegbert Gnoth (40)	TuS Gildehaus	28.08.05	San Sebastian/E
Kugelstoß	15,23	Karl-Heinz Marg (38)	SG Osterholzer LA	30.06.04	Oldenburg
Diskuswurf	48,75	Kurt Riep (38)	TV Hude	14.06.06	Bremerhaven
Hammerwurf	46,62	Alfons Sonneck (21)	LC Haseland Bramsche	17.11.87	Paderborn
Speerwurf	45,51	Hartmut Kossel (40)	LG Fallingbostal	03.10.05	Bremen
Fünfkampf	2.188	Berthold Neumann (30)	PSG Rotenburg/Wümme	19.05.96	Oldendorf
		4,94-32,46-25,87-28,46-5:08,01			
Zehnkampf	3.275	Horst Schäfer (40)	VT Rinteln	23./24.08.05	San Sebastian/E
		14,35-4,34-10,50-1,27-70,32 / 18,25-38,13-2,20-35,53-6:10,13			
Werfer-Fünfkampf	2.765	Erwin Gewetzki (38)	LAV Springe	25.09.05	Nammen
		51,41-12,41-41,32-39,43-20,12			

### Senioren M 70

100 m Lauf	13,23	Horst Schrader (35)	TuS Celle	25.06.05	Celle
200 m Lauf	26,71	Horst Schrader (35)	TuS Celle	17.07.05	Vaterstetten
400 m Lauf	63,63	Horst Schrader (35)	TuS Celle	16.07.05	Vaterstetten
800 m Lauf	2:32,07	Horst Schlecht (35)	SG Misburg	29.05.05	Hameln
1000 m Lauf	3:18,72	Horst Schlecht (35)	SG Misburg	19.07.06	Oldenburg
1500 m Lauf	5:16,40	Horst Schlecht (35)	SG Misburg	30.04.05	Osterode
1 Meile	6:03,25	Wilhelm Wehrmann (34)	Post-SV Holzminden	15.09.04	Greene
3000 m Lauf	11:31,98	Horst Schlecht (35)	SG Misburg	25.05.05	Wunstorf
5000 m Lauf	19:53,3	Horst Schlecht (35)	SG Misburg	24.04.05	Sulingen
10.000 m Lauf	42:16,93	Heinz Winter (36)	TV Georgsmarienhütte	04.08.06	Aachen
1 Stunde Lauf	13.625	Heinz Winter (36)	TV Georgsmarienhütte	23.06.06	Osnabrück
10 km Lauf	41:21	Heinz Winter (36)	TV Georgsmarienhütte	02.04.06	Wolfenbüttel
10 km Lauf – Msch.	2:22:15	Post-SV Holzminden		07.04.07	Paderborn
		P.Schwobe(37)-W.Wehrmann(34)-E.Bettermann(36)			

Halbmarathonlauf	1:33:11	Walter Gernikeitis (29)	ESV Eintracht Hameln	27.03.99	Xanten
Marathonlauf	3:20:37	Hans Schüttler (34)	MTV Seesen	08.05.05	Regensburg
100 km Lauf	12:27:51	Horst Feiler (22)	LG Nienburg	19.10.96	Rodenbach
80 m Hürden	15,3	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	18.09.94	Kiel
100 m Hürden	23,39	Werner Fiolka (25)	Rot Weiß Cuxhaven	20.06.99	Oldendorf
300 m Hürden	51,12	Horst Schrader (35)	TuS Celle	06.09.06	Nienhagen
4 x 100 m Staffel	60,3	TK Jahn Sarstedt		24.06.06	Sarstedt
C.Nowoczyn(33)-H.Bohmann(35)-E.Walters(35)-H.Menge(36)					
10.000 m Gehen	59:00,85	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	02.08.03	Großburgwedel
10 km Gehen	55:57	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	14.03.04	Sindelfingen
20 km Gehen	1:59:06	Gerhard Weidner (33)	LG Salzgitter	29.07.04	Aarhus/DEN
Hochsprung	1.36	Helmut Brüning (33)	Rot-Weiss Cuxhaven	06.07.03	Delmenhorst
Stabhochsprung	2.50	Reinhold Mertens (37)	LG Wesermünde	24.06.07	Hamburg
Weitsprung	4.81	Karl-Heinz Hoyer (21)	LG Nienburg	20.08.91	Sarstedt
Dreisprung	9,72	Rudolf Held (31)	TSV Gronau	20.05.02	Heidelberg
Kugelstoß	13.22	Ernst Sauerbaum (30)	SV Nordenham	17.08.01	Potsdam
Diskuswurf	41.06	Dieter Watzlawick (30)	LG Kreis Verden	25.06.00	Winsen/Luhe
Hammerwurf	47,15	Joseph Geishauer (35)	VfL Wolfsburg	27.05.06	Verden
Speerwurf	40,80	Gerd Seifried (36)	SV Wacker Osterwald	19.08.06	Osnabrück
Fünfkampf	1.408	Gerd Seifried (36)	SV Wacker Osterwald	16.06.07	Bad Oeynhausen
4,10-41,44-32,44-29,26-6:33,86					
Fünfkampf-Msch.	3.312	TK Jahn Sarstedt		16.06.07	Bad Oeynhausen
K.Scheide(37) – W.Mehlich(37) – G.Rüsing (36)					
Zehnkampf	2.416	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	17./18.09.94	Kiel
14,4-4,60-7,29-1,12-76,0 / 15,3-19,40-1,85-20,10-7:07,7					
Werfer-Fünfkampf	2.485	Helmut Brüning (33)	ATS Cuxhaven	16.04.05	Beverstedt
39,86-9,53-32,35-29,71-14,59					

### Senioren M 75

100 m Lauf	14,62	Helmut Gehm (12)	LG Kreis Schaumburg	29.12.87	Melbourne/AUS
200 m Lauf	32,11	Helmut Gehm (12)	LG Kreis Schaumburg	30.06.88	Verona/ITA
400 m Lauf	78,92	Karlheinz Teufert (29)	Garbsener SC	07.07.04	Wunstorf
800 m Lauf	3:03,2	Hermann Kumlehn (23)	Post-SV Holzminden	26.09.98	Uslar
1000 m Lauf	4:03,2	Helmut Ermgassen (20)	TuS Celle	06.09.95	Hitzacker
1500 m Lauf	6:26,1	Werner Scholz (27)	VfL Suderburg	19.06.02	Suderburg
1 Meile	7:15,12	Siegfried Eisfeld (31)	LG Fallingbostel	07.06.06	Soltau
3000 m Lauf	13:03,2	Bruno Sweryd (31)	TK Jahn Sarstedt	24.06.06	Sarstedt
5000 m Lauf	22:08,90	Max Raschke (05)	Post-SV Hannover	11.01.81	Christchurch/NZL
10.000 m Lauf	48:30,0	Karl-Heinz Schäfer (10)	TSV Pattensen	19.10.85	Celle
1 Stunde Lauf	12.410	Karl-Heinz Schäfer (10)	TSV Pattensen	19.10.85	Celle
10 km Lauf	46:47	Rolf Schönemann (17)	VFB Hannover	14.05.95	Hannover
Halbmarathonlauf	1:39:21	Heinz Kriebel (28)	TV Eintracht Sehnde	04.05.03	Hannover
Marathonlauf	3:44:41	Heinz Kriebel (28)	TV Eintracht Sehnde	02.05.04	Hannover
100 km Lauf	11:08:32	Horst Feiler (22)	LG Nienburg	12.09.98	Neuwittenbek
80 m Hürden	17,75	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	05.07.01	Brisbane/AUS
300 m Hürden	63,37	Siegfried Eisfeld (31)	LG Fallingbostel	23.07.06	Posen/POL
10.000 m Gehen	68:15,61	Karlheinz Teufert (29)	Garbsener SC	25.04.04	Neustadt
10 km Gehen	67:49	Karlheinz Teufert (29)	SC Langenhagen	04.06.05	Kerpen
20 km Gehen	2:16:06	Hans Horstmann (12)	TSV Burgdorf	01.07.88	Verona/ITA
Hochsprung	1.22	Heinz Wiemer (29)	Eintracht Delmenhorst	27.08.05	Nordenham
Stabhochsprung	2,00	Wolfgang Fachmann (29)	TSV Bienenbüttel	23.07.04	Aarhus/DEN

Weitsprung	4.39	Karl-Heinz Hoyer (21)	LG Nienburg	07.05.96	Sarstedt
Dreisprung	7.85	Helmuth Gehm (12)	LG Kreis Schaumburg	01.07.88	Verona/ITA
Kugelstoß	12.32	Felix Mattner (22)	PSV Münden	14.06.97	Winsen/Luhe
Diskuswurf	37.04	Karsten Brodersen (07)	ATS Cuxhaven	14.07.84	Lüdenscheid
Hammerwurf	37,78	Edgar Dreger (31)	SV Holtland	27.05.06	Verden
Speerwurf	31,07	Karl Krüger (26)	DJK BW Hildesheim	01.09.02	Hildesheim
Fünfkampf	887	Karsten Brodersen (07)	LG Braunschweig	30.07.86	Malmö/SWE
		3,35-24,18-36,88-33,66-o.L.			
Zehnkampf	1.693	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	4./5.7.01	Brisbane/AUS
		15,33-3,90-7,46-1,07-85,45 / 17,75-16,31-1,40-16,20-8:15,36			
Werfer-Fünfkampf	2.219	Heinrich Holste (29)	MTV Bispingen	11.06.05	Leverkusen
		35,64-9,03-29,39-21,06-14,78			

### Senioren M 80-älter

100 m Lauf	15,31	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	02.08.03	Schweinfurt
200 m Lauf	33,57	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	03.08.03	Schweinfurt
400 m Lauf	91,4	Helmut Ermgassen (20)	TuS Celle	02.05.00	Suderburg
800 m Lauf	3:49,1	Heinz Colsmann (19)	TuS Celle	18.08.99	Suderburg
1000 m Lauf	4:46,1	Heinz Colsmann (19)	TuS Celle	20.07.99	Sarstedt
1500 m Lauf	7:26,38	Heinz Colsmann (19)	TuS Celle	24.04.99	Nienhagen
1 Meile	10:08,32	Helmut Ermgassen (20)	TuS Hermannsburg	08.06.05	Soltau
3000 m Lauf	15:26,5	Otto Vaintzettel (27)	SC Lüchow	21.07.07	Lüchow
5000 m Lauf	27:26,5	Heinz Colsmann (19)	TuS Celle	13.10.99	Unterlüß
10.000 m Lauf	52:50,80	Max Raschke (05)	Post-SV Hannover	18.09.93	München
1 Stunde Lauf	9.392	Helmut Ermgassen (20)	TuS Celle	06.10.01	Lüchow
10 km Lauf	51:42	Rolf Schönemann (17)	VFB Hannover	06.04.97	Hannover
Halbmarathonlauf	2:20:22	Helmut Ermgassen (20)	TuS Celle	22.10.00	Liepe
Marathonlauf	5:12:59	Horst Feiler (22)	LG Nienburg	14.06.03	Scharnebeck
100 km Lauf	12:46:27	Horst Feiler (22)	LG Nienburg	31.08.02	Rheine
4 x 100 m Staffel	76,72	TuS Celle		10.07.99	Osterode
		A.Herzberg (13)-K.Thieme (17)-H.Colsmann (19)-A.Klerner (19)			
80 m Hürdenlauf	16,97	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	30.07.04	Aarhus/DEN
10 km Gehen	92:45	Heinrich Hanckel (10)	HSC Hannover	21.08.93	Letter
20 km Gehen	2:56:29	Heinrich Hanckel (10)	HSC Hannover	01.07.90	Budapest/HUN
Hochsprung	1,10	Herbert Modrey (22)	OTB Osnabrück	14.09.04	Osnabrück
Stabhochsprung	1,58	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	03.07.03	Carolina/PUR
Weitsprung	3.80	Helmuth Gehm (12)	LG Kreis Schaumburg	07.08.93	Stadthagen
Dreisprung	7,23	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	29.08.05	San Sebastian/E
Kugelstoß	10.63	Heinz Meyer (26)	OTB Osnabrück	16.05.06	Osnabrück
Diskuswurf	34.30	Karsten Brodersen (07)	LG Braunschweig	06.12.87	Melbourne/AUS
Hammerwurf	32.84	Karsten Brodersen (07)	LG Braunschweig	06.12.87	Melbourne/AUS
Speerwurf	28,30	Arthur Dreher (21)	MTV Dannenberg	24.08.02	Potsdam
Fünfkampf	869	Karsten Brodersen (07)	LG Braunschweig	03.12.87	Melbourne/AUS
		3,39-23,50-41,42-34,06-o.L.			
Zehnkampf	1.443	Horst Albrecht (23)	TuS Fleestedt	02./03.07.03	Carolina/PUR
		15,37-3,44-7,09-1,05-91,94 / 19,23-16,74-1,58-16,05-9:02,4			
Werfer-Fünfkampf	2.181	Arthur Dreher (21)	MTV Dannenberg	23.08.02	Potsdam
		28,20-8,12-25,11-28,30-16,87			

### Seniorinnen W 30

100 m Lauf	11,71	Karin Janke (63)	VfL Wolfsburg	30.05.93	Scheeßel
200 m Lauf	23,62	Nicole Marahrens (77)	LG Weserbergland	20.05.07	Bremen
400 m Lauf	51,85	Karin Janke (63)	VfL Wolfsburg	31.07.94	Lindau
800 m Lauf	2:02,51	Ingrid Hering (61)	TK zu Hannover	10.08.91	Hechtel/BEL
1000 m Lauf	2:58,3	Claudia Pesarra (66)	LG PSV Uelzen/MTV Barum	30.07.97	Suderburg
1500 m Lauf	4:06,33	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	01.06.98	Hengelo/NED
1 Meile	5:11,8	Silke Pingpank (68)	TSV Kirchdorf	29.08.98	Alfeld
3000 m Lauf	8:53,72	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	18.08.99	Menden
5000 m Lauf	15:33,58	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	04.07.98	Berlin
10.000 m Lauf	32:35,90	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	19.05.01	Kandel
1 Stunde Lauf	15.657	Claudia Pesarra (66)	LG PSV Uelzen/MTV Barum	03.10.98	Lüchow
10 km Lauf	31:58	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	06.07.02	Oelde
10 km Lauf-Msch.	1:46:13	LG Braunschweig		11.09.05	Otterndorf
		L.Zaituc (68)-B.Bultmann (74)-K.Bröger (70)			
Halbmarathonlauf	1:09:50	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	30.03.02	Paderborn
Halbmarathon-Msch.	4:04:53	OFV Ostercappeln		01.03.98	Emmerthal
		B.Brandenburg (67)-J.Karsch (61)-M.Köhne (65)			
Marathonlauf	2:26:01	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	28.10.01	Frankfurt/M.
Marathonlauf-Msch.	8:35:39	LG Seesen		25.05.86	Hamburg
		U.Heldt (56)-B.Jordan (50)-H.Kissling (56)			
100 km Lauf	7:56:45	Ricarda Botzon (66)	LG Lüneburg	12.04.97	Hanau-Rodenb.
100 km Lauf-Msch.	30:06:20	LG Lüneburg		31.08.02	Rheine
		R.Botzon 8:07:46-S.Berndt 10:59:16-M.van Schwamen 10:59:18			
100 m Hürden	13,14	Annette Funck (77)	Hannover 96	24.06.07	München
400 m Hürden	56,21	Silvia Rieger (70)	SV Emden-Harsweg	03.06.00	Jena
3000 m Hindernis	10:07,41	Birte Bultmann (74)	LG Braunschweig	17.06.06	Regensburg
4 x 100 m Staffel	51,48	LG Osnabrück		11.07.98	Konstanz
		A.Pfannenschmidt (67)-K.Repking (67)-R.Keller (61)-U.Lichte (67)			
4 x 200 m Staffel	1:53,45	LG Osnabrück		04.05.99	Osnabrück
		R.Keller (61)-U.Lichte (67)-D.Imme (69)-P.Sackmann (65)			
4 x 400 m Staffel	4:34,8	MTV Bad Bevensen		20.05.05	Suhldorf
		N.Zeuschner(60)/M.Boe-Lange(70)/ P.Wiegel(67)/M.Haverkamp-Roisch(68)			
3 x 800 m Staffel	7:03,70	LG Kreis Verden		19.08.95	Minden
		R.Behrmann (64)-G.Sierwald (62)-B.Schwers (62)			
Olympische Staffel	4:27,95	LG Kreis Verden		21.07.01	Lübeck
		B.Schmidt (59)-M.Parchmann (57)-K.Göstemeyer (57)-B.Schwers (62)			
Schwedenstaffel	2:37,3	LG Ganderkesee		08.09.01	Loxstedt
		D.Garde (70)-H.Glander (58)-B.Bischof (56)-I.de Groot (52)			
5 x 10 km Staffel	3:39:27	LG Wilhelmshaven		23.06.01	Oldenburg
		C.Spallek (65)-S.Schuster (69)-W.Schellenberg (47)- B.Sandstede (57)-G.Kubeja-Boehme (54)			
5000 m Gehen	23:41,98	Barbara Brandenburg (67)	OFV Ostercappeln	06.09.97	Ahlen
10.000 m Gehen	48:39,63	Barbara Brandenburg (67)	OFV Ostercappeln	04.07.98	Berlin
5 km Gehen	23:45	Jutta Schwoche (53)	Eintracht Hildesheim	19.10.85	Groß Gerau
10 km Gehen	48:52	Barbara Brandenburg (67)	OFV Ostercappeln	10.05.98	Saarbrücken
10 km Gehen-Msch.	2:56:28	LG Braunschweig		28.05.89	Letter
		E.Kuchenbecker (44)-G.Kutze (50)-U.Hartmann (48)			
20 km Gehen	1:46:08	Barbara Brandenburg (67)	OFV Ostercappeln	23.05.98	Naumburg
Hochsprung	1.83	Carolin Dollas (74)	LG Braunschweig	20.06.04	Halberstadt
Stabhochsprung	3.31	Christina Ziemann (68)	LG Göttingen	13.09.00	Holzminden
Weitsprung	6.01	Elke Wieting (45)	LG Wilhelmshaven	27.06.76	Hannover

Dreisprung	13.22	Natascha Schmidt (65)	GW Bad Gandersheim	26.07.95	Hamburg
Kugelstoß	19.12	Stephanie Storp (68)	VfL Wolfsburg	20.05.98	Peine-Vöhrum
Diskuswurf	48.30	Andrea Röddecke (58)	LG Hannover	28.07.90	Hamburg
Hammerwurf	45.34	Birgit Möde-Meyer (63)	LG Hannover	23.04.94	Holtland
Speerwurf	54,80	Beatrice Mau-Repnak (71)	VfL Wolfsburg	15.06.02	Delmenhorst
Fünfkampf	3.225	Dagmar Imme (69)	LG Osnabrück	19.06.99	Koblenz
		13,38-1,52-10,36-5,24-2:29,58			
Fünfkampf-Msch.	9.391	LG Osnabrück		19.06.99	Koblenz
		D.Imme (69)-R.Keller (61)-U.Lichte (67)			
Siebenkampf	6.026	Beatrice Mau-Repnak (71)	MTV Mellendorf	25./26.08.01	Vaterstetten
		14,02-1,66-13,64-25,20 / 5,97-54,14-2:19,88			
Werfer-Fünfkampf	3.199	Angelika Gusek (63)	MTV Soltau	31.08.97	Borken
		36,86-12,03-35,06-43,04-11,90			

### Seniorinnen W 35

100 m Lauf	12,14	Karin Janke (63)	TK zu Hannover	22.07.98	Cuxhaven
200 m Lauf	25,01	Elke Wandscher (43)	VfL Oldenburg	29.07.79	Hannover
400 m Lauf	56,47	Brigitte Heidrich (61)	TSV Stelle	16.09.98	Cesenatico/ITA
800 m Lauf	2:08,70	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	26.07.96	Malmö/SWE
1000 m Lauf	2:52,24	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	22.06.97	Dortmund
1500 m Lauf	4:22,55	Ursula Starke (56)	VfL Wolfsburg	26.07.91	Hannover
1 Meile	5:15,34	Astrid Kratz (62)	TV Scheeßel Eichensch.	31.05.00	Soltau
3000 m Lauf	9:23,57	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	21.05.05	Hannover
5000 m Lauf	16:46,49	Ursula Starke (56)	VfL Wolfsburg	22.08.92	Hagen
10.000 m Lauf	35:32,36	Ursula Starke (56)	VfL Wolfsburg	24.04.93	Delmenhorst
1 Stunde Lauf	15.680	Elke Bussmann (66)	OSC Damme	13.04.02	Delmenhorst
10 km Lauf	31:45	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	11.09.05	Otterndorf
Halbmarathonlauf	1:09:35	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	16.09.04	Grevenmacher/LUX
Marathonlauf	2:26:44	Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	08.05.05	Düsseldorf
100 km Lauf	7:31:55	Ricarda Botzon (66)	LG Lüneburg	29.09.01	Winschoten/NED
100 m Hürden	14,29	Marlis Tappe (59)	LG Wilhelmshaven	25.08.95	Wetzlar
400 m Hürden	63,61	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	14.09.96	Dörpen
5.000 m Gehen	22:30,15	Barbara Brandenburg (67)	LG Osnabrück	25.04.04	Neustadt
5 km Gehen	23:07	Barbara Brandenburg (67)	LG Osnabrück	28.08.05	Hildesheim
10 km Gehen	47:17	Barbara Brandenburg (67)	LG Osnabrück	04.06.05	Kerpen
20 km Gehen	1:43:27	Barbara Brandenburg (67)	LG Osnabrück	05.06.04	Hildesheim
Hochsprung	1,72	Sabine Rahn (67)	VfL Wolfsburg	12.07.02	Kevelaer
Stabhochsprung	3,40	Christina Ziemann (68)	MTV 49 Holzminden	24.06.06	Celle
Weitsprung	5,82	Kriemhild Mann (66)	GW Bad Gandersheim	29.05.05	Bremen
Dreisprung	11.46	Dagmar Imme (69)	LG Osnabrück	17.03.06	Linz/AUT
Kugelstoß	13,37	Iris Coors (71)	LG Fallingbostal	14.05.06	Cuxhaven
Diskuswurf	42.80	Adelheid Schwarz (35)	LG Göttingen	06.10.74	Göttingen
Hammerwurf	43,18	Andrea Nagel (70)	Blexer TB	25.05.05	Bremerhaven
Speerwurf	45.45	Angelika Anton (63)	MTV Soltau	18.07.99	Schweinfurt
Fünfkampf	3.523	Kriemhild Mann (66)	GW Bad Gandersheim	26.06.04	Hannover
		12,87-1,64-9,28-5,68-2:28,43			
Siebenkampf	4.434	Dagmar Imme (69)	LG Osnabrück	23./24.08.05	San Sebastian/E
		17,01-1,60-10,49-28,13 / 5,29-40,85-2:38,00			
Werfer-Fünfkampf	3.302	Angelika Anton (63)	MTV Soltau	27.06.99	Munster
		38,71-12,34-35,93-40,74-13,03			



## Seniorinnen W 40

100 m Lauf	12,4	Angelika Bahte (44)	LG Nordheide	07.07.85	Winsen/Luhe
200 m Lauf	26,07	Brigitte Heidrich (61)	TSV Stelle	31.07.04	Aarhus/DEN
400 m Lauf	57,54	Brigitte Heidrich (61)	TSV Stelle	21.08.02	Potsdam
800 m Lauf	2:10,73	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	20.09.98	Delmenhorst
1000 m Lauf	2:52,29	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	25.09.98	Papenburg
1500 m Lauf	4:33,13	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	14.09.98	Cesenatico/ITA
1 Meile	5:17,80	Kerstin Wiethake (60)	LG PSV Uelzen/MTV Barum	31.05.00	Soltau
3000 m Lauf	10:03,2	Helga Krause (35)	VfL Alfeld	20.08.77	Göttingen
5000 m Lauf	17:23,46	Ursula Starke (56)	VfL Wolfsburg	05.07.96	Hagen
10.000 m Lauf	36:56,7	Jutta Karsch (61)	SC Herringhausen	04.09.02	Melle
1 Stunde Lauf	15.223	Kerstin Wiethake (60)	LG PSV Uelzen/MTV Barum	30.09.00	Lüchow
10 km Lauf	37:22	Liane Winter (42)	VfL Wolfsburg	08.05.82	Scheeßel
10 km Lauf-Msch.	1:59:37	VfL Wolfsburg L.Winter (42)-U.Miehe (41)-H.Heyn (41)		08.05.82	Scheeßel
Halbmarathonlauf	1:20:10	Heidi Hillebrecht (56)	LG Seesen	30.03.96	Kaiserslautern
Halbmarathon-Msch.	4:32:00	Post-SV Hannover A.Asche (52)-E.Friedrich (51)-M.Dreyer (54)		15.05.94	Herten-Bertlich
Marathonlauf	2:43:35	Liane Winter (42)	VfL Wolfsburg	23.05.82	Franfurt/M.
Marathonlauf-Msch.	9:50:29	LG Kreis Verden R.May (40)-L.Schultz (20)-H.Sievers (37)		24.04.83	Bremen
100 km Lauf	9:10:30	Sabine Schmidtke (59)	Delligser SC	14.06.02	Biel/SUI
80 m Hürden	12,59	Urte Lichte (67)	LG Osnabrück	09.06.07	Salzgitter
100 m Hürden	15,47	Kriemhild Mann (66)	GW Bad Gandersheim	09.09.06	Salzgitter
400 m Hürden	74,6	Heidrun Scheiding (54)	TSV Lelm	27.08.96	Schöningen
4 x 100 m Staffel	51,77	LG Nordheide M.Neckels (45)-U.Jabs (38)-A.Bahte (44)-G.Mittag (43)		20.07.85	München
4 x 400 m Staffel	4:57,6	TSV Arminia Vöhrum E.Ostwald 58-D.Künnemann 56-C.Bartoniek 55-U.Hornbostel 60		04.09.02	Edemissen
3 x 800 m Staffel	7:45,50	TSV Stelle W.Baseda (58)-B.Lenzing (60)-B.Heidrich (61)		18.08.01	Potsdam
Schweden-Staffel	2:41,92	LG Kreis Verden B.Schwers (62)-H.Rippe (63)-K.Göstemeyer (57)-M.Senkler (58)		24.09.03	Verden
5 x 10 km Staffel	3:58:43	Post-SV Osnabrück B.Diestler (57)-U.Menzel (48)-S.Mönnekemeyer (50)- S.Exeler (42)-H.Luttman (50)		06.09.97	Rheine
5.000 m Gehen	28:16,01	Edith Kuchenbecker (44)	VfL Uetze	30.07.86	Malmö/SWE
5 km Gehen	27:10	Edith Kuchenbecker (44)	VfL Uetze	18.10.86	Groß Gerau
10 km Gehen	55:21	Edith Kuchenbecker (44)	VfL Uetze	31.10.87	Letter
10 km Gehen-Msch.	3:36:17	RSV Seelze R.Blume (45)-G.Pursche (43)-H.Dirksmeyer (51)		28.03.93	Letter
20 km Gehen	2:28:48	Claudia Otte (62)	DJK Sparta Langenhagen	24.06.06	Breitenbrunn
Hochsprung	1.70	Frauke Lindemann (65)	TSV Burgdorf	15.06.05	Nienhagen
Stabhochsprung	2,60	Silke Meier (67)	LG Kreis Verden	17.05.07	Stade
Weitsprung	5.99	Kriemhild Mann (66)	GW Bad Gandersheim	24.07.06	Posen/POL
Dreisprung	11,30	Renate Keller (61)	LG Osnabrück	31.08.05	San Sebastian/E
Kugelstoß	12.45	Jutta Flader (39)	LG Wörpe	22.07.81	Oldenburg
Diskuswurf	41.20	Adelheid Schwarz (35)	LG Göttingen	30.08.75	Obersuhl
Hammerwurf	40,61	Astrid Jobmann (63)	TSV Stelle	26.04.03	Verden
Speerwurf	44,74	Angelika Anton (63)	MTV Soltau	29.07.04	Aarhus/DEN
Fünfkampf	3.381	Kriemhild Mann (66)	GW Bad Gandersheim	11.06.06	Ahlen

		13,08-1,60-9,60-5,65-2:34,04			
Fünfkampf-Msch.	7.495	TSV Stelle		16.06.01	Zittau
		B.Heidrich (61)–W.Baseda (58)–B.Lenzing (60)			
Siebenkampf	3.446	Inge de Groot (52)	LG Ganderkese	09./10.05.92	Ganderkese
		17,3-1,28-9,42-27,4 / 4,82-26,86-2:52,2			
Werfer-Fünfkampf	3.237	Angelika Anton (63)	MTV Soltau	11.07.03	Carolina/PUR
		33.69-12,18-37,29-44,03-12,47			

### Seniorinnen W 45

100 m Lauf	12,92	Birgit Bischof (56)	LG Ganderkese	25.08.01	Oldenburg
200 m Lauf	26,51	Birgit Bischof (56)	LG Ganderkese	25.08.01	Oldenburg
400 m Lauf	61,05	Brigitte Heidrich (61)	TSV Eintracht Hittfeld	24.06.07	Hamburg
800 m Lauf	2:20,24	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	21.08.04	Dörpen
1000 m Lauf	3:03,28	Annette Koop /58)	LG Emstal Dörpen	26.06.05	Dortmund
1500 m Lauf	4:53,91	Annette Koop (58)	LG Emstal Dörpen	17.08.03	Celle
1 Meile	5:43,5	Birgit Schwers (62)	LG Kreis Verden	19.07.07	Sottrum
3000 m Lauf	10:27,8	Helga Balzer (35)	VfL Alfeld	23.08.80	Berlin
5000 m Lauf	18:29,0	Helga Balzer (35)	VfL Alfeld	07.08.80	Helsinki/FIN
10.000 m Lauf	39:13,49	Anne Fischer (55)	ATS Cuxhaven	23.07.04	Aarhus/DEN
1 Stunde Lauf	15.079	Marion Mirre (40)	LG Celle-Land	19.10.85	Celle
10 km Lauf	38:21	Anne Fischer (55)	ATS Cuxhaven	21.09.03	Otterndorf
Halbmarathonlauf	1:25:43	Anne Fischer (55)	ATS Cuxhaven	28.06.03	Löningen
Marathonlauf	2:58:01	Liane Winter (42)	VfL Wolfsburg	24.04.88	Hamburg
100 km Lauf	8:40:40	Liane Winter (42)	VfL Wolfsburg	08.10.88	Hamm
80 m Hürden	12,83	Karla Tilke (48)	VfL Wolfsburg	16.07.93	Ludwigshafen
100 m Hürden	18,5	Heidrun Scheiding (54)	TSV Lelm	08.09.00	Königsutter
400 m Hürden	78,0	Heidrun Scheiding (54)	TSV Lelm	15.06.99	Helmstedt
5000 m Gehen	31:40,6	Yoshiko Teufert (50)	Garbsener SC	13.06.98	Letter
5 km Gehen	28:29	Brunhilde Schmokies (34)	ATS Cuxhaven	18.09.83	Berlin
10 km Gehen	56:01	Edith Kuchenbecker (44)	LG Braunschweig	06.05.89	Nürnberg
Hochsprung	1.50	Marion Radmer (46)	VfL Wolfsburg	22.06.91	Wolfsburg
Stabhochsprung	2.00	Heidrun Scheiding (54)	TSV Lelm	05.09.99	Helmstedt
Weitsprung	5.29	Renate Behrens (57)	Eintracht Hildesheim	07.09.02	Sarstedt
Dreisprung	10,90	Renate Behrens (57)	Eintracht Hildesheim	16.08.03	Celle
Kugelstoß	11.66	Marlies Ahrens (25)	LG Braunschweig	31.05.70	Braunschweig
Diskuswurf	36.64	Sabine Alms (42)	LG Ganderkese	18.07.87	München
Hammerwurf	36,27	Ilse Bannenberg (58)	LG Göttingen	09.04.05	Göttingen
Speerwurf	34.94	Inge Breithaupt (52)	LG Ganderkese	04.06.00	Celle
Fünfkampf	2.635	Birgit Bischof (56)	LG Ganderkese	30.09.01	Wilhelmshaven
		13,26 -1,32–9,37–4,80-2:47,80			
Siebenkampf	3.600	Birgit Bischof (56)	LG Ganderkese	25./26.6.01	Delmenhorst
		12,8-1,24-9,20-27,0 / 4,74-22,39-2:46,9			
Werfer-Fünfkampf	2.681	Ilse Bannenberg (58)	LG Göttingen	28.05.05	Göttingen
		33,59-9,90-29,57-34,70-11,22			

### Seniorinnen W 50

100 m Lauf	13,1	Ursula Jabs (38)	LG Nordheide	06.05.89	Tostedt
200 m Lauf	27,4	Ursula Jabs (38)	LG Nordheide	06.05.89	Tostedt
400 m Lauf	65,09	Ursula Jabs (38)	LG Nordheide	05.06.88	Soltau
800 m Lauf	2:32,3	Eva Friedrich (51)	Post-SV Hannover	24.06.01	Sarstedt

1000 m Lauf	3:27,86	Traute Abu Ajamieh (45)	TK Jahn Sarstedt	05.07.95	Minden
1500 m Lauf	5:11,59	Eva Friedrich (51)	TuS Ricklingen	28.07.02	Weinstadt
1 Meile	5:59,3	Hannelore Bezold (49)	SV Bovenden	28.08.99	Alfeld
3000 m Lauf	11:03,70	Eva Friedrich (51)	Post-SV Hannover	23.05.01	Wunstorf
5000 m Lauf	19:08,5	Christine Fuchs (40)	LC Hansa Stuhr	03.07.91	Weyhe
10.000 m Lauf	39:42,3	Christine Fuchs (40)	LC Hansa Stuhr	14.09.91	Stuhr
1 Stunde Lauf	14.068	Marion Mirre (40)	LG Celle-Land	01.10.94	Lüchow
10 km Lauf	38:26	Anne Fischer (55)	ATS Cuxhaven	20.03.05	Otterndorf
10 km Lauf-Msch.	2:15:10	LG Hannover		17.03.02	Stuhr
		A.Asche (52)–H.Bensch (42)–H.Hilgert (51)			
Halbmarathonlauf	1:28:22	Anne Fischer (55)	ATS Cuxhaven	13.03.05	Ohrdruf
Halbmarathon-Msch.	5:02:50	LG Celle-Land		08.05.93	Kandel
		M.Mirre (40)–M.Dahl (43)–H.Wölk (41)			
Marathonlauf	3:03:03	Erna Colsmann (37)	TuS Celle	26.09.87	Duisburg
Marathonlauf-Msch.	11:03:30	LG Kreis Verden		02.05.04	Hannover
		I.Heger (52)–S.Bracht (52)–C.Liebscher (50)			
100 km Lauf	9:28:38	Winnie-Vera Pennigstorff (43)	LG Göttingen	04.09.93	Rheine-Elte
80 m Hürden	14,01	Ganna Martens (39)	TSV Stelle	05.07.90	Budapest/HUN
100 m Hürden	19,4	Heidrun Scheiding (54)	TSV Lelm	92.09.05	Königslutter
4 x 100 m Staffel	55,97	TSV Eintracht Hittfeld		17.08.96	Leinfelden
		B.Krok (44)–A.Bahte (44)–U.Jabs (38)–G.Mittag (43)			
5000 m Gehen	26:24,4	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	20.08.82	Hildesheim
5 km Gehen	31:42	Yoshiko Teufert (50)	Garbsener SC	23.03.02	Eilenburg
10 km Gehen	54:45	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	08.05.82	Scheeßel
20 km Gehen	2:13:25	Rosina Blume (45)	RSV Seelze	31.05.97	Den Haag/NED
Hochsprung	1.39	Karin Geese (52)	LG Göttingen	05.09.03	Göttingen
Weitsprung	4.92	Renate Behrens (57)	Eintracht Hildesheim	09.06.07	Salzgitter
Dreisprung	9,86	Renate Behrens (57)	Eintracht Hildesheim	01.05.07	Garbsen
Kugelstoß	11.96	Angelika Bahte (44)	TSV Eintracht Hittfeld	06.08.95	Delmenhorst
Diskuswurf	34.90	Inge Breithaupt (52)	LG Ganderkesee	23.08.03	Büdelsdorf
Hammerwurf	36,49	Inge de Groot (52)	LG Ganderkesee	05.09.04	Ahlen
Speerwurf	35,20	Inge Breithaupt (52)	LG Ganderkesee	21.08.02	Potsdam
Fünfkampf	2.173	Heidrun Scheiding (54)	TSV Lelm	27.06.04	Hannover
		14,90-1,27-10,09-4,15-2:51,84			
Siebenkampf	2.775	Inge de Groot (52)	LG Ganderkesee	30.06./01.07.03	Oldenburg
		14,3-1,28-9,43-31,3 / 4,26-28,83-3:24,8			
Werfer-Fünfkampf	2.566	Inge Breithaupt (52)	LG Ganderkesee	31.08.03	Borken
		30,89-11,10-27,64-33,81-9,87			

### Seniorinnen W 55

100 m Lauf	13,98	Ursula Jabs (38)	MTV Tostedt	29.05.93	Zeven
200 m Lauf	29,44	Ursula Jabs (38)	MTV Tostedt	01.08.93	Delmenhorst
400 m Lauf	70,50	Ursula Jabs (38)	MTV Tostedt	27.08.93	Minden
800 m Lauf	2:50,92	Hannelore Bezold (49)	LG Göttingen	15.07.05	Vaterstetten
1000 m Lauf	3:41,44	Traute Abu Ajamieh (45)	FSV Sarstedt	01.07.00	Minden
1500 m Lauf	5:42,14	Angelika Asche (52)	TSV Kirchdorf	15.07.07	Fulda
1 Meile	6:12,0	Hannelore Bezold (49)	LG Göttingen	17.06.05	Uslar
3000 m Lauf	12:06,41	Heidelore Bensch (42)	Post-SV Hannover	10.06.97	Wunstorf
5000 m Lauf	20:29,25	Heidelore Bensch (42)	Post-SV Hannover	17.07.97	Durban/RSA
10.000 m Lauf	42:23,2	Marlis Thake (32)	LG Celle-Land	18.09.87	Sudenburg

1 Stunde Lauf	13.552	Irmela Wilck (42)	IGAS Wendland	04.10.97	Lüchow
10 km Lauf	42:13	Heideloire Bensch (42)	Post-SV Hannover	06.04.97	Hannover
Halbmarathonlauf	1:34:07	Heideloire Bensch (42)	Post-SV Hannover	26.06.99	Brügge/BEL
Marathonlauf	3:12:38	Marlis Thake (32)	LG Celle-Land	26.04.87	Hamburg
100 km Lauf	9:33:49	Marianne Dahl (43)	TS Großburgwedel	12.09.98	Neuwittenbek
5000 m Gehen	25:06,4	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	27.09.86	Paderborn
5 km Gehen	32:41	Yoshiko Teufert (50)	DJK Sparta Langenhagen	04.06.05	Kerpen
10 km Gehen	54:30	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	14.06.87	Baunatal
Hochsprung	1.25	Hildegard Hundt (33)	LG Oldenburg	02.09.89	Scheeßel
Weitsprung	4.50	Anne-Kathrin Eriksen (44)	LG Braunschweig	21.08.99	Hagen
Kugelstoß	11.39	Angelika Bahte (44)	TSV Eintracht Hittfeld	04.07.99	Suderburg
Diskuswurf	34.16	Sabine Alms (42)	LG Ganderkesee	09.07.97	Oldenburg
Hammerwurf	35.30	Inge de Groot (52)	LG Ganderkesee	05.08.07	Delmenhorst
Speerwurf	29.36	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	14.04.91	Göttingen
Fünfkampf	1.301	Karina Gottkehaskamp (51)	LG Kreis Verden	17.06.07	Bad Oeynhausen
		16,64-1,12-7,67-3,58-3:18,58			
Werfer-Fünfkampf	2.404	Inge de Groot (52)	LG Ganderkesee	28.07.07	Bad Oeynhausen
		34,77-8,77-27,68-24,32-11,25			

### Seniorinnen W 60

100 m Lauf	15,03	Renate Jatho (41)	LG Hannover	12.08.01	Peine
200 m Lauf	30,65	Renate Jatho (41)	LG Hannover	25.08.01	Oldenburg
400 m Lauf	74,26	Renate Rolack (42)	SG Misburg	16.07.05	Vaterstetten
800 m Lauf	2:55,1	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	25.06.81	Verden
1000 m Lauf	4:03,2	Traute Abu-Ajamieh (45)	TK Jahn Sarstedt	17.06.05	Letter
1500 m Lauf	5:51,5	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	31.07.80	Verden
1 Meile	6:44,51	Traute Abu-Ajamieh(45)	TK Jahn Sarstedt	12.09.06	Greene
3000 m Lauf	12:26,0	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	07.08.80	Verden
5000 m Lauf	21:22,4	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	05.08.82	Verden
10.000 m Lauf	43:21,4	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	20.08.81	Verden
1 Stunde Lauf	13.490	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	27.08.81	Verden
10 km Lauf	44:38	Heideloire Bensch (42)	LG Hannover	17.03.02	Stuhr
10 km Lauf-Msch.	2:58:54	Post-SV Osnabrück		15.03.97	Osnabrück
		H.Jakob (35)-M.Kaczmarek (35)-H.Kröger (26)			
Halbmarathonlauf	1:39:20	Heideloire Bensch (42)	LG Hannover	14.03.04	Siegburg
Halbmarathon-Msch.	5:54:13	TSV Eintracht Hittfeld		05.05.02	Hannover
		E.Rieckhoff (40)-U.Rödiger (40)-I.Sommer (38)			
Marathonlauf	3:19:36	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	24.04.83	Bremen
Marathonlauf-Msch.	12:09:23	TSV Eintracht Hittfeld		22.04.01	Hamburg
		E.Rieckhoff (40)-I.Sommer (38)-U.Rödiger (40)			
100 km Lauf	9:54:27	Marianne Dahl (43)	TS Großburgwedel	27.03.04	Kienbaum
4 x 100 m Staffel	83,8	LG Hannover		12.05.96	Misburg
		E.Kobbe (28)-I.Müller (36)-C.Rogmann (32)-I.Langner (28)			
5000 m Gehen	28:08,30	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	28.06.88	Verona/ITA
5 km Gehen	26:38	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	10.06.89	Hildesheim
10 km Gehen	54:26	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	16.04.89	Friedrichsgabe
20 km Gehen	2:26:25	Rosina Blume (45)	RSV Seelze	20.05.07	Regensburg
Hochsprung	1.25	Hildegard Hundt (33)	LG Oldenburg	22.08.93	Tostedt
Weitsprung	4.26	Anne-Kathrin Eriksen (44)	LG Braunschweig	24.07.04	Aarhus/DEN
Kugelstoß	10.20	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	27.08.94	Lübeck
Diskuswurf	28.54	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	21.07.96	Malmö/SWE

Hammerwurf	31.92	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	21.03.93	Göttingen
Speerwurf	27.90	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	22.05.93	Osterode
Fünfkampf	977	Traute Abu Ajamieh (45)	TK Jahn Sarstedt	18.09.05	Osnabrück
		19,13-1,12-6,38-2,94-3:08,38			
Werfer-Fünfkampf	1.215	Ulrike Radczwill (39)	LG Braunschweig	11.07.03	Carolina/PUR
		19,95-6,09-13,72-10,47-8,10			

### Seniorinnen W 65-älter

100 m Lauf	15,49	Renate Jatho (41)	LG Hannover	19.07.06	Wunstorf
200 m Lauf	32,36	Renate Jatho (41)	LG Hannover	06.08.06	Aachen
800 m Lauf	3:28,9	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	11.05.95	Misburg
1000 m Lauf	4:57,69	Monika Ohm (41)	MTV Wolfenbüttel	05.09.06	Braunschweig
1500 m Lauf	6:39,29	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	04.06.94	Athen/GRE
1 Meile Lauf	7:47,6	Erika Pfeuffer (41)	SV Germania Helmstedt	25.05.06	Helmstedt
3000 m Lauf	12:38,50	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	21.09.85	Verden
5000 m Lauf	21:58,0	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	02.07.85	Verden
10.000 m Lauf	44:20,9	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	16.07.85	Verden
1 Stunde Lauf	12.090	Elfriede Willerts (36)	LG Wilhelmshaven	12.06.01	Schortens
10 km Lauf	47:04	Renate Hofmann (39)	1. WV Wunstorf	17.05.07	Regensburg
Halbmarathonlauf	1:46:06	Heideloire Bensch (42)	LG Hannover	01.04.07	Hamburg
Marathonlauf	3:28:10	Lieselotte Schultz (20)	LG Kreis Verden	29.09.85	Berlin
5000 m Gehen	29:22,78	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	24.09.94	Minden
5 km Gehen	35:50	Ingrid Häfker (38)	LC 93 Delmenhorst	27.09.03	Gleina
10 km Gehen	60:38	Olga Meyer (28)	VfL Uetze	30.09.95	Eilenburg
Hochsprung	1.15	Maren Klawonn (35)	LG Braunschweig	17.05.00	Braunschweig
Weitsprung	3.63	Maren Klawonn (35)	LG Braunschweig	17.05.00	Braunschweig
Kugelstoß	9.86	Adelheid Rosenberg (34)	LG Edemissen/Peine	30.09.00	Edemissen
Diskuswurf	25.99	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	14.09.98	Cesenatico/ITA
Hammerwurf	29.97	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	14.09.98	Cesenatico/ITA
Speerwurf	25.82	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	21.08.99	Hagen
Fünfkampf	506	Ingrid Stölting (32)	MTV Wolfenbüttel	17.09.06	Hannover
		20,76-2,86-6,14-1,00-4:51,23			
Werfer-Fünfkampf	2.047	Elisabeth Dwenger (33)	LG Göttingen	08.07.03	Göttingen
		24,28-8,42-23,16-20,72-11,96			