

## Niedersächsische Athleten und Athletinnen im Nationaltrikot 2013

Sven Knippahls	VfL Wolfsburg	WM Team - EM
Ruth Sophia Spelmeyer	VfL Oldenburg	Team - EM
Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	EM U 23
Neele Eckhardt	LG Göttingen	EM U 23
Jannik Rehbein	FSV Sarstedt	EM U 23
Patrick Scherfose	LG Weserbergland	EM U 23
Maximilian Gilde	LG Hannover	Universiade
Anna-Lena Freese	FTSV Jahn Brinkum	EM U 20 Hallen-Länderkampf U20 ITA-FRA-GER
Imke Onnen	LG Hannover	EM U 20 Hallen-Länderkampf U20 ITA-FRA-GER
Lara Groenewold	LG Braunschweig	EM U 20
Alexander Gladitz	LG Hannover	EM U 20
Lea Meyer	VfL Lönigen	EM-Cross U 20
Ann-Kathrin Kopf	TSV Otterndorf	WM U 18
Ria Möllers	SC Melle 03	WM U 18
Alexej Mikhailov	Hannover 96	WM U 18
Pia Nikoleit	Emden LG	Hallen-Länderkampf U20 ITA-FRA-GER
Anna-Marleen Wolf	LG Göttingen	Hallen-Länderkampf U20 ITA-FRA-GER
Till Helbig	LG Wilhelmshaven	Hallen-Länderkampf U20 ITA-FRA-GER

# Meister 2013

## Senioren-Weltmeister

W 55 Marathon	Anne Fischer	ATS Cuxhaven	3:36:51
W 55 Kugelstoß	Carola Petersen	MTV Herrenhausen	11,12

## Senioren-Europameister

M 40 10 km Lauf Mann.	Matthias Wilshusen	Laufclub Blueliner	
M 50 Halbmarathon Mann.	Thomas Ruminski	SVE Hiddestorf	
M 60 Halbmarathon Mann.	Jürgen Hold	LG Kreis Verden	
M 65 10 km Lauf Mann.	Siegfried Krolkowski	SV Kirchboitzen	
M 65 10 km Gehen Mann.	Volker Dygas	LG Kreis Verden	
W 40 Halbmarathon Mann.	Bianca Stanienda	SVE Hiddestorf	
W 40 Halbmarathon Mann.	Ilka Friedrich	Laufclub Blueliner	
W 50 10 km Lauf Mann.	Sylvia Kuhlenkamp	LG Nienburg	
W 50 Halbmarathon Mann.	Sylvia Kuhlenkamp	LG Nienburg	
W 55 10 km Lauf Mann.	Hannelore Lyda	DJK Sparta Langenhagen	
W 55 Halbmarathon Mann.	Anne Fischer	ATS Cuxhaven	
W 70 10 km Lauf Mann.	Reintraut Rattay	LG Peiner Land	

## Deutsche Juniorenmeister U 23

4 x 400 m Staffel	LG Unterlüß/Faßberg/Oldendorf	L.Mügge- O.Böhl- M.Schmalz- J.Rehbein	3:12,30
100 m	Anna-Lena Freese	FTSV Jahn Brinkum	11,46

## Deutsche Hallenmeister U 20

Hochsprung	Imke Onnen	LG Hannover	1,81
200 m	Till Helbig	LG Wilhelmshaven	21,70

## Deutsche Jugendmeister U 18

Hammerwurf	Alexej Mikhalov	Hannover 96	73,68
1.500 m Hindernis	Lea Meyer	VfL Lönningen	4:46,13
Hochsprung	Svea Knoop	TSV Bremervörde	1,77

## Deutsche Winterwurfmeister U 18

Hammerwurf	Alexej Mikhalov	Hannover 96	73,68
------------	-----------------	-------------	-------

## Deutsche Jugendmeister U 16

W 14 Block S/S	Merle Homeier	VfL Bückeberg	2.836
	12,97-12,43-5,58-1,72-26,12		
W 14 Block Wurf	Bjarna Liv Lakämper	MTV Luhdorf-Roydorf	2.703
	13,22-12,28-4,93-11,70-30,79		

## Deutsche Seniorenmeister

M 35 3 x 1000 m Staffel	StG Hannover96-Eintr.Hildesh.	H.Cifti- J.Wittig- H.Wilcke	8:17,03
M 35 Weitsprung	Holger Geweke	TV Lohnde	6,49
M 40 4 x 400 m Staffel	StG Burgdorf-Helstorf	S.Goslar-J.Vorwahl- J.Langreder-M.Bansa	3:54,70
M 40 Weitsprung	Frank Sander	MTV 49 Holzminden	6,33
M 40 Wurf-Fünfkampf	Jörg Pachal	TSV Lelm	3.021
	42,23-11,42-31,91-36,81-13,66		
M 45 Stabhochsprung	Michael Talke	MTV 49 Holzminden	3,60
M 50 400 m Lauf	Andreas Oppe	OTB Osnabrück	55,08
M 50 400 m Hürdenlauf	Heiko Tute	OTB Osnabrück	60,71
M 50 Weitsprung	Wolfgang Knabe	OSC Damme	6,12
M 60 Dreisprung	Wilfried Kröger	LG Hannover	9,80
M 65 5.000 m Bahngehen	Volker Dygas	LG Kreis Verden	27:40,11
M 65 Stabhochsprung	Rolf Geese	LG Göttingen	2,90
M 70 80 m Hürdenlauf	Horst Schäfer	VT Rinteln	15,15
M 70 Weitsprung	Manfred Arnd	TSV Burgdorf	4,92w
M 75 800 m Lauf	Horst Schlecht	SG Misburg	2:50,34
M 75 Kugelstoß	Karl-Heinz Marg	SG Osterholzer LA	14,24
M 80 20 km Gehen	Karlheinz Teufert	SC Langenhagen	2:27:45
M 80 Hammerwurf	Helmut Brüning	ATS Cuxhaven	39,91
M 80 Wurf-Fünfkampf	Helmut Brüning	ATS Cuxhaven	4.143
	36,61-10,26-24,78-23,51-15,08		

### Fortsetzung Deutsche Seniorenmeister

W 35 3 x 800 m Staffel	StG Burgdorf-Helstorf	F.Albrecht - S.Jakobus - M.Leppin	7:51,47
W 35 Hammerwurf	Christine Piehozki	MTV Schöningen	43,92
W 40 800 m Lauf	Katrin Brüger	LG Braunschweig	2:22,57
W 50 400 m Lauf	Brigitte Heidrich	LG Lüneburg	66,06
W 50 3 x 800 m Staffel	StG Burgdorf-Helstorf	D.Diekmann - U.Berg - D.Dannenber	8:51,11
W 50 5.000 m Bahngehen	Birgit Komoll	DJK Sparta Langenhagen	34:20,49
W 50 20 km Gehen	Birgit Komoll	DJK Sparta Langenhagen	2:28:17
W 55 10.000 m Lauf	Anne Fischer	ATS Cuxhaven	44:03,29
W 55 Diskuswurf	Carola Petersen	MTV Herrenhausen	29,99
W 55 Wurf-Fünfkampf	Carola Petersen	MTV Herrenhausen	3.614
	31,04-11,06-28,97-22,67-10,82		
W 60 100 km Lauf	Brigitte Rodenbeck	LG Braunschweig	10:27:36
W 60 5.000 m Bahngehen	Yoshiko Teufert-Shibata	SC Langenhagen	35:30,25
W 60 10 km Gehen	Karin Dygas	LG Kreis Verden	1:05:23
W 60 20 km Gehen	Yoshiko Teufert-Shibata	SC Langenhagen	2:27:43

### Deutsche Senioren Hallenmeister

M 35 Weitsprung	Sascha Gerlee	OTB Osnabrück	6,48
M 40 60 m Hürden	Frank Sander	MTV 49 Holzminden	8,51
M 40 Hochsprung	Jan Hiller	BTB Oldenburg	1,80
M 75 Kugelstoß	Karl-Heinz Marg	SG Osterholzer LA	14,23
W 50 200 m	Brigitte Heidrich	LG Lüneburg	29,05
W 50 400 m	Brigitte Heidrich	LG Lüneburg	67,76
W 50 Weitsprung	Birgit Trenker	LG Lüneburg	4,85
W 55 800 m	Annette Koop	OTB Osnabrück	2:42,76

### Deutsche Senioren Winterwurfmeister

W 35 Hammerwurf	Christine Piehozki	MTV Schöningen	44,57
W 55 Diskuswurf	Carola Petersen	MTV Herrenhausen	32,12

### Norddeutsche Meister

#### **Männer**

400 m	Jan-Gerhard Onken	VfL Germania Leer	47,39
800 m	Jan-Gerhard Onken	VfL Germania Leer	1:49,65
1.500 m	Sören Ludolph	LG Braunschweig	3:49,07
110 m Hürden	Paul Dittmer	MTV Hanstedt	14,18w
4 x 100 m Staffel	LG Weserbergland	S.Loschan - K.Ingwesen - T.Pscherer - E.Diatta	41,30
Hochsprung	Jan Hase	LG Hannover	2,05
Weitsprung	Jan Brunken	LG Göttingen	7,26
Zehnkampf Mannschaft	LG Peiner Land	J.Thierse - L.Thierse - B.Herzlieb	14.543

#### **Frauen**

400 m	Alina Koop	OTB Osnabrück	56,42
800 m	Alina Koop	OTB Osnabrück	2:08,16
100 m Hürden	Maren Schwerdtner	Hannover 96	13,80
Siebenkampf	Jana Klingebiel	LG Eichsfeld	4.931
	15,25-1,52-10,24-25,65 / 5,44-41,63-2:27,63		

#### **Junioren U 23**

Zehnkampf	Steffen Rothmann	LG Weserbergland	6.147
	11,82-6,56-12,14-1,68-54,66 / 16,62-35,54-3,80-50,47-4:53,90		

#### **Männliche Jugend U 20**

800 m	Kilian Grünhagen	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	1:59,72
1.500 m	Kilian Grünhagen	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	4:02,66
3.000 m	Tilmann Petersen	VfL Lönigen	8:45,26
2.000 m Hindernis	Janis Mörk	SG Osterholzer LA	6:29,46
4 x 100 m Staffel	StG Hannover96-Eintr.Hildesh.	N.Fugel- N.Juretzko- N.Wetjen- J.Möller	43,24
Stabhochsprung	Robin Pieper	LG Peiner Land	4,80
Kugelstoß	Lukas Deserno	LG Göttingen	14,95
Diskuswurf	Jan-Eric Christiansen	TV Loxstedt	47,99
Hammerwurf	Alexej Mikhailov	Hannover 96	66,26
Speerwurf	Tim Cordes	TSV Asendorf	59,71

Fortsetzung Norddeutsche Meister MJ U20

Fünfkampf	Torben Ziesing 11,32-6,70w-14,82-1,88-50,91	LG Eichsfeld	3.782
Fünfkampf Mannschaft	LG Osnabrück	K.Kassis - J.Plemper - C.Schruttker - T.Flatemersch - F.Kuhlmann	12.613
Zehnkampf	Torben Ziesing 11,32-6,70w-14,82-1,88-50,91 / 15,89-34,40-3,90-46,34-4:42,86	LG Eichsfeld	6.866
Zehnkampf Mannschaft	TuS Alfstedt	F.Jungen - L.Steffens - S.Flory	13.136

**Männliche Jugend U 18**

2.000 m Hindernis	Lennart Mesecke	LG Wennigsen	6:13,34
Stabhochsprung	Simon Aschitsch	SV Alfeld	4,30
Hammerwurf	Christian von der Gablentz	SV Lemgow/Dangenstorf	51,47
Fünfkampf	Michel Meißner 11,22-6,60-12,01-1,84-51,27	SC Kirchweyhe/Westerweyhe	3.557
Fünfkampf Mannschaft	LG Nordheide	N.Twesten - K.Weißberg - L.Allers - J.Haupt - J.Bostelmann	12.743
Zehnkampf Mannschaft	MTV 49 Holzminden	D.Heise - T.Czech - L.Sandforth	12.742

**Weibliche Jugend U 20**

400 m	Mareike Kordes	SV Molbergen	58,26
1.500 m	Lea Meyer	VfL Lönigen	4:31,50
3.000 m	Christina Gerdes	BV Garrel	10:23,86
400 m Hürden	Kathleen Bohmann	TSV Wiepenkathen	69,21
4 x 100 m Staffel	LG Weserbergland	D.Dehne - M.Zielonka - M.Trivuncic - J.Rohmann	50,45
Stabhochsprung	Friedelinde Petershofen	DSC Oldenburg	3,80
Weitsprung	Anna-Marleen Wolf	LG Göttingen	5,82
Dreisprung	Friederike Altmann	LAZ Celle	12,29
Kugelstoß	Christin Bormann	TSV Asendorf	14,13
Hammerwurf	Adelheid Angermann	LAV Meppen	48,29
Speerwurf	Berit Warnecke	LG Fallingbostal	40,77
Vierkampf	Sophia Machill 15,03-1,60-10,51-26,53	Hannover 96	2.888
Vierkampf Mannschaft	MTV Schöningen	M.Renner - J.Ndotoni - F.Schölecke - L.Peters - M.Müller	8.391
Siebenkampf	Sophia Machill 15,03-1,60-10,51-26,53 / 5,51-32,26-2:21,34	Hannover 96	4.915
Siebenkampf Mannschaft	SV Sparta Werlte	L.Jüngerink - S.Gerdes - I.Droste	10.018

**Weibliche Jugend U 18**

400 m Hürden	Laura Gläsner	SV Germania Helmstedt	63,05
Hammerwurf	Cathinca van Amerom	SV Germania Helmstedt	56,59
Vierkampf	Lara Groenewold 14,80-1,64-12,33-12,64	LG Braunschweig	3.167
Vierkampf Mannschaft	LG Braunschweig	L.Groenewold - H.Vollmers - L.Beyersdorff - L.Basso - J.Seidel	13.085
Siebenkampf Mannschaft	LG Weserbergland	M.Zielonka - L.Janosch - J.Beerberg	12.472

**Männliche Jugend M 15**

100 m	Joshua Maschke	TuS Altwarmbüchen	11,28
300 m	Hennes Bollmeier	BV Garrel	37,71
800 m	Jörn Kaiser	LG Wennigsen	2:00,98
3.000 m	Lukas Scholtysek	Laufclub BlueLiner	9:51,47
300 m Hürden	Luca Gehling	VfL Lönigen	43,21
4 x 100 m Staffel	LG Osnabrück	A.Schmidt - L.Uhlenbrock - F.Hasselmann - R.Becker	48,32
Hochsprung	Henrik Janssen	TV Norden	1,81
Dreisprung	Nico Janssen	TV Norden	12,69
Hammerwurf	Otto Weinhöfer	SVG GW Bad Gandersheim	47,08

**Weibliche Jugend W 15**

300 m	Mailin Schäfer	VfL Lönigen	41,00
2.000 m	Anna Schröder	LG Osnabrück	6:49,71
Stabhochsprung	Tessa Klingenberg	LG Peiner Land	3,00

### Fortsetzung Norddeutsche Meister W15

Weitsprung	Merle Homeier	VfL Bückeburg	5,52
Kugelstoß	Sara van Ohlen	VfL Germania Leer	12,84
Diskuswurf	Sara van Ohlen	VfL Germania Leer	33,68
Hammerwurf	Lia Heise	Einbecker SV	49,80
Speerwurf	Marie Sophie Sassen	LG Nordheide	41,16

### Norddeutsche Hallenmeister

#### **Männer**

60 m Hürden	Paul Dittmer	MTV Hanstedt	7,92
Hochsprung	Alexander Klintworth	TSV Wiepenkathen	2,05
Weitsprung	Maximilian Gilde	LG Hannover	7,51

#### **Frauen**

60 m Hürden	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	8,75
Stabhochsprung	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	4,35
Dreisprung	Lisanne Rieker	LG Göttingen	13,01

#### **Männliche Jugend U 20**

400 m	Alexander Gladitz	LG Hannover	49,51
60 m Hürden	Michael Ulrich	SV Germania Helmstedt	8,10
Hochsprung	Mats Zander	TV Norden	1,99

#### **Weibliche Jugend U 20**

200 m	Anna-Lena Freese	FTSV Jahn Brinkum	24,46
60 m Hürden	Nora Dirlam	LG Wennigsen	8,88
Hochsprung	Imke Onnen	LG Hannover	1,80
Stabhochsprung	Ria Möllers	SC Melle 03	3,80
Dreisprung	Anna-Marleen Wolf	LG Göttingen	12,16

### Norddeutsche Seniorenmeister

M 60 5.000 m Bahngehen	Jürgen Hold	LG Kreis Verden	28:09,01
M 65 5.000 m Bahngehen	Volker Dygas	LG Kreis Verden	27:27,49
M 75 5.000 m Bahngehen	Karlheinz Teufert	SC Langenhagen	35:19,93
W 60 5.000 m Bahngehen	Karin Dygas	LG Kreis Verden	30:41,09

### NLV+BLV - Meister

#### **Männer**

100 m	Kai Ingwersen	LG Weserbergland	10,70
200 m	Kai Ingwersen	LG Weserbergland	21,89
400 m	Jannik Rehbein	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	47,57
800 m	Jan-Gerhard Onken	VfL Germania Leer	1:52,15
1.500 m	Viktor Kuk	LG Braunschweig	3:53,81
5.000 m	Heiko Baier	LG Braunschweig	14:36,56
10.000 m	Musa Roba-Kinkal	LG Braunschweig	30:49,09
10 km	Heiko Baier	LG Braunschweig	32:09
10 km Mannschaft	LG Braunschweig	H.Baier - K.Meier - F.Pehrs	1:37:47
Halbmarathon	Steffen Lang	TSV Kirchdorf	1:11:06
Halbmarathon Mannschaft	LG Göttingen	A.Gerrits - S.Hanelt - J.Heine	3:49:21
Marathon	Rene Jäger	Garbsener SC	2:34:50
Marathon Mannschaft	Garbsener SC	R.Jäger - M.Ronkel - T.Merten	7:52:01
110 m Hürden	Paul Dittmer	MTV Hanstedt	14,07w
400 m Hürden	Nils Max	TuS Harsefeld	53,85
3000 m Hindernis	Maik Wollherr	OTB Osnabrück	9:03,26
4 x 100 m Staffel	LG Weserbergland	S.Loschan- K.Ingwersen- J.Peest- E.Diatta	41,94
3 x 1000 m Staffel	LG Braunschweig	H.Baier - M.Roba-Kinkal - V.Kuk	7:35,04
Hochsprung	Eike Onnen	LG Hannover	2,04
Stabhochsprung	Robin Pieper	LG Peiner Land	4,80
Weitsprung	Jan Brunken	LG Göttingen	6,91
Dreisprung	Oliver Maiß	LAZ Celle	14,47
Kugelstoß	Tobias Trenker	Hannover 96	14,29
Diskuswurf	Paul Krempel	LG Kreis Verden	51,06

**Fortsetzung NLV+BLV - Meister**

Hammerwurf	Marcus Kahlmeyer	Hannover 96	61,50
Speerwurf	Alexander Teuteberg	Hannover 96	67,26
Fünfkampf	Niels Kaun	VfL Oldenburg	3.049
	5,96-49,28-23,08-30,88-4:47,67		
Fünfkampf Mannschaft	VfL Oldenburg	N.Kaun - D.Behrens - D.Wendel	7.620
Zehnkampf	Jens Thierse	LG Peiner Land	5.748
	12,25-6,83W-10,30-1,76-56,63 / 17,20-37,74-3,80-34,00-4:53,46		
Zehnkampf Mannschaft	LG Peiner Land	J.Thierse – L.Thierse - B.Herzlieb	14.543
Cross Mittelstrecke	Johannes Raabe	LG Hannover	
Cross Mittelstrecke Mann.	LG Braunschweig	V.Kuk - K.Meier - S.Ludolph	
Cross Langstrecke	Viktor Kuk	LG Braunschweig	
Cross Langstrecke Mann.	LG Braunschweig	V.Kuk - K.Meier - N.Steinert	
DMM Gruppe 3	LG Weserbergland		11.444

**Frauen**

100 m	Linda Krevert	SV Werder Bremen	12,05
200 m	Jana Loock	Bremer LT	25,20
400 m	Karina Hunfeld	SV Friedrichsfehn	57,46
800 m	Alina Koop	OTB Osnabrück	2:07,58
1.500 m	Malyzia Catjana Vömel	LG Kreis Verden	4:40,58
5.000 m	Coline Ricard	LG Göttingen	18:36,03
10.000 m	Paula Böttcher	VfL Oldenburg	39:46,25
10 km	Coline Ricard	LG Göttingen	36:17
10 km Mannschaft	Hannover 96	K.Kreil - K.Friedrich - L.Kaderhandt	1:58:10
Halbmarathon	Nicole Krinke	LG Nienburg	1:20:55
Halbmarathon Mannschaft	Hannover 96	K.Friedrich - L.Kaderhandt - A.Schroeder	4:30:50
Marathon	Katrin Friedrich	Hannover 96	2:58:50
Marathon Mannschaft	Laufclub BlueLiner	D.Albrecht - E.Staebe - A.Meinberg	11:52:15
100 m Hürden	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	14,03
400 m Hürden	Yvonne Jungen	SV Werder Bremen	64,98
3.000 m Hindernis	Nadine Kofski	TuS Wunstorf	11:11,80
4 x 100 m Staffel	LG Weserbergland	J.Röttinger- N.Giebel- I.Hartmann- I.Garling	47,93
4 x 400 m Staffel	LG Weserbergland	J.Röttinger-D.Dienel-I.Hartmann-I.Garling	3:57,33
3 x 800 m Staffel	OTB Osnabrück	T.Wollherr - S.Kreie - A.Koop	7:03,56
Stabhochsprung	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	4,20
Weitsprung	Anna Schmotz	LG Göttingen	5,96
Dreisprung	Neele Eckhardt	LG Göttingen	13,09
Kugelstoß	Jana Müller-Schmidt	SV Werder Bremen	12,00
Diskuswurf	Sonka Kielmann	Hannover 96	48,16
Hammerwurf	Kirsten Münchow	VfR Evesen	60,29
Speerwurf	Fenja Mager	DSC Oldenburg	41,14
Fünfkampf	Vanessa Holland	LG Osterode	2.886
	13,28-4,78-8,01-1,55-2:38,74		
Fünfkampf Mannschaft	VfL Oldenburg	K.Scholl - M.Kipp - J.Lomax	5.443
Siebenkampf	Jana Klingebiel	LG Eichsfeld	4.931
	15,25-1,52-10,24-25,65 / 5,44-41,63-2:27,63		
Cross	Coline Ricard	LG Göttingen	
Cross Mannschaft	LG Göttingen	C.Ricard - A.Scholz - A.von Gaza	
DMM Gruppe 3	SV Friedrichsfehn		6.987

**Junioren U 23**

10 km	Karsten Meier	LG Braunschweig	32:11
3 x 1000 m Staffel	LG Braunschweig	K.Meier - P.Kruse - M.Schwerdtfeger	7:38,20
Zehnkampf	Steffen Rothmann	LG Weserbergland	6.147
	11,82-6,56-12,14-1,68-54,66 / 16,62-35,54-3,80-50,47-4:53,90		
Cross	Karsten Meier	LG Braunschweig	
Cross Mannschaft	LG Braunschweig	K.Meier - M.Schwerdtfeger - P.L.Kruse	

**Juniorinnen U 23**

10 km	Marie Trenkel	Lüneburger SV	40:51
Siebenkampf	Yvonne Jungen	SV Werder Bremen	4.470
	16,11w-1,60-9,27-26,94 / 4,81-32,48-2:21,60		
Cross	Lucie Moisson	LG Hannover	

Fortsetzung NLV+BLV - Meister

**Männliche Jugend U 20**

100 m	Richard von Behr	LAZ Celle	10,84
200 m	Richard von Behr	LAZ Celle	22,03
400 m	Dominick Lenzen	LG Nordheide	50,14
800 m	Timon Schaare	LG Braunschweig	1:59,23
1.500 m	Fynn Paul Timm	LG Nordheide	4:02,11
3.000 m	Fynn Paul Timm	LG Nordheide	8:50,17
5.000 m	Fynn Paul Timm	LG Nordheide	15:15,52
10 km	Kilian Grünhagen	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	34:08
10 km Mannschaft	LG Osnabrück	T.Hönecke - T.Flatemersch - J.Plemper	1:51:34
110 m Hürden	Kevin Lembach	LAV Zeven	14,82
2.000 m Hindernis	Alexander Hasselbach	OSC Damme	6:23,48
4 x 100 m Staffel	StG Hansa-Brinkum-Asendorf	N.Rudow - N.Witt - N.Perdigao - J.Reiß	45,31
4 x 400 m Staffel	StG Hannover96-Eintr. Hildesh.	N.Fugel - T.Kauffels - N.Wetjen - J.Möller	3:29,32
3 x 1000 m Staffel	StG Lönigen Rosche Melle	J.Seelhöfer - T.Petersen - Y.Burger	7:49,94
Hochsprung	Mats Zander	TV Norden	1,97
Stabhochsprung	Robin Pieper	LG Peiner Land	4,90
Weitsprung	Oliver Meene	SV Georgsheil	6,59
Dreisprung	Oliver Meene	SV Georgsheil	14,06
Kugelstoß	Tobias Trenker	Hannover 96	16,18
Diskuswurf	Jan-Eric Christiansen	TV Loxstedt	47,39
Speerwurf	Tim Cordes	TSV Asendorf	59,54
Fünfkampf	Torben Ziesing	LG Eichsfeld	3.782
	11,32-6,70w-14,82-1,88-50,91		
Fünfkampf Mannschaft	LG Osnabrück	K.Kassis - J.Plemper - C.Schruttko - T.Flatemersch - F.Kuhlmann	12.613
Zehnkampf	Torben Ziesing	LG Eichsfeld	6.866
	11,32-6,70w-14,82-1,88-50,91 / 15,89-34,40-3,90-46,34-4:42,86		
Zehnkampf Mannschaft	TuS Alfstedt	F.Jungen - L.Steffens - S.Flory	13.136
Cross	Tim-Niklas Schwippel	LG Braunschweig	
Cross Mannschaft	LG Braunschweig	T.Schwippel - P.Bittner - B.Milch	
DJMM Gruppe 1	LG Hannover		13.099
DJMM Gruppe 2	OTB Osnabrück		8.984

**Männliche Jugend U 18**

100 m	Michel Meißner	SC Kirchweyhe/Westerweyhe	11,09
200 m	Michel Meißner	SC Kirchweyhe/Westerweyhe	22,41
400 m	Malte Prietz	TSG Westerstede	50,65
800 m	Lukas Schönke	Hannover 96	ohne Zeit
1.500 m	Lennart Mesecke	LG Wennigsen	4:21,46
3.000 m	Jannik Seelhöfer	SC Melle 03	9:18,48
110 m Hürden	Michel Meißner	SC Kirchweyhe/Westerweyhe	14,28w
400 m Hürden	Kevin Weißberg	LG Nordheide	56,29
2.000 m Hindernis	Jannik Seelhöfer	SC Melle 03	6:14,08
4 x 100 m Staffel	StG Hansa-Brinkum-Asendorf	N.Rudow - N.Witt - N.Perdigao - N.Walter	44,65
3 x 1000 m Staffel	LG Wennigsen	L.Mesecke - F.Japtok - A.Stemwedel	8:18,32
Hochsprung	Marcel Gödecke	SV Rosche	1,88
Stabhochsprung	Simon Aschitsch	SV Alfeld	4,30
Weitsprung	Julian Gierke	SV Nienhagen	6,35
Dreisprung	Tobias Kitzki	LG Hanstedt/Wellend./Wriedel	13,42
Kugelstoß	Thorge Ahrens	SV Rosche	13,22
Diskuswurf	Jan-Eric	Christiansen	52,40
Hammerwurf	Nico Schweer	SV Holtland	56,95
Speerwurf	Jan Walter	SV Werder Bremen	55,24
Fünfkampf	Michel Meißner	SC Kirchweyhe/Westerweyhe	3.557
	11,22-6,60-12,01-1,84-51,27		
Fünfkampf Mannschaft	LG Nordheide	N.Twesten - K.Weißberg - L.Allers - J.Haupt - J.Bostelmann	12.743
Zehnkampf	Michel Meißner	SC Kirchweyhe/Westerweyhe	6.434
	11,22-6,60-12,01-1,84-51,27 / 14,60-29,56-2,90-47,89-4:47,85		
Zehnkampf Mannschaft	MTV 49 Holzminden	D.Heise - T.Czech - L.Sandforth	12.742
Cross	Timon Schaare	LG Braunschweig	
Cross Mannschaft	LG Wennigsen	L.Mesecke - C.Pahl - H.Stürmer	

Fortsetzung NLV+BLV - Meister

**Weibliche Jugend U 20**

100 m	Ann-Kathrin Kopf	TSV Otterndorf	12,28
200 m	Ann-Kathrin Kopf	TSV Otterndorf	24,78
400 m	Jana Hoffmann	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	56,50
800 m	Christina Gerdes	BV Garrel	2:14,47
1.500 m	Christina Gerdes	BV Garrel	4:37,59
3.000 m	Malyzia Catjana Vömel	LG Kreis Verden	10:15,74
5.000 m	Ida-Sophie Hegemann	LG Eichsfeld	18:10,24
10 km	Christina Gerdes	BV Garrel	38:35
100 m Hürden	Nora Dirlam	LG Wennigsen	14,44
400 m Hürden	Insa Knust	SV Holtland	66,11
2.000 m Hindernis	Lea Meyer	VfL Lönningen	6:46,93
4 x 100 m Staffel	Bremer LT	L.Mattern - J.Barry - F.Dally - P.Wulf	49,74
4 x 400 m Staffel	LG Osnabrück	M.Zepter- W.Hengelbrock- L.Kock- A.Wilke	4:02,29
3 x 800 m Staffel	StG Garrel-Molbergen	A.Westendorf - C.Gerdes - M.Kordes	6:58,87
Hochsprung	Meike Paulick	LAZ Celle	1,73
Stabhochsprung	Ria Möllers	SC Melle 03	3,80
Weitsprung	Sabrina Flömer	LG Kreis Verden	5,54
Dreisprung	Laura Hencken	TV Langen	11,90
Kugelstoß	Antonia Reinecke	LG Göttingen	11,66
Diskuswurf	Anja Bäätger	LG Nordheide	37,34
Hammerwurf	Adelheid Angermann	LAV Meppen	46,26
Speerwurf	Fenja Mager	DSC Oldenburg	39,91
Vierkampf	Sophia Machill	Hannover 96	2.888
	15,03-1,60-10,51-26,53		
Vierkampf Mannschaft	MTV Schöningen	M.Renner - J.Ndotoni - F.Schölecke - L.Peters - M.Müller	8.391
Siebenkampf	Sophia Machill	Hannover 96	4.915
	15,03-1,60-10,51-26,53 / 5,51-32,26-2:21,34		
Siebenkampf Mannschaft	SV Sparta Werlte	L.Jüngerink - S.Gerdes - I.Droste	10.018
Cross	Christina Gerdes	BV Garrel	
Cross Mannschaft	LG Nordheide	A.Balduhn - J.Meyer-Ranke - C.Balduhn	
DJMM Gruppe 1	LG Nordheide		10.541
DJMM Gruppe 2	LG Weserbergland		8.225

**Weibliche Jugend U 18**

100 m	Jasmin Wulf	VfL Lingen	12,31w
200 m	Jay Barry	Bremer LT	25,05
400 m	Hanna-Marie Studzinski	Eintracht Hildesheim	59,20
800 m	Judith Wessling	VfL Lönningen	2:17,36
1.500 m	Josephina Burger	SV Rosche	4:59,86
3.000 m	Wiebke Janssen	Emder Laufgemeinschaft	10:24,66
100 m Hürden	Marie-Anna Dunkhase	DSC Oldenburg	14,63w
400 m Hürden	Judith Wessling	VfL Lönningen	63,01
1.500 m Hindernis	Josephina Burger	SV Rosche	5:30,44
4 x 100 m Staffel	LG Weserbergland	L.Janosch - M.Zielonka - M.Trivuncic - J.Rohmann	49,36
3 x 800 m Staffel	StG Lönningen Ankum Melle	M.Schäfer - I.Triphaus - J.Wessling	7:02,35
Hochsprung	Lara Groenewold	LG Braunschweig	1,73
Stabhochsprung	Stina Seidler	SV Werder Bremen	3,90
Weitsprung	Lara Groenewold	LG Braunschweig	5,74
Dreisprung	Friederike Altmann	LAZ Celle	11,43
Kugelstoß	Alena Kerl	LG Solling	13,51
Diskuswurf	Sara van Ohlen	VfL Germania Leer	35,20
Hammerwurf	Cathinca van Amerom	SV Germania Helmstedt	55,44
Speerwurf	Lara Groenewold	LG Braunschweig	40,70
Vierkampf	Lara Groenewold	LG Braunschweig	3.167
	14,80-1,64-12,33-12,64		
Vierkampf Mannschaft	LG Braunschweig	L.Groenewold - H.Vollmers - L.Beyersdorff - L.Basso - J.Seidel	13.085
Siebenkampf	Mara Zielonka	LG Weserbergland	4.826
	14,99-1,64-9,53-12,82 / 5,58-31,87-2:32,25		
Siebenkampf Mannschaft	LG Weserbergland	M.Zielonka - L.Janosch - J.Beerberg	12.472
Cross	Lea Meyer	VfL Lönningen	



Fortsetzung NLV+BLV - Meister

**Männliche Jugend M 15**

100 m	Leon Zauske	LAZ Celle	11,19
300 m	Jörn Kaiser	LG Wennigsen	37,59
800 m	Jörn Kaiser	LG Wennigsen	2:03,15
3.000 m	Lukas Scholtysek	Laufclub BlueLiner	9:29,04
80 m Hürden	Leon Zauske	LAZ Celle	11,29
300 m Hürden	Luca Gehling	VfL Lönningen	42,79
Hochsprung	Henrik Janssen	TV Norden	1,83
Stabhochsprung	Philip Kass	SV Werder Bremen	3,80
Weitsprung	Lennart Boog	LG Wennigsen	6,07
Dreisprung	Nico Janßen	TV Norden	12,22
Kugelstoß	Henrik Janssen	TV Norden	15,34
Diskuswurf	Henrik Janssen	TV Norden	45,97
Hammerwurf	Fabio De Cuzzi	TSG Dissen	47,54
Speerwurf	Henrik Bohmann	TSV Wiepenkathen	52,30
Vierkampf	Lennart Boog	LG Wennigsen	2.252
	12,57-5,99-12,19-1,68		
Neunkampf	Alexandros Spyridonidis	LG Hannover	4.895
	12,90-5,71-11,86-1,76 / 12,23-37,45-3,50-34,47-3:29,70		
Block S/S	Joris Solf	LG Kehdingen	2.827
	11,49w-11,69w-5,81w-1,60-31,77		
Block Lauf	Felix Tabeling	BV Garrel	2.691
	12,16w-12,45w-5,44w-58,00-6:16,19		
Block Wurf	Hennes Bollmeier	TSV Gnarrrenburg	2.799
	12,01w-11,64w-5,70-11,63-21,98		
Cross	Jörn Kaiser	LG Wennigsen	

**Männliche Jugend M 14**

100 m	Christian Debey	LG Nordheide	12,25
800 m	Zeno Lohrengel	TV Germania Hattorf	2:06,55
3.000 m	Max Singer	LAV 07 Bad Harzburg	10:04,77
80 m Hürden	Mattis Thörner	LG Braunschweig	12,31
Hochsprung	Matthis Timmen	LG Lüneburg	1,58
Stabhochsprung	Daniel Machold	SV Werder Bremen	2,80
Weitsprung	Morten Rahmen	LG Braunschweig	5,61
Kugelstoß	Morten Rahmen	LG Braunschweig	12,28
Diskuswurf	Morten Rahmen	LG Braunschweig	40,04
Hammerwurf	Tobias Kruse	SVG GW Bad Gandersheim	40,07
Speerwurf	Paul Kurka	TuS Sulingen	41,36
Vierkampf	Morten Rahmen	LG Braunschweig	2.143
	12,59-5,62-11,85-1,56		
Neunkampf	Torge Vollmers	TSV Wiepenkathen	4.352
	13,41-4,91-9,55-1,56 / 13,13-25,86-2,50-32,39-3:05,07		
Block S/S	Lennart Granzow	LG Weserbergland	2.692
	12,45W-12,11-5,24-1,60-37,21		
Block Lauf	Simon Beike	MTV Eintracht Borsum	2.528
	11,79w-12,94w-5,64w-51,00-7:36,92		
Block Wurf	Janik Dohrmann	LAV Zeven	2.541
	12,58W-12,74W-5,30-10,12-28,59		
Cross	Max Singer	LAV 07 Bad Harzburg	

**Männliche Jugend U 16**

4 x 100m Staffel	TV Norden	T.Meyerhoff - H.Janssen - N.Janßen - K.Novokhatniy	47,40
3 x 1000 m Staffel	LG Wennigsen	G.Lauenstein - L.Martin - J.Kaiser	8:33,56
Neunkampf Mannschaft	SG Osterholzer LA	L.Pieper - T.Schröder - M.Traub	11.716
Blockwettkampf Mannschaft	LG Nordheide	J.Haupt - S.Ionita - C.Debey - B.Rick - C.Rolo-Pinto-Schröder	12.190
Cross Mannschaft	SC Melle 03	M.Blumenstein - D.Braunsmann - D.Makaschov	
DSMM Gruppe 1	LG Nordheide		10.126
DSMM Gruppe 2	LG Kreis Verden		7.348

Fortsetzung NLV+BLV - Meister

**Weibliche Jugend W 15**

100 m	Stina Seidler	SV Werder Bremen	12,45
300 m	Mailin Schäfer	VfL Lönningen	39,61
800 m	Lea Ahrens	LAV 07 Bad Harzburg	2:20,96
2.000 m	Teresa Brüning	Eintracht Hildesheim	7:00,20
3.000 m	Lisa Vogelgesang	Eintracht Hildesheim	11:35,02
80 m Hürden	Lara Heitker	LG Emstal Dörpen	12,28
300 m Hürden	Judith Kamlage	SV Sparta Werlte	46,67
Hochsprung	Sarah Budewig	VfL Stade	1,60
Stabhochsprung	Tessa Klingenberg	LG Peiner Land	3,00
Weitsprung	Hanna Vollmers	LG Braunschweig	5,28
Dreisprung	Carmen Kutzleb	TuS Neuenhaus	10,97
Kugelstoß	Sara van Ohlen	VfL Germania Leer	12,53
Diskuswurf	Sara van Ohlen	VfL Germania Leer	34,68
Hammerwurf	Nadja Novak	TSV Sickte	34,23
Speerwurf	Siri Lübbers	TuS Lachendorf	35,89
Vierkampf	Lale Eden	Heidmühler FC	2.119
	13,12-5,02-1,64-8,93		
Siebenkampf	Mara Wegener	TuS Rotenburg	3.616
	13,12-4,95-9,38-1,52 / 13,01-30,90-2:28,43		
Block S/S	Stina Seidler	SV Werder Bremen	2.748
	12,37W-12,41W-4,83w-1,56-28,83		
Block Lauf	Eda Kintz	BTB Oldenburg	2.532
	13,55w-12,69w-5,02-37,00-7:41,84		
Block Wurf	Liv Marzinowski	VfL Bückeburg	2.606
	13,13-12,48-5,01w-11,17-23,32		
Cross	Paula Thomas	LG Wennigsen	
DSMM Gruppe 1	VfL Stade		8.978
DSMM Gruppe 2	SV Werder Bremen		8.272

**Weibliche Jugend W 14**

100 m	Alica Lorenz	TSV Wehdel	12,44
800 m	Annika Riedel	TSV Eintracht Wolfshagen	2:18,74
2.000 m	Anna Schröder	LG Osnabrück	6:48,50
80 m Hürden	Sara Hannemann	VfL Stade	12,06
Hochsprung	Merle Homeier	VfL Bückeburg	1,66
Stabhochsprung	Liv Heinemann	SV Werder Bremen	2,70
Weitsprung	Merle Homeier	VfL Bückeburg	5,28
Kugelstoß	Bjarna Liv Lakämper	MTV Luhdorf-Roydorf	12,05
Diskuswurf	Bjarna Liv Lakämper	MTV Luhdorf-Roydorf	30,16
Hammerwurf	Julia Besch	VfR Evesen	45,33
Speerwurf	Deike von Hollen	LG Wesermünde	31,50
Vierkampf	Merle Homeier	VfL Bückeburg	2.187
	13,09-5,42-1,72-8,44		
Siebenkampf	Merle Homeier	VfL Bückeburg	3.725
	13,09-5,42-1,72-8,44 / 12,26-29,33-2:38,49		
Block S/S	Merle Homeier	VfL Bückeburg	2.854
	12,77W-12,13w-5,63w-1,64-28,02		
Block Lauf	Marieke Maikranz	VfL Stade	2.563
	13,19w-12,84w-5,07w-41,50-8:00,01		
Block Wurf	Bjama Liv Lakämper	MTV Luhdorf-Roydorf	2.652
	13,10W-12,66w-5,14w-11,65-25,44		
Cross	Anna Schröder	LG Osnabrück	

**Weibl. Jugend U 16**

4 x 100m Staffel	SV Werder Bremen	K.Rocke - S.Seidler - F.Damaschke - J.Hildebrandt	50,13
3 x 800 m Staffel	LG Wennigsen	P.Thomas - A.Schiel - L.Klein	7:28,80
Vierkampf Mannschaft	VfL Stade	S.Hannemann - S.Budewig - M.Maikranz - J.Amofa - C.Fitting	9.592
Siebenkampf Mannschaft	VfL Stade	S.Hannemann - S.Budewig - M.Maikranz	10.636
Blockwettkampf Mannschaft	LG Braunschweig	H.Vollmers - L.Jonker - G.Ehlers - J.Ehlers - J.Weigand	12.547
Cross Mannschaft	LG Wennigsen	P.Thomas - A.Schiel - J.Wistokat	

**NLV+BLV - Hallenmeister****Männer**

60 m	Kai Ingwersen	LG Weserbergland	6,99
200 m	Jannik Rehbein	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	21,91
400 m	Jan-Gerhard Onken	VfL Germania Leer	49,08
800 m	Viktor Kuk	LG Braunschweig	1:51,80
1.500 m	Viktor Kuk	LG Braunschweig	3:49,13
3.000 m	Heiko Baier	LG Braunschweig	8:31,96
60 m Hürden	Paul Dittmer	MTV Hanstedt	7,97
4 x 200 m Staffel	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	J.Rehbein - L.Forstreuter - M.Schmalz - O.Böhl	1:29,42
3 x 1000 m Staffel	LG Braunschweig	M.Schwerdtfeger - F.Brunswig - V.Kuk	7:44,83
Hochsprung	Eike Onnen	LG Hannover	2,10
Stabhochsprung	Steffen Kahlert	TuS Wunstorf	5,00
Weitsprung	Jan Brunken	LG Göttingen	7,13
Dreisprung	Oliver Maiß	LAZ Celle	13,86
Kugelstoß	Tobias Trenker	Hannover 96	14,43

**Frauen**

60 m	Svea Kittner	SV Werder Bremen	7,67
200 m	Ruth Sophia Spelmeyer	VfL Oldenburg	24,55
400 m	Anna Wilke	LG Osnabrück	58,98
800 m	Tabea Themann	SV Molbergen	2:09,20
1.500 m	Pia Nikoleit	Emder Laufgemeinschaft	4:32,18
3.000 m	Christina Gerdes	BV Garrel	10:12,92
60 m Hürden	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	8,64
4 x 200 m Staffel	LG Weserbergland	N.Giebel - I.Hartmann - A.Wartenberg - I.Garling	1:43,31
Hochsprung	Imke Onnen	LG Hannover	1,76
Stabhochsprung	Annika Roloff	MTV 49 Holzminden	4,15
Weitsprung	Neele Eckhardt	LG Göttingen	5,87
Dreisprung	Neele Eckhardt	LG Göttingen	12,84
Kugelstoß	Sonka Kielmann	Hannover 96	12,85

**Männliche Jugend U 20**

60 m	Jonas Schweigart	LG Wennigsen	7,05
200 m	Till Helbig	LG Wilhelmshaven	22,06
400 m	Lenn Jelte Mügge	LG UnterlüßFaßbergOldendorf	50,29
800 m	Fynn Paul Timm	LG Nordheide	1:56,05
1.500 m	Sean Hahnefeldt	TSV Otterndorf	4:05,95
3.000 m	Tim-Niklas Schwippel	LG Braunschweig	8:56,48
60 m Hürden	Michael Ulrich	SV Germania Helmstedt	8,23
4 x 200 m Staffel	StG Hannover96-Eintr. Hildesh.	J.Schüring - N.Juretzko - T.Kauffels - J.Möller	1:32,79
Hochsprung	Nils Max	TuS Harsefeld	1,90
Stabhochsprung	Tarik Kersting	MTV 49 Holzminden	3,80
Weitsprung	Torben Weiß	LG Hannover	7,00
Dreisprung	Louis Knüpling	TSV Asendorf	14,01
Kugelstoß	Tobias Trenker	Hannover 96	15,62

**Weibliche Jugend U 20**

60 m	Anna-Lena Freese	FTSV Jahn Brinkum	7,83
200 m	Anna-Lena Freese	FTSV Jahn Brinkum	24,59
400 m	Jana Hoffmann	LG UnterlüßFaßberg/Oldendorf	58,47
800 m	Pia Nikoleit	Emder Laufgemeinschaft	2:09,06
1.500 m	Lea Meyer	VfL Lönigen	4:35,89
3.000 m	Christina Gerdes	BV Garrel	10:29,97
60 m Hürden	Nora Dirlam	LG Wennigsen	8,76
4 x 200 m Staffel	LG Wennigsen	F.Mirsch - S.Aijumi - C.Köppe - N.Dirlam	1:46,91
Hochsprung	Imke Onnen	LG Hannover	1,75
Stabhochsprung	Friedelinde Petershofen	DSC Oldenburg	3,60
Weitsprung	Anna-Marleen Wolf	LG Göttingen	5,95
Dreisprung	Anna-Marleen Wolf	LG Göttingen	12,34
Kugelstoß	Christin Bormann	TSV Asendorf	13,42

Fortsetzung NLV+BLV - Hallenmeister

**Männliche Jugend U 18**

60 m	Jonas Schweigart	LG Wennigsen	7,06
200 m	Nikolai Juretzko	Hannover 96	22,65
400 m	Nikolai Juretzko	Hannover 96	51,70
800 m	Leon Allers	LG Nordheide	2:03,64
1.500 m	Timon Schaare	LG Braunschweig	4:21,51
3.000 m	David Valentin	TV Norden	9:10,37
60 m Hürden	Michael Meißner	SC Kirchweyhe und Westerw.	8,47
4 x 200 m Staffel	OTB Osnabrück	D.Köpke- M.Buchholz- A.Wasiljew- J.Pütz	1:36,01
Hochsprung	Mats Zander	TV Norden	2,00
Stabhochsprung	Simon Aschitsch	SV Alfeld	4,61
Weitsprung	Fabian Netzlaff	SV Werder Bremen	6,88
Dreisprung	Tobias Kitzki	LG Hanstedt/Wellend./Wriedel	13,19
Kugelstoß	Janosch Bieck	TSV Bremervörde	16,32

**Weibliche Jugend U 18**

60 m	Laura Gläsner	SV Germania Helmstedt	7,73
200 m	Mailin Schäfer	VfL Lönningen	25,63
400 m	Ann-Kathrin Kopf	TSV Otterndorf	56,97
800 m	Lea Meyer	VfL Lönningen	2:17,20
1.500 m	Lea Meyer	VfL Lönningen	4:47,04
3.000 m	Neele Harms	TuS Ofen	10:56,37
60 m Hürden	Laura Gläsner	SV Germania Helmstedt	8,81
4 x 200 m Staffel	StG Lönningen Ankum Melle	J.Wessling - I.Triphaus - M.Schäfer - A.Martin	1:45,58
Hochsprung	Svea Knoop	TSV Bremervörde	1,73
Stabhochsprung	Stina Seidler	SV Werder Bremen	3,60
Weitsprung	Marie-Anna Dunkhase	DSC Oldenburg	5,78
Dreisprung	Marie-Anna Dunkhase	DSC Oldenburg	11,67
Kugelstoß	Merle Henkel	LG Göttingen	13,06

**Männliche Jugend M 15**

60 m	Joshua Maschke	TuS Altwarmbüchen	7,33
300 m	Jörn Kaiser	LG Wennigsen	38,81
800 m	Jörn Kaiser	LG Wennigsen	2:06,76
3.000 m	Moritz Blumenstein	SC Melle 03	9:57,14
60 m Hürden	Alexandros Spyridonidis	LG Hannover	8,89
Hochsprung	Alexandros Spyridonidis	LG Hannover	1,77
Stabhochsprung	Philip Kass	SV Werder Bremen	3,72
Weitsprung	Joshua Maschke	TuS Altwarmbüchen	6,36
Dreisprung	Leon Zauske	LAZ Celle	12,05
Kugelstoß	Henrik Janssen	TV Norden	14,87

**Männliche Jugend M 14**

60 m	Simon Beike	MTV Eintracht Borsum	7,62
800 m	Maximilian Pingpank	TSV Kirchdorf	2:11,03
3.000 m	Max Singer	LAV 07 Bad Harzburg	10:19,78
60 m Hürden	Lennart Granzow	LG Weserbergland	9,13
Hochsprung	Lennart Granzow	LG Weserbergland	1,71
Stabhochsprung	Daniel Machold	SV Werder Bremen	3,00
Weitsprung	Simon Beike	MTV Eintracht Borsum	5,75
Kugelstoß	Morten Rahmen	LG Braunschweig	12,03

**Männliche Jugend U 16**

4 x 100 m Staffel	LG Hannover	S.Witte - A.Spyridonidis - J.Hey - K.Scholz	49,83
-------------------	-------------	---	-------

**Weibliche Jugend W 15**

60 m	Stina Seidler	SV Werder Bremen	7,83
300 m	Mailin Schäfer	VfL Lönningen	40,07
800 m	Florentine Unbehaun	Eintracht Hildesheim	2:23,00
3.000 m	Kim-Christin Bertram	TSV Kirchdorf	11:18,31
60 m Hürden	Lotta Gohlke	Emdener Laufgemeinschaft	9,26
Hochsprung	Maike von Hörsten	TuS Wunstorf	1,60
Stabhochsprung	Stina Seidler	SV Werder Bremen	3,60

**Fortsetzung NLV + BLV – Hallenmeister W15**

Weitsprung	Lara Bewig	SVG GW Bad Gandersheim	5,18
Dreisprung	Judith Kamlage	SV Sparta Werlte	10,38
Kugelstoß	Sara van Ohlen	VfL Germania Leer	12,20

**Weibliche Jugend W 14**

60 m	Finja Damaschke	SV Werder Bremen	8,03
800 m	Anna Schröder	LG Osnabrück	2:24,59
2.000 m	Anna Schröder	LG Osnabrück	7:11,55
60 m Hürden	Bjarna Liv Lakämper	MTV Luhdorf-Roydorf	9,33
Hochsprung	Merle Homeier	VfL Bückeburg	1,60
Stabhochsprung	Liv Heinemann	SV Werder Bremen	2,80
Weitsprung	Merle Homeier	VfL Bückeburg	5,32
Kugelstoß	Bjarna Liv Lakämper	MTV Luhdorf-Roydorf	11,32

**Weibliche Jugend U 16**

4 x 100 m Staffel	SV Werder Bremen	J.Selvarajah - F.Damaschke - S.Seidler - J.Hildebrandt	51,02
-------------------	------------------	---	-------

**NLV+BLV - Winterwurfmeister****Männliche Jugend U 20**

Speerwurf	Tim Cordes	TSV Asendorf	62,25
-----------	------------	--------------	-------

**Männliche Jugend U 18**

Diskuswurf	Malte Eilers	TV Norden	48,74
Hammerwurf	Alexej Mikhailov	Hannover 96	72,31
Speerwurf	Nils Rudow	FTSV Jahn Brinkum	54,14

**Weibliche Jugend U 20**

Diskuswurf	Resa Martens	TuS Rotenburg	34,58
Hammerwurf	Maryna Kremer	GW Bad Gandersheim	43,26
Speerwurf	Fenja Mager	DSC Oldenburg	37,98

**Weibliche Jugend U 18**

Diskuswurf	Jasmina Bier	LG Delmenhorst/Diepholz	34,60
Hammerwurf	Cathinca van Amerom	SV Germania Helmstedt	49,39
Speerwurf	Lara Groenewold	LG Braunschweig	36,19

**NLV+BLV - Seniorenmeister****Senioren M 30**

100 m	Christoph Adam	TSV Neustadt	11,58w
200 m	Christoph Adam	TSV Neustadt	23,47w
400 m	Thomas Ruthenberg	FSV Sarstedt	54,65
10.000 m	Dirk Schwarzbach	TSV Kirchdorf	31:51,73
10 km	Andreas Gerrits	LG Göttingen	33:01
Halbmarathon	Steffen Lang	TSV Kirchdorf	1:11:06
Marathon	Rene Jäger	Garbsener SC	2:34:50
Weitsprung	Jens Beintken	SV Friedrichsfehn	6,32
Dreisprung	Marcel Schulz	LG Göttingen	11,89w
Kugelstoß	Andreas Will	TuS Huchting	12,14
Hammerwurf	Björn Lippold	SV Union Salzgitter	44,79
Speerwurf	Jens Beintken	SV Friedrichsfehn	42,22
Fünfkampf	Marcel Schulz	LG Göttingen	2.566
	5,51-39,19-26,13-28,59-4:36,61		
Wurf-Fünfkampf	Björn Lippold	SV Union Salzgitter	2.704
	42,22-11,65-33,97-38,82-12,69		
Cross Mittelstrecke	Andreas Gerrits	LG Göttingen	
Cross Langstrecke	Florian Reichert	TSV Kirchdorf	

**Senioren M 35**

100 m	Torsten Müller	Garbsener SC	11,75
200 m	Torsten Müller	Garbsener SC	23,35w
5.000 m	Daniel Schwietert	DSC Oldenburg	16:54,15
10.000 m	Oliver Sebrantke	LC Hansa Stuhr	35:50,87

**Fortsetzung NLV+BLV - Seniorenmeister M35**

10 km	Thomas Bruns	SV Union Meppen	33:44
Halbmarathon	Jörn Hesse	Delligser SC	1:17:46
Marathonlauf	Timo Merten	Garbsener SC	2:39:54
Hochsprung	Torben Raeth	SV Union Salzgitter	1,65
Weitsprung	Marcus Bieder	LG Hannover	5,48
Dreisprung	Jörg Sebastian	TSV Lelm	11,59
Fünfkampf	Holger Geweke	TV Lohnde	2.713
	6,15-33,98-24,63-28,88-5:01,44		
Wurf-Fünfkampf	Jörg Sebastian	TSV Lelm	1.621
	23,44-7,82-28,74-29,14-6,24		
Cross Mittelstrecke	Ingo Müller	LG Buntentor Roadrunner Bremen	
Cross Langstrecke	Oliver Sebrantke	LC Hansa Stuhr	

**Senioren M 30 / 35**

4 x 100 m Staffel	StG Leine-Sprinter	C.Adam - S.Iseke - S.Kuhnt - T.Müller	45,98
10 km Mannschaft	LG Göttingen	A.Gerrits - S.Hanelt - V.Hillebrecht	1:45:10
Halbmarathon Mannschaft	LG Buntentor Roadrunners Bremen	J.Thor Straten - I.Müller - H.Deters	3:57:47
Marathon Mannschaft	SV Germania Helmstedt	M.Gollmer - C.Tiller - T.Exner	10:18:23
Fünfkampf Mannschaft	LG Göttingen	M.Schulz - E.Schulte - A.Gerrits	6.548
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	SV Union Salzgitter	B.Lippold - S.Dröge - F.Olbrich	6.455
Cross Mittelstrecke Mann.	LG Göttingen	A.Gerrits - S.Hanelt - M.Höffker	
Cross Langstrecke Mann.	Garbsener SC	R.Jäger - A.Westphal - T.Merten	

**Senioren M 40**

200 m	Nils Benze	LG Weserbergland	24,92w
400 m	Nils Benze	LG Weserbergland	55,98
800 m	Andreas Piech	TSV Brunkensen	2:09,68
1.500 m	Klaus Hanekamp	SV Sparta Werlte	4:36,65
5.000 m	Sven Eilinghoff	LG Buntentor Roadr. Bremen	16:27,29
10.000 m	Matthias Wilshusen	Laufclub BlueLiner	34:36,93
10 km	Marco Ronkel	Garbsener SC	34:21
Halbmarathon	Sven Eilinghoff	LG Buntentor Roadr. Bremen	1:14:31
Marathon	Marco Ronkel	Garbsener SC	2:37:17
110 m Hürden	Thorsten Werner	LG Osterode	18,90w
Hochsprung	Jan Hiller	BTB Oldenburg	1,80
Dreisprung	Marc Gogol	LG Bremen-Nord	11,42w
Kugelstoß	Carsten Schöning	SV Karze	13,18
Diskuswurf	Carsten Schöning	SV Karze	40,14
Hammerwurf	Ulrich Krone	SC Osterbrock	43,63
Fünfkampf	Matthias Bansa	SV Germania Helstorf	2.641
	4,72-39,84-25,41-26,58-5:04,53		
Wurf-Fünfkampf	Jörg Pachal	TSV Lelm	3.011
	41,62-11,56-31,09-36,96-13,78		
Cross Mittelstrecke	Thomas Silies	LAV Zeven	
Cross Langstrecke	Marco Ronkel	Garbsener SC	

**Senioren M 45**

200 m	Carsten Schuh	OTB Osnabrück	25,07w
800 m	Jan Petermann	LG Buntentor Roadr. Bremen	2:11,30
1.500 m	Jan Petermann	LG Buntentor Roadr. Bremen	4:29,18
5.000 m	Reinhard Brandewie	BV Garrel	17:03,89
10.000 m	Christian Sich	LG Braunschweig	36:40,40
10 km	Achim Groenhagen	Laufgem. Harlingerland	34:31
Halbmarathon	Jörg Amt	LC Nordhorn	1:18:02
Marathon	Gerold Nyhoff	LC Nordhorn	2:44:12
Hochsprung	Arndt Brümmerhoff	MTV Soltau	1,77
Stabhochsprung	Michael Talke	MTV 49 Holzminden	3,70
Weitsprung	Arndt Brümmerhoff	MTV Soltau	5,66
Dreisprung	Friedrich Suer	SC Osterbrock	11,72w
Kugelstoß	Markus Bell	LG Osterode	13,64
Diskuswurf	Markus Bell	LG Osterode	39,03
Hammerwurf	Sven Suhling	SV Werder Bremen	45,16
Speerwurf	Manfred Surmann	BTB Oldenburg	48,51

Fortsetzung NLV+BLV - Seniorenmeister M45

Fünfkampf	Stefan Gimmy 5,16-34,38-27,44-24,51-5:24,93	BTB Oldenburg	2.637
Wurf-Fünfkampf	Jens Arkenau 35,41-12,42-37,10-37,49-11,68	SV Union Meppen	3.280
Cross Mittelstrecke	Ulrich Pohl	OSC Damme	
Cross Langstrecke	Achim Groenhagen	Laufgem. Harlingerland	

**Senioren M 40 / 45**

4 x 100 m Staffel	StG Burgdorf-Helstorf	S.Goslar- I.Wessling- J.Langreder- M.Bansa	50,04
10 km Mannschaft	Garbsener SC	M.Ronkel - R.Dörrie - J.Macke	1:46:25
Halbmarathon Mannschaft	LC Nordhorn	G.Nyhoff - J.Amt - J.Holboer	3:57:05
Marathon Mannschaft	LC Nordhorn	G.Nyhoff - J.Amt - J.Holboer	8:25:26
Fünfkampf Mannschaft	VfL Lingen	G.Finke - R.Frericks - H.Krämer	6.641
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	SC Osterbrock	U.Krone - F.Suer - H.Kuhr	6.619
Cross Mittelstrecke Mann.	LAV Zeven	T.Silies - A.Müller - M.Miltzlauff	
Cross Langstrecke Mann.	LC Nordhorn	J.Amt - G.Nyhoff - J.Holboer	

**Senioren M 50**

100 m	Czeslaw Pradzynski	LAV Zeven	12,29
200 m	Wolfgang Knabe	OSC Damme	24,93w
400 m	Andreas Oppe	OTB Osnabrück	57,62
800 m	Andreas Muschiol	SG Misburg	2:23,96
1.500 m	Axel Schneider	Laufsportfreunde Oldenburg	4:43,64
5.000 m	Thomas Ruminski	SV Eintracht Hiddestorf	17:09,26
10 km	Thomas Ruminski	SV Eintracht Hiddestorf	35:53
Halbmarathon	Hans-Peter Igelbrink	TV Georgsmarienhütte	1:16:19
Marathon	Jose Ferreira	LG Nienburg	2:58:11
100 m Hürden	Henning Holland	LG Osterode	16,98w
Hochsprung	Oliver Pfefferkorn	Delmenhorster TV	1,70
Weitsprung	Henning Holland	LG Osterode	5,21
Dreisprung	Henning Holland	LG Osterode	10,54
Kugelstoß	Martin Werner	TSV Hagenburg	13,37
Diskuswurf	Thomas Dresp	TV Norden	48,16
Hammerwurf	Joachim Pohl	MTV Herrenhausen	39,89
Speerwurf	Joachim Pohl	MTV Herrenhausen	51,45
Fünfkampf	Dr. Ted Spitzer 5,07-32,94-26,26-29,06-4:52,98	LAZ Celle	3.123
Wurf-Fünfkampf	Joachim Pohl 37,77-12,45-37,93-41,82-14,17	MTV Herrenhausen	3.330
Cross Mittelstrecke	Rudolf Bötticher	LG Hannover	
Cross Langstrecke	Thomas Ruminski	SV Eintracht Hiddestorf	

**Senioren M 55**

100 m	Frank Kindermann	MTV Wolfenbüttel	12,99
200 m	Heiner Lüers	TSG Westerstede	25,91w
400 m	Heiner Lüers	TSG Westerstede	60,61
800 m	Heino Koepf	Lüneburger SV	2:29,48
1.500 m	Manfred Vollmer	LG Göttingen	4:50,83
5.000 m	Manfred Vollmer	LG Göttingen	18:20,04
10 km	Wilhelm Graeber	LG Göttingen	38:36
Halbmarathon	Heinz Koslowski	Marathonclub Walsrode	1:24:27
Marathon	Wolfgang Rühlemann	MTV Seesen	2:52:51
100 m Hürden	Heiner Lüers	TSG Westerstede	16,10w
Hochsprung	Ingo Kaun	MTV Aurich	1,45
Weitsprung	Heiner Lüers	TSG Westerstede	5,43
Kugelstoß	Hans-Ulrich Titze	TSV Burgdorf	12,14
Diskuswurf	Hans-Ulrich Titze	TSV Burgdorf	40,82
Hammerwurf	Martin Janning	SV Union Meppen	39,05
Speerwurf	Ingo Kaun	MTV Aurich	40,54
Fünfkampf	Ingo Kaun 4,27-41,84-29,27-31,74-6:49,25	MTV Aurich	2.677
Wurf-Fünfkampf	Martin Janning 34,80-11,12-35,68-29,09-14,03	SV Union Meppen	3.202
Cross Mittelstrecke	Christian Breeck	SC Melle 03	
Cross Langstrecke	Wilhelm Graeber	LG Göttingen	

Fortsetzung NLV+BLV - Seniorenmeister

**Senioren M 50 / 55**

10 km Mannschaft	LG Göttingen	H.von Gaza - W.Graeber - M.Vollmer	1:57:20
Halbmarathon Mannschaft	TV Georgsmarienhütte	H.Igelbrink- R.Frankenber- A.Bensmann	4:20:31
Marathon Mannschaft	TSV Lelm	T.Heuck - L.Becke - G.Drinhaus	10:19:06
4 x 100 m Staffel	StG Weser-Ems	R.Kähling-W.Knabe-C.Angermann-H.Lüers	49,99
Fünfkampf Mannschaft	LAV Zeven	J.Hickisch - H.Müller - R.Liburg	7.199
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	MTV Herrenhausen	J.Pohl - S.Kleinau - P.Steinger	8.209
Cross Mittelstrecke Mann.	SC Melle 03	C.Breeck - P.Schlattmann - R.Suhrhoff	
Cross Langstrecke Mann.	LG Göttingen	H.von Gaza - W.Graeber - M.Vollmer	

**Senioren M 60**

100 m	Helmut Meier	LAV Zeven	12,91
200 m	Helmut Meier	LAV Zeven	26,52w
400 m	Helmut Meier	LAV Zeven	61,12
800 m	Heinz Reinmold	Laufgem. Harlingerland	2:46,49
1.500 m	Heinz Reinmold	Laufgem. Harlingerland	5:31,32
5.000 m	Klaus-Dieter Grabowsky	SC Spelle-Venhaus	18:23,75
10 km	Klaus-Dieter Grabowsky	SC Spelle-Venhaus	38:37
Halbmarathon	Klaus-Dieter Grabowsky	SC Spelle-Venhaus	1:22:48
Marathon	Klaus-Dieter Grabowsky	SC Spelle-Venhaus	2:59:44
Hochsprung	Johann Czernik	TUS Huchting	1,40
Stabhochsprung	Ulrich Zaiß	MTV Wolfenbüttel	2,40
Weitsprung	Borchert Haake	TUS Huchting	4,79
Dreisprung	Henry Zerbian	TSG Nordholz	9,60
Kugelstoß	Karl-Heinz Deiss	MTV Herrenhausen	12,37
Diskuswurf	Karl-Heinz Deiss	MTV Herrenhausen	46,21
Hammerwurf	Karl-Heinz Deiss	MTV Herrenhausen	44,80
Speerwurf	Henry Zerbian	TSG Nordholz	40,74
Fünfkampf	Bernd Dunker	Post-SV Buxtehude	2.639
		4,42-33,98-31,39-32,09-6:59,18	
Wurf-Fünfkampf	Johann Arends	VfL Oldenburg	3.304
		38,70-10,46-35,68-38,87-13,18	
Cross	Klaus-Dieter Grabowsky	SC Spelle-Venhaus	

**Senioren M 65**

100 m	Alois Harmeling	SV Quitt Ankum	14,26w
200 m	Alois Harmeling	SV Quitt Ankum	29,02w
400 m	Alois Harmeling	SV Quitt Ankum	69,96
800 m	Rolf Salzmann	LG Wennigsen	2:50,05
1.500 m	Harald Kötz	SV Union Salzgitter	5:54,36
5.000 m	Hartmut Selz	LC Hansa Stuhr	19:54,63
10 km	Fokko Redenius	TSV Kirchdorf	42:55
Halbmarathon	Reinhard Roloff	TSG Nordholz	1:29:39
Marathon	Fokko Redenius	TSV Kirchdorf	4:00:28
Hochsprung	Alfred Leopold	SV Wacker Osterwald	1,35
Stabhochsprung	Jürgen Rudert	MTV Wolfenbüttel	2,60
Dreisprung	Gerhard Flachowsky	MTV Hondelage	8,96
Kugelstoß	Holger Knie	LAV Bokel	12,37
Diskuswurf	Holger Knie	LAV Bokel	34,05
Hammerwurf	Holger Knie	LAV Bokel	34,09
Speerwurf	Gert Müller-Kiel	TUS Huchting	38,79
Fünfkampf	Jürgen Rudert	MTV Wolfenbüttel	2.859
		3,71-36,95-30,87-30,57-7:06,72	
Wurf-Fünfkampf	Holger Knie	LAV Bokel	3.135
		28,16-11,96-28,87-28,43-12,77	
Cross	Fokko Redenius	TSV Kirchdorf	

**Senioren M 60 / 65**

10 km Mannschaft	LG Nienburg	J.Masemann - H.Göbber - G.Bürgel	2:17:37
Halbmarathon Mannschaft	ASP Apulia Wolfsburg	W.Simon - R.Taubert - H.Wolff	4:47:47
Fünfkampf Mannschaft	MTV Hondelage	M.Herzberg - D.Wolf - S.Winkler	5.530
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	MTV Herrenhausen	H.Blume - K.Deiss - A.Glauß	9.347
Cross Mannschaft	TSV Kirchdorf	W.Lutz - V.Wille - F.Redenius	



Fortsetzung NLV+BLV - Seniorenmeister

**Senioren M 70**

100 m	Gerd Wille	TUS Huchting	14,77
200 m	Gerd Wille	TUS Huchting	30,72w
800 m	Horst Frense	VfL Oldenburg	3:07,69
1.500 m	Manfred Ostendorf	VfL Oldenburg	5:53,73
5.000 m	Manfred Ostendorf	VfL Oldenburg	20:21,98
10 km	Eibo Eiben	Laufgem. Harlingerland	49:06
Halbmarathon	Dr. Eckhart Kaltofen	TB Stöcken	1:46:54
Marathon	Johann Spieker	SV Grenzland Laarwald	3:50:18
Hochsprung	Hubert Weltle	LG Hannover	1,23
Weitsprung	Fritz Renzenbrink	SV Quitt Ankum	3,96
Kugelstoß	Holger Brombach	TuS Wunstorf	12,68
Diskuswurf	Horst Schäfer	VT Rinteln	32,33
Hammerwurf	Manfred Meier	LG Wennigsen	41,73
Speerwurf	Jürgen Bargmann	VfL Wolfsburg	40,83
Dreikampf	Horst Schäfer	VT Rinteln	1.901
	15,92-3,61-10,64		
Wurf-Fünfkampf	Heinz Stratmann	LAZ Celle	2.573
	24,66-9,78-27,62-20,41-9,48		
Cross	Eibo Eiben	Laufgem. Harlingerland	

**Senioren M 75**

100 m	Kurt Winkelhake	MTV Herrenhausen	16,39
200 m	Kurt Winkelhake	MTV Herrenhausen	33,88w
400 m	Horst Schlecht	SG Misburg	76,07
800 m	Horst Schlecht	SG Misburg	2:51,95
10 km	Lorenz Geer	LG Göttingen	48:44
Hochsprung	Helmut Brüning	ATS Cuxhaven	1,20
Weitsprung	Karl Scheide	TK Jahn Sarstedt	3,83
Kugelstoß	Karl-Heinz Marg	SG Osterholzer LA	14,13
Diskuswurf	Kurt Riep	TV Hude	36,28
Hammerwurf	Kurt Winkelhake	MTV Herrenhausen	32,49
Speerwurf	Alfred Vollers	LG Wesermünde	31,29
Dreikampf	Kurt Winkelhake	MTV Herrenhausen	2.154
	15,65-3,55-9,69		
Wurf-Fünfkampf	Kurt Winkelhake	MTV Herrenhausen	3.506
	31,21-9,54-29,93-25,78-12,23		
Cross	Wolfgang Peter	LG Kreis Gifhorn	

**Senioren M 70 +**

10 km Mannschaft	LG Lüneburg Stadt und Land	W.Vorrath - W.Vogt - W.Holle	2:47:44
Dreikampf Mannschaft	LG Wesermünde	H.Hoppe - R.Mertens - A.Vollers	4.848
Cross Mannschaft	MTV Bispingen	G.Jaschinski - H.Reye - L.Kunze	

**Senioren M 80**

Kugelstoß	Ernst Bielefeld	SV Brake	9,31
Diskuswurf	Dieter Watzlawick	LG Kreis Verden	24,27
Hammerwurf	Helmut Brüning	ATS Cuxhaven	39,54
Speerwurf	Helmut Brüning	ATS Cuxhaven	24,52
Dreikampf	Karlheinz Teufert	SC Langenhagen	1.426
	18,12-2,49-6,65		
Wurf-Fünfkampf	Ernst Bielefeld	SV Brake	3.215
	31,24-9,05-21,45-16,56-10,87		

**Seniorinnen W 30**

200 m	Kathrin Scholl	VfL Oldenburg	28,29
400 m	Kathrin Scholl	VfL Oldenburg	63,80
10 km	Catrin Welling	TriAs Hildesheim	39:53
Halbmarathon	Sabrina Geermann	Garbsener SC	1:24:15
Kugelstoß	Michaela Wagner	SV Munster	11,43
Diskuswurf	Inga Reschke	LG Bremen-Nord	43,26
Hammerwurf	Michaela Wagner	SV Munster	39,04
Speerwurf	Michaela Wagner	SV Munster	39,59
Cross	Heike Piotrowski	Laufgem. Harlingerland	

Fortsetzung NLV+BLV - Seniorenmeister

**Seniorinnen W 35**

100 m	Annette Funck	LG Fallingbostel	12,65w
200 m	Bettina Belau	LG Göttingen	27,52
5.000 m	Nicole Krinke	LG Nienburg	17:58,53
10 km	Nicole Krinke	LG Nienburg	36:47
Halbmarathon	Nicole Krinke	LG Nienburg	1:20:55
100 m Hürden	Bettina Belau	LG Göttingen	16,59w
Hochsprung	Bettina Belau	LG Göttingen	1,45
Kugelstoß	Christine Piehozki	MTV Schöningen	10,96
Diskuswurf	Christine Piehozki	MTV Schöningen	33,52
Hammerwurf	Christine Piehozki	MTV Schöningen	42,76
Speerwurf	Melanie Bremer	VT Rinteln	31,90
Fünfkampf	Bettina Belau	LG Göttingen	2.730
	13,56-4,66-9,38-1,43-3:00,11		
Wurf-Fünfkampf	Kirsten Münchow	VfR Evesen	3.482
	53,22-10,53-28,77-26,33-14,89		
Cross	Nicole Krinke	LG Nienburg	

**Seniorinnen W 30-35**

Halbmarathon Mannschaft	SV Germania Helmstedt	B.Richardt - D.Sander - I.Stolle	5:26:44
-------------------------	-----------------------	----------------------------------	---------

**Seniorinnen W 30-45**

Fünfkampf Mannschaft	LGG Ganderkesee	D.Garde - I.Marbach - E.Habedank	6.693
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	SV Union Salzgitter	E.Rautmann - B.Johns - S.Schunke	

**Seniorinnen W 40**

100 m	Sabrina Albrecht	LG Fallingbostel	14,20
200 m	Grit Endrulat	Fortuna Wirdum	29,02w
400 m	Katrin Bröger	LG Braunschweig	61,45
800 m	Manuela Schulz	LG Wilhelmshaven	2:39,47
1.500 m	Manuela Schulz	LG Wilhelmshaven	5:31,23
5.000 m	Gabriele Artmann	Post-SV Holzminden	19:00,00
10 km	Martina Boe-Lange	Post-SV Uelzen	37:55
Halbmarathon	Katrin Friedrich	Hannover 96	1:22:58
Marathon	Katrin Friedrich	Hannover 96	2:58:50
Hochsprung	Grit Endrulat	Fortuna Wirdum	1,48
Weitsprung	Grit Endrulat	Fortuna Wirdum	4,62
Dreisprung	Dagmar Suhling	TuS Huchting	10,59
Kugelstoß	Andrea Nagel	Blexer TB	10,86
Diskuswurf	Andrea Nagel	Blexer TB	30,49
Hammerwurf	Andrea Nagel	Blexer TB	37,11
Speerwurf	Dagmar Suhling	TuS Huchting	42,51
Fünfkampf	Grit Endrulat	Fortuna Wirdum	2.790
	14,22-4,50-7,23-1,47-3:04,65		
Wurf-Fünfkampf	Andrea Nagel	Blexer TB	3.259
	35,30-10,42-29,28-32,49-12,03		
Cross	Gabriele Artmann	Post-SV Holzminden	

**Seniorinnen W 45**

100 m	Christine Biemann	TuS Ebstorf	13,46w
200 m	Christine Biemann	TuS Ebstorf	27,79w
400 m	Christine Biemann	TuS Ebstorf	66,81
800 m	Carola Vömel	LG Kreis Verden	2:31,09
5.000 m	Meike Köhler	SV Rosche	19:30,35
10 km	Elke Vedder	SV Germania Twist	40:10
Halbmarathon	Silke Brinkmann	MTV Jahn Schladen	1:25:49
Marathon	Karin Haake	LG Nienburg	3:33:41
80 m Hürden	Nicole Arkenau	TUS Huchting	14,58w
Hochsprung	Frauke Lindemann	TSV Burgdorf	1,54
Stabhochsprung	Silke Meier	LG Kreis Verden	2,00
Weitsprung	Anja Doerks	TSG Bad Harzburg	4,43
Kugelstoß	Jana Müller-Schmidt	SV Werder Bremen	13,00
Fünfkampf	Anja Doerks	TSG Bad Harzburg	2.892
	14,38-4,38-7,72-1,19-2:53,60		

**Fortsetzung NLV+BLV – Seniorenmeister W45**

Wurf-Fünfkampf	Edda Rautmann 22,03-7,20-18,22-17,05-7,74	SV Union Salzgitter	2.008
Cross	Meike Köhler	SV Rosche	
<b>Seniorinnen W 40 /45</b>			
10 km Mannschaft	LG Hannover	S.Meier - I.Wilckens - A.Ballmann	2:19:12
Halbmarathon Mannschaft	LAV 07 Bad Harzburg	S.Kruppen-Müller - H.Eberhardt - A.Bittner	5:09:23
4 x 100 m Staffel	LGG Ganderkesee	A.Iben - S.Braunisch - C.Hezemans - I.Marbach	58,29
Cross Mannschaft	SV Germania Helstorf	F.Albrecht - S.Jakobus - S.Reinstorf	
<b>Seniorinnen W 50</b>			
100 m	Silvia Braunisch	LGG Ganderkesee	14,41
400 m	Regina Goedejohann	SV Nienhagen	75,97
800 m	Ute Berg	SV Germania Helstorf	2:36,23
1.500 m	Waltraud Klostermann	TV Norden	5:24,72
5.000 m	Waltraud Klostermann	TV Norden	19:27,97
10 km	Petra Majewski	LG Weserbergland	45:03
Halbmarathon	Gabriele Schulte	Marathonclub Walsrode	1:17:30
Marathon	Marlen Webersinke	Vareler TB	3:32:41
Hochsprung	Silvia Braunisch	LGG Ganderkesee	1,40
Hammerwurf	Urte Zinke	LG Bremen-Nord	37,95
Dreikampf	Silvia Braunisch 14,62-4,06-8,37	LGG Ganderkesee	1.932
Cross	Waltraud Klostermann	TV Norden	
<b>Seniorinnen W 55</b>			
100 m	Karin Grummert	OTB Osnabrück	15,73
200 m	Dorit Stehr	LG Lüneburg	32,80w
400 m	Roswita Schlachte	SG Misburg	75,46
800 m	Roswita Schlachte	SG Misburg	2:58,65
1.500 m	Roswita Schlachte	SG Misburg	6:05,71
5.000 m	Roswita Schlachte	SG Misburg	22:49,30
10 km	Hannelore Lyda	DJK Sparta Langenhagen	43:58
Halbmarathon	Gisela Kortylack	Emder Laufgemeinschaft	1:49:29
Marathon	Hannelore Lyda	DJK Sparta Langenhagen	3:25:42
Hochsprung	Anke Iben	LGG Ganderkesee	1,25
Weitsprung	Anke Iben	LGG Ganderkesee	3,94
Kugelstoß	Carola Petersen	MTV Herrenhausen	11,34
Diskuswurf	Carola Petersen	MTV Herrenhausen	30,43
Hammerwurf	Christel Junker	SV Holtland	30,53
Speerwurf	Anke Iben	LGG Ganderkesee	28,72
Dreikampf	Anke Iben 15,96-3,87-9,53	LGG Ganderkesee	2.015
Wurf-Fünfkampf	Carola Petersen 27,29-10,70-27,93-20,39-9,31	MTV Herrenhausen	3.253
Cross	Anne Fischer	ATS Cuxhaven	
<b>Seniorinnen W 50/55</b>			
Halbmarathon Mannschaft	Emder Laufgemeinschaft	M.Ringena - G.Kortylack - E.Schulz	5:29:29
Cross Mannschaft	SV Germania Helstorf	U.Berg - D.Dannenber - D.Diekman	
<b>Seniorinnen W 50 +</b>			
10 km Mannschaft	LG Kreis Verden	K.Sommer-Schmidt - I.Heger - G.Lühring	2:29:54
Dreikampf Mannschaft	LGG Ganderkesee	A.Iben - S.Braunisch - I.de Groot	5.757
<b>Seniorinnen W 60</b>			
100 m	Renate Richter	SV Union Salzgitter	16,45
400 m	Hannelore Bezold	LG Göttingen	83,74
800 m	Hannelore Bezold	LG Göttingen	3:05,46
1.500 m	Hannelore Bezold	LG Göttingen	6:21,23
5.000 m	Angelika Asche	TSV Kirchdorf	22:35,19
10 km	Angelika Asche	TSV Kirchdorf	48:09
Halbmarathon	Hannelore Horst	TV Georgsmarienhütte	1:35:36

Fortsetzung NLV+BLV – Seniorenmeister W60

Marathon	Ingrid Heger	LG Kreis Verden	3:45:38
Hochsprung	Renate Richter	SV Union Salzgitter	1,25
Weitsprung	Renate Richter	SV Union Salzgitter	3,60
Kugelstoß	Elke Sopha	LG Wesermünde	8,51
Diskuswurf	Inge de Groot	LGG Ganderkesee	21,27
Hammerwurf	Elke Sopha	LG Wesermünde	26,20
Dreikampf	Inge de Groot	LGG Ganderkesee	1.810
	16,54-3,21-8,01		
Cross	Ingrid Heger	LG Kreis Verden	

**Seniorinnen W 65**

100 m	Anne-Kathrin Eriksen	LG Braunschweig	18,04
5.000 m	Reintraut Rattay	LG Peiner Land	26:28,37
Weitsprung	Anne-Kathrin Eriksen	LG Braunschweig	3,21
Kugelstoß	Anne-Kathrin Eriksen	LG Braunschweig	7,77
Diskuswurf	Anne-Kathrin Eriksen	LG Braunschweig	18,36
Dreikampf	Anne-Kathrin Eriksen	LG Braunschweig	1.766
	18,58-3,14-7,64		

**Seniorinnen W 70**

1.500 m	Waltraud Bayer	LG Bremen-Nord	7:12,36
10 km	Reintraut Rattay	LG Peiner Land	57:16

**Seniorinnen W 75**

Kugelstoß	Margret Kuthe	LG Osterode	7,57
Diskuswurf	Margret Kuthe	LG Osterode	17,47