

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 100 m

12,73	+0,5	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	16.07.05	Vaterstetten
12,79	+2,0	Heckner, Winfried	50	LG Hünxe	22.07.06	Posen/PL
12,84	-0,4	Ritte, Wolfgang	53	TV Wesel	30.08.08	Wesel
12,86	+1,2	Sura, Hans-Jürgen	49	LG Hünxe	26.05.05	Leverkusen
13,02		Schubert, Gerhard	39	Alem. Kamp	22.06.94	Kamp
13,18	+0,0	Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	19.06.03	Aachen
13,19		Buhl, Peter	43	LG Hünxe	01.05.98	Köln
13,49		Erzmoneit, Manfred	32	LG Hünxe	23.06.89	Bonn
13,73	-0,3	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	23.05.04	Rheydt
13,76		Keiten-Schmitz, Bernhard	32	LAZ Rhede	23.06.89	Bonn
13,76	+0,7	Zacharias, Lutz	60	DJK SG Tackenberg	26.09.15	OB-Sterkrade
13,84		Hülsewede, Ingo	42	LG Hünxe	13.06.97	Wesel
14,20		Diederichs, Gerhard	36	GSV Moers	14.05.95	Wesel
14,20		Schürings, Hans-Wilhelm	36	LG Hünxe	14.06.95	Wesel
14,24		Kluttig, Alfred	37	LG Hünxe	14.06.96	Wesel
14,38		Thomaskamp, Hans	34	LG Hünxe	23.06.89	Bonn
14,64		Mosmann, Adolf	40	LG Hünxe	13.06.97	Wesel
14,65		Fittkau, Theo	34	LAC Oberhausen	25.05.89	Essen
14,69		Winter-van Laak, Wolfgang	46	LG Hünxe	07.06.02	Wesel
14,85	+0,0	Conzen, Jörg	59	DJK SG Tackenberg	01.05.17	Kevelaer
<b>Handzeitnahme:</b>						
12,6		Gabriel, Georg	21	Moerser TV	10.07.77	Duisburg
12,7		Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	01.05.04	Köln
12,7		Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	01.05.04	Köln
12,8		Schubert, Gerhard	39	Team Ndrhh.	01.07.95	Kleinenbroich
12,8		Sura, Hans-Jürgen	49	LG Hünxe	01.05.04	Köln
13,1		Lamber, Hans	32	Alem. Kamp	02.05.87	Kamp
13,1		Diederichs, Gerhard	36	GSV Moers	01.06.91	Düsseldorf
13,2	*	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	19.07.03	Erkelenz
13,3		Isselhorst, Willi	19	TV Bruckhausen	22.05.77	Erkelenz
13,3		Voegelin, Winfried	35	Adler Bottrop	15.09.90	Bruckhausen
13,3		Schumann, Klaus	36	LG Hünxe	13.06.92	Bruckhausen
13,7		Schürings, Hans-Wilhelm	36	LG Hünxe	26.06.94	Düsseldorf
13,7		Kluttig, Alfred	37	LG Hünxe	19.07.95	Wesel
13,7		Jahn, Klaus	49	SuS 09 Dinslaken	04.06.04	Wesel
13,8		Prella, Hans	43	LG Hünxe	26.08.98	Oedt
14,0		Paetzel, Willi	35	LG Hünxe	15.09.90	Bruckhausen
14,0		Knappe, Peter	45	LG Hünxe	04.10.02	Bruckhausen
14,2		Kosubek, Egon	33	SuS 09 Dinslaken	31.08.91	Kamp
14,3		Berg, Dieter	39	LG Hünxe	01.05.95	Köln
14,4		Fittkau, Theo	33	LAC Oberhausen	15.09.90	Bruckhausen

## 200 m

26,05	-0,6	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	17.07.05	Vaterstetten
26,23	-0,5	Heckner, Winfried	50	LG Hünxe	29.07.06	Posen/PL
26,92	*	Schubert, Gerhard	39	TEAM. Ndrhh	16.05.96	Aachen
27,26	-0,1	Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	19.06.03	Aachen
27,41	-0,5	Schäfer, Jürgen	57	SV Sonsbeck	07.06.12	Rheydt
27,42	-1,1	Sura, Hans-Jürgen	49	LG Hünxe	26.05.05	Leverkusen
27,64		Gabriel, Georg	21	Moerser TV	30.07.79	Hannover
28,09	-1,1	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	14.06.09	Ahlen
30,27	+2,0	Zacharias, Lutz	60	DJK SG Tackenberg	29.04.17	Verden
32,28	*	Winter-van Laak, Wolfgang	46	LG Hünxe	15.05.02	Oedt

32,52 Wessiepe, Hans-Jürgen 40 Moerser TV 24.06.97 Moers

## ohne Windmessung:

29,38 Zacharias, Lutz 60 DJK SG Tackenberg 28.08.16 Essen

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 200 m

### Handzeitnahme:

26,5	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	01.05.07	Leverkusen
26,9	Schubert, Gerhard	39	Team Ndrhh	19.07.95	Wesel
27,1	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	10.07.77	Duisburg
28,5	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	01.05.07	Leverkusen
28,7	Prella, Hans	43	LG Hünxe	26.08.98	Oedt
29,7	Dennig, Horst	36	LG Hünxe	21.08.93	Kamp
31,1	Riedel, Herbert	22	Alem. Kamp	01.08.80	Kamp
31,1	Fuhrmann, Hermann	30	Alem. Kamp	17.05.87	Repelen
31,8	Nentwig, Richard	22	Alem. Kamp	01.08.80	Kamp
33,2	Rienäcker, Reiner	42	LG Hünxe	12.06.99	Kleinenbroich

## 400 m

63,36	Schäfer, Jürgen	57	SV Sonsbeck	14.07.12	Erfurt
64,35	Heckner, Winfried	50	LG Hünxe	04.08.09	Lathi/SF
65,22	Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	19.06.03	Aachen
67,86	Hansen, Wolfgang	54	GW Flüren	21.05.09	Troisdorf
68,36	Winter, Heinz	40	LG Hünxe	05.08.95	Uerdingen
69,98	Diederichs, Gerhard	36	GSV Moers	14.06.95	Wesel
73,16	Winter-van Laak, Wolfgang	46	LG Hünxe	03.06.05	Wesel
77,10	Lohmann, Wolfgang	50	Team. Ndrhh	10.06.06	Bottrop

### Handzeitnahme:

58,1	Gosewinkel, Klaus	21	Moerser TV	15.05.80	Kamp
62,3	Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	04.06.04	Wesel
63,0	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	02.09.79	Moers
68,6	Dennig, Horst	36	LG Hünxe	21.08.93	Kamp
74,2	Winter-van Laak, Wolfgang	46	LG Hünxe	04.06.04	Wesel
76,2	Kosubek, Egon	33	SuS 09 Dinslaken	31.08.91	Kamp

## 800 m

2:10,48	Hesselmann, Günter	25	SuS 09 Dinslaken	27.05.81	Menden
2:16,1	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	12.07.80	Essen
2:20,6	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	06.07.83	Willich
2:22,49	Hoffmann, Wolfgang	51	LG Hünxe	16.09.06	Köngen
2:24,74	Winter, Heinz	40	LG Hünxe	14.06.96	Wesel
2:26,62	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	14.06.96	Wesel
2:27,10	Friese, Klaus	41	LG Hünxe	04.06.00	Euskirchen
2:28,97	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	12.09.09	Hamburg
2:30,08	Prella, Hans	43	LG Hünxe	21.05.99	Wesel
2:30,22	Hesse, Bodo	41	LG Hünxe	04.06.00	Euskirchen
2:32,65	Wessiepe, Hans-Jürgen	40	Moerser TV	11.06.98	Kevelaer
2:32,99	Gottensträter, Walter	43	LG Hünxe	21.05.98	Aachen
2:34,02	Tockloth, Fredy	36	LG Hünxe	14.06.95	Wesel
2:36,65	Skrypczak, Fritz	38	LG Hünxe	06.06.96	Erkelenz
2:39,41	Conzen, Jörg	59	DJK SG Tackenberg	09.09.17	Kevelaer
2:40,28	Gottensträter, Walter	43	LG Hünxe	13.05.99	Rheydt
2:44,6	Dennig, Horst	36	LG Hünxe	01.05.93	Köln
2:50,24	Zacharias, Lutz	60	DJK SG Tackenberg	26.09.15	OB-Sterkrade
2:54,00	Pütz, Michael	49	LG Hünxe	01.05.05	Köln
2:58,49	Glomsda, Frank	60	DJK SG Tackenberg	30.05.15	Oberhausen

## 1000 m

2:45,6	Hesselmann, Günter	25	LG Dinslaken-Walsum	15.05.80	Essen
3:02,0	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	20.08.82	Willich
3:04,07	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	12.08.83	Willich
3:11,7	Prella, Hans	43	LG Hünxe	03.07.98	Willich
3:24,1	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	02.06.79	Aschaffenburg
3:36,4	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	19.07.95	Wesel
3:48,00	Wagner, Ernst	28	Moerser TV	14.06.85	Jülich

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 1500 m

4:14,33	Hesselmann, Günter	25	SuS 09 Dinslaken	23.06.81	Essen
4:33,0	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	26.07.80	Essen
4:54,15	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	28.06.83	Essen
5:00,06	Heyden, Wolfgang	51	GW Flüren	01.09.07	Wesel
5:08,9	Hesse, Bodo	41	SuS 09 Dinslaken	04.06.97	Oedt
5:09,0	Prella, Hans	43	LG Hünxe	15.08.98	Moers
5:10,1	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	29.09.95	Oberhausen
5:16,5	Wessiepe, Hans-Jürgen	40	Moerser TV	15.08.98	Moers
5:18,24	Winter, Heinz	40	LG Hünxe	25.05.95	Kevelaer
5:24,7	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	30.07.79	Hannover

## 3000 m

9:00,7	Hesselmann, Günter	25	LG Dinslaken-Walsum	21.05.80	Gütersloh
9:49,7	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	24.05.80	Dülken
10:08,76	Hoffmann, Wolfgang	51	LG Hünxe	17.05.07	Menden
10:18,05	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	24.06.83	Willich
10:44,61	Venten, Ulrich	47	LAV Oberhausen	02.07.03	Oedt
10:53,54	Fritsche, Heinz	40	Moerser TV	24.06.95	Oedt
10:56,80	Tockloth, Fredy	36	LG Hünxe	21.05.95	Erkelenz
10:59,42	Hesse, Bodo	41	LG Hünxe	04.06.00	Euskirchen
11:03,0	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	01.10.77	Köln
11:04,1	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	01.05.96	Köln
11:11,46	Gottensträter, Walter	43	LG Hünxe	21.05.98	Aachen
11:16,75	Skrypczak, Fritz	38	LG Hünxe	06.06.96	Erkelenz
11:19,1	Jansen, Wilfried	30	VfL Bergheide	28.06.86	Sterkrade
11:20,5	Breuer, Helmut	23	FCC Rheinkamp	06.10.79	Orsoy
11:22,15	Winter, Heinz	40	LG Hünxe	21.05.95	Erkelenz
11:26,96	Prella, Hans	43	LG Hünxe	13.05.99	Rheydt
11:46,2	Wunderlich, Karl	28	Spvgg Sterkrade-Nord	06.09.84	Oberhausen
11:47,99	Conzen, Jörg	59	DJK SG Tackenberg	30.05.15	Oberhausen
11:54,3	Termin, Gerhard	21	Alem. Kamp	01.05.78	Dülken
11:57,74	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	12.09.09	Hamburg

## 5000 m

15:42,35	Hesselmann, Günter	25	SuS 09 Dinslaken	27.06.81	Essen
17:16,8	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	24.07.80	Dinslaken
17:33,9	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	13.08.82	Willich
18:03:46	Heyden, Wolfgang	51	GW Flüren	05.09.07	Oedt
18:11,0	Lisec, Kurt	32	Spvgg Sterkrade-Nord	26.07.87	Essen
18:16,7	Brendemühl, Egbert	38	Marathon Dinslaken	13.08.94	Dinslaken
18:19,1	Venten, Ulrich	47	LAV Oberhausen	06.06.03	Wesel
18:24,09	Hesselmann, Horst	52	LG Hünxe	07.06.07	Essen
18:43,6	Fritsche, Heinz	40	Moerser TV	13.06.95	Ratingen
18:52,2	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	19.09.77	Düsseldorf
18:54,0	Jansen, Wilfried	30	VfL Bergheide	31.08.85	Sterkrade
19:04,34	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	14.06.96	Wesel
19:07,26	Dickmann, Roland	41	Spvgg. Sterkrade-Nord	21.05.99	Wesel
19:14,8	Diessner, Rudolf	32	Adler Bottrop	12.08.89	Dinslaken
19:23,14	Prella, Hans	43	LG Hünxe	21.05.99	Wesel
19:30,17	Tockloth, Fredy	36	LG Hünxe	09.05.95	Ratingen
19:32,74	Cerener, Wilhelm	51	LG Hünxe	11.08.07	Wesel
19:34,07	Kamrad, Achim	50	Moerser TV	18.05.05	Moers
19:36,06	Wessiepe, Jürgen	40	Moerser TV	19.06.98	Wesel
19:36,7	Finke, Helmut	33	TV Wesel	12.08.89	Wesel

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 10.000 m

32:48,8	Hesselmann, Günter	25	LG Dinslaken-Walsum	09.09.80	Essen
35:22,63	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	20.06.80	München
36:22,0	Kaufmann, Josef	36	Adler Bottrop	17.08.91	Oberhausen
37:36,25	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	03.10.82	Essen
37:37,9	Bartels, Werner	40	Adler Bottrop	02.09.95	Oberhausen
38:00,31	Lisec, Kurt	32	Spvgg Sterkrade-Nord	31.07.87	Essen
38:16,9	Soboll, Theo	36	Adler Bottrop	17.08.91	Oberhausen
38:26,3	Diessner, Rudolf	32	Adler Bottrop	27.08.88	Oberhausen
38:50,2	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	12.10.77	Oberhausen
39:10,6	Marcour, Manfred	41	GW Flüren	31.08.96	Oberhausen
39:13,81	Heyden, Wolfgang	51	GW Flüren	28.04.07	Oberhausen
39:32,6	Purnell, Mike	41	Adler Bottrop	31.08.96	Oberhausen
39:39,6	Macke, Herbert	36	Adler Bottrop	27.08.94	Oberhausen
39:41,6	Marcour, Wilfried	41	GW Flüren	30.08.97	Oberhausen
39:44,01	Fritsche, Heinz	40	Moerser TV	29.08.95	Ratingen
39:44,9	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	27.04.91	Oberhausen
39:52,1	Dickmann, Roland	41	Spvgg.Sterkrade-Nord	07.08.99	Oberhausen
40:03,5	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	28.08.93	Oberhausen
40:25,8	Winter, Heinz	40	LG Hünxe	31.08.96	Oberhausen
40:27,4	Heien, Gerd	30	OTV Oberhausen	26.04.85	Oberhausen

## 10 km Straße (bis 2004 Bruttozeiten – ab 2005 Nettozeiten)

35:33	Fernholz, Jürgen	48	LAV Oberhausen	28.09.03	Bruckhausen
36:22	Hesselmann, Rolf	57	LG Hünxe	24.03.12	Wickede
36:49	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	12.03.83	Leverkusen
37:32	Venten, Ulrich	47	LAV Oberhausen	29.09.02	Bruckhausen
38:11	Heyden, Wolfgang	51	GW Flüren	26.08.07	Hamminkeln
38:30	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	06.04.05	Duisburg
38:31	Fritsch, Franz	53	TV Ufort Eick	20.09.08	Duisburg
38:36	Dickmann, Roland	41	Spvgg Sterkrade-Nord	18.09.99	Ratingen
38:47	Marcour, Wilfried	41	GW Flüren	07.05.97	Sonsbeck
39:12	Lisec, Kurt	32	Spvgg.Sterkrade-Nord	07.04.90	Duisburg
39:12	Henschel, Hans	44	GW Flüren	12.05.99	Sonsbeck
39:12	van Nahmen, Heinrich	50	LG Alpen	10.04.05	Korschenbroich
39:48	Zwanzig, Dieter	44	SV Neukirchen	12.05.99	Sonsbeck
39:50	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	12.03.78	Leverkusen
39:50	Podworni, Reiner	49	Marathon Dinslaken	16.05.04	Schermbeck
39:53	Tohermes, Dr. Kurt	55	LG Hünxe	13.06.10	Heidenheim
40:00	Nathofer, Karl-Heinz	51	TV Jahn Hiesfeld	01.04.06	Duisburg
40:04	de Haan, Willi	49	LAV Oberhausen	03.10.04	Bruckhausen
40:05	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	12.10.96	Waldniel
40:09	Pollak, Ulrich	54	SV Hamminkeln	10.10.09	Wesel

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 10 km Mannschaft

2:15:27	Langlauf Bottrop			01.10.06	Bruckhausen
	Kübler, Wolfgang	49	44:24		
	Steinle, Günter	44	45:27		
	Kuckhermann, Friedrich	45	45:36		
2:16:54	Adler Bottrop			04.09.99	Sterkrade
	Macke, Herbert	36	44:21		
	Bistrich, Hans-Jürgen	42	44:36		
	Diessner, Rudolf	32	47:57		
2:25:28	SV Hamminkeln			17.04.10	Winnekendonk
	Bauhaus, Reinhard	55	46:24		
	Boland, August	41	48:04		
	Johannes, Günther	34	51:00		
2:31:21	Langlauf Bottrop			01.10.06	Bruckhausen
	Spieckermann, Erich	47	49:05		
	Kordel, Klaus	49	50:36		
	Macke, Herbert	36	51:40		
2:32:36	GW Flüren			30.09.07	Bruckhausen
	Marcour, Wilfried	41	44:12		
	Hampfen, Gregor	51	44:42		
	Häuser, Rudolf	34	63:42		
2:33:17	LG Alpen			21.01.07	Nütterden
	Zemke, Udo	48	50:32		
	Oymann, Herbert	49	50:53		
	Schmitz, Wilhelm	46	51:52		

## 15 km Straße

55:40	Fernholz, Jürgen	48	LAV Oberhausen	03.04.05	Bruckhausen
56:14	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	21.04.80	Kaarst
56:38	Lisec, Kurt	32	Spvgg Sterkrade-Nord	07.03.87	Duisburg
56:59	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	24.04.83	Bruckhausen
57:30	Breuer, Helmut	23	FCC Rheinkamp	25.02.78	Hamm
...57:40	Venten, Ulrich	47	LAV Oberhausen	06.04.03	Bruckhausen
...58:16	Diessner, Rudi	32	Adler Bottrop	22.04.90	Bruckhausen
58:22	Dickmann, Roland	41	Spvgg Sterkrade-Nord	28.04.96	Bruckhausen
58:43	Bartels, Werner	40	Adler Bottrop	23.04.95	Bruckhausen
58:48	Marcour, Wilfried	41	GW Flüren	28.04.96	Bruckhausen
58:53	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken	18.04.93	Bruckhausen
58:58	Soboll, Theo	36	Adler Bottrop	14.04.94	Bruckhausen
...59:33	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	06.03.04	Duisburg
59:49	Fritsch, Franz	53	TV Uffort-Eick	07.03.09	Nettetal
59:53	Fritsche, Heinz	40	Moerser TV	23.04.95	Bruckhausen
1:00:07	van Nahmen, Heinrich	50	LG Alpen	19.03.05	Nettetal
1:00:08	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	02.04.77	Kaarst
1:00:42	Heidtmann, Hermann	34	SuS 09 Dinslaken	22.04.90	Bruckhausen
1:00:47	Marcour, Wilfried	41	GW Flüren	26.04.98	Bruckhausen
1:00:48	Heien, Gerd	30	OTV Oberhausen	21.04.85	Bruckhausen

## 15 km Mannschaft

3:06:41	LG Hünxe			25.04.99	Bruckhausen
	Prella, Hans	43	1:01:23		
	Dera, Alfred	37	1:02:37		
	Finke, Helmut	33	1:02:41		

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## Halbmarathon ( 21,0975 km ) ab 2005 Nettozeiten

1:20:15	Fernholz, Jürgen	48	LAV Oberhausen	01.05.03	Flüren
1:20:20	Brendemühl, Egbert	38	Marathon Dinslaken	15.05.94	Bertlich
1:22:28	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken	01.05.93	Flüren
1:23:04	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	27.03.04	Duisburg
1:23:23	Fritsch, Franz	53	TV Ufort-Eick	25.10.08	Nettetal
1:23:33	Bartels, Werner	40	Adler Bottrop	20.05.95	Sterkrade
1:23:40	Dickmann, Roland	41	Spvgg Sterkrade-Nord	01.06.96	Sterkrade
1:24:18	Soboll, Theo	36	Adler Bottrop	07.11.93	Bottrop
1:24:20	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	25.09.83	Menzelen
1:24:25	Savillif, Rüdiger	50	LG Alpen	16.05.05	Weeze
1:24:54	Marcour, Wilfried	41	GW Flüren	01.06.96	Sterkrade
1:25:32	Fritsche, Heinz	40	Moerser TV	20.05.95	Sterkrade
1:26:02	Prella, Hans	43	LG Hünxe	01.05.99	Flüren
1:26:25	Liebert, Jürgen	43	Adler Bottrop	01.05.98	Flüren
1:26:36	Pollakowski, Martin	44	DJK Lowick	27.03.99	Xanten
1:26:44	Verlande, Günter	40	Marathon Dinslaken	05.11.95	Bottrop
1:27:52	Podworni Reiner	49	Marathon Dinslaken	27.03.04	Duisburg
1:27:56	Venten, Ulrich	47	LAV Oberhausen	01.05.03	Flüren
1:28:05	Henschel, Hans	44	GW Flüren	24.05.99	Weeze
1:28:43	Nasilowski, Günter	35	TV Wesel	09.04.94	Duisburg

## Halbmarathon Mannschaft

4:22:48	LG Hünxe			01.05.99	Flüren
	Prella, Hans	43	1:26:02		
	Dera, Alfred	37	1:28:21		
	Finke, Alfred	33	1:28:25		
4:47:25	LG Emscherteam (TV Jahn Königshardt)			01.05.98	Flüren
	Kapesser, Harald	42	1:29:57		
	Isfort, Hans	32	1:38:44		
	Bierbrauer, Wolfgang	36	1:38:44		
5:00:17	SV Hamminkeln			01.05.06	Flüren
	Breuer, Ulrich	46	1:38:17		
	Buteweg, Helmut	47	1:38:55		
	Günther, Johannes	34	1.43:05		
5:17:28	DJK Adler 07 Bottrop			01.05.02	Flüren
	Spieckermann, Erich	47	1:38:45		
	Diessner, Rudolf	32	1:45:17		
	Knura, Norbert	47	1:53:26		
5:23:20	Marathon Dinslaken			01.06.14	Duisburg
	Feldkamp, Manfred	58	1:47:20		
	Keuten, Michael	58	1:47:41		
	Geffroy, Heinz-Wilhelm	56	1:48:19		

## Stundenlauf auf der Bahn

15.909	Jost, Paul	25	LG Dinslaken-Walsum	25.10.80	Dinslaken
15.045	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	11.04.77	Menzelen
14.740	Heien, Gerd	30	OTV Oberhausen	17.06.85	Mülheim
14.575	Wunderlich, Karl	28	Spvgg Sterkrade-Nord	30.03.85	Oberhausen
14.469	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	22.10.90	Dinslaken
14.155	Freyer, Rolf	26	LG Hünxe	12.04.82	Menzelen
13.743	Binia, Oskar	18	LG Bottrop	11.04.77	Menzelen
13.626	Schulz, Eckhard	30	SuS 09 Dinslaken	26.10.85	Dinslaken
13.510	Hilgenpahl, Horst	33	SuS 09 Dinslaken	28.10.89	Dinslaken
13.358	Siebes, Emil	25	LG Dinslaken-Walsum	25.10.80	Dinslaken

13.280	Wagner, Ernst	28	Moerser TV	25.10.86	Dinslaken
--------	---------------	----	------------	----------	-----------

## Stundenlauf auf der Straße

13.194	Schaak, Allan	10	RW Oberhausen	17.oder 20.5.67	Münster
--------	---------------	----	---------------	-----------------	---------

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 25 km Straße

1:34:37	Kaufmann, Josef	36	Adler Bottrop	30.03.91	Paderborn
1:37:21	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	03.10.81	Münster
1:38:04	Lisec, Kurt	32	Spvgg Sterkrade-Nord	27.03.88	Waldbreitbach
1:39:30	Finke, Helmut	33	TV Wesel	28.05.88	Sterkrade
1:40:04	Brandenburg, Werner	27	SuS 09 Dinslaken	30.04.83	Rodenbach
1:40:52	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken	21.11.92	Essen
1:41:30	Diessner, Rudolf	32	Adler Bottrop	30.05.87	Sterkrade
1:42:42	Pawlak, Günter	32	Marathon Dinslaken	30.05.87	Sterkrade
1:43:01	Dickmann, Roland	41	Spvgg.Sterkrade-Nord	09.11.97	Bottrop
1:43:30	Dera, Alfred	37	LG Hünxe	17.05.92	Hünxe
1:43:30	Soboll, Theo	36	Adler Bottrop	08.11.92	Bottrop
1:43:35	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	18.03.78	Süchteln
1:43:53	Kammer, Michael	30	LG Alpen	06.09.86	Dülmen
1:44:24	Becker, Egon	35	FS Rheinkamp	19.05.90	Sterkrade
1:44:49	Marcour, Wilfried	41	GW Flüren	09.11.97	Bottrop
1:46:14	Spelleken, Walter	36	Marathon Dinslaken	10.11.91	Bottrop
1:46:31	Freyer, Rolf	26	LG Hünxe	27.03.83	Kamp
1:47:48	Prella, Hans	43	LG Hünxe	04.11.01	Bottrop
1:47:56	Smeets, Heinz	34	Adler Bottrop	19.05.90	Sterkrade
1:48:53	Teke, Mustafa Kemal	44	Marathon Dinslaken	02.11.03	Bottrop

## 25 km Mannschaft

6:09:39	SuS 09 Dinslaken			06.11.88	Bottrop
	Kosubek, Egon	33	2:03:10		
	Schulz, Eckhard	30	2:03:14		
	Iwanowski, Werner	31	2:03:15		

## Marathonlauf ( ab 2005 Nettozeiten)

2:49:00	Kaufmann, Josef	36	Adler Bottrop	27.04.91	Oelde
2:50:14	Fernholz, Jürgen	48	LAV Oberhausen	01.06.03	Duisburg
2:56:29	Soboll, Theo	36	Adler Bottrop	24.10.93	Essen
2:57:21	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	05.06.05	Duisburg
2:58:30	Jansen, Wilfried	30	VfL Bergheide	29.09.85	Berlin
2:58:54	Lisec, Kurt	32	Spvgg Sterkrade-Nord	24.04.88	Hamburg
2:59:29	Purnell, Michael	41	Adler Bottrop	22.09.96	Duisburg
3:00:32	Fritsch, Franz	53	TV Ufport-Eick	09.10.11	Essen
3:01:19	Bartels, Werner	40	Adler Bottrop	17.09.95	Duisburg
3:01:23	Diessner, Rudolf	32	Adler Bottrop	26.09.87	Duisburg
3:02:57	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	12.06.82	Dülmen
3:03:15	Savilif, Rüdiger	50	LA Alpen	05.06.05	Duisburg
3:03:57	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken	24.10.93	Essen
3:04:03	Henschel, Hans	44	GW Flüren	14.03.99	Kandel
3:07:34	Freyer, Rolf	26	LG Hünxe	28.04.85	Bremen
3:08:05	Prella, Hans	43	LG Hünxe	24.05.98	Duisburg
3:08:18	Spelleken, Walter	36	Marathon Dinslaken	20.10.91	Essen
3:09:00	van Nahmen, Heinrich	50	LG Alpen	17.04.05	Essen
3:09:34	Venten, Ulrich	47	LAV Oberhausen	11.05.03	Dortmund
3:10:11	Becker, Manfred	34	TV Wesel	26.08.89	Duisburg

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## Marathon Mannschaft

10:23:39	TV Uffort-Eick				10.05.09	Mainz
	Fritsch, Franz	53	3:18:05			
	Steidl, Kurt	51	3:21:07			
	Kretzer, Rolf-Dieter	50	3:44:27			
10:30:16	LG Alpen				01.06.08	Duisburg
	van Nahmen, Heinrich	50	3:20:58			
	Savilif, Rüdiger	50	3:21:50			
	Buhl, Jürgen	51	3:47:28			
11:14:29	GW Flüren				13.10.02	Essen
	Marcour, Wilfried	41	3:22:46			
	Henschel, Hans	44	3:26:33			
	Häuser, Rudolf	34	4:25:10			
11:18:36	SV Neukirchen 21				25.05.97	Duisburg
	Maas, Achim	41	3:49:34			
	Wilholt, Helmut	??..	3:49:29			
	Opitz, Werner	37	3:49:33			

## 100 km Straße

7:33:45	Kaufmann, Josef	36	Adler Bottrop	07.09.91	Rheine
9:12:00	Steinle, Günter	44	Adler Bottrop	10.04.99	Troisdorf
13:48:06	Nentwig, Richard	22	Alem. Kamp	06.09.80	Unna
15:03:45	Fröhlich, Willi	10	TuS Xanten	25/26.10.69	Unna

## 100 m Hürden

### 10 Hürden - 91,4 cm hoch - 13,00 m Anlauf - 8,50 m Abstand - 10,50 m Auslauf

15,55	+0,2	Ritte, Wolfgang	53	TV Wesel	22.07.10	Nyiregyhaza/H
-------	------	-----------------	----	----------	----------	---------------

## 400 m Hürden

### 10 Hürden - 83,8 cm hoch - 45,00 m Anlauf - 35,00 m Abstand - 40,00 m Auslauf

73,48		Heckner, Winfried	50	LG Hünxe	15.07.07	Fulda
-------	--	-------------------	----	----------	----------	-------

## 3000 m Hindernis

13:24,6		Gabriel, Georg	21	Moerser TV	01.08.79	Hannover
---------	--	----------------	----	------------	----------	----------

## 4 x 100 m Staffel

50,15		LG Hünxe			01.05.04	Köln
		Sura, Hans-Jürgen	49			
		Unterloh, Friedhelm	49			
		Remke, Jürgen	48			
		Exter, Ehrenfried	45			
50,79		LG Hünxe			16.09.06	Köngen
		Sura, Hans-Jürgen	49			
		Unterloh, Friedhelm	49			
		Remke, Jürgen	48			
		Heckner, Winfried	50			
50,91		LG Hünxe			22.09.07	Baunatal
		Sura, Hans-Jürgen	49			
		Unterloh, Friedhelm	49			
		Remke, Jürgen	48			
		Heckner, Winfried	50			

## Handzeitnahme:

50,0		LG Hünxe			04.06.04	Wesel
		Sura, Hans-Jürgen	49			
		Unterloh, Friedhelm	49			
		Remke, Jürgen	48			
		Exter, Ehrenfried	45			
63,1		LG Hünxe			12.08.89	Dinslaken
		Wendland, Friedrich	28			
		Kirchhoff, Karl-Heinz	32			
		Scheddies, Alfred	29			
		Thomaskamp, Hans	34			



# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## 3 x 1000 m

9:47,71	LG Hünxe			06.07.96	Hagen
	Winter, Heinz	40			
	Skrypczak, Fritz	38			
	Dera, Alfred	37			

## 4 x 1500 m

21:06,7	LG Hünxe			24.06.95	Oberhausen
	Dera, Alfred	37			
	Winter, Heinz	40			
	Tockloth, Fredy	36			
	Skrypczak, Fritz	38			
22:17,5	Spvgg Sterkrade-Nord			27.04.96	Oberhausen
	Sensen, Josef	36			
	Dickmann, Roland	41			
	Lisec, Kurt	32			
	Grunow, Karl-Heinz	32			

## Hochsprung

1,62	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	21.05.09	Troisdorf
1,54	Hillje, Frank	49	LG Hünxe	11.09.04	Lübeck
1,52	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	01.05.04	Köln
1,48	Diederichs, Gerhard	36	GSV Moers	21.08.93	Kamp
1,45	Ruhrmann, Ralf	62	DJK SG Tackenberg	09.09.17	Kevelaar
1,44	Zacharias, Lutz	60	DJK SG Tackenberg	30.05.15	Oberhausen
1,40	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	01.05.04	Köln
1,40	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	01.05.09	Leverkusen
1,40	Glomsda, Frank	60	DJK SG Tackenberg	30.05.15	Oberhausen
1,39	Samusch, Günter	36	Alem. Kamp	31.08.91	Kamp
1,28	Conzen, Jörg	59	DJK Tackenberg	20.09.14	Sterkrade
1,25	Riedel, Herbert	21	Alem. Kamp	03.07.76	Dinslaken
1,24	Betcher, Dieter	47	Team Ndrhh.	04.06.04	Wesel

## Stabhochsprung

4,60	Ritte, Wolfgang	53	TV Wesel	08.06.08	Friedrichsfeld
------	-----------------	----	----------	----------	----------------

## Weitsprung

5,82	+1,5	Ritte, Wolfgang	53	TV Wesel	03.08.09	Lathi/SF
5,47		Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	03.06.05	Wesel
5,30		Nedzollek, Heinz	26	GA Möllen	27.06.81	Voerde
5,16		Diederichs, Gerhard	35	GSV Moers	09.05.92	Solingen
5,10		Isselhorst, Willi	19	TV Bruckhausen	29.05.76	Leverkusen
5,10		Moser, Josef	28	LG Hünxe	11.06.83	Drevenack
5,09	+1,1	Heckner, Winfried	50	LG Hünxe	22.09.07	Baunatal
5,06		Schubert, Gerhard	39	Alem. Kamp	13.08.94	Dinslaken
5,00		Gabriel, Georg	21	Moerser TV	02.09.79	Moers
5,00		Götze, Fritz	24	VfL Bergheide	08.09.79	Sterkrade
4,96		Voegelin, Winfried	35	Adler Bottrop	21.09.91	Bottrop
4,96		Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	19.06.03	Aachen
4,88		Hahnen, Willi	11	TuS Lintfort	...66	...
4,85		Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	04.06.04	Wesel
4,83		Bovenkerk, Friedhelm	35	GW Holten	16.09.92	Holten
4,83		Bartsch, Wolfgang	34	GW Holten	16.09.92	Holten
4,83		Schürings, Hans-Wilhelm	36	LG Hünxe	13.08.94	Dinslaken
4,80		Klötgen, Hermann	24	TV Biefang	14.06.80	Biefang
4,80		Thomaskamp, Hans	34	LG Hünxe	10.06.89	Bruckhausen
4,78	-0,5	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	14.06.09	Ahlen

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## Dreisprung

9,95	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	10.06.05	Bruckhausen
8,50	Sura, Hans-Jürgen	49	LG Hünxe	10.06.05	Bruckhausen

## Kugelstoß 7,26 kg

### ausgetragen bis 1980 bei der M50/M55

10,49	Möller, Franz	25	Tbd. Oberhausen	15.05.80	Kamp
10,08	Hahnen, Willi	11	LG Kamp-Lintfort	18.07.70	Rheurdt
9,95	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	26.08.73	Mettmann
9,80	Schubert, Gerhard	39	TEAM Ndrhh.	01.05.97	Moers
9,60	Isselhorst, Willi	19	TV Bruckhausen	20.08.78	Drevenack
9,40	Nedzollek, Heinz	26	GA Möllen	27.06.81	Voerde
9,23	Pähler, Josef	11	VfL Bergheide	19.09.66	Sterkrade
9,04	Kemnik, Kurt	24	TV Biefang	14.06.80	Biefang
8,98	Reinersmann, Theo	25	VfL Bergheide	06.09.80	Sterkrade
8,74	Dethmers, Reinhard	10	Moerser TV	05.10.69	Moers
8,68	Czok, Ernst	11	TV Moers	18.07.70	Rheurdt
8,44	Koitzka, Anton	10	Adler Bottrop	19.05.69	Bottrop
8,32	Becker, Willi	23	TV Biefang	15.06.79	Biefang
8,31	Wolters, Heinrich	39	LG Hünxe	07.09.98	Hünxe
8,29	Lochter, Georg	21	TV Bruckhausen	10.06.78	Bruckhausen
8,26	Schütz, Arthur	12	Moerser TV	18.07.70	Rheurdt
8,20	Wendenburg, Richard	21	LG Dinslaken-Walsum	16.08.80	Duisburg
8,12	Urban, Hans	12	Tbd. Oberhausen	30.09.67	Oberhausen
8,08	Gregorzewski, Otto	25	VfL Bergheide	11.07.81	Sterkrade

## Kugelstoß 6,25 kg

### ausgetragen von 1981 bis 2002 bei der M50/M55

13,21	Balitzki, Helmut	47	Team Ndrhh.	02.06.02	Erkelenz
12,30	Aanstoot, Bernd	31	Alem. Kamp	11.05.90	Kamp
12,15	Forster, Wolfgang	38	LAC Oberhausen	21.08.93	Kamp
11,30	Kaufmann, Hartmut	38	LAC Oberhausen	13.08.94	Dinslaken
11,20	Caninenberg, Ernst	44	LG Hünxe	01.05.00	Köln
11,15	Möller, Franz	25	Tbd. Oberhausen	15.05.82	Oberlar
11,15	Diederichs, Gerhard	36	GSV Moers	28.08.94	Rheurdt
10,92	Schubert, Gerd	39	Alem. Kamp	02.09.96	Homburg
10,52	Kuhlmann, Adolf	37	SuS 09 Dinslaken	08.03.92	Dinslaken
10,41	Fittkau, Theodor	33	LAC Oberhausen	27.08.88	Rheurdt
10,17	Wolters, Heinrich	39	LG Hünxe	19.06.98	Wesel
10,12	Malmann, Johannes	36	GW Holten	16.09.92	Holten
10,09	Paetzl, Wilhelm	35	LG Hünxe	15.09.90	Bruckhausen
10,06	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	18.06.04	Bruckhausen
9,95	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	26.08.73	Mettmann
9,95	Lohmann, Gustav	32	Alem. Kamp	17.07.87	Wunsdorf
9,90	Berg, Dieter	38	LG Hünxe	15.05.93	Bruckhausen
9,86	Hahnen, Willi	11	TuS Lintfort	...66	...
9,83	Bovenkerk, Friedhelm	35	GW Holten	16.09.92	Holten
9,71	Bauer, Josef	36	LG Hünxe	30.05.91	Gelsenkirchen

## Kugelstoß 6,00 kg

## ausgetragen seit 2003 bei der M50/M55

12,91	Balitzki, Helmut	47	Team Ndrhh.	03.05.03	Kamp
12,35	Bemb, Fritz	49	SV Sonsbeck	05.08.06	Aachen
11,79	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	12.09.09	Hamburg
11,22	Ruhrmann, Ralf	62	DJK SG Tackenberg	03.10.17	OB-Sterkrade
10,85	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	04.06.04	Wesel
10,37	Keiffenheim, Horst	57	Weseler TV	21.03.15	Wesel
10,26	Spickermann, Heino	57	STV Hünxe	30.05.13	Kevelaer
9,97	Betcher, Dieter	47	Team Ndrhh	04.06.04	Wesel
9,42	Hillje, Frank	49	LG Hünxe	01.05.05	Köln
9,40	Conzen, Jörg	59	DJK SG Tackenberg	30.05.15	Oberhausen
9,36	Sura, Hans-Jürgen	49	LG Hünxe	17.09.04	Bruckhausen
9,19	Zacharias, Lutz	60	DJK SG Tackenberg	26.09.15	OB-Sterkrade
9,13	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	17.09.04	Bruckhausen
8,96	Schwers, Gerhard	61	DJK SG Tackenberg	22.10.17	Verden
8,47	de Haan, Willi	49	LAV Oberhausen	09.10.04	Oberhausen
8,05	Exter, Ehrenfried	45	LG Hünxe	25.09.04	Bruckhausen

## Diskuswerfen 2,0 kg

## ausgetragen bis 1980 bei der M50/M55

26,40	Lochter, Georg	21	TV Bruckhausen	10.06.77	Bruckhausen
25,23	Möller, Franz	25	Tbd. Oberhausen	13.04.80	Kamp
22,37	Urban, Hans	12	Tbd. Oberhausen	10.07.68	Oberhausen
20,20	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	01.08.80	Kamp
19,62	Riedel, Herbert	22	Alem. Kamp	05.08.81	Kamp

## Diskuswerfen 1,75 kg

## ausgetragen von 1981 bis 1987 bei der M50/M55

28,98	Aanstoot, Bernd	31	Alem. Kamp	04.07.87	Dinslaken
28,52	Möller, Franz	25	Tbd. Oberhausen	03.08.84	Xanten
27,50	Lohmann, Gustav	32	Alem. Kamp	04.07.87	Dinslaken
19,46	Kirchhoff, Karl-Heinz	32	LG Hünxe	02.05.87	Kamp
19,44	Markschat, Wolfgang	28	LG Hünxe	04.07.87	Dinslaken
18,84	Löhner, Herbert	30	Alem. Kamp	09.03.86	Dinslaken
17,90	Lapsien, Kurt	26	LG Hünxe	06.05.84	Kamp
15,90	Wendland, Friedrich	28	LG Hünxe	04.07.87	Dinslaken

## Diskuswurf 1,5 kg

## ausgetragen seit 1988 bei der M50/M55

41,61	Balitzki, Helmut	47	Team Ndrhh.	02.06.02	Erkelenz
38,36	Caninenberg, Ernst	44	TV Isselburg	03.06.99	Erkelenz
36,64	Kuhlmann, Adolf	37	SuS 09 Dinslaken	15.03.92	Dinslaken
36,56	Forster, Wolfgang	38	LAC Oberhausen	21.08.93	Kamp
35,80	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	21.05.09	Troisdorf
35,68	Kaufmann, Hartmut	38	LAC Oberhausen	21.08.93	Kamp
35,60	Balke, Wolfgang	35	SuS 09 Dinslaken	01.11.91	Dinslaken
35,39	Ruhrmann, Ralf	62	DJK SG Tackenberg	03.10.17	OB-Sterkrade
34,66	Schubert, Gerhard	39	Alem. Kamp	16.04.94	Essen
34,52	Speckert, Werner	61	TuS Xanten	20.08.16	Witten
34,14	Wolters, Heinrich	39	LG Hünxe	19.06.98	Wesel
32,38	Aanstoot, Bernd	31	Alem. Kamp	31.03.90	Nieukerk
30,30	Betcher, Dieter	47	Team Ndrhh	04.06.04	Wesel
29,94	Lohmann, Gustav	32	Alem. Kamp	05.03.89	Dinslaken
29,72	Hillje, Frank	49	LG Hünxe	11.09.04	Lübeck
29,18	Keiffenheim, Horst	57	Weseler TV	30.05.15	Köln
28,89	Rienäcker, Reiner	42	LG Hünxe	07.05.99	Bruckhausen
27,88	Fittkau, Theodor	33	LAC Oberhausen	12.08.89	Dinslaken
27,20	Sura, Hans-Jürgen	49	LG Hünxe	04.06.04	Wesel
27,18	Bemb, Fritz	49	SV Sonsbeck	10.06.06	Bottrop

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## Hammerwurf 7,26 kg

### ausgetragen bis 1980 bei der M50/M55

40,64	Halama, Franz	07	RW Oberhausen	05.05.63	Oberhausen
30,08	Stolz, Günter	36	LAC Oberhausen	11.09.94	Oberhausen

## Hammerwurf 6,25 kg

### ausgetragen von 1981 bis 2002 bei der M50/M55

22,48	Kuhlmann, Adolf	37	SuS 09 Dinslaken	12.04.92	Dinslaken
21,48	Balke, Wolfgang	35	SuS 09 Dinslaken	12.04.92	Dinslaken

## Hammerwurf 6 kg

### ausgetragen seit 2003 bei der M50/M55

46,07	Wewering, Hans	62	LAZ Rhede	01.07.17	Zittau
26,85	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	11.10.08	Groß-Hesepe
19,19	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	06.01.07	Groß-Hesepe
15,06	de Haan, Willi	49	LAV Oberhausen	09.10.04	Oberhausen
15,01	Ziegenfuß, Josef	46	LAV Oberhausen	09.10.04	Oberhausen

## Speerwurf 800 g (bis 31.3.1986 - Schwerpunktverlagerung)

### ausgetragen bis 1985 bei der M50/M55

32,37	Möller, Franz	25	Tbd. Oberhausen	02.08.80	Lage
29,59	Urban, Hans	12	Tbd. Oberhausen	10.07.68	Oberhausen
26,14	Gabriel, Georg	21	Moerser TV	30.07.79	Hannover
20,20	Nentwig, Richard	22	Alem. Kamp	01.08.80	Kamp

## Speerwurf 800 g (ab 1.4.1986 - neuer Speer - Schwerpunktverlagerung)

### ausgetragen von 1986 bis 2001 bei der M50/M55

49,51	Balitzki, Helmut	47	Team Ndrhh.	19.01.02	Düsseldorf
39,60	Schubert, Gerhard	39	Alem. Kamp	26.03.95	Kamp
35,92	Aanstoot, Bernd	31	Alem. Kamp	07.07.89	Kamp
32,90	Rienäcker, Reiner	42	LG Hünxe	28.09.01	Bruckhausen
32,40	Voegelin, Winfried	35	Adler Bottrop	15.09.90	Bruckhausen
29,52	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	19.09.08	Hünxe
27,18	Lohmann, Gustav	32	Alem. Kamp	20.05.88	Kamp
26,42	Thomaskamp, Hans	34	LG Hünxe	12.08.89	Dinslaken
26,06	Dennig, Horst	36	LG Hünxe	21.08.93	Kamp
25,73	Wolters, Heinrich	39	LG Hünxe	28.09.98	Hünxe

25,04	Fittkau, Theo	33	LAC Oberhausen	15.09.90	Bruckhausen
-------	---------------	----	----------------	----------	-------------

## Speerwurf 700 g

### ausgetragen seit 2002 bei der M50/M55

52,39	Balitzki, Helmut	47	Team Ndrhh.	23.05.04	Rheydt
36,61	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	14.06.09	Ahlen
35,65	Hillje, Frank	49	LG Hünxe	03.06.05	Wesel
35,11	Keiffenheim, Horst	57	Weseler TV	17.04.16	Wesel
31,54	de Haan, Willi	49	LAV Oberhausen	09.10.04	Oberhausen
29,26	Lentzen, Friedel	46	Marathon Dinslaken	07.06.02	Wesel
28,40	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	11.10.08	Groß-Hesepe
27,93	Ruhrmann, Ralf	62	DJK SG Tackenberg	03.10.17	OB-Sterkrade
27,69	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	06.01.07	Groß-Hesepe
26,31	Hücklekemkes, Johannes	49	Team. Ndrhh	11.08.07	Wesel

25,78	Schwers, Gerhard	61	DJK SG Tackenberg	23.10.16	Verden
23,58	Betcher, Dieter	47	Team Ndrhh	04.06.04	Wesel
22,99	Schroller, Wolfgang	54	LG Hünxe	03.04.11	Wesel
21,35	Conzen, Jörg	59	DJK Tackenberg	20.09.14	Sterkrade
17,71	Ziegenfuß, Josef	46	LAV Oberhausen	09.10.04	Oberhausen

## Gewichtwurf 11,340 kg

12,11	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	11.10.08	Groß-Hesepe
9,08	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	06.01.07	Groß-Hesepe

# Ewige Bestenliste

# Männer M55

# Kreis Rhein-Lippe

## Dreikampf

**100m, Weit, Kugel(7,26 kg)  
ausgetragen bis 1980 bei der M50/M55  
Wertung von 1981**

884	Isselhorst, Willi 3,4/4,34/8,66	19	TV Bruckhausen	29.04.78	Dinslaken
865	Gabriel, Georg 13,1/4,45/7,44	21	Moerser TV	18.09.76	Dinslaken

## Dreikampf

**100m, Weit, Kugel(6,25 kg)  
ausgetragen von 1981 bis 2002 bei der M50/M55  
Wertung von 1994 (mit AK-Faktoren von 2017)**

1.304 (2.107)	Schubert, Gerhard 13,0/4,82/10,71	39	TEAM Ndrhh.	24.05.97	Leverkusen
1.205 (1.970)	Diederichs, Gerhard 13,1/4,59/10,03	36	GSV Moers	01.06.91	Düsseldorf
1.092 (1.857)	Voegelin, Winfried 13,9/4,96/8,97	35	Adler Bottrop	21.09.91	Bottrop
1.043 (1.745)	Schumann, Klaus 13,3/4,17/9,06	36	LG Hünxe	13.06.92	Bruckhausen
1.013 (1.735)	Remke, Jürgen 13,90/4,59/8,23	48	LG Hünxe	12.07.03	Leverkusen
881 (1.566)	Passfeld, Willi 14,5/4,47/8,25	39	SuS 09 Dinslaken	12.09.97	Wesel
448 (907)	Walsik, Erwin 16,8/3,37/7,10	34	LG Hünxe	13.06.92	Bruckhausen

## Dreikampf

**100m-Weit-Kugel (6kg)  
ausgetragen seit 2003 bei der M50/M55  
Wertung von 1994 (mit AK-Faktoren von 2017)**

1.395 (2.233)	Unterloh, Friedhelm 12,7/5,17/10,27	49	LG Hünxe	01.05.07	Leverkusen
996 (1.708)	Remke, Jürgen 13,7/4,52/8,24	48	LG Hünxe	01.05.07	Leverkusen
975 (1.663)	Zacharias, Lutz 13,91(+0,5)-4,17(-0,2)-8,83	60	DJK SG Tackenberg	17.09.16	OB-Sterkrade
mit besseren AK-Faktoren					
1.394 (2.245)	Unterloh, Friedhelm 12,8/5,36/9,91	49	LG Hünxe	04.05.08	Leverkusen

## Fünfkampf

**Weit-Speer (800g bis 31.03.1986)-200m-Diskus (2kg)-1500m  
Wertung von 1985/1994  
ausgetragen bis 1985 in der Männerklasse**

1.242	Gabriel, Georg 4,42/25,87/28,3/20,20/5:38,5	21	Moerser TV	01.08.80	Kamp
668	Riedel, Herbert 4,18/19,95/31,1/18,74/6:27,8	22	Alem. Kamp	01.08.80	Kamp
442	Nentwig, Richard 3,02/20,21/31,8/15,74/6:11,0	22	Alem. Kamp	01.08.80	Kamp

## Fünfkampf Mannschaft

**Weit-Speer (800g bis 31.03.1986)-200m-Diskus (2kg)-1500m  
Wertung von 1985/1994  
ausgetragen bis 1985 in der Männerklasse**

1.936	Alem. Kamp Termin, Gerhard Riedel, Herbert Nentwig, Richard	20 22 22	826 668 442	01.08.80	Kamp
-------	--	----------------	-------------------	----------	------

## Fünfkampf

**Weit-Speer (800g ab 01.04.1986)-200m-Diskus (2kg)-1500m****Wertung von 1985/1994****ausgetragen seit 1986 in der Männerklasse**

1.925	Rienäcker, Reiner	42	LG Hünxe	12.06.99	Kleinenbroich
	3,93/29,61/33,2/27,02/6:55,3				

## Fünfkampf

**Weit-Speer (700g)-200m-Diskus (1,5kg)-1500m****Wertung von 1994 (mit AK-Faktoren von 2017)****ausgetragen seit 2002 bei der M50/M55**

1.807	Schiermeister, Werner	54	LG Hünxe	14.06.09	Ahlen
(2.928)	4,78(-0,5) - 36,61 - 28,09(-1,1) - 35,74 - 6:40,46				

## Wurf-Fünfkampf

**Hammer (6,00kg)-Kugel (6,00kg)-Diskus (1,5kg)-Speer (700g)-Gewicht (11,34kg)****Wertung von 1994 (mit AK-Faktoren von 2017)****ausgetragen seit 2003 bei der M50/M55**

1.962	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	11.10.08	Groß-Hesepe
(2.526)	26,85/9,71/23,88/28,40/12,11				
1.616	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	06.10.07	Groß-Hesepe
(2.097)	19,19/8,57/25,06/27,69/9,08				