

## Niedersächsische Athleten und Athletinnen im Nationaltrikot 2023

<b>Europameisterschaften Halle</b>				<b>Istanbul / TUR</b>		<b>2.-5.03.2023</b>
7.	Wittmann	Kira	LG Göttingen	Drei	Frauen (Q 13,96)	13,79
<b>Weltmeisterschaften Mountain und Trail Running</b>				<b>Innsbruck / AUT</b>		<b>6.-10.06.2023</b>
15.	Hegemann	Ida-Sophie	LG Göttingen	Long Trail	Frauen	
52.	Gorla	Dioni	ULV Wolfsburg	Short Trail	Frauen	
-.	Reichert	Florian	Ausdauersport für Menschlichkeit	Long Trail	Männer	aufg.
2.	Hegemann	Ida-Sophie	LG Göttingen	Long Trail Mann.	Frauen	
<b>Team -Europameisterschaften</b>				<b>Chorzow / POL</b>		<b>23.-25.06.2023</b>
4.	Wittmann	Kira	LG Göttingen	Drei	Frauen	13,71
13.	Oberbeck	Luis	LG Göttingen	800m	Männer	1:47,97
-.	Onnen	Imke	Hannover 96	Weit	Frauen	Absage
<b>U23-Weltmeisterschaften</b>				<b>Espoo / FIN</b>		<b>12.-16.07.2023</b>
4.	Meyer	Marcel	Hannover 96	Zehnkampf	M U23	8.096
4.	Prepens	Talea	TV Cloppenburg	200m	W U23 (VL 23,17)	23,52
16.	Förster	Tom	LG Braunschweig	10.000m	M U23	30:11,52
-.	Stahl	Jasmina	Hannover 96	10.000m	W U23	aufg.
n.a.	Förster	Tom	LG Braunschweig	5000m	M U23	
-.	Morawietz	Tobias	VfL Wolfsburg	4x100m	M U23	Ersatz
4.	Prepens	Talea	TV Cloppenburg	4x100m	W U23	43,61
<b>European Youth Olympic Festival</b>				<b>Maribor / SLO</b>		<b>24.-29.07.2023</b>
5.	Miller	Lera	VfL Lönigen	2000m Hdn.	W U18	6:46,63
<b>U20-Europameisterschaften</b>				<b>Jerusalem / ISR</b>		<b>07.-10.08.2023</b>
7.	Kalies	Tim	Braunschweiger LC	1500m	M U20 (VL 3:52,92)	4:03,59
11.	Hundertmark	Lara	Einbecker SV	Hammer	W U20 (Q 60,27)	58,36
EL	Hinrichs	Carolin	VfL Lönigen	3000m Hdn.	W U20 (VL 10:28,11)	aufg.
VL	Zirbus	Milian	LG Osterode	100m	M U20	10,63
VL	Quarata	Louis	VfL Wolfsburg	400m	M U20	47,33
VL	Jaworski	Nele	VfL Wolfsburg	200m	W U20	24,01
-.	Lahrs	Christina	TSV Wehdel	Speer	W U20	DNS
1.	Jaworski	Nele	VfL Wolfsburg	4x100m	W U20	43,82
2.	Kroll	Florian	LG Osnabrück	4x400m	M U20	3:07,75
2.	Quarata	Louis	VfL Wolfsburg	4x400m	M U20	3:07,75
2.	Kaluza	Niclas	Eintracht Hildesheim	4x400m	M U20 (VL 3:08,22)	
3.	Zirbus	Milian	LG Osterode	4x100m	M U20	40,15
-.	Finke	Thorben	SV Sigiltra Sögel	4x400m	M U20	Ersatz

<b>Weltmeisterschaften</b>				<b>Budapest / HUN</b>		<b>19.-27.08.2023</b>
Q	Wittmann	Kira	LG Göttingen	Drei	Frauen	13,64
-.	Dammermann		LG Osnabrück	4x400m	Männer	Ersatz
-.	Thiel	Luna	VfL Wolfsburg	4x400m	Mixed	Ersatz
HF	Thiel	Luna	VfL Wolfsburg	4x400m	Frauen	3:27,74

<b>Weltmeisterschaften 50 km</b>				<b>Hyderabad / IND</b>		<b>05.11.2023</b>
26.	Menzel	René	Braunschweiger Laufclub 50 km		Männer	3:05:42
29.	Jankowski	Raoul	Braunschweiger Laufclub 50 km		Männer	3:08:50
5.	Menzel	René	Braunschweiger Laufclub 50 km		Männer	9:25:40
5.	Jankowski	Raoul	Braunschweiger Laufclub 50 km		Männer	9:25:40

<b>Europameisterschaften Cross</b>				<b>Brüssel / BEL</b>		<b>10.12.2023</b>
38.	Hinrichs	Carolin	VfL Lönigen	Cross.	W U20	
2.	Hinrichs	Carolin	VfL Lönigen	Cross Mann.	W U20	

=====

<b>Studierenden-Weltmeisterschaften</b>				<b>Chengdu / CHN</b>		<b>28.07.-8.08.2023</b>
4.	Prepens	Talea	TV Cloppenburg	200m	Frauen	23,46
4.	Homeier	Merle	LG Göttingen	Weit	Frauen (Q 6,56)	6,29
6.	Prepens	Talea	TV Cloppenburg	100m	Frauen (HF 11,47)	11,59
7.	Oberbeck	Luis	LG Göttingen	800m	Männer	1:49,80
8.	Jakobitz	Esther	TK zu Hannover	Halbmarathon	Frauen	1:16:28
11.	Stahl	Jasmina	Hannover 96	Halbmarathon	Frauen	1:17:11
4.	Jakobitz	Esther	TK zu Hannover	HaMa-Mann.	Frauen	3:54:16
4.	Stahl	Jasmina	Hannover 96	HaMa-Mann.	Frauen	3:54:16

<b>Thorpe-Cup</b>				<b>Marburg</b>		<b>12./13.08.2023</b>
-.	Hülsiggensen	Fynn	Hannover 96	Zehnkampf	Männer	aufg.

## Niedersächsische Athleten und Athletinnen (Mä+Fr - U16) bei Deutschen Meisterschaften 2023 (Platz 1 - 8)

<b>Deutsche Hallenmehrkampfmeisterschaften</b>				<b>Leverkusen</b>	<b>21./22.01.2023</b>
3. Platz	HÜLSIGGENSEN	Fynn	Hannover 96	Siebenkampf Männer	5.379
4. Platz	KARSTEN	Maximilian	VfL Wolfsburg	Siebenkampf Männer	5.316
8. Platz	IFRIM	Cristian	Hannover 96	Siebenkampf Männer	4.900
8. Platz	PREPENS	Torben	TV Cloppenburg	Siebenkampf U20	5.100

<b>Deutsche Hallenmeisterschaften</b>				<b>Dortmund</b>	<b>18./19.02.2022</b>
1. Platz	WITTMANN	Kira	LG Göttingen	Dreisprung Frauen	14,08
4. Platz	DAMMERMANN	Fabian	LG Osnabrück	400m Männer	47,58
5. Platz	OBERBECK	Luis	LG Göttingen	800m Männer	1:51,86
7. Platz	PREPENS	Talea	TV Cloppenburg	60m Frauen	7,41
7. Platz	PRÖPSTING	Marie	VfL Eintracht Hannover	1.500m Frauen	4:26,37
7. Platz	PINGPANK	Svenja	Hannover Athletics	3.000m Frauen	9:22,12
8. Platz	DIAKITÉ	Malik	Hannover 96	Weitsprung Männer	7,38

<b>Deutsche Jugend-Hallenmeisterschaften U20</b>				<b>Dortmund</b>	<b>25./26.02.2023</b>
1. Platz	HINRICHS	Carolin	VfL Lönigen	1.500m U20	4:34,40
2. Platz	LUDWIG	Sophia	Hannover 96	Dreisprung U20	12,54
3. Platz	KULGEMEYER	Jonas	OTB Osnabrück	3.000m U20	8:31,31
4. Platz	KROLL	Florian	LG Osnabrück	400m U20	48,61
4. Platz	JAWORSKI	Nele	VfL Wolfsburg	60m U20	7,57
4. Platz	ZIRBUS	Milian	LG Osterode	60m U20	6,97
4. Platz	JAWORSKI	Nele	VfL Wolfsburg	200m U20	24,66
4. Platz	FINKE	Thorben	SV Sigiltra Sögel	200m U20	22,13
4. Platz	FISCHER	Luna	VfL Eintracht Hannover	400m U20	56,52
4. Platz	VON ZITZEWITZ	Niklas	VfL Eintracht Hannover	Hochsprung U20	2,04
5. Platz	KALUZA	Niclas-Jan	Eintracht Hildesheim	400m U20	48,63
5. Platz	SCHOMAKER	Malena	LG Papenburg/Aschendorf	800m U20	2:16,43
5. Platz	MATTHÄUS	Elias	Braunschweiger Laufclub	3.000m U20	8:33,17
5. Platz	NKENGUE	Fortuna Ornella	MTV Wittmund	Kugelstoß U20	13,34
6. Platz	LANGE	Lotta	Emdener Laufgemeinschaft	800m U20	2:16,86
7. Platz	MILLER	Lera	VfL Lönigen	1.500m U20	4:40,99
7. Platz	SCHEIDT	Sophie	VfL Lönigen	Hochsprung U20	1,72
8. Platz	Heinrich	Michel	SC Melle 03	3000m U20	8:39,95
3. Platz	VFL EINTRACHT HANNOVER			4x200m U20	1:41,63
6. Platz	WALDKIRCH, Charlotte - HUMPHREY, Karla - JAKOB, Thede - FISCHER, Luna			4x200m U20	1:31,48
	LG OSNABRÜCK				
	CHRYSTALLA, Elias - KROLL, Florian - BÄTZEL, Frederic - PARTEZKE, Finn				

<b>Deutsche Hallenmeisterschaften Langstaffeln</b>				<b>Dortmund</b>	<b>25.02.2023</b>
3. Platz	VFL EINTRACHT HANNOVER			3x800m Frauen	6:40,57
	SCHLÜSCHE, Jana - PRÖPSTING, Marie - GEBAUER, Anne				

<b>Deutsche Winterwurfmeisterschaften</b>				<b>Halle/Saale</b>	<b>25./26.02.2023</b>
2. Platz	MATTERNE	Casimir	Hannover 96	Speerwurf Männer	70,73
2. Platz	HUNDERTMARK	Lara	Einbecker SV	Hammerwurf U20	59,54
3. Platz	NUMRICH	Marius	SVG GW Bad Gandersheim	Speerwurf U20	63,77
4. Platz	SCHWITTERS	Heike	Fortuna Wirdum	Hammerwurf U18	57,29
7. Platz	CARSTENSEN	Emma	VfL Wolfsburg	Speerwurf U18	41,55
7. Platz	MEYER	Tilman	Hannover 96	Speerwurf U18	53,96
7. Platz	VAN AMEROM	Cathinca	VfL Eintracht Hannover	Hammerwurf Frauen	55,63
7. Platz	HUNDERTMARK	Lara	Einbecker SV	Hammerwurf U20	53,21
7. Platz	WINKELVOSS	Ricardo Manuel	Einbecker SV	Hammerwurf U18	56,19

<b>Deutsche Meisterschaften Langstaffeln</b>				<b>Bietigheim-Bissingen</b>	<b>29.04.2023</b>
2. Platz	EINTRACHT HILDESHEIM			4x400m MU23	3:19,00
	WOITHE, Moritz (06) - ENGLMANN, Kai Erik (06) - KÖSE, Enes-Maurice (03) - KALUZA, Niclas Jan				

<b>Deutsche Meisterschaften Langstrecke</b>				<b>Mittweida</b>		<b>06.05.2022</b>
1. Platz	FÖRSTER	Tom	LG Braunschweig	10.000m	MU23	28:41,02
1. Platz	STAHL	Jasmina	Hannover 96	10.000m	WU23	33:39,62
3. Platz	EBEL	Felix	Emdener Laufgemeinschaft	10.000m	MU23	29:43,44
4. Platz	PINGPANK	Svenja	Hannover Athletics	10.000m	Frauen	33:17,82
8. Platz	KULGEMEYER	Jonas	OTB Osnabrück	5.000m	MU20	15:09,38

<b>Deutsche U23 Meisterschaften</b>				<b>Göttingen</b>		<b>01./02.07.2023</b>
1. Platz	PREPENS	Talea	TV Cloppenburg	100m	U23	11,45
1. Platz	PREPENS	Talea	TV Cloppenburg	200m	U23	23,36
1. Platz	QUARATA	Louis	VfL Wolfsburg	400m	U23	46,97
2. Platz	MORAWIETZ	Tobias	VfL Wolfsburg	200m	U23	21,38
2. Platz	EBEL	Felix	Emdener Laufgemeinschaft	5.000m	U23	14:32,70
3. Platz	GORDON	Jordan	Hannover 96	400m Hürden	U23	51,90
4. Platz	KOLBE	Smila	VfL Eintracht Hannover	800m	U23	2:08,88
4. Platz	THÖMMES	Sammuel Malte	LG UnterlüßFaßbergOlden.	400m Hürden	U23	52,09
4. Platz	HUNDERTMARK	Lara	Einbecker SV	Hammerwurf	U23	57,35
5. Platz	FINKE	Thorben	SV Sigiltra Sögel	200m	U23	21,65
5. Platz	QUEDNAU	Veronique	Rukeli Trollmann e. V.	Speerwurf	U23	49,64
5. Platz	SCHAPER	Torben	VfL Eintracht Hannover	Hammerwurf	U23	61,79
6. Platz	AMAADACHO	Yasmin	Garbsener SC	400m Hürden	U23	60,83
7. Platz	PAUL	Johanna	Hannover 96	100m Hürden	U23	14,03
8. Platz	HEIDE	Paula	Lüneburger SV	5.000m	U23	17:16,07

<b>Deutsche Meisterschaften</b>				<b>Kassel</b>		<b>06.-09.07.2023</b>
1. Platz	OBERBECK	Luis	LG Göttingen	800m	Männer	1:47,48
3. Platz	ROLOFF	Annika	MTV 49 Holzminden	Stabhochsprung	Frauen	4,11
3. Platz	MATTERNE	Casimir	Hannover 96	Speerwurf	Männer	71,68
4. Platz	DAMMERMANN	Fabian	LG Osnabrück	400m	Männer	46,31
4. Platz	JACOBITZ	Esther	Hannover 96	5.000m	Frauen	16:15,94
4. Platz	HOMEIER	Merle	LG Göttingen	Weitsprung	Frauen	6,37
5. Platz	THÖMMES	Sammuel Malte	LG UnterlüßFaßbergOlden.	400m Hürden	Männer	51,90
5. Platz	KELLNER	Julia	LG Göttingen	Dreisprung	Frauen	12,76
6. Platz	PINGPANK	Svenja	Hannover Athletics	5.000m	Frauen	16:21,10
6. Platz	GORDON	Jordan	Hannover 96	400m Hürden	Männer	52,71
6. Platz	BAI	Alexander	MTV Hanstedt	Hochsprung	Männer	2,05
6. Platz	SCHAPER	Torben	VfL Eintracht Hannover	Hammerwurf	Männer	64,03
7. Platz	PINGPANK	Maximilian	Hannover Athletics	800m	Männer	1:50,31
7. Platz	KALUZA	Niclas-Jan	Eintracht Hildesheim	400m Hürden	Männer	53,52
7. Platz	ONNEN	Imke	Hannover 96	Hochsprung	Frauen	1,77
7. Platz	HUNDERTMARK	Lara	Einbecker SV	Hammerwurf	Frauen	56,64
8. Platz	THIEL	Luna	VfL Wolfsburg	400m	Frauen	53,71

<b>Deutsche Jugend Meisterschaften U18</b>				<b>Rostock</b>		<b>21.-23.07.2023</b>
1. Platz	FISCHER	Luna	VfL Eintracht Hannover	400m	U18	55,47
1. Platz	TERHORST	Paula	VfL Lönigen	800m	U18	2:13,76
1. Platz	MATTHÄUS	Elias	Braunschweiger Laufclub	3.000m	U18	8:47,89
2. Platz	WOLFF LÓPEZ	Anna Malena	Braunschweiger Laufclub	1.500m	U18	4:35,63
2. Platz	HOPPE	Jason Lee	LC Hansa Stuhr	Hochsprung	U18	1,97
3. Platz	ENGLMANN	Kai Erik	Eintracht Hildesheim	200m	U18	21,92
3. Platz	ANOCHILI	Lena	TSV Eintracht Hittfeld	Weitsprung	U18	5,75
3. Platz	MICHELMANN	Leon	TSV Asendorf	Dreisprung	U18	13,85
3. Platz	SCHWITTERS	Heike	SV Fortuna Wirdum	Hammerwurf	U18	58,01
4. Platz	WINDMÖLLER	Franka	LG Neustadt Nord	800m	U18	2:16,62
4. Platz	WÖLFER	Savanna-Sara	TK zu Hannover	100m Hürden	U18	14,06
4. Platz	WEBER	Amira	LG Peiner Land	Hochsprung	U18	1,71
4. Platz	HÄRKE	Klara	MTV 49 Holzminden	Stabhochsprung	U18	3,60
4. Platz	NUMRICH	Marius	SVG GW Bad Gandersheim	Hammerwurf	U18	63,68
5. Platz	BUSCH	Benedict	LG Göttingen	400m Hürden	U18	55,27
5. Platz	UNVERZAGT	Tanja	MTV 49 Holzminden	Stabhochsprung	U18	3,60
5. Platz	WINKELVOSS	Ricardo Manuel	Einbecker SV	Hammerwurf	U18	59,50
6. Platz	HAASE	Valeria Elisa	LG Eichsfeld	3.000m	U18	10:19,43
6. Platz	BRONNERT	Antonia	VfL Lönigen	Dreisprung	U18	11,68
6. Platz	KARSTEN	Julian	VfL Wolfsburg	Hochsprung	U18	1,80
6. Platz	MICHELMANN	Leon	TSV Asendorf	Diskuswurf	U18	44,80

6. Platz	WÖLFER	Savanna-Sara	TK zu Hannover	Speerwurf	U18	43,93
7. Platz	GRIMM	Charlotte	LC Nordhorn	Dreisprung	U18	11,59
7. Platz	MEYER	Tilman	Hannover 96	Speerwurf	U18	58,27
8. Platz	BIEBL	Paul	Garbsener SC	200m	U18	22,77
8. Platz	KLEZATH	Annika	OTB Osnabrück	1.500m	U18	4:41,79
8. Platz	ALBERS	Pia	VfL Lönigen	400m Hürden	U18	64,02

### Deutsche Jugend Meisterschaften U20

				<b>Rostock</b>	<b>21.-23.07.2023</b>	
1. Platz	QUARATA	Louis	VfL Wolfsburg	400m	U20	47,65
1. Platz	LAHRS	Christina	TSV Wehdel	Speerwurf	U20	52,08
2. Platz	JAWORSKI	Nele	VfL Wolfsburg	200m	U20	23,66
2. Platz	KALIES	Tim	Braunschweiger Laufclub	1.500m	U20	3:54,20
2. Platz	HINRICHS	Carolin	VfL Lönigen	2.000m Hindernis	U20	6:26,14
2. Platz	KROLL	Florian	LG Osnabrück	400m	U20	47,67
2. Platz	HUNDERTMARK	Lara	Einbecker SV	Hammerwurf	U20	58,91
3. Platz	JAWORSKI	Nele	VfL Wolfsburg	100m	U20	11,78
3. Platz	FINKE	Thorben	SV Sigiltra Sögel	200m	U20	21,54
3. Platz	LUDWIG	Sophia	Hannover 96	Dreisprung	U20	12,52
4. Platz	ZIRBUS	Miilan	LG Osterode	100m	U20	10,86
4. Platz	KALUZA	Niclas-Jan	Eintracht Hildesheim	200m	U20	21,64
5. Platz	HUSEMANN	Max	Eintracht Hildesheim	200m	U20	21,65
5. Platz	KALUZA	Niclas-Jan	Eintracht Hildesheim	400m	U20	48,38
5. Platz	HINRICHS	Sophie	VfL Lönigen	1.500m	U20	4:36,86
5. Platz	WENDTLANDT	Lukas	LG Hanstedt/Suderburg/W.	Kugelstoß	U20	16,74
5. Platz	FUNCK	Mika	TV Jahn Walsrode	Speerwurf	U20	60,68
6. Platz	BARTZ	Mayleen	VfL Stade	100m Hürden	U20	14,35
6. Platz	VON ZITZEWITZ	Niklas	VfL Eintracht Hannover	Hochsprung	U20	1,90
6. Platz	PLESSE	Merret Marie	VfL Eintracht Hannover	Dreisprung	U20	11,84
7. Platz	HUSEMANN	Max	Eintracht Hildesheim	400m	U20	48,79
8. Platz	FINKE	Thorben	SV Sigiltra Sögel	400m	U20	49,05
8. Platz	AMAADACHO	Maryam	Garbsener SC	800m	U20	2:20,88
8. Platz	SCHMIDT	Merle	VfL Stade	400m Hürden	U20	61,82

### Deutsche Meisterschaften U16

				<b>Stuttgart</b>	<b>29./30.07.2023</b>	
1. Platz	MICHELMANN	Lynn	TSV Asendorf	Weitsprung	W15	5,97
2. Platz	STEPHAN	Tom	TV Lilienthal	3.000m	M15	9:10,78
2. Platz	EVERS	Carolin	LC Hansa Stuhr	Hochsprung	W15	1,68
3. Platz	HOFFMANN	Lilli Naja	LG Peiner Land	Kugelstoß	W15	13,31
4. Platz	STICNOTH	Malin	VSV Rössing	Hochsprung	W15	1,65
4. Platz	LÜCK	Jakob	LG Weserbergland	Dreisprung	M15	12,91
5. Platz	SCHRÖDER	Maribell	Garbsener SC	Hochsprung	W15	1,65
5. Platz	HEINICHEN	Friederike	TuRa Braunschweig	Hammerwurf	W15	47,66
7. Platz	NIEMEYER	Franka	TSV Gronau	3.000m	W15	10:42,13
7. Platz	BENZE	Tarik	LG Weserbergland	Dreisprung	M15	12,25
8. Platz	MICHELMANN	Lynn	TSV Asendorf	Dreisprung	W15	11,30
8. Platz	BARTH	Samuel	TuS Bothfeld	300m Hürden	M15	42,58
8. Platz	FELDMANN	Henrik	TSV Burgdorf	Kugelstoß	M15	14,28

### Deutsche Mehrkampf Meisterschaften M/W, U23, U20

				<b>Hannover</b>	<b>01.-03.09.2023</b>	
1. Platz	MEYER	Marcel	Hannover 96	Zehnkampf	Männer	8.190
2. Platz	KARSTEN	Maximilian	VfL Wolfsburg	Zehnkampf	U23	7.359
2. Platz	PREPENS	Torben	TV Cloppenburg	Zehnkampf	U20	6.956
2. Platz	FUNCK	Svea	TV Jahn Walsrode	Siebenkampf	W14	3.783
4. Platz	WÖLFER	Savanna-Sara	TK zu Hannover	Siebenkampf	U18	5.388
5. Platz	AHRENSHOP	Henry	SV Nienhagen	Neunkampf	M15	4.883
6. Platz	ALIPOÉ	Jeanne	VfL Eintracht Hannover	Siebenkampf	U20	4.856
6. Platz	IFRIM	Cristian	Hannover 96	Zehnkampf	U23	6.779
1. Platz	HANNOVER 96			Zehnkampf.Mann.Männer		21.231
MEYER, Marcel - IFRIM, Cristian - ROZOK, Tyl						

### Deutsche Meisterschaften 10km Straße

				<b>Bad Liebenzell</b>	<b>10.09.2023</b>	
1. Platz	FÖRSTER	Tom	LG Braunschweig	10km	MU23	30:10
4. Platz	KULGEMEYER	Jonas	OTB Osnabrück	10km	MU20	32:31
4. Platz	HENDEL	Kristina	LG Braunschweig	10km	Frauen	33:40
5. Platz	SCHULZ	Tanya	SV Rosche	10km	WU18	38:42

6. Platz	HENDEL	Sebastian	LG Braunschweig	10km	Männer	30:11
3. Platz	LG Braunschweig			10km Mann.	Männer	1:32:00
	FÖSTER, Tom - HENDEL, Sebastian - KATIB, Joseph					

**Deutsche Marathonmeisterschaften**

1. Platz	JACOBITZ	Esther	TK zu Hannover	Marathon	Frauen	2:37:00
7. Platz	BEESE	Florentine	Hannover Athletics	Marathon	Frauen	2:50:34
2. Platz	DELLIGSER SC			Marathon-Mann.	Frauen	10:05:58
	KÖPPELMANN, Melina - WIEDEMANN, Annike - SEYD, Natascha					
5. Platz	HANNOVER 96			Marathon-Mann.	Männer	8:20:44
	VOLLKOMMER, Guido - SCHLAMELCHER, Christian - MARQUARD, Moritz					

**Köln**

**01.10.2023**

# Meister 2023

## Europameisterschaften U20

4x100m	Jaworski, Nele	VfL Wolfsburg	43,82
--------	----------------	---------------	-------

## Senioren (Hallen-)Weltmeister

M 80 Speer	Gnoth, Siegbert	TuS Gildehaus	35,66
------------	-----------------	---------------	-------

## Senioren Europameister

MW 60 4x400m Mixed	Spitzer, Ted	TV Lohnde	
MW 60 4x400m Mixed	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	
W 55 Kugel	Müller.Schmidt-Jana	SG Osterholzer LA	13,28
W 75 Halbmarathon Mann.	Kluge, Maria-Luise	Hannover Runners	

## Deutsche Hallenmeister

Frauen Dreisprung	Wittmann, Kira	LG Göttingen	14,08
WJ U20 1500m	Hinrichs, Carolin	VfL Lönigen	4:34,40

## Deutsche Meister

800m	Oberbeck, Luis	LG Göttingen	1:47,48
Zehnkampf	Meyer, Marcel	Hannover 96	8.190
Zehnkampf-Mann.	Hannover 96	Meyer, Marcel - Ifrim, Cristian - Rozok, Tyl	21.231
Marathon	Jacobitz, Esther	TK zu Hannover	2:37:00

## Deutsche Meister U23

400m	Quarata, Louis	VfL Wolfsburg	46,97
10.000m	Förster, Tom	LG Braunschweig	28:41,02
10 km	Förster, Tom	LG Braunschweig	30:10
100m	Prepens, Talea	TV Cloppenburg	11,45
200m	Prepens, Talea	TV Cloppenburg	23,36
10.000m	Stahl, Jasmina	Hannover 96	33:39,62

## Deutsche Meister U20

400m	Quarata, Louis	VfL Wolfsburg	47,65
Speer	Lahrs, Christina	TSV Wehdel	52,08

## Deutsche Meister U18

3000m	Matthäus, Elias	Braunschweiger Laufclub	8:47,89
400m	Fischer, Luna	VfL Eintracht Hannover	55,47
800m	Terhorst, Paula	VfL Lönigen	2:13,76

## Deutsche Meister U16

Weit	Michelmann, Lynn	TSV Asendorf	5,97
------	------------------	--------------	------

## Deutsche Seniorenmeister

M 40 800m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	2:02,60
M 40 1500m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	4:08,11
M 40 5000m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	15:26,36
M 40 110m Hürden	Beintken, Jens	SV Friedrichsfehn	17,37
M 40 Speerwurf	Novak, Carsten	LSC Harsefeld	49,54
M 45 Weitsprung	Geweke, Holger	TV Lohnde	5,96
M 50 800m	Dodt, Dennis	VfL Stade	2:09,88
M 50 1500m	Dodt, Dennis	VfL Stade	4:33,30
M 55 10 km	Vollkommer, Guido	Hannover 96	35:29
M 55 Halbmarathon	Vollkommer, Guido	Hannover 96	1:17:37
M 60 400m	Dr. Spitzer, Ted	TV Lohnde	59,04
M 65 Hammerwurf	Hillebrecht, Rudolf A.	SVG GW Bad Gandersheim	40,8
M 75 400m	Richert, Ewald	SV Nienhagen	74,05
M 80 Stabhochsprung	Gnoth, Siegbert	TuS Gildehaus	2,30
M 80 Speerwurf	Gnoth, Siegbert	TuS Gildehaus	33,64
W 35 100m	Thephiel, Linda	TB Stöcken	13,15
W 35 5000m	Müller-Scholz, Alexandra	LG Göttingen	18:34,72
W 40 Dreisprung	Barlage, Anke	VfL Lönningen	10,14
W 40 Speerwurf	Barlage, Anke	VfL Lönningen	38,32
W 50 Speer	Suhling, Dagmar	LG Kreis Verden	37,80
W 55 80m Hürden	Kramer, Annett	SV Nienhagen	14,54
W 55 300m Hürden	Kramer, Annett	SV Nienhagen	55,65
W 55 5000m Bahngehen	Brönnecke, Sigute	Eintracht Hildesheim	28:30,42
W 55 10 km Gehen	Klose, Gudrun	Team Laufrausch Oldenburg	1:08:54
W 55 Kugel	Müller-Schmidt, Jana	SG Osterholzer LA	13,08
W 60 400m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	68,91
W 60 Cross	Klostermann, Waltraud	TV Norden	
W 65 Speerwurf	Iben, Anke	LGG Ganderkesee	25,93
W 70 5000m Bahngehen	Köhler, Renate	Delmenhorster TV	38:43,84
W 70 10 km Gehen	Köhler, Renate	Delmenhorster TV	1:18:29



## Norddeutsche Meister

### **Männer**

5.000 m	Menzel, René	Braunschweiger Laufclub	14:45,61
Zehnkampf Mannschaft	VfL Eintracht Hannover	B. KÜch 5453 – T. Rethfeldt 4298 - N. Frank 3523	13.274

### **Frauen**

Kugelstoß	Wedig, Inga	LG Kreis Verden	13,04
-----------	-------------	-----------------	-------

### **Junioren**

Zehnkampf Mannschaft	LG Braunschweig	T. Gottwaldt 5295 – J. Gillner 4603 - N. Bennewitz 3010	12.908
----------------------	-----------------	--	--------

### **Juniorinnen**

Siebenkampf Mannschaft	SV Union Meppen	J. Todt 4058 – C. Sur 3505 - I. Leigers 3427	10.990
------------------------	-----------------	---	--------

### **Männliche Jugend U 20**

Weitsprung	Stein, Ole	TSV Wehdel	6,67
Kugelstoß	Wendland, Lukas	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	16,71
Fünfkampf	Stein, Ole	TSV Wehdel	3.488
	11,37-6,50-13,31-1,80-52,62		
Fünfkampf Mannschaft	VfL Stade	L. Wolf 3147 – F. Tonn 2948 - M. Lorenz 2730 – P. Zastrow 2707 - J. Kühlke 2683	14.213
Zehnkampf	Stein, Ole	TSV Wehdel	6.563
	11,37-6,50-13,31-1,80-52,62-15,60-36,61-3,40-55,09-4:56,43		

### **Weibliche Jugend U20**

Stabhochsprung	Härke, Klara	MTV 49 Holzminden	3,60
Hammerwurf	Hundertmark, Lara	Einbecker SV	56,21
		V. Name 0000	

### **Männliche Jugend U18**

400 m Hürden	Busch, Benedict	LG Göttingen	55,99
Hochsprung	Hoppe, Jason Lee	LC Hansa Stuhr	2,03
Dreisprung	Michelmann, Leon	TSV Asendorf	13,55
Hammerwurf	Numrich, Marius	SVG GW Bad Gandersheim	65,78
Fünfkampf Mannschaft	LG Osnabrück	M. Pikutzki 2833 – N. Völkel 2643- F. Partetzke 2528 – F. Bätzel 2519 - E. Bergmann 2302	12.825
Zehnkampf Mannschaft	LAV Zeven	L. Hennig 4881 – N. Meyer 4614 - P. Bartosch 4132	13.627

### **Weibliche Jugend U18**

800 m	Windmüller, Franka	LG Neustadt Nord	2:18,28
3.000 m	Schulz, Tanya	SV Rosche	10:27,64
2000 m Hindernis	Miller, Lera	VfL Lönning	6:46,15
Stabhochsprung	Härke, Klara	MTV 49 Holzminden	3,50
Weitsprung	Anochili, Lena	TSV Eintracht Hittfeld	5,86
Vierkampf	Weber, Amira	LG Peiner Land	3.020
	15,25-1,68-12,83-27,57		
Vierkampf Mannschaft	LG Emstal Dörpen	M. Hermes 2519 – M. Wübben 2251 - A. Frericks 2126 – H. Hempfen 1941 - H. Nannen 1834	10.671
Siebenkampf	Wölfer, Savanna-Sara	TK zu Hannover	5.032
	14,30-1,48-12,21-5,26-42,28-2:28,99-26,27		

### **Männliche Jugend M15**

Diskuswurf	Cherniakov, Evgeny	VfL Eintracht Hannover	50,20
------------	--------------------	------------------------	-------

**Weibliche Jugend W15**

800 m	Lambers, Emma Madita	LC Nordhorn	2:21,09
1500 m Hindernis	Suermann, Leonie	LG Papenburg/Aschendorf	5:36,51
Stabhochsprung	Rieger, Anna	MTV 49 Holzminden	3,20
Weitsprung	Michelmann, Lynn	TSV Asendorf	5,78
Kugelstoß	Hoffmann, Lilli Naja	LG Peiner Land	11,67

**Senioren M30**

400 m	Backschat, Maurice	LC Nordhorn	56,91
800 m	Laue, Vincent	LG Braunschweig	2:06,60
1500 m	Laue, Vincent	LG Braunschweig	4:24,03
5000 m	Elders, Sebastian	TuS Sulingen	15:52,52
110 m Hürden	Harms, Sven	TV Langen	17,34
400 m Hürden	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	76,38
4x100 m	LG Braunschweig	O. Grosenick – Dr. C. Povel - J. Jarecki - S. Horns	48,23
Hochsprung	Harms, Sven	TV Langen	1,83
Stabhochsprung	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	2,30
Weitsprung	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	5,50
Dreisprung	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	11,86
Diskuswurf	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	24,56
Speerwurf	Landeskorn, Tobias	LG Solling	51,99

**Senioren M35**

100 m	Hess, Adham	BTB Oldenburg	12,01
200 m	Harmening, Matthias	TKJ Sarstedt	25,69
800 m	Schneider, Florian	LG Nienburg	2:08,10
1500 m	Lauterschlag, Dennis	Lüneburger SV	4:43,58
5000 m	Bennett, Marc Dominik	LG Braunschweig	19:19,50
Hochsprung	Harmening, Matthias	TKJ Sarstedt	1,50
Weitsprung	Thierse, Jens	LG Peiner Land	6,25
Kugelstoßen	Illgen, Nathanael	TSV Neuenkirchen	8,82
Diskuswurf	Thierse, Jens	LG Peiner Land	33,06
Speerwurf	True, Stefan	LC Hansa Stuhr	42,70

**Senioren M40**

100 m	Hollmann, Michael	VfL Oldenburg	11,59
200 m	Hollmann, Michael	VfL Oldenburg	23,09
400 m	Michalak, Thomas	LG Göttingen	55,91
800 m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	2:02,97
1500 m	Radant, David	TV Jahn Schneverdingen	4:47,28
5000 m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	16:24,98
110 m Hürden	Schulz, Marcel	LG Göttingen	19,48
400 m Hürden	Schulz, Marcel	LG Göttingen	72,08
Hochsprung	Kohle, Thomas	BTB Oldenburg	1,70
Stabhochsprung	Seibel, Oliver	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	2,40
Dreisprung	Schulz, Marcel	LG Göttingen	10,41
Diskuswurf	Schober, Mark	VfL Horneburg	32,48
Speerwurf	Schober, Mark	VfL Horneburg	50,55

**Senioren M45**

100 m	Geweke, Holger	TV Lohnde	12,50
200 m	Hölscher, Peter	VfL Germania Leer	25,16
400 m	Hölscher, Peter	VfL Germania Leer	54,93
800 m	Tammen, Marco	SV Teutonia Stapelmoor	2:10,83
400 m Hürden	Meyer, Christian	TSV Schwarme	84,43
3000 m Hindernis	Sebastian, Jörg	TSV Lelm	12:09,81
Hochsprung	Niehaus, Ralf	VfL Lingen	1,64

Stabhochsprung	Maus, Alexander	TKJ Sarstedt	2,70
Weitsprung	Geweke, Holger	TV Lohnde	6,12
<b>Senioren M50</b>			
400 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	59,99
800 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	2:11,04
1500 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	4:34,75
Hochsprung	Hiller, Jan	BTB Oldenburg	1,59
Dreisprung	Bethge, Jens	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	9,90
Kugelstoßen	Schöning, Carsten	SV Karze	12,43
Speerwurf	Bargmann, Jan	VfL Wolfsburg	49,92
Hammerwurf	Pachal, Jörg	TSV Leim	43,00
<b>Senioren M55</b>			
200 m	Schuh, Carsten	TV Lohnde	26,64
400 m	Schuh, Carsten	TV Lohnde	59,34
800 m	Cordes, Uwe	LG Kreis Verden	2:22,57
1500 m	Cordes, Uwe	LG Kreis Verden	4:54,68
100 m Hürden	Schwarz, Helge	LG Fallingbostal	16,22
400 m Hürden	Heumann, Dirk	VfR Wilsche-Neubokel	103,92
5000 m Bahngehen	Ritzenhoff, Andreas	BTB Oldenburg	28:42,89
Weitsprung	Thielecke, Ingolf	LG Göttingen	5,24
Diskuswurf	Pahl, Ralf	LG Emstal Dörpen	38,74
Speerwurf	Abramowski, Peter	MTV Eintracht Borsum	41,49
Hammerwurf	Möhring, Rüdiger	TSG Bergedorf	47,37
<b>Senioren M60</b>			
100 m	Pradzynski, Czeslaw	LAV Zeven	13,08
200 m	Dr. Spitzer, Ted	TV Lohnde	26,49
400 m	Dr. Spitzer, Ted	TV Lohnde	58,76
800 m	Dr. Spitzer, Ted	TV Lohnde	2:28,15
Hochsprung	Holland, Henning	LG Osterode	1,47
Stabhochsprung	Hinrichsen, Sven	TSG Hatten-Sandkrug	2,90
Weitsprung	Holland, Henning	LG Osterode	4,33
Dreisprung	Janz, Jurij	OSC Damme	10,30
Speerwurf	Bomblys, Hilmar	SG Osterholzer LA	44,42
<b>Senioren M65</b>			
100 m	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	14,87
200 m	Becker, Axel	TSV Burgdorf	30,37
400 m	Becker, Axel	TSV Burgdorf	71,91
800 m	Voltmer, Gerhard	LG Wesermünde	2:44,41
100 m Hürden	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	21,38
Stabhochsprung	Schrader, Franz	MTV Eintracht Borsum	2,70
Weitsprung	Liburg, Rainer	LAV Zeven	4,04
Dreisprung	Ammerich, Ludger	VfL Lönigen	9,09
Speerwurf	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	36,09
Hammerwurf	Hillebrecht, Rudolf A.	SVG GW Bad Gandersheim	43,35
<b>Senioren M70</b>			
100 m	Meier, Helmut	LAV Zeven	13,66
200 m	Meier, Helmut	LAV Zeven	27,86
5000 m Bahngehen	Köhler Renate	Delmenhorster TV	37:42,63
Kugelstoßen	Weiß, Gerhard	TV Jahn Schneverdingen	11,43
Diskuswurf	Zerbian, Henry	MTV Herrenhausen	29,84
Speerwurf	Zerbian, Henry	MTV Herrenhausen	33,10
<b>Senioren M75</b>			
100 m	Witthohn, Jürgen	Rot-Weiss Cuxhaven	16,00
200 m	Witthohn, Jürgen	Rot-Weiss Cuxhaven	33,28
400 m	Richter, Ewald	SV Nienhagen	76,10
800 m	Salzmann, Rolf	TSV Kirchdorf	3:51,44

Dreisprung	Borchers, Enno	VfL Rastede	6,44
Kugelstoßen	Dressler, Helmut	TSV Germania Dassensen	10,61
Diskuswurf	Dressler, Helmut	TSV Germania Dassensen	27,53

### Senioren M80

1500 m	Ostendorf, Manfred	VfL Oldenburg	7:13,92
Hochsprung	Nagler, Roland	LG Fallingbostal	1,10
Kugelstoßen	Goll, Wolfgang	LAV Alfeld	10,32

### Senioren M85

Hochsprung	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	1,05
Kugelstoßen	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	7,85
Diskuswurf	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	23,24
Speerwurf	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	22,48

### Seniorinnen W30

100 m	Schmidt, Anja	TuS Wunstorf	13,17
200 m	Koch, Melanie	TSV Burgdorf	26,99
400 m	Koch, Melanie	TSV Burgdorf	61,26
1500 m	Predki, Lara	Lüneburger SV	4:59,39
Kugelstoßen	Schmidt, Jana	BTB Oldenburg	10,87
Diskuswurf	Schmidt, Jana	BTB Oldenburg	28,34
Speerwurf	Schmidt, Jana	BTB Oldenburg	29,85

### Seniorinnen W35

200 m	Seifried, Christina	VfL Horneburg	27,30
800 m	Witte, Jennifer	FTSV Jahn Brinkum	2:45,74
1500 m	Kositsch Nelli	MTV Amelinghausen	5:31,84
Hochsprung	Witte, Jennifer	FTSV Jahn Brinkum	1,35
Weitsprung	de Groot, Karen	LGG Ganderkesee	4,12
Kugelstoßen	Homeyer, Yasmin	FTSV Jahn Brinkum	9,37
Diskuswurf	Homeyer, Yasmin	FTSV Jahn Brinkum	29,08

### Seniorinnen W40

100 m	Novak, Carola	LSC Harsefeld	13,64
200 m	Novak, Carola	LSC Harsefeld	27,34
400 m	Rodallega Leon, Maritza	SV Nordenham	66,15
800 m	Rodallega Leon, Maritza	SV Nordenham	2:37,57
1500 m	Subke, Alexandra	Lüneburger SV	6:17,21
80 m Hürden	Novak, Carola	LSC Harsefeld	12,48
400 m Hürden	Kleckner, Fenja	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	98,04
Hochsprung	Novak, Carola	LSC Harsefeld	1,35
Stabhochsprung	Witten, Alexandra	BV Garrel	2,40
Dreisprung	Kleckner, Fenja	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	8,14
Diskuswurf	Leemhuis-Grashof, Christiane	LG Uplengen	20,78

### Seniorinnen W45

100 m	Dr. Debarry, Jennifer	VfL Eintracht Hannover	14,12
400 m	Dr. Debarry, Jennifer	VfL Eintracht Hannover	66,76
Stabhochsprung	Fürle, Tessa	SVG GW Bad Gandersheim	2,50
Weitsprung	Dr. Debarry, Jennifer	VfL Eintracht Hannover	4,69
Speerwurf	Bremer, Melanie	SV Union Salzgitter	30,48
Hammerwurf	Piehozki, Christine	MTV Schöningen	36,40

### Seniorinnen W50

100 m	Garde, Diana	LGG Ganderkesee	14,59
200 m	Garde, Diana	LGG Ganderkesee	30,29
1500 m	Paez-Friedrichs, Marlene	TSV Barsinghausen	5:43,71
Weitsprung	Bauernfeind, Gabi	SV Nienhagen	4,51
Dreisprung	Bauernfeind, Gabi	SV Nienhagen	9,01
Kugelstoßen	Suhlingen, Dagmar	LG Kreis Verden	11,16
Diskuswurf	Suhlingen, Dagmar	LG Kreis Verden	28,33

Speerwurf	Suhlingen, Dagmar	LG Kreis Verden	39,08
Hammerwurf	Kiel, Nicole	TV Loxstedt	29,93

### Seniorinnen W55

100 m	Koch, Sonja	TSV Burgdorf	15,99
400 m	Koch, Sonja	TSV Burgdorf	74,84
5000 m Bahngehen	Brönnecke Sigute	Eintracht Hildesheim	27:33,41
Kugelstoßen	Müller-Schmidt, Jana	SG Osterholzer LA	13,48

### Seniorinnen W60

100 m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	14,86
200 m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	30,69
400 m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	69,50
Weitsprung	Jordan, Ute	LG Kreis Verden	3,55
Kugelstoßen	Losch, Claudia	VSV Rössing	10,80
Diskuswurf	Losch, Claudia	VSV Rössing	29,48
Speerwurf	Schwers, Birgit	LG Kreis Verden	24,14

### Seniorinnen W65

100 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	16,76
200 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	34,91
400 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	79,49
800 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	3:13,24

### Seniorinnen W70

1500 m	Husmeier, Ursula	MTV Amelinghausen	7:43,67
Kugelstoßen	de Groot, Inge	LGG Ganderkesee	7,84
Diskuswurf	de Groot, Inge	LGG Ganderkesee	21,62

### Seniorinnen W75

200 m	Rost-Brasholz, Gabriele	LG Bremen-Nord	47,17
-------	-------------------------	----------------	-------

## Norddeutsche Hallenmeister

### Männer

3.000 m	Ebel, Felix	Emdener Laufgemeinschaft	8:23,27
---------	-------------	--------------------------	---------

### Frauen

800 m	Schlüsche, Jana	VfL Eintracht Hannover	2:12,62
Stabhochsprung	Roloff, Annika	MTV 49 Holzminen	4,00

### Weibliche Jugend U20

60 m	Jaworski, Nele	VfL Wolfsburg	7,57
200 m	Jaworski, Nele	VfL Wolfsburg	24,42
Stabhochsprung	Unverzagt, Tanja	MTV 49 Holzminen	3,40

## Norddeutsche Winterwurfmeister

### Männliche Jugend U8

Speerwurf	Meyer, Tilman	Hannover 96	59,97
-----------	---------------	-------------	-------

### Senioren

M 30 Speerwurf	Landskron, Tobias	LG Solling	50,64
M 50 Hammer	Krone Ulrich	SC Osterbrock	38,06
M 60 Diskus	Steininger Peter	MTV Herrenhausen	36,98
M 60 Speer	Landskron Uwe	LG Solling	36,29
W 40 Speer	Schröder, Dorothee	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	25,60
W 45 Diskus	Piehozki, Christine	MTV Schöningen	31,73
W 45 Hammer	Piehozki, Christine	MTV Schöningen	37,90
W 50 Hammer	Kiel Nicole	TV Loxstedt	29,87
W 75 Diskus	Eriksen Anne-Kathrin	LG Braunschweig	16,22

## **NLV + BLV Meister**

### **Männer**

100 m	Olabisi, Noah	SV Werder Bremen	10,74
200 m	Flügel, Finn-Laurence	LG Göttingen	22,73
400 m	Ostwaldt, Jannik	TKJ Sarstedt	49,89
800 m	Rohling, André	LG Osnabrück	1:54,04
1.500 m	Kalies, Tim	Braunschweiger Laufclub	3:56,10
5.000 m	Menzel, René	Braunschweiger Laufclub	14:59,10
10.000 m	Kuklinski, Fabian	VfL Eintracht Hannover	33:31,26
10 km	Menzel, René	Braunschweiger Laufclub	31:28
10 km Mannschaft	Braunschweiger Laufclub	R. Menzel 31:28 – J. Marx 32:29 – C. Boohs 33:04	1:37:01
110 m Hürden	Pixberg, Lasse	SV Werder Bremen	14,70
400 m Hürden	Gordon, Jordan	Hannover 96	53,06
4 x 100 m	VfL Eintracht Hannover	B. Küch – R. Wolters - F. Borchardt – A. Baaske	43,02
4 x 400 m	LG Osnabrück	F. Kroll – F. Dammermann - A. Rohling – E. Siemer	3:16,54
3 x 1000 m	LG Osnabrück	I. Badtke - E. Siemer - A. Rohling	7:54,25
Hochsprung	Bai, Alexander	MTV Hanstedt	2,10
Stabhochsprung	Keffel, Lars	SV Werder Bremen	4,70
Weitsprung	Spienburg, Tom	OTB Osnabrück	6,58
Dreisprung	Pabst, Marek	BTB Oldenburg	13,77
Kugelstoß	Meyer, Marcel	Hannover 96	14,71
Diskuswurf	Meyer, Marcel	Hannover 96	43,42
Hammerwurf	Schaper, Torben	VfL Eintracht Hannover	59,59
Speerwurf	Matterne, Casimir	Hannover 96	74,47
Fünfkampf	Schulz, Marco	SG Rodenberg	
	6,19-55,99-24,17-39,56-5:07,94		
Fünfkampf Mannschaft	LAV Zeven	N. Meyer 2451 – J. Corleis 2159 - J. Dohrmann 1773	6.383
Zehnkampf	Kulp, Jonathan	LG Göttingen	5.879
	12,11-6,09-11,85-1,68-53,68-17,18-35,80-3,70-48,15-4:55,85		
Zehnkampf Mannschaft	VfL Eintracht Hannover	B. Küch 5453 – T. Rethfeldt 4298 - N. Frank 3523	13.274
Cross Mittelstrecke	Gerling, Jasper	Hannover 96	
Cross Mittelstrecke Mann.	BV Garrel	M. Majewski - A. Hasselbach - D. Johanning	
Cross Langstrecke	Tabert, Philipp	VfL Eintracht Hannover	
Cross Langstrecke Mann.	BV Garrel	M. Majewski - A. Hasselbach - D. Johanning	
DMM Gruppe 3	OTB Osnabrück		10.534

### **Mixed-Staffel**

4 x 200 m	OTB Osnabrück	D. Köpke – A. Hindahl - N. Brinkmann – H. Riemann	1:41,90
-----------	---------------	--	---------

### **Frauen**

100 m	Dinkeldein, Sandra	SV Werder Bremen	11,75
200 m	Prepens, Talea	TV Cloppenburg	23,67
400 m	Kramer, Pernilla	VfL Wolfsburg	54,69
800 m	Schlüsche, Jana	VfL Eintracht Hannover	2:12,51
1.500 m	Schlüsche, Jana	VfL Eintracht Hannover	4:32,09
5.000 m	Hendel, Kristina	LG Braunschweig	16:26,99
10 km	Heymann, Nele	TuS Haren	34:55
10 km Mannschaft	Hannover 96	L. Huwatscheck 36:20 – L. Brunkhorst 37:23 - K. Krause 38:59	1:52:42
100 m Hürden	Zalewski, Laura	LG Braunschweig	15,37
400 m Hürden	Pisoke, Natalie	LG Braunschweig	63,34
3000 m Hindernis	Palmowski, Jana	VfL Bückeburg	11:08,20
4 x 100 m	SV Werder Bremen	Z. Gercken – S. Dinkeldein - T. Stein – S. Sakyi	47,73
4 x 400 m	LG Osnabrück	M. Bätzel – J. Rohling -	4:11,52

Hochsprung	Jakob, Jelde	M. Boettcher – N. Gründel	1,67
Stabhochsprung	Roloff, Annika	VfL Eintracht Hannover	4,00
Weitsprung	Kellner, Julia	MTV 49 Holzminden	5,64
Dreisprung	Kellner, Julia	LG Göttingen	12,78
Kugelstoß	Leigers, Nadine	LG Göttingen	13,73
Diskuswurf	Lücht, Merle	SC Osterbrock	44,18
Hammerwurf	Hundertmark, Lara	LG Papenburg/Aschendorf	56,17
Speerwurf	Quednau, Veronique	Einbecker SV	47,27
Fünfkampf	Schmidt, Ann-Kathrin	Rukeli Trollmann e. V.	3.235
	1,51-10,72-5,27-2:33,88	LG Braunschweig	
Fünfkampf Mannschaft	LG Braunschweig	A. Schmidt 3235 – L. Zalewski 2835 - S. Benkert 2582	8.652
Siebenkampf	Bleeken Laura	LG Göttingen	4.542
	15,34-1,60-9,54-27,71-5,24-35,89-2:34,23		
Siebenkampf Mannschaft	LG Braunschweig	A. Schmidt 4481 – L. Zalewski 3999 - S. Benkert 3671	12.151
Cross	Pröpsting, Marie	VfL Eintracht Hannover	
Cross Mannschaft	TuS Haren	A. Lechowicz – N. Büttner – N. Achter	
DMM Gruppe 3	LG Papenburg/Aschendorf		7.568

### Junioren

10 km	Schierding, Nick	LG Braunschweig	33:40
3 x 1000 m	StG FRIED - OL - MEL	J. de Vries – K. Khalaf Khuadaida – G. Monien	8:07,70
Zehnkampf	Gottwaldt Torben	LG Braunschweig	5.295
	12,20-54,43-4:58,31-17,77-1,60-3,50-5,62-10,96-37,80-32,23		
Zehnkampf Mannschaft	LG Braunschweig	T. Gottwaldt 5295 – J. Gillner 4603 - N. Bennewitz 3010	12.908
Cross	de Vries, Jan	DSC Oldenburg	
Cross Mannschaft	DSC Oldenburg	J. de Vries – K. Khalaf Khuadaida – J. Hornbostel	

### Juniorinnen

10 km	Heymann, Nele	TuS Haren	34:55
3 x 800 m	VfL Germania Leer	I. Moll – L. Book – A. Frerichs	7:28,54
Siebenkampf	Oelgardt Wiebke	SV Werder Bremen	5.148
	15,34-1,64-10,69-26,00-5,82-40,15-2:27,00		
Siebenkampf Mannschaft	SV Union Meppen	J. Todt 4058 – C. Sur 3505 - I. Leigers 3427	10.990
Cross	Moll, Ida	VfL Germania Leer	
Cross Mannschaft	Verein	V. Name - V. Name - V. Name	

### Männliche Jugend U 20

100 m	Crystalla, Elias	LG Osnabrück	11,19
200 m	Kaluza, Niclas Jan	Eintracht Hildesheim	21,79
400 m	Kaluza, Niclas Jan	Eintracht Hildesheim	47,90
800 m	Schnaars, Floyd Luca	TV Lillienthal	1:58,86
1.500 m	Schnaars, Floyd Luca	TV Lillienthal	4:04,64
3.000 m	Hühn, Luke	VfL Eintracht Hannover	8:59,26
5.000 m	Hass, Maximilian	TKJ Sarstedt	19:27,72
10 km	Beckmann, Max	LG Weserbergland	34:53
10 km Mannschaft	Braunschweiger Laufclub	B. Soltmann 36:14 – L. Illiger 36,21 – F. Weermann 38,22	1:50:57
110 m Hürden	Bujdo, Borna	SV Werder Bremen	14,78
400 m Hürden	Kluhs, Bela	LG Osnabrück	ohne Zeit
2000 m Hindernis	Schubert, Felix	LG Kreis Verden	6:47,74
4 x 100 m	LG Osnabrück	E. Crystalla – F.Kroll - F. Bätzel – M. Pikutzki	42,86

4 x 400 m	LG Osnabrück	F. Partetzke – B. Kluhs - F. Bätzel – M. Pikutzki	3:37,53
3 x 1000 m	LG Osnabrück	M. Pikutzki – H. Jeschke – M. Apel	8:19,74
Hochsprung	von Zitzewitz, Niklas	VfL Eintracht Hannover	2,00
Stabhochsprung	Heideman, Benjamin	SV Werder Bremen	4,20
Weitsprung	Raschen, Niklas Bent	TSV Wehdel	6,62
Dreisprung	Michelmann, Leon	TSV Asendorf	13,44
Kugelstoß	Wendland, Lukas	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	15,53
Diskuswurf	Wendland, Lukas	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	47,64
Hammerwurf	Numrich, Marius	SVG GW Bad Gandersheim	60,92
Speerwurf	Funck, Mika	TV Jahn Walsrode	58,00
Fünfkampf	Stein Ole	TSV Wehdel	3.488
	11,37-6,50-13,31-1,80-52,62		
Fünfkampf Mannschaft	VfL Stade	L. Wolf 3147 – F. Tonn 2946 - M. Lorenz 2730 – P. Zastrow 2707 - J. Kühlke 2683	14.213
Zehnkampf	Stein Ole	TSV Wehdel	6.563
Cross	Kulgemeyer, Jonas	OTB Osnabrück	
Cross Mannschaft	OTB Osnabrück	J. Kulgemeyer - N. Rinke - J. Pöling	
DJMM Gruppe 3	LG Osnabrück		5.982

### Weibliche Jugend U 20

100 m	Wachtendorf, Jule	SV Nordenham	12,30
200 m	Fischer, Luna	VfL Eintracht Hannover	24,95
400 m	Schomaker, Malena	LG Papenburg/Aschendorf	58,01
800 m	Windmüller, Franka	LG Neustadt Nord	2:17,18
1.500 m	Hebel, Neele	TKJ Sarstedt	4:53,76
3.000 m	Schumacher, Gesa	LG Kreis Verden	11:25,62
5.000 m	Hülss, Lina Marie	FTSV Jahn Brinkum	20:42,69
10 km	Soldner, Mara Sophie	LG Fallingbostel	46:37
100 m Hürden	Bartz, Mayleen	VfL Stade	14,41
400 m Hürden	Schmidt, Merle	VfL Stade	62,24
4 x 100 m	VfL Eintracht Hannover	C. Waldkirch – L. Fischer - P. Hüsig – J. Alipoé	48,63
3 x 800 m	StG FRIED - OL - MEL	M. Reker – F. Malek – M. Grebe	7:31,06
Hochsprung	Huisman, Nina	SV Warsingsfehn	1,61
Stabhochsprung	Unverzagt, Tanja	MTV 49 Holzminden	3,60
Weitsprung	Alipoé, Jeanne	VfL Eintracht Hannover	5,40
Dreisprung	Kotter, Lara	TSV Schnega	11,01
Kugelstoß	Globke, Celina Sophie	VfL Eintracht Hannover	11,42
Diskuswurf	Stahl, Nele Lauryn	Rukeli Trollmann e. V.	40,23
Hammerwurf	Hundertmark, Lara	Einbecker SV	57,95
Speerwurf	Lahrs, Christina	TSV Wehdel	42,43
Vierkampf	Amofa Bernice	VfL Stade	2.842
	15,02-1,60-9,88-26,60		
Siebenkampf	Strauß Emma	SV Werder Bremen	4.521
Cross	Hülss, Lina Marie	FTSV Jahn Brinkum	
Cross Mannschaft	Verein	V. Name - V. Name - V. Name	
DMM Gruppe 3	TKJ Sarstedt		4.638

### Männliche Jugend U 18

100 m	Englmann, Kai Erik	Eintracht Hildesheim	11,03
200 m	Englmann, Kai Erik	Eintracht Hildesheim	22,21
400 m	Englmann, Kai Erik	Eintracht Hildesheim	50,74
800 m	Baumbach, Julius	SV Werder Bremen	2:01,24
1.500 m	Hühn, Luke	VfL Eintracht Hannover	4:09,26
3.000 m	Stringer, Finnian	TV Lilienthal	9:23,95
10 km	Hogh-Holub, Benno	LG Göttingen	34:13
110 m Hürden	Heideman, Benjamin	SV Werder Bremen	15,05
400 m Hürden	Busch, Benedict	LG Göttingen	56,88



2000 m Hindernis 4 x 100 m	Ulbrich, Lukas LAV Zeven	Braunschweiger Laufclub S. Bartosch – L. Hennig - P. Bartosch – N. Meyer	6:42,11 46,93
3 x 1000 m Hochsprung Stabhochsprung Weitsprung Dreisprung Kugelstoß Diskuswurf Hammerwurf Speerwurf Fünfkampf	TV Lilienthal Hoppe, Jason Lee Heideman, Benjamin Karsten, Julian Michelmann, Leon Tolle, Noah Michelmann, Leon Numrich Marius Meyer, Tilman Heideman Benjamin 11,67-5,75-12,53-1,80-56,61	F. Stringer – S. Förstner – P. Rothaupt LC Hansa Stuhr SV Werder Bremen VfL Wolfsburg TSV Asendorf LG Braunschweig TSV Asendorf SVG GW Bad Gandersheim Hannover 96 SV Werder Bremen	8:22,08 2,00 4,20 6,64 13,34 13,21 49,05 64,92 54,93 3.052
Fünfkampf Mannschaft	LG Osnabrück	M. Pikutzki 2833 – N. Völkel 2643 - F. Partetzke 2528- F. Bätzel 2519 - E. Bergmann 2302	12.825
Zehnkampf	Heideman Benjamin 11,67-5,75-12,53-1,80-56,61	SV Werder Bremen -15,10-28,05-4,20-43,73-5:27,02	5.898
Zehnkampf Mannschaft	LAV Zeven	L. Henning 4881 – N. Meyer 4614 - P. Bartosch 4132	13.627
Cross Cross Mannschaft	Stringer, Finnian TV Lilientha	TV Lilienthal F. Stringer – P. Rothaupt – S. Förstner	

### Weibliche Jugend U 18

100 m	Anochili, Lena	TSV Eintracht Hittfeld	12,11
200 m	Fischer, Luna	VfL Eintracht Hannover	24,90
400 m	Windmüller, Franka	LG Neustadt Nord	58,50
800 m	Windmüller, Franka	Neustadt Nord	2:20,57
1.500 m	Wolff López, Anna Malena	Braunschweiger Laufclub	4:48,25
3.000 m	Klezath, Annika	OTB Osnabrück	10:45,37
10 km	Schulz, Tanya	SV Rosche	38:18
100 m Hürden	Sakyi, Sandy	SV Werder Bremen	13,80
400 m Hürden	Albers, Pia	VfL Lönningen	63,22
2000 m Hindernis	Miller, Lera	VfL Lönningen	6:46,15
4 x 100 m	VfL Eintracht Hannover	C. Waldkirch – L. Fischer - K. Humphrey – T. Jakob	47,86
3 x 800 m	LG Emstal Dörpen	H. Hempen – A. Frericks – M. Wübben	7:29,26
Hochsprung	Scheidt, Sophie	VfL Lönningen	1,76
Stabhochsprung	Klinzmann, Jolina	Hannover 96	3,10
Weitsprung	Anochili, Lena	TSV Eintracht Hittfeld	5,82
Dreisprung	Felix, Sydney	VfL Eintracht Hannover	11,07
Kugelstoß	Wölfer, Savanna-Sara	TK zu Hannover	13,65
Diskuswurf	Ahrens, Svea	VfL Stade	32,84
Hammerwurf	Schwitters, Heike	Fortuna Wirdum	56,01
Speerwurf	Wölfer, Savanna-Sara	TK zu Hannover	42,31
Vierkampf	Weber, Amira 15,25-1,68-12,83-27,57	LG Peiner Land	3.020
Vierkampf Mannschaft	LG Emstal, Dörpen	M. Hermes 2519 – M. Wübben 2251 - A. Frericks 2126 – H. Hempen 1941 - H. Nannen 1834	10.671
Siebenkampf	Wölfer Savanna-Sara 14,30-1,48-12,21-5,26-42,28-2:28,99-26,27	TK zu Hannover	5.032
Siebenkampf Mannschaft	LG Papenburg/Aschendorf	L. Goldenstein 3393 – L. Krüger 3158 - A. Kisser 3121	9.672
Cross Cross Mannschaft	Schulz, Tanya LG Papenburg/Aschendorf	SV Rosche M. Dillmann – H. Magnus – L. Brinker	

### Männliche Jugend M 15

100 m	Klostermann, Leander	SV Quitt Ankum	11,60
-------	----------------------	----------------	-------

300 m	Marquardt, Tibo	LG Kreis Verden	38,51
800 m	Stephan, Tom	TV Lilienthal	2:06,65
3.000 m	Stephan, Tom	TV Lilienthal	10:14,01
80 m Hürden	Joos, Michael	SC Langenhagen	11,65
300 m Hürden	Barth, Samuel	TuS Bothfeld	43,63
1500 m Hindernis	Hundertmark, Lorenz	Einbecker SV	4:46,67
Hochsprung	Benze, Tarik	LG Weserbergland	1,74
Stabhochsprung	Haber, Tjelle	LAV Zeven	2,65
Weitsprung	Lück, Jakob	LG Weserbergland	5,94
Dreisprung	Lück, Jakob	LG Weserbergland	12,08
Kugelstoß	Feldmann, Henrik	TSV Burgdorf	14,16
Diskuswurf	Jahn, Noah-Elias	TuS Frisia Goldenstedt	43,80
Hammerwurf	Gansen, Gregor	SVG GW Bad Gandersheim	39,65
Speerwurf	Feldmann, Henrik	TSV Burgdorf	45,28
Vierkampf	Kohn, Jan	SV Germania Twist	2.166
	1,82-5,67-10,41-1,56		
Neunkampf	Tjelle Haber	LAV Zeven	4.595
	12,91-4,65-11,68-1,56-12,33-27,28-3,10-35,33-3:11,37		
Block Sprint/Sprung	Lück, Jakob	LG Weserbergland	2.836
	12,06-11,53-6,03-1,64-34,03		
Block Lauf	Willig, Luca	TKJ Sarstedt	2.443
	13,29-13,69-5,36-61,00-6:58,34		
Block Wurf	Albers, Quentin	VfL Eintracht Hannover	2.709
	12,61-12,41-5,51-10,89-37,75		
Cross	Stephan, Tom	TV Lilienthal	

### Männliche Jugend M 14

100 m	Siepmann, Erik	MTV Wittmund	12,10
800 m	Euskirchen, Paul	Eintracht Hildesheim	2:11,95
3.000 m	Jancke, Moritz	Eintracht Hildesheim	9:48,86
80 m Hürden	Ahrenshop, Henry	SV Nienhagen	12,22
Hochsprung	Schade, Micah	LG Emstal Dörpen	1,69
Stabhochsprung	Abeln, Christoph	TV Cloppenburg	2,65
Weitsprung	von Döllen, Julius	TuS Frisia Goldenstedt	5,72
Kugelstoß	von Döllen, Julius	TuS Frisia Goldenstedt	12,98
Diskuswurf	Plewka, Jan	TSV Germania Helmstedt	40,98
Hammerwurf	Plewka, Jan	TSV Germania Helmstedt	48,32
Speerwurf	Linschmann, Jan	VfL Eintracht Hannover	42,71
Vierkampf	Povel, Philipp	LG Braunschweig	2.081
	12,09-5,39-10,66-1,48		
Neunkampf	Ahrenshop, Henry	SV Nienhagen	4.553
	12,36-5,32-9,11-1,44-12,03-29,56-2,70-34,42-3:05,59		
Block Sprint/Sprung	Weppler, Maximilian	VfL Eintracht Hannover	2.706
	12,13-12,26-5,48-1,60-33,30		
Block Lauf	Dell, Dennis	TV Loxstedt	2.427
	12,43-12,00-5,27-40,50-7:29,28		
Block Wurf	Ahrenshop, Henry	SV Nienhagen	2.813
	12,11-11,54-5,92-10,28-36,85		
Cross	Diehr, Jaron	MTV Vorsfelde	

### Männliche Jugend U 16

4 x 100 m	LG Braunschweig	A. Lutz – H. Osten - N. Liebau – P. Povel	48,27
3 x 1000 m	Eintracht Hildeheim	R. Hersel – P. Euskirchen – M. Jancke	9:08,74
Vierkampf Mannschaft	LG Braunschweig	P. Povel 2081 – N. Liebau 2064 - H. Osten 1811 – A. Lutz 1704 - L. Schmidt 1584	9.244
Neunkampf Mannschaft	VfL Eintracht Hannover	M. Weppler 4481 – Q. Albers 4446 -	13.263

Blockwettkampf Mannschaft	VfL Eintracht Hannover	Q. Albers 2709 – M. Weppler 2706 - J. Linschmann 2453 – L. Cherkeh 2362 - C. Kulp 2256	12.486
Cross Mannschaft	Eintracht Hildesheim	P. Euskirchen – R. Hersel – R. Butterbrodt	
DSMM Gruppe 2	VfL Eintracht Hannover		8.140
DSMM Gruppe 3	TuS Altwarmbüchen		5.001

**Weibliche Jugend W 15**

100 m	Michelmann, Lynn	TSV Asendorf	12,84
300 m	Kacou, Emma	TuS Bothfeld	41,61
800 m	Dickebohm, Nortje	Oldenburger TB	2:19,93
2.000 m	Niemeyer, Franka	TSV Gronau	6:56,08
80 m Hürden	Viole, Caroline Marie	SG Bredenbeck-Holtensen	12,15
300 m Hürden	Rohr, Sinja	SV Werder Bremen	47,04
1500 m Hindernis	Suermann, Leonie	LG Papenburg/Aschendorf	5:36,51
Hochsprung	Evers, Carolin	LC Hansa Stuhr	1,67
Stabhochsprung	Meyer, Paula	TV Cloppenburg	2,85
Weitsprung	Michelmann, Lynn	TSV Asendorf	5,59
Dreisprung	Michelmann, Lynn	TSV Asendorf	11,27
Kugelstoß	Hoffmann, Lilli Naja	LG Peiner Land	12,76
Diskuswurf	Hoffmann, Lilli Naja	LG Peiner Land	30,38
Hammerwurf	Heinichen, Friederike	TuRa Braunschweig	46,01
Speerwurf	Rohr, Sinja	SV Werder Bremen	34,07
Vierkampf	Evers, Carolin 13,06-5,16-9,59-1,68	LC Hansa Stuhr	2.188
Siebenkampf	Evers, Carolin 13,06-5,16-9,59-1,68-12,55-32,55-2:40,39	LC Hansa Stuhr	3.727
Block Sprint/Sprung	Evers, Carolin 13,47-12,68-5,14-1,72-31,00	LC Hansa Stuhr	2.776
Block Lauf	Suermann, Leonie 14,97-14,33-4,54-27,50-7:12,97	LG Papenburg/Aschendorf	2.253
Block Wurf	Litau, Milana 12,94-13,05-4,65-10,36-22,01	SG Osterholzer LA	2.501
Cross	Niemeyer, Franka	TSV Gronau	

**Weibliche Jugend W14**

100 m	Kacou, Emma	TuS Bothfeld	13,00
800 m	Folgooso Weigmann, Nila	LG Neustadt Nord	2:22,15
2.000 m	Wittich, Rieke	TSV Bremervörde	6:53,62
80 m Hürden	Funck, Svea	TV Jahn Walsrode	12,13
Hochsprung	Funck, Svea	TV Jahn Walsrode	1,67
Stabhochsprung	Rieger, Anna	MTV 49 Holzminden	2,85
Weitsprung	Funck, Svea	TV Jahn Walsrode	5,07
Kugelstoß	Birg, Josefine	VfL Eintracht Hannover	11,91
Diskuswurf	Birg, Josefine	VfL Eintracht Hannover	26,26
Hammerwurf	von Fintel, Sarah	TV Jahn Schneverdingen	22,04
Speerwurf	Funck, Svea	TV Jahn Walsrode	40,37
Vierkampf	Funck, Svea 13,03-5,24-10,64-1,64	TV Jahn Walsrode	2.219
Siebenkampf	Funck, Svea 13,03-5,24-10,64-1,64-12,08-38,30-2:23,70	TV Jahn Walsrode	3.926
Block Sprint/Sprung	von Fintel, Sarah 13,39-12,45-4,96-1,44-21,92	TV Jahn Schneverdingen	2.527
Block Lauf	Bornhardt, Milana 13,53-13,03-4,66-35,00-7:21,64	Braunschweiger Laufclub	2.494
Block Wurf	Birg, Josefine 13,62-13,36-4,71-10,95-27,18	VfL Eintracht Hannover	2.512

Cross	Wachtendorf, Anneke	SV Nordenham	
<b>Weibliche Jugend U 16</b>			
4 x 100 m	StG Brinkum-Asendorf	Z. Bergmann - F. Pieper S. Bräuer – L. Michelmann	49,83
3 x 800 m	Braunschweiger Laufclub	J. Ahl – A. Franke – M. Bornhardt	7:38,50
Vierkampf Mannschaft	SV Werder Bremen	M. Linke 1852 – S. Rohr 1832 - P. Rogge 1739 – E. Schmitt 1722 - J. Luley 1691	8.836
Siebenkampf Mannschaft	Garbsener SC	S. Bandow 3280- K. Geweke 3260 - M. Schröder 2965	9.505
Blockwettkampf Mannschaft	SV Werder Bremen	S. Rohr 2518 – M. Linke 2496 - A. Scholten 2479 – E. Schmitt 2314 - P. Rogge 2215	12.022
Cross Mannschaft	LG Papenburg/Aschendorf	L. Suermann – S. Suermann – A. Magnus	
DSMM Gruppe 2	SV Werder Bremen		8.006
DSMM Gruppe 3	VfL Eintracht Hannover		5.019

### Senioren M 30

100 m	Harms, Sven	TV Langen	12,44
200 m	Harms, Sven	TV Langen	25,51
400 m	Backschaft, Maurice	LC Nordhorn	56,91
800 m	Laue, Vincent	LG Braunschweig	2:06,60
1.500 m	Laue, Vincent	LG Braunschweig	4:24,03
5.000 m	Elvers, Sebastian	TuS Sulingen	15:52,52
10 km	Menzel, René	Braunschweiger Laufclub	31:28
110 m Hürden	Harms, Sven	TV Langen	17,34
400 m Hürden	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	76,38
Hochsprung	Harms, Sven	TV Langen	1,83
Stabhochsprung	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	2,30
Weitsprung	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	5,50
Dreisprung	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	11,86
Kugelstoß	Kuntze, Marc	TuS Wunstorf	12,84
Diskuswurf	Krause, Karsten	TSV Germania Helmstedt	24,56
Speerwurf	Landskron, Tobias	LG Solling	51,99
Fünfkampf	Thierse, Lars	LG Peiner Land	2.106
	5,41-37,81-27,55-31,46-5:44,28		
Cross Mittelstrecke	Majewski, Michael	BV Garrel	
Cross Langstrecke	Majewski, Michael	BV Garrel	

### Senioren M 35

100 m	Hess, Adham	BTB Oldenburg	12,01
200 m	Harmening, Matthias	TKJ Sarstedt	25,69
800 m	Schneider, Florian	LG Nienburg	2:08,10
1.500 m	Lauterschlagen, Dennis	Lüneburger SV	4:43,58
5.000 m	Bennett, Marc Dominik	LG Braunschweig	19:19,50
10.000 m	Wolf, Torsten	VfL Eintracht Hannover	38:12,07
10 km	Krenz, Alexander	VfL Wolfsburg	33:58
Hochsprung	Harmening, Matthias	TKJ Sarstedt	1,50
Weitsprung	Thierse, Jens	LG Peiner Land	6,25
Kugelstoß	Illgen, Nathanael	TSV Neuenkirchen	8,82
Diskuswurf	Thierse, Jens	LG Peiner Land	33,06
Speerwurf	True, Stefan	LC Hansa Stuhr	42,70
Fünfkampf	Hess, Adham	BTB Oldenburg	1.890
Cross Mittelstrecke	Johanning, Daniel	BV Garrel	
Cross Langstrecke	Johanning, Daniel	BV Garrel	

**Senioren M 30 / 35**

10 km Mannschaft	Braunschweiger Laufclub	R. Menzel 31:28 – J. Marx 32:29 – C. Boohs 33:04	1:37:01
4 x 100 m	LG Braunschweig	O. Grosenick - Dr. C. Povel - J. Jarecki – S. Horns	48,23
Fünfkampf Mannschaft	BTB Oldenburg	A. Hess 1890 – H. Lay 1419 - B. Teuber 735	4.044

**Senioren M 40**

100 m	Hollmann, Michael	VfL Oldenburg	11,59
200 m	Hollmann, Michael	VfL Oldenburg	23,09
400 m	Michalak, Thomas	LG Göttingen	55,91
800 m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	2:02,97
1.500 m	Radant, David	TV Jahn Schneverdingen	4:47,28
5.000 m	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	16:24,98
10 km	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	32:13
110 m Hürden	Schulz, Marcel	LG Göttingen	19,48
400 m Hürden	Schulz, Marcel	LG Göttingen	72,08
Hochsprung	Kohle, Thomas	BTB Oldenburg	1,70
Stabhochsprung	Seibel, Oliver	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	2,40
Dreisprung	Schulz, Marcel	LG Göttingen	10,41
Diskuswurf	Schober, Mark	VfL Horneburg	32,48
Speerwurf	Schober, Mark	VfL Horneburg	50,55
Cross Mittelstrecke	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	
Cross Langstrecke	Wiese, Christian	TSV Burgdorf	

**Senioren M 45**

100 m	Geweke, Holger	TV Lohnde	12,50
200 m	Hölscher, Peter	VfL Germania Leer	25,16
400 m	Hölscher, Peter	VfL Germania Leer	54,93
800 m	Tammen, Marco	SV Teutonia Stapelmoor	2:10,83
5.000 m	Prins, Marc	LG Bremen-Nord	17:45,61
10.000 m	Hülss, Carsten	ATS Buntentor Bremen	35:41,01
10 km	Hülss, Carsten	ATS Buntentor Bremen	34:02
400 m Hürden	Meyer, Christian	TSV Schwarme	84,43
Hochsprung	Niehaus, Ralf	VfL Lingen	1,64
Stabhochsprung	Maus, Alexander	TKJ Sarstedt	2,70
Weitsprung	Geweke, Holger	TV Lohnde	6,12
Kugelstoß	Seemann, Jan-Boyke	SV Werder Bremen	12,78
Diskuswurf	Seemann, Jan-Boyke	SV Werder Bremen	33,83
Hammerwurf	Muche, Christoph	LAV Zeven	33,94
Speerwurf	Obermüller, Andreas	LG Papenburg/Aschendorf	45,54
Fünfkampf	Geweke, Holger	TV Lohnde	2.990
		5,85-33,02-25,17-22,53-5:09,11	
Cross Mittelstrecke	Waschkau, Jan	TuS Weene	
Cross Langstrecke	Bruns, Thomas	Braunschweiger Laufclub	

**Senioren M 40 / 45**

10 km Mannschaft	Laufclub BlueLiner	S. Radecker 34:43 – M.Thiede 37:21 – T. Pyschik 40:30	1:52:34
Cross Mittelstrecke Mann.	TuS Weene	J. Waschkau – H. de Buhr – S. de Jonge	
Cross Langstrecke Mann.	Laufclub BlueLiner	S. Radecker – M. Wilshusen – K. Plehn	

## Senioren M 50

100 m	Kuszynski, Jens	MTV Vechede	13,18
200 m	Kuszynski, Jens	MTV Vechede	26,78
400 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	59,99
800 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	2:11,04
1.500 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	4:34,75
5.000 m	Dodt, Dennis	VfL Stade	16:55,70
10.000 m	Prins, Marc	LG Bremen-Nord	36:50,23
10 km	Kühlke, Frank	Hannover 96	36:07
100 m Hürden	Bethge, Jens	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	18,26
Hochsprung	Hiller, Jan	BTB Oldenburg	1,59
Stabhochsprung	Bethge, Jens	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	2,60
Dreisprung	Bethge, Jens	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	9,90
Kugelstoß	Schöning, Carsten	SV Karze	12,43
Diskuswurf	Schöning, Carsten	SV Karze	40,29
Hammerwurf	Pachal, Jörg	TSV Lelm	49,73
Speerwurf	Bargmann, Jan	VfL Wolfsburg	49,92
Fünfkampf	Gilles, Tom	SV Concordia Ihrhove	1.520
	4,48-24,67-31,98-21,86-7:51,99		
Cross Mittelstrecke	Dodt, Dennis	VfL Stade	
Cross	Wilshusen, Matthias	Laufclub BlueLiner	

## Senioren M 55

100 m	Schwarz, Helge	LG Fallingbostel	12,85
200 m	Schuh, Carsten	TV Lohnde	26,64
400 m	Schuh, Carsten	TV Lohnde	59,34
800 m	Cordes, Uwe	LG Kreis Verden	2:22,57
1.500 m	Cordes, Uwe	LG Kreis Verden	4:54,68
5.000 m	Frank Weisgerber	VfB Fallersleben	18:59,69
10.000 m	Minge, Frank	LG Bremen-Nord	40:14,75
10 km	Vollkommer, Guido	Hannover 96	35:34
100 m Hürden	Schwarz, Helge	LG Fallingbostel	16,22
400 m Hürden	Heumann, Dirk	VfR Wilsche-Neubokel	103,92
Hochsprung	Pähz, Torsten	VfL Eintracht Hannover	1,53
Weitsprung	Thielecke, Ingolf	LG Göttingen	5,24
Dreisprung	Brümmerhoff, Arndt	MTV Soltau	9,86
Kugelstoß	Garde, Ulrich	LGG Ganderkesee	12,46
Diskuswurf	Pahl, Ralf	LG Emstal Dörpen	38,74
Hammerwurf	Suhling, Sven	LG Kreis Verden	45,63
Speerwurf	Abramowski, Peter	MTV Eintracht Borsum	41,49
Cross Mittelstrecke	Plehn, Karsten	Laufclub BlueLiner	
Cross	Lenker, Dr. Edgar	LC Nordhorn	

## Senioren M 50 / 55

10 km Mannschaft	Hannover 96	G. Vollkommer 35:34 – F. Kühlke 36:07 – J. König 38:02	1:49:43
Cross Mannschaft	LC Nordhorn	E. Lenker – J. Holboer – I. Beckemper	

## Senioren M 60

100 m	Pradzynski, Czeslaw	LAV Zeven	13,08
200 m	Spitzer, Dr. Ted	TV Lohnde	26,49
400 m	Spitzer, Dr. Ted	TV Lohnde	58,76
800 m	Spitzer, Dr. Ted	TV Lohnde	2:28,15
1.500 m	Bruns, Michael	ATS Buntentor Bremen	5:03,70
5.000 m	Nothdurft, Helmut	Hannover 96	19:47,26
10.000 m	Nothdurft, Helmut	Hannover 96	42:47,64
10 km	Bruns, Michael	ATS Buntentor Bremen	40:28
100 m Hürden	Holland, Henning	LG Osterode	20,16x

Hochsprung	Holland, Henning	LG Osterode	1,47
Stabhochsprung	Hinrichsen, Sven	TSG Hatten-Sandkrug	2,90
Weitsprung	Holland, Henning	LG Osterode	4,33
Dreisprung	Janz, Jurij	OSC Damme	10,30
Kugelstoß	Steininger, Peter	MTV Herrenhausen	11,51
Diskuswurf	Steininger, Peter	MTV Herrenhausen	35,90
Speerwurf	Bomblys, Hilmar	SG Osterholzer LA	44,42
Fünfkampf	Helliger, Hartmut	MTV Groß Buchholz	2.188
	4,19-28,87-30,20-27,47-7:35,92		
Cross	Igelbrink, Hans Peter	TV Georgsmarienhütte	

### Senioren M 65

100 m	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	14,87
200 m	Becker, Axel	TSV Burgdorf	30,37
400 m	Becker, Axel	TSV Burgdorf	71,91
800 m	Voltmer, Gerhard	LG Wesermünde	2:44,41
5.000 m	Barlage, Klaus	LC Nordhorn	22:57,11
10.000 m	Alves, Holger	TSV Großenkneten	45:11,72
10 km	Alves, Holger	TSV Großenkneten	42:12
100 m Hürden	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	21,38
Hochsprung	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	1,32
Stabhochsprung	Schrader, Franz	MTV Eintracht Borsum	2,70
Weitsprung	Liburg, Rainer	LAV Zeven	4,04
Dreisprung	Ammerich, Ludger	VfL Lönninge	9,09
Kugelstoß	Carls, Rolf	MTV Soltau	9,87
Diskuswurf	Maaß, Alfred	STV Barßel	35,49
Hammerwurf	Hülsmann, Rüdiger	VfL Horneburg	37,94
Speerwurf	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	36,09
Fünfkampf	Kaun, Ingo	LG Ostfriesland	2.612
	3,91-34,66-31,05-28,35-7:10,14		
Cross	Alves, Holger	TSV Großenkneten	

### Senioren M 60 / 65

10 km Mannschaft	VfL Westercelle	A. Sennhenn-Oetken 43:21 – Dr. V. Dittmar 44:11 – T. Lübke 51:49	2:19:21
4 x 100 m	LAV Zeven	K. Wolf – C. Pradzynski - R. Liburg – H. Meier	55,77
Cross Mannschaft	LG Nordheide	D. Peters – H. Maak – E. Kröger	

### Senioren M 70

100 m	Meier, Helmut	LAV Zeven	13,66
200 m	Meier, Helmut	LAV Zeven	27,86
800 m	Petzold, Hartmut	MTV Soltau	3:06,30
1.500 m	Petzold, Hartmut	MTV Soltau	6:41,54
5.000 m	Grabowsky, Klaus-Dieter	SC Spelle-Venhaus	21:24,71
10.000 m	Benz, Jürgen	SG Bredenbeck-Holtensen	51:23,05
10 km	Grabowsky, Klaus-Dieter	SC Spelle-Venhaus	43:28
80 m Hürden	Holodynski, Dieter	LG Göttingen	16,32
Hochsprung	Peters, Dr. Gustav	SV Nienhagen	1,32
Stabhochsprung	Wolf, Karl	LAV Zeven	2,00
Weitsprung	Leistner, Eckhard	SV Anker 06 Gadenstedt	4,16
Kugelstoß	Weiß, Gerhard	TV Jahn Schneverdingen	11,43
Diskuswurf	Zerbian, Henry	MTV Herrenhausen	29,84
Hammerwurf	Blume, Hans-Jürgen	MTV Herrenhausen	31,96
Speerwurf	Zerbian, Henry	MTV Herrenhausen	33,10
Cross	Grabowsky, Klaus-Dieter	SC Spelle-Venhaus	

**Senioren M 75**

100 m	Witthohn, Jürgen	Rot-Weiss Cuxhaven	16,00
200 m	Witthohn, Jürgen	Rot-Weiss Cuxhaven	33,28
400 m	Richter, Ewald	SV Nienhagen	76,10
800 m	Salzmann, Rolf	TSV Kirchdorf	3:51,44
5.000 m	Wolfgang Schaper	LAC Langenhagen	28:31,74
10 km	Dittberner, Harald	ATS Buntentor Bremen	48:51
Hochsprung	Borchers, Enno	VfL Rastede	1,20
Weitsprung	Müller-Kiel, Ger	TUS Huchting	3,41
Dreisprung	Borchers, Enno	VfL Rastede	6,44
Kugelstoß	Dressler, Helmut	TSV Germania Dassensen	10,61
Diskuswurf	Dressler, Helmut	TSV Germania Dassensen	27,53
Hammerwurf	Wiechmann, Heinrich	ASV Senden	30,75
Speerwurf	Müller-Kiel Gert	TUS Huchting	31,88
Cross	Dittberner, Harald	ATS Buntentor Bremen	

**Senioren M 70 +**

10 km Mannschaft	ULV Wolfsburg	W. Simon 49:47 – U. Seiler 52:55 – H. Wolff 59:57	2:42:39
4 x 100 m	Eintracht Hildesheim	W. Hauenschild - K. Scheide - G. Ollech – W. Schwoche	91,15

**Senioren M 80**

100 m	Brechmann, Günter	TUS Huchting	17,71
200 m	Witthohn, Gerd	TuS Wettbergen	41,55
1.500 m	Ostendorf, Manfred	VfL Oldenburg	7:13,92
5.000 m	Harms, Hermann Karl	VfL Oldenburg	30:35,94
10.000 m	Harms, Hermann Karl	VfL Oldenburg	62:27,29
10 km	Schmidt, Walter	LG Nordheide	1:10:24
Hochsprung	Nagler, Roland	LG Fallingbostal	1,10
Weitsprung	Brechmann, Günter	TUS Huchting	2,82
Kugelstoß	Goll, Wolfgang	LAV Alfeld	10,32
Diskuswurf	Wolterink, Johann	LG Ostfriesland	19,22
Hammerwurf	Wolterink, Johann	LG Ostfriesland	22,80
Speerwurf	Friedrich, Gerd	LAV Rümmer	19,73
Cross	Schmidt, Walter	LG Nordheide	

**Senioren M 85 +**

400 m	Scheide, Karl	Eintracht Hildesheim	118,09
10 km	Holle, Wilhelm	LG Lüneburg	1:11:29
Hochsprung	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	1,05
Kugelstoß	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	7,85
Diskuswurf	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	23,24
Hammerwurf	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	30,66
Speerwurf	Winkelhake, Kurt	LG Nienburg	22,48

**Seniorinnen W 30**

100 m	Schmidt, Anja	TuS Wunstorf	13,17
200 m	Koch, Melanie	TSV Burgdorf	26,99
400 m	Koch, Melanie	TSV Burgdorf	61,26
800 m	Prins, Jule	LG Bremen-Nord	2:24,58
1.500 m	Predki, Lara	Lüneburger SV	4:59,39
10.000 m	Prins, Jule	LG Bremen-Nord	38:56,78
10 km	Huwatscheck, Lisa	Hannover 96	36:20
Hochsprung	von Bose Rebecca	SG Marßel	1,38



Weitsprung	von Bose, Rebecca	SG Marßel	4,74
Dreisprung	von Bose, Rebecca	SG Marßel	9,33
Kugelstoß	Schmidt, Jana	BTB Oldenburg	10,87
Diskuswurf	Schmidt, Jana	BTB Oldenburg	28,34
Hammerwurf	Iversen, Inken	TSV Wehdel	24,20
Speerwurf	Schmidt, Jana	BTB Oldenburg	29,85
Fünfkampf	Bettinger, Felina	BTB Oldenburg	2.422
	14,75-1,31-7,94-4,64-2:33,32		
Cross	Meyer, Joanna	LG Bremen-Nord	

### Seniorinnen W 35

100 m	Rack, Anke	TV Eintracht Algermissen	14,24
200 m	Seifried, Christina	VfL Horneburg	27,30
800 m	Witte, Jennifer	FTSV Jahn Brinkum	2:45,74
1.500 m	Kositsch, Nelli	MTV Amelinghausen	5:31,84
10 km	Brunkhorst, Lena	Hannover 96	37:23
Hochsprung	Witte, Jennifer	FTSV Jahn Brinkum	1,35
Weitsprung	de Groot, Karen	LGG Ganderkesee	4,12
Kugelstoß	Homeyer, Yasmin	FTSV Jahn Brinkum	9,37
Diskuswurf	Homeyer, Yasmin	FTSV Jahn Brinkum	29,08
Speerwurf	de Groot, Karen	LGG Ganderkesee	29,84
Cross	Lechowicz, Anna	TuS Haren	

### Seniorinnen W 30 / 35

10 km Mannschaft	Hannover 96	L. Huwatscheck 36:20 – L. Brunkhorst 37:23 - K. Krause 38:59	1:52:42
------------------	-------------	---	---------

### Seniorinnen W 40

100 m	Novak, Carola	LSC Harsefeld	13,64
200 m	Novak, Carola	LSC Harsefeld	27,34
400 m	Rodallega Leon, Maritza	SV Nordenham	66,15
800 m	Rodallega Leon, Maritza	SV Nordenham	2:37,57
1.500 m	Subke, Alexandra	Lüneburger SV	6:17,21
10 km	Kulenkampff, Katharina	SV Rosche	36:56
80 m Hürden	Novak, Carola	LSC Harsefeld	12,48
400 m Hürden	Kleckner, Fenja	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	98,04
Hochsprung	Novak, Carola	LSC Harsefeld	1,35
Stabhochsprung	Witten, Alexandra	BV Garrel	2,40
Weitsprung	Loreti, Peggy	TV Lohnde	4,50
Dreisprung	Kleckner, Fenja	LG Hanstedt/Suderburg/Wellend.	8,14
Kugelstoß	Will, Michaela	TUS Huchting	10,79
Diskuswurf	Will, Michaela	TUS Huchting	31,28
Hammerwurf	Will, Michaela	TUS Huchting	34,51
Speerwurf	Will, Michaela	TUS Huchting	33,07
Fünfkampf	Loreti, Peggy	TV Lohnde	2.599
	14,76-1,31-8,64-4,58-2:54,80		
Cross	Rodallega-Leon, Maritza	SV Nordenham	

### Seniorinnen W 45

100 m	Debarry, Dr. Jennifer	VfL Eintracht Hannover	14,12
200 m	Wachtendorf, Ilka	SV Nordenham	34,96
400 m	Debarry, Dr. Jennifer	VfL Eintracht Hannover	66,76
5.000 m	Hintze, Cornelia	LG Fallingbostel	27:06,13
10 km	Günthner, Antje	Laufsportfreunde Oldenburg	39:52
Stabhochsprung	Fürle, Tessa	SVG GW Bad Gandersheim	2,50
Weitsprung	Debarry, Dr. Jennifer	VfL Eintracht Hannover	4,69
Kugelstoß	Bremer, Melanie	SV Union Salzgitter	9,26

Diskuswurf	Huch, Silvia	LAV Zeven	29,40
Hammerwurf	Piehozki, Christine	MTV Schöningen	38,54
Speerwurf	Bremer, Melanie	SV Union Salzgitter	30,48
Fünfkampf	Debarry, Dr. Jennifer 6,	VfL Eintracht Hannover	3.656
Cross	Reitenbach, Meike	LG Bremen-Nord	

### Seniorinnen W 40 / 45

10 km Mannschaft	Laufclub BlueLiner	S. Klememntz 45:17 – A. Pyschik 46:27 – S. Müller 48:34	2:20:18
4 x 100 m	StG Burgdorf-Lohnde-Neustadt	C. Kayka – P. Loreti - Dr. S. Schmidt – S. Koch	61,27

### Seniorinnen W 50

100 m	Garde, Diana	LGG Ganderkesee	14,59
200 m	Garde, Diana	LGG Ganderkesee	30,29
400 m	Paez-Friedrichs, Marlene	TSV Barsinghausen	77,96
800 m	Paez-Friedrichs, Marlene	TSV Barsinghausen	2:45,63
1.500 m	Paez-Friedrichs, Marlene	TSV Barsinghausen	5:43,71
5.000 m	Paez-Friedrichs, Marlene	TSV Barsinghausen	21:49,11
10.000 m	Lischewski, Tanja	SV Nordenham	47:31,25
10 km	Bambynek, Lucia	TSG Hatten-Sandkrug	46:30
80 m Hürden	Bauernfeind, Gabi	SV Nienhagen	14,95
Hochsprung	Ahrens, Silke	LAV 07 Bad Harzburg	1,32
Weitsprung	Bauernfeind, Gabi	SV Nienhagen	4,51
Dreisprung	Bauernfeind, Gabi	SV Nienhagen	9,01
Kugelstoß	Suhling, Dagmar	LG Kreis Verden	11,16
Diskuswurf	Suhling, Dagmar	LG Kreis Verden	28,33
Hammerwurf	Suhling, Dagmar	LG Kreis Verden	37,59
Speerwurf	Suhling, Dagmar	LG Kreis Verden	39,08
Fünfkampf	Garde, Diana	LGG Ganderkesee	2.831
	14,37-1,27-8,89-4,04-3:23,04		
Cross	Bambynek, Lucia	TSG Hatten-Sandkrug	

### Seniorinnen W 55

100 m	Koch, Sonja	TSV Burgdorf	15,99
200 m	Koch, Sonja	TSV Burgdorf	32,30
400 m	Koch, Sonja	TSV Burgdorf	74,84
800 m	Jaschinski, Manuela	LG Kreis Verden	3:26,85
1.500 m	Bischoff, Claudia	MTV Vechelde	7:06,23
10.000 m	Hübner, Gabriele	SG Bredenbeck-Holtensen	61:26,96
10 km	Roessler, Ines	ULV Wolfsburg	46:19
Kugelstoß	Müller-Schmidt, Jana	SG Osterholzer LA	13,48
Diskuswurf	Heinsohn, Kirsten	LG Kreis Nord Stade	23,58
Hammerwurf	Meier, Silke	LG Kreis Verden	24,76
Fünfkampf	Schmidt, Dr. Susanne	TSV Burgdorf	2.403
	16,02-1,11-7,30-3,35-3:21,79		
Cross	Wiemker, Annette	LG Papenburg/Aschendorf	

### Seniorinnen W 50 / 55

4 x 100 m	LG Kreis Verden	M. Jaschinski – D. Suhling - C. Weyde – B. Schwere	71,80
-----------	-----------------	---	-------

### Seniorinnen W 60

100 m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	14,86
-------	--------------------	-----------------	-------

200 m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	30,69
400 m	Heidrich, Brigitte	LG Kreis Verden	69,50
5.000 m	Feldt, Martina	SG Bredenbeck-Holtensen	23:37,38
10 km	Feldt, Martina	SG Bredenbeck-Holtensen	48:18
Weitsprung	Jordan, Ute	LG Kreis Verden	3,55
Kugelstoß	Losch, Claudia	VSV Rössing	10,80
Diskuswurf	Losch, Claudia	VSV Rössing	29,48
Hammerwurf	Zinke, Urte	LG Bremen-Nord	29,38
Speerwurf	Schwers, Birgit	LG Kreis Verden	24,14
Fünfkampf	Braunisch, Silvia	LGG Ganderkesee	3.058
	15,55-1,27-7,84-3,70-3:48,58		
Cross	Klostermann, Waltraud	TV Norden	

### Seniorinnen W 65

100 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	16,76
200 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	34,91
400 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	79,49
800 m	Stehr, Dr. Dorit	MTV Amelinghausen	3:13,24
1.500 m	Ott-Müller, Ingrid	MTV Amelinghausen	9:00,27
5.000 m	Lyda, Hannelore	SG Bredenbeck-Holtensen	23:32,73
10.000 m	Lyda, Hannelore	SG Bredenbeck-Holtensen	48:46,74
10 km	Lyda, Hannelore	SG Bredenbeck-Holtensen	46:06
Kugelstoß	Junker, Christel	MTV Aurich	7,67
Diskuswurf	Junker, Christel	MTV Aurich	19,27
Hammerwurf	Junker, Christel	MTV Aurich	26,40
	6,		
Cross	Lyda, Hannelore	SG Bredenbeck-Holtensen	

### Seniorinnen W 60 +

Cross Mannschaft	SG Bredenbeck-Holtensen	H. Lyda - M. Feldt – C. Hübner	
------------------	-------------------------	--------------------------------	--

### Seniorinnen W 70

1.500 m	Husmeier, Ursula	MTV Amelinghausen	7:43,67
5.000 m	Husmeier, Ursula	MTV Amelinghausen	30:50,21
10 km	Husmeier, Ursula	MTV Amelinghausen	58:10
Kugelstoß	de Groot, Inge	LGG Ganderkesee	7,84
Diskuswurf	de Groot, Inge	LGG Ganderkesee	21,62
Cross	Husmeier, Ursula	MTV Amelinghausen	

### Seniorinnen W 75

200 m	Rost-Brasholz Gabriele	LG Bremen-Nord	47,17
400 m	Rost-Brasholz, Gabriele	LG Bremen-Nord	106,64
800 m	Rost-Brasholz, Gabriele	LG Bremen-Nord	3:59,39
1.500 m	Rost-Brasholz, Gabriele	LG Bremen-Nord	7:54,04
10 km	Kluge, Maria-Luise	Hannover Runners	56:58
Kugelstoß	Eriksen, Anne-Kathrin	LG Braunschweig	6,81
Dreikampf	Eriksen, Anne-Kathrin	LG Braunschweig	1.039
	22,91-2,26-6,69		

### Seniorinnen W 80

800 m	Bayer, Waltraud	LG Bremen-Nord	4:08,42
10 km	Bayer, Waltraud	LG Bremen-Nord	1:08:20
Cross	Bayer, Waltraud	LG Bremen-Nord	