

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

100 m

13,02	+0,1	Stevic, Nora	78	LAV Oberhausen	25.05.19	Rhede
13,09	-0,9	Martini, Andrea	80	Moerser TV	07.09.24	Euskirchen
13,12	+1,5	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	09.06.13	Gladbeck
13,14	+1,7	Friedrich, Annamaria	80	Moerser TV	11.05.24	Rhede
13,52		Schulte-Mattler, Heike	58	TV Voerde	09.06.00	Wesel
13,59		Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	15.05.05	Berlin
13,67	-0,1	Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	19.07.20	Sonsbeck
13,70		Helke, Christel	56	LG Hünxe	13.06.97	Wesel
13,74		Hüttermann, Gabriele	53	LG Hünxe	14.06.96	Wesel
13,99	+1,1	Nüsgen, Diana	81	LAV Oberhausen	04.09.21	Rhede
14,14		Kern, Ortrud	56	LG Hünxe	09.06.00	Wesel
14,23	-0,1	Künstler, Hiltrud	60	SV Straelen	12.05.00	Kevelaer
14,25	*	Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	04.05.96	Duisburg
14,30		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	09.06.00	Wesel
14,32	*	Schmidt, Gerlinde	48	TG 56 Mülheim	25.05.89	Essen
14,50	+0,6	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	10.05.25	Sonsbeck
14,57		Speicher, Birgit	64	TEAM Niederrhein	08.05.08	Dortmund
15,01	-2,2	Timm, Sabine	68	DJK SG Tackenberg	07.06.12	Mönchengladbach
15,16		Plien, Irmgard	55	Blau-Weiß Neuenkamp	09.05.98	Duisburg
15,30	-1,0	Frick, Tina	75	Moerser TV	26.05.16	Willich

mit unzulässigem Rückenwind:

13,67	+2,3	Helke, Christel	56	LG Hünxe	03.06.99	Erkelenz
14,78	+2,7	Timm, Sabine	68	DJK SG Tackenberg	22.09.12	Duisburg

Handzeitnahme:

13,3		Hüttermann, Gabriele	53	LG Hünxe	16.06.94	Düsseldorf
13,6		Helke, Christel	56	LG Hünxe	24.05.97	Ratingen
13,8		Winkler, Edith	40	OSC Rheinhausen	10.06.82	Aachen
13,8		Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	14.09.93	Ratingen
14,2		Kösters, Elisabeth	49	SV Uedem	09.09.90	Kleve
14,3		Schmidt, Gerlinde	48	TG 56 Mülheim	11.06.88	Mülheim
14,4		Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	14.06.79	Königswinter
14,4		Lorenz, petra	59	TV Voerde	18.09.99	Wesel
14,4		Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	25.08.01	Goch
14,5		Butze, Sonja	41	TV Moers	18.09.82	Kamp
14,5		Reimer, Waltraud	41	Styrumer TV	06.06.85	Königswinter
*14,6		Strych, Marlies	48	LG Hünxe	24.05.90	Gelsenkirchen
14,9		Kullmann, Inge	36	LG Dinslaken-Walsum	25.06.77	Dinslaken
14,9		Michalski, Regina	37	Adler Bottrop	01.09.79	Bottrop
*14,9		Werthmann, Heidi	49	LG Hünxe	30.05.91	Gelsenkirchen
14,9		Zeiler, Regina	57	TV Wanheimerort	21.08.98	Duisburg
15,0		Liesner, Erika	32	Adler Bottrop	15.09.73	Bottrop
15,0		van der Linde, Berta	37	SV Sonsbeck	25.06.77	Dinslaken
15,1		Paehr, Brigitte	47	TV Wesel	04.07.87	Dinslaken
15,1		Becker, Carolin	63	TV Rheurdt	27.08.05	Rheurdt

200 m

26,41	+1,7	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	14.07.13	Mönchengladbach
27,28	-0,2	Stevic, Nora	78	LAV Oberhausen	25.05.19	Rhede
27,91	+0,1	Schulte-Mattler, Heike	58	TV Voerde	01.07.00	Aachen
27,91	-1,4	Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	04.09.21	Rhede
27,94	+0,8	Martini, Andrea	80	Moerser TV	09.05.24	Köln
28,53	+0,6	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	03.06.99	Erkelenz
28,54	+1,1	Friedrich, Annamaria	80	Moerser TV	11.05.24	Rhede
28,79	+0,6	Helke, Christel	56	LG Hünxe	03.06.99	Erkelenz
29,22	+1,8	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	06.08.00	Ludwigshafen
29,33	-1,4	Nüsgen, Diana	81	LAV Oberhausen	04.09.21	Rhede
29,72	-1,0	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	10.05.25	Sonsbeck
30,04	+1,2	Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	16.05.96	Aachen
30,42	+0,4	Speicher, Birgit	64	TEAM Niederrhein	07.06.08	Düsseldorf
33,76	+1,1	Rodriguez, Rosi	60	Moerser TV	01.05.02	Viersen

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

200 m

Handzeitnahme:

29,3	*	Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	02.07.94	Aachen
30,3		Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	13.09.02	Duisburg
33,9		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
mit unzulässigem Rückenwind:						
29,22	+3,2	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	11.06.98	Kevelaer

400 m

59,27		Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	07.09.13	Ahlen
61,57		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	03.06.99	Erkelenz
61,59		Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	25.05.19	Rhede
64,33		Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	03.06.99	Erkelenz
90,40		Hirschfeld, Ingrid	51	TuS Xanten	12.05.94	Moers
Handzeitnahme:						
69,9		Voss, Maria	55	SV Bedburg-Hau	24.05.97	Kevelaer
73,0		Schadeck-Gressel, Claire	50	LG Hünxe	16.07.94	Erkelenz

800 m

2:24,03		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	01.05.98	Köln
2:25,25		Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	10.06.19	Recklinghausen
2:35,81		Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	16.05.08	Goch
2:36,13		Philippi, Dr. Nicole	64	Homberger TV	02.09.08	Düsseldorf
2:39,42		Zeiler, Regina	57	TV Wanheimerort	20.09.97	Recklinghausen
2:40,4		Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	27.06.98	Rheurd
2:40,7		Wollenberger, Waltraud	35	Styrumer TV	01.06.79	Mülheim
2:41,6		Tohermes, Gabriele	56	LG Hünxe	24.05.97	Ratingen
2:43,0		Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	13.08.94	Dinslaken
2:43,50		Rodriguez, Rosi	60	Moerser TV	12.05.01	Rhede
2:44,55		Dobnik, Frauke	84	DJK SG Tackenberg	21.04.24	Neuss
2:44,83		Berger, Ines	72	TSV Weeze	25.04.12	Grefrath
2:48,2		Bubenzer, Dr. Brigitte	42	SV Sonsbeck	20.05.82	Repelen
2:48,50		Hüller, Margit	40	TG 56 Mülheim	31.05.84	Oberhausen
2:49,6		Michalski, Regina	37	Adler Bottrop	01.09.79	Bottrop
2:49,9		Voss, Maria	55	SV Bedburg-Hau	24.08.96	Rheurd
2:51,49		Hör, Sabrina	84	Moerser TV	14.09.25	Leverkusen
2:51,68		Brenda, Heike	69	LV Marathon Kleve	08.06.11	Grefrath
2:54,06		Schünemann, Christiane	68	Eintracht 48 Duisburg	08.07.10	Duisburg
2:54,88		Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	08.06.96	Bad Oeynhausen

1500 m

4:54,89		Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	25.05.95	Kevelaer
5:01,8		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	13.05.98	Oberhausen
5:04,81		Schoofs, Erika	66	TuS Weeze	05.09.07	Grefrath
5:05,09		Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	10.05.25	Sonsbeck
5:18,06		Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
5:22,6		Wollenberger, Waltraud	35	Styrumer TV	12.07.79	Mülheim
5:23,59		Philippi, Dr. Nicole	64	Homberger TV	23.05.08	Kevelaer
5:25,44		Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	20.07.94	Dortmund
5:30,36		Guernndt, Jutta	72	TV Voerde	13.07.13	Mönchengladbach
5:30,44		Berger, Ines	72	TSV Weeze	14.07.12	Erfurth
5:30,47		Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	26.05.05	Leverkusen
5:38,86		Priewe, Kerstin	72	Weseler TV	29.05.14	Köln
5:43,45		Zeiler, Regina	57	TV Wanheimerort	03.06.99	Erkelenz
5:48,21		Priebe-Bäumer, Sabrina	80	LAZ Rhede	11.09.21	Baunatal
5:55,05		Rodriguez, Rosi	60	Moerser TV	24.05.01	Erkelenz
5:56,02		D'Argenio, Katja	78	LC Adler Bottrop	30.06.19	Kevelaer
6:09,8		Schadeck-Gressel, Claire	50	LG Hünxe	29.06.94	Düsseldorf
6:15,87		Lenz, Tanja	79	ASV Duisburg	14.09.22	Duisburg
6:43,4		Märker, Margret	45	Adler Bottrop	10.09.86	Bottrop
7:24,0		Kell, Gundula	44	Adler Bottrop	04.09.84	Bottrop

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

3000 m

10:23,79	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	11.09.21	Sonsbeck
10:48,96	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	02.08.97	Krefeld
10:51,26	Schoofs, Erika	66	TuS Weeze	13.06.07	Grefrath
11:12,8	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	17.07.91	Düsseldorf
11:17,60	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	26.04.08	Mülheim
11:19,17	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	07.08.99	Willich
11:19,5	Wollenberger, Waltraud	35	Styrumer TV	17.06.79	Mülheim
11:26,7	Müller, Gertraud	52	DJK VfR MH-Saarn	22.06.94	Düsseldorf
11:36,4	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	30.04.05	Oberhausen
11:38,6	Stellmacher, Johanna	38	Marathon Dinslaken	21.06.81	Leverkusen
11:55,16	Philippi, Dr. Nicole	64	Homberger TV	13.06.07	Grefrath
11:59,2	Mellinghoff, Elke	56	Homberger TV	24.08.97	Rheurd
12:04,1	Jaeger, Ulrike	60	LG Mülheim	25.05.01	Mülheim
12:08,6	Michalski, Regina	37	Adler Bottrop	05.06.80	Leverkusen
12:01,22	Gevers, Petra	68	Adler Langlauf Bottrop	22.05.08	Essen
12:13,4	Ulland, Ulrike	40	Styrumer TV	13.05.83	Mülheim
12:21,2	Hüller, Margit	40	TG 56 Mülheim	28.05.83	Mülheim
12:25,99	Zeiler, Regina	57	TV Wanheimerort	28.06.97	Aachen
12:26,6	Korb, Birgit	56	Moerser TV	23.08.98	Rheurd
12:32,66	Kokozinski, Susanne	64	TSV Viktoria Mülheim	26.05.05	Leverkusen

5000 m

17:35,76	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	07.05.22	Sonsbeck
17:55,95	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	29.04.95	Grefrath
18:55,52	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	20.08.08	Grefrath
18:56,5	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	23.06.92	Ratingen
19:16,22	Komowski, Johanna	67	Laufgem. Mülheim	02.05.09	Mülheim
19:29,19	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	25.09.04	Menden
19:35,6	Müller, Gertraud	52	DJK VfR MH-Saarn	29.06.94	Düsseldorf
19:41,9	Voss, Monica	51	Leichtathletik Nütterden	30.06.94	Ratingen
19:44,7	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	24.05.00	Mülheim
19:47,1	Hofmann, Kerstin	77	TuS Drevenack	09.10.18	Rheda-Wiedenbr.
19:56,83	Krallmann-Brüll, Petra	67	ASV Duisburg	11.05.07	Grefrath
19:57,80	Guernndt, Jutta	72	TV Voerde	22.09.12	Duisburg
20:00,83	Koop, Maria	44	LG Hünxe	20.04.84	Itzehoe
20:14,9	Wollenberger, Waltraud	35	Styrumer TV	08.10.77	Mettmann
20:15,38	Schwinge, Erika	49	TV Moers	09.08.91	Ludwigshafen
20:18,08	Keuten, Manuela	61	Marathon Dinslaken	03.06.05	Wesel
20:26,6	Koppe, Edith	54	SuS 09 Dinslaken	23.04.94	Oberhausen
20:36,47	Stellmacher, Johanna	38	Marathon Dinslaken	02.07.82	Rheydt
20:45,97	Born, Michaela	63	TuS Weeze	14.09.07	Kevelaer
20:47,6	Maiworm, Ruth	58	VfB Alemannia Pfalzdorf	14.08.99	Goch

10.000 m

37:35,6	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	01.07.97	Duisburg
39:32,1	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	17.08.91	Oberhausen
40:05,0	Koop, Maria	44	LG Hünxe	19.05.85	Gelsenkirchen
40:05,23	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	30.08.06	Kevelaer
40:15,4	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	29.09.07	Mülheim
40:34,9	Stellmacher, Johanna	38	Marathon Dinslaken	21.07.81	Coesfeld
40:45,7	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	13.06.07	Duisburg
42:51,5	Günther, Gisela	46	TV Walsum-Aldenrade	05.09.87	Oberhausen
43:03,2	Riesner, Ursula	60	Adler Bottrop	03.09.01	Oberhausen
43:15,1	Mellinghoff, Elke	56	Homberger TV	30.08.97	Oberhausen
43:19,6	Götz, Christina	49	Spvgg. Sterkrade-Nord	17.08.91	Oberhausen
43:30,24	Born, Michaela	63	TSV Weeze	29.08.07	Kevelaer
43:43,9	Behrens, Antje	45	VfL Merkur Kleve	09.06.89	Weeze
43:54,6	Jaschek, Rita	46	Adler Bottrop	06.09.86	Oberhausen
44:05,9	Maiworm, Ruth	58	VfB Alemannia Pfalzdorf	18.04.99	Geldern

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

10.000 m

Fortsetzung

44:08,0	Telaak, Christa	40	GW Flüren	25.04.82	Waldniel
44:11,2	Hübers, Marion	49	TV Wesel	08.09.90	Drevenack
44:14,9	Kleinen, Hildegard	59	SV Viktoria Goch	18.04.99	Geldern
44:24,0	Voss, Maria	55	SV Bedburg-Hau	18.04.99	Geldern
44:50,2	Jaeger, Ulrike	60	LG Mülheim	07.10.00	Oberhausen

5 km Strasse

ausgetragen seit 01.04.2018

17:47	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	07.05.23	Schermbeck
18:31	Hubbert, Carina	83	TuS Xanten	18.06.25	Alpen
19:39	Hofmann, Kerstin	77	TuS Drevenack	06.01.19	Ratingen
19:55	Terweiden, Christine	81	Turnverein Goch	31.12.22	Pfalzdorf
21:47	Fraas, Melanie	75	LC Adler Bottrop	26.01.19	Duisburg
22:06	Flören, Silke	79	SV Viktoria Goch	31.12.23	Pfalzdorf
22:07	Thelen, Dana	79	TuS Xanten	25.05.22	Sonsbeck
22:21	Binsfeld, Birgit	77	LG Alpen	26.08.18	Hamminkeln
22:41	Verheyen, Barbara	83	LG Alpen	08.05.24	Sonsbeck
22:54	Klein, Christina	77	LC Adler Bottrop	18.01.20	Duisburg

10 km Straße

ausgetragen seit 1994

36:20	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	06.03.22	Leverkusen
36:21	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	09.03.97	Leverkusen
37:12	Hubbert, Carina	83	TuS Xanten	13.09.24	Xanten
37:36	Gottwald, Judith	85	LG Alpen	28.05.25	Sonsbeck
38:33	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	16.07.05	Mülheim
39:25	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	22.10.06	Nütterden
39:34	Möller, Antje	69	ASV Duisburg	05.05.12	Bocholt
39:51	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	13.10.07	Mülheim
40:06	Krallmann-Brüll, Petra	67	ASV Duisburg	22.09.07	Duisburg
40:13	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	28.03.98	Duisburg
40:31	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	31.05.00	Sonsbeck
40:42	Sonnenschein, Kirsten	63	Marathon Dinslaken	15.10.05	Wesel
40:50	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	24.06.06	Duisburg
40:55	Lehmann, Anke	70	TuS Drevenack	23.03.14	Dinslaken
40:56	Hofmann, Kerstin	77	TuS Drevenack	04.11.18	Herne
41:02	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	05.10.02	Schwalmtal
41:20	Born, Michaela	63	TSV Weeze	25.03.07	Dinslaken
41:21	Hendricks, Maria	64	SV Vikt. Winnekendonk	20.06.04	Goch
41:22	Martin, Anneliese	55	SV Neukirchen	06.09.97	Goch
41:22	Guerndt, Jutta	72	TV Voerde	21.07.12	Alpen

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

10 km Straße Mannschaft

2:04:13	TSV Weeze			19.04.08	Kevelaer
	Schoofs, Erika	66	39:57		
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	41:24		
	Voss, Maria	55	42:52		
2:04:26	TSV Weeze			22.10.06	Nütterden
	Schoofs, Erika	66	39:25		
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	41:29		
	Born, Michaela	63	43:32		
2:07:01	TuS Weeze			30.09.07	Hünxe
	Schoofs, Erika	66	40:55		
	Born, Michaela	63	42:51		
	Voss, Maria	55	43:15		
2:13:30	TSV Viktoria Mülheim			02.09.12	Düsseldorf
	Schimanski, Martina	69	42:49		
	Kokozinski, Susanne	64	45:09		
	Kels, Petra	62	45:32		
2:15:00	TSV Weeze			14.06.09	Goch
	Schoofs, Erika	66	41:23		
	Born, Michaela	63	42:10		
	Derksen, Christa	55	51:18		
2:15:01	LG Mülheim			01.10.06	Dinslaken
	Schmid, Petra	65	44:42		
	Schmücker, Jasmin	59	44:48		
	Krause, Anna	57	45:31		
2:15:50	SV Viktoria Goch			30.09.01	Kranenburg
	Spronk, Marianne	48	39:52		
	Kleinen, Hildegard	59	46:46		
	Verpoort, Maria	56	49:12		
2:15:57	SV Viktoria Goch			22.06.03	Goch
	Spronk, Marianne	48	40:42		
	Deckers, Ursula	58	47:34		
	Kleinen, Hildegard	59	47:41		
2:18:33	LG Mülheim			01.10.00	Dinslaken
	Jaeger, Ulrike	60	45:10		
	Krause, Anne	57	45:19		
	Herbrand, Annegret	52	48:04		
2:20:53	TSV Viktoria Mülheim			08.10.05	Mülheim
	Kokozinski, Susanne	64	43:20		
	Stelkens, Angela	50	47:20		
	Scholten-Reintjes, Maria	63	50:13		
2:20:53	Leichtathletik Nütterden			09.06.07	Kalkar
	Helm-Schatilow, Irina	63	43:32		
	Nass, Martina	67	47:43		
	Schoelen, Heidi	52	49:38		

Halbmarathon

ausgetragen seit 1993

1:18:26	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	26.03.23	Venlo/NED
1:19:38	Hubbert, Carina	83	TuS Xanten	23.11.24	Essen
1:20:29	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	12.02.97	Paderborn
1:24:37	Gottwald, Judith	85	LG Alpen	06.04.25	Wien
1:25:32	Möller, Antje	69	ASV Duisburg	30.05.10	Duisburg
1:25:58	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	29.10.05	Nettetal
1:27:32	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	01.05.93	Wesel
1:28:39	Krallmann-Brüll, Petra	67	ASV Duisburg	07.06.09	Duisburg
1:28:41	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	28.10.06	Nettetal
1:29:50	Hendricks, Maria	64	SV Winnekendonk	16.05.05	Weeze
1:30:16	Komowski, Johanna	67	LG Mülheim	24.11.07	Essen
1:30:18	Palazzo, Nadia	73	ASV Duisburg	09.06.13	Duisburg
1:30:23	Sonnenschein, Kirsten	63	Marathon Dinslaken	18.09.05	Schermbeck
1:30:51	Hofmann, Kerstin	77	TuS Drevenack	24.11.18	Essen
1:31:16	Lehmann, Anke	70	TuS Drevenack	09.06.14	Weeze

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

Halbmarathon

Fortsetzung

1:31:22	Hesselmann, Rita	55	SV Hamminkeln	01.05.98	Flüren
1:31:48	Bido, Jutta	61	LAV Oberhausen	26.09.04	Herten
1:32:22	Knospe, Heike	59	Marathon Mülheim	21.10.00	Grevenbroich
1:32:28	Martin, Anneliese	55	SV Neukirchen	01.05.99	Flüren
1:32:33	Hendricks, Maria	64	SV Winnekendonk	05.06.06	Weeze

Halbmarathon Mannschaft

4:39:43	TSV Weeze			12.05.08	Weeze
	Neinhüs-Janssen, Annette	65	1:29:35		
	Schoofs, Erika	66	1:32:10		
	Voss, Maria	55	1:37:58		
4:48:35	Marathon Dinslaken			01.05.05	Wesel
	Sonnenschein, Kirsten	63	1:33:58		
	Keuten, Manuela	61	1:40:04		
	Nißing, Andrea	57	1:44:33		
5:03:16	LG Hünxe			27.03.99	Xanten
	Backhaus, Sigrid	54	1:39:21		
	Koopmann, Heidrun	52	1:39:42		
	Tohermes, Gabriele	56	1:44:13		
5:10:16	VfB Alemannia Pfalzdorf			23.03.03	Kranenburg
	Drop, Gabi	62	1:37:05		
	Neu, Gerda	61	1:41:43		
	Mundi, Gertrud	59	1:51:28		
5:10:19	Marathon Dinslaken			01.05.02	Wesel
	Keuten, Manuela	61	1:42:56		
	Spelleken, Elli	39	1:43:00		
	Nißing, Andrea	57	1:44:23		
5:13:18	TSV Viktoria Mülheim			26.03.06	Herten
	Kokozinski, Susanne	64	1:42:51		
	Markhoff, Karin	59	1:44:46		
	Stelkens, Angela	50	1:45:41		
5:13:20	TSV Weeze			05.06.17	Weeze
	Schoofs, Erika	66	1:37:15		
	Spronk, Marianne	48	1:44:53		
	Jungen, Wendy	74	1:51:12		
5:15:43	Adler Langlauf Bottrop			30.05.10	Duisburg
	Bido, Jutta	61	1:32:25		
	Fürderer, Antje	65	1:50:50		
	Fleischer, Sylvia	68	1:52:28		
5:21:09	Adler Langlauf Bottrop			06.09.09	Oede
	Eickelkamp, Annette	60	1:43:11		
	Brecklinghaus, Brigitte	60	1:48:28		
	Fleischer, Sylvia	68	1:49:30		
5:21:23	FS Rheinkamp			13.03.88	Krefeld
	Scholz, Dagmar	43	1:38:54		
	Waller, Heidi	42	1:50:47		
	Klein, Christel	47	1:51:42		

Marathonlauf

2:52:00	Dahlbeck, Anna-Lina	81	TuS Xanten	02.10.22	Köln
2:55:39 41	Halfmann, Bärbel	55	TV Walsum-Aldenrade	17.09.95	Duisburg
2:55:43	Böttcher, Angelika	49	Eintracht 48 Duisburg	01.10.89	Berlin
2:58:37	Möller, Antje	69	ASV Duisburg	30.05.10	Duisburg
3:06:44	Müller, Gertraud	52	DJK VfR MH-Saarn	22.10.95	Essen
3:06:50	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	20.10.91	Essen
3:09:52	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	30.04.06	Duisburg
3:10:02	Lehmann, Anke	70	TuS Drevenack	28.04.13	Düsseldorf
3:11:37	Wollenberger, Waltraud	35	Styrumer TV	27.10.79	Essen
3:12:31	Telaak, Christa	40	GW Flüren	25.04.81	Orsoy

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

Marathonlauf

Fortsetzung

3:12:32	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	07.01.07	Kevelaer
3:12:59	Hübers, Marion	49	TV Wesel	20.10.91	Essen
3:13:19	Krallmann-Brüll, Petra	67	ASV Duisburg	04.05.08	Düsseldorf
3:14:43	Böing, Ursula	56	SV Neukirchen	27.04.97	Hamburg
3:15:13	Martin, Anneliese	55	SV Neukirchen	26.10.97	Essen
3:16:21	Neinhüs-Janssen, Annette	65	TSV Weeze	09.01.05	Kevelaer
3:16:28	Hendricks, Maria	64	SV Viktoria Wachtendonk	06.01.08	Kevelaer
3:17:36	Koop, Maria	44	LG Hünxe	19.10.85	Essen
3:19:55	Stellmacher, Johanna	38	LG Dinslaken-Walsum	24.10.80	Essen
3:20:35	Toepper, Ursula	42	Homberger TV	17.09.83	Duisburg

Marathon Mannschaft

10:21:16	SV Neukirchen			27.10.96	Essen
	Böing, Ursula	56	3:15:35		
	Martin, Anneliese	55	3:18:01		
	Pohl, Gabi	51	3:47:40		
10:53:43	TV Wesel			30.04.95	Hamburg
	Leiting, Karin	52	3:20:33		
	Berger, Ute	49	3:46:13		
	Hoffacker, Elisabeth	53	3:46:57		
11:09:09	Adler Bottrop			17.09.95	Duisburg
	Schal, Anita	47	3:30:26		
	Bartels, Gisela	49	3:47:05		
	Hüsken, Monika	52	3:51:38		
11:09:22	SV Neukirchen			27.04.97	Hamburg
	Böing, Ursula	56	3:14:43		
	Pohl, Gabi	51	3:40:26		
	Nommensen, Herma	56	4:14:13		
11:10:07	TV Wesel			30.09.90	Berlin
	Hübers, Marion	49	3:23:17		
	Moormann, Carmen	44	3:29:38		
	Rösner, Angelika	36	4:17:12		
11:11:47	Eintracht 48 Duisburg			26.08.89	Duisburg
	Böttcher, Angelika	49	3:04:54		
	Müller, Marlene	31	3:54:36		
	Temminghoff, Elke	34	4:12:17		
11:22:06	TSV Viktoria Mülheim			09.10.11	Essen
	Schimanski, Martina	69	3:38:31		
	Bonnemann, Heike	68	3:47:18		
	Klöckner, Petra	64	3:56:17		
11:22:50	TV Wesel			24.04.94	Hamburg
	Hübers, Marion	49	3:19:25		
	Krusdick, Uschi	43	3:58:54		
	Hoffacker, Elisabeth	53	4:04:31		
12:04:41	TV Walsum-Aldenrade			30.04.00	Duisburg
	Kohlhöfer, Annette	57	3:57:18		
	Kolodziey, Renate	60	3:58:45		
	Maas, Elvira	44	4:08:38		
12:28:33	Moerser TV			30.05.99	Duisburg
	Wessiepe, Erika	43	3:57:04		
	Cermak, Brigitte	57	4:09:01		
	Mathisczik, Ursula	57	4:22:28		

100 km

8:22:14	Böttcher, Angelika	49	Eintracht 48 Duisburg	04.09.93	Rheine
10:30:04	Gedig, Kerstin	65	LC Duisburg	10.06.06	Biel/SUI
11:24:18	Fischöder, Margit	54	FS Rheinkamp	02.09.95	Rheine
13:03:12	Hirschfeld, Ingrid	51	TuS Xanten	04.09.93	Rheine
13:25:55	Mecking, Dr. Bettina	67	Marathon Dinslaken	18.06.11	Biel/SUI

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

80 m Hürden

8 Hürden - 76,2 cm hoch - 12,00 m Anlauf - 8,00 m Abstand - 12,00 m Auslauf
ausgetragen bis 1980 und seit 1988

12,85	+0,4	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	05.07.25	Wassenberg
12,95	+0,6	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	18.06.04	Kevelaer
16,49	+0,0	Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	05.07.96	Hagen

ohne Windmessung:

14,45		Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
-------	--	------------------	----	-------------------	----------	-------

Handzeitnahme:

13,3		Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	13.09.02	Duisburg
15,8		Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	09.09.95	Essen
17,1		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	24.09.92	Oberhausen

400 m Hürden 0.762m

73,79		Hör, Sabrina	84	Moerser TV	01.05.24	Moers
74,46		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	12.07.02	Kevelaer

4 x 100 m Staffel

54,34		StG Ruhr-West			30.06.18	Mönchengladbach
		Timm, Sabine	68	T		
		Stevic, Nora	78	T		
		Tempelhoff, Anja	71	E		
		Pirsig, Anke	75	E		
54,50		StG Bedburg-Dinslaken-Goch			30.05.24	Kreuztal
		Sievers, Stefanie	77	B		
		Flören, Silke	79	G		
		Lamburi, Miriam	76	B		
		Siemer, Eva	83	B		
54,53		Moerser TV			23.08.25	Gotha
		Hör, Sabrina	84			
		Friedrich, Annamaria	80			
		Martini, Andrea	80			
		Wygoda, Katja	75			
54,79		Moerser TV			15.06.24	Erding
		Wygoda, Katja	75			
		Friedrich, Annamaria	80			
		Martini, Andrea	80			
		Hör, Sabrina	84			
55,09		LG Hünxe			14.07.02	Kevelaer
		Hüttermann, Gabriele	53			
		Kern, Ortrud	56			
		Schroller, Karin	58			
		Helke, Christel	56			
56,11		LG Hünxe			17.07.99	Schweinfurt
		Hüttermann, Gabriele	53			
		Helke, Christel	56			
		Schroller, Karin	58			
		Kern, Ortrud	56			
57,33		LG Hünxe			01.05.98	Köln
		Schroller, Karin	58			
		Helke, Christel	56			
		Schadeck-Gressel, Claire	50			
		Hüttermann, Gabriele	53			
59,34		Moerser TV			27.08.	Viersen
		Wygoda, Katja	75			
		Martini, Andrea	80			
		Scherer, Carla	73			
		Lindemann, Angela	75			

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

4 x 100 m Staffel

Fortsetzung

61,43	StG Ruhrgebiet West			20.06.15	Oberhausen
	Feller, Marita	62	W		
	Zoll, Esther	62	D		
	Peters, Ute	67	T		
	Schwers, Birgit	62	T		
61,84	LG Hünxe			13.09.97	Hamburg
	Wetzel, Hilka	41			
	Helke, Christel	56			
	Schadeck-Gressel, Claire	50			
	Hüttermann, Gabriele	53			
Handzeitnahme:					
59,1	LG Hünxe			24.05.97	Ratingen
	Tohermes, Gabriele	56			
	Hüttermann, Gabriele	53			
	Schadeck-Gressel, Claire	50			
	Helke, Christel	56			
59,8	LG Hünxe			01.06.96	Ratingen
	Schadeck-Gressel, Claire	50			
	Hüttermann, Gabriele	53			
	Stockhausen, Karin	50			
	Helke, Christel	56			
60,4	LG Hünxe			24.05.90	Gelsenkirchen
	Strych, Marlies	48			
	Zietzschmann, Heidi	42			
	Werthmann, Heidi	49			
	Ludwigs, Angela	48			
61,5	LG Hünxe			30.05.91	Gelsenkirchen
	Strych, Marlies	48			
	Werthmann, Heidi	49			
	Michels, Waltraud	41			
	Zietzschmann, Heidi	42			
61,9	LG Hünxe			24.06.95	Rheydt
	Hanisch, Helena	51			
	Hüttermann, Gabriele	53			
	Stockhausen, Karin	48			
	Reichmann, Gisela	55			
nicht in der Ergebnisliste					
56,0	TEAM Niederrhein			06.06.03	Wesel
	Lubjuhn	63			
	Voß	61			
	Leurs	61			
	Hodey	61			

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

3 x 800 m Staffel

8:25,67	Eintracht 48 Duisburg			16.06.10	Duisburg
	Schünemann, Christiane	68			
	Offergeld	69			
	Zoll, Esther	62			
8:25,6	Homberger TV			04.06.08	Duisburg
	Mellinghoff, Elke	56			
	Skodinsky, Gisela	58			
	Philippi, Dr. Nicole	64			
8:39,84	TSV Viktoria Mülheim			01.10.10	Essen
	Kokozinski, Susanne	64			
	Kels, Petra	62			
	Schimanski, Martina	69			
8:45,15	StG LA Team RSB I			05.04.19	Bottrop
	Fraas, Melanie	75	B		
	D'Argenio, Katja	78	B		
	Ressing, Mareike	70	B		
8:48,01	TSV Viktoria Mülheim			12.09.12	Duisburg
	Kokozinski, Susanne	64			
	Kels, Petra	62			
	Schimanski, Martina	69			
9:04,82	LC Adler Bottrop			07.05.17	Witten
	Raßmann, Suanne	73			
	Fraas, Melanie	75			
	Ressing, Mareike	70			
9:12,86	LC Adler Bottrop			27.04.18	Bottrop
	Fraas, Melanie	75			
	Raßmann, Susanne	73			
	Ressing, Mareike	70			
9:18,55	StG Ruhrgebiet West			03.05.15	Bad Neuenahr
	Wagner, Gaby	69	T		
	Blosen, Birgit	68	T		
	Timm, Sabine	68	T		
9:51,25	StG LA Team RSB II			05.04.19	Bottrop
	Raßmann, Susanne	73	B		
	Kocks, Angelique	70	B		
	Behne, Dr. Silke	72	B		

Hochsprung

1,55	Künstler, Hiltrud	60	SV Straelen	16.09.00	Goch
1,54	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	29.09.02	Duisburg
1,46	Krentschner, Edith	52	Leichtathletik Nütterden	04.07.92	Rheurdt
1,43	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	01.09.13	Bottrop
1,36	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
1,36	Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	08.06.96	Bad Oeynhausen
1,36	Zeiler, Regina	57	TV Wanheimerort	21.05.98	Aachen
1,35	Butze, Sonja	41	TV Moers	17.06.82	Gelsenkirchen
1,35	Knese, Hiltrud	59	Kevelaerer SV	14.08.99	Goch
1,33	Helke, Christel	56	LG Hünxe	13.06.97	Wesel
1,33	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	25.08.01	Goch
1,24	Osterhaus-Grzybowski, Viola	65	TV Wanheimerort	23.04.05	Duisburg
1,24	Böhm, Claudia	66	TV Wanheimerort	26.09.09	Duisburg
1,20	Ritte, Ute	52	VfL Repelen	14.06.96	Wesel
1,16	Gerritzen, Gabi	59	TV Wanheimerort	15.09.01	Duisburg
1,16	Hülser, Uschi	62	TV Wanheimerort	09.09.06	Duisburg
1,15	Giesen, Helga	40	Alem. Kamp	19.09.81	Kamp
1,15	Ziems, Martina	60	SV Bedburg-Hau	05.10.02	Goch
1,05	Baumert, Bärbel	47	LG Hünxe	17.06.89	Drevenack
1,00	Bammer, Keria	48	LG Hünxe	17.06.89	Drevenack
1,00	Hoffmann, Monika	58	SV Viktoria Goch	25.08.01	Goch

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

Stabhochsprung

2,65	Ritte, Ute	52	VfL Repelen	02.10.96	Moers
2,10	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen

Weitsprung

4,94	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	02.06.02	Essen
4,93 +0,0	Bennies, Silke	78	LAZ Rhede	30.06.19	Kevelaer
4,89 +1,8	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	01.09.13	Bottrop
4,84	Hüttermann, Gabriele	53	LG Hünxe	02.07.95	Hünxe
4,82	Künstler, Hiltrud	60	SV Straelen	13.05.00	Kevelaer
4,78 +0,4	Hör, Sabrina	84	Moerser TV	18.05.25	Wesel
4,77 -1,2	Stevic, Nora	78	DJK SG Tackenberg	22.09.18	Baunatal
4,64 +0,3	Speicher, Birgit	64	TEAM Niederrhein	07.06.08	Düsseldorf
4,59	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	14.08.99	Goch
4,59 -1,3	Friedrich, Annamaria	80	Rumelner TV	20.08.22	Duisburg
4,56	Ehresmann, Ilse	34	TS 69 Sterkrade	24.09.75	Duisburg
4,56	Büngener, Ulrike	53	TG 56 Mülheim	10.06.93	Wipperfürth
4,55	Helke, Christel	56	LG Hünxe	19.06.98	Wesel
4,54	Tenbrink, Irene	39	TV Elten	04.05.80	Emmerich
4,54	Schmidt, Gerlinde	48	TG 56 Mülheim	26.06.88	Essen
4,53	Winkler, Edith	40	OSC Rheinhausen	02.07.82	Mönchengladbach
4,49	Becker, Carolin	63	TV Rheurdt	27.07.03	Rheurdt
4,47	Sander, Maria	24	TV Bruckhausen	24.08.68	Bruckhausen
4,46	Zobel, Marion	52	TV Rheurdt	29.08.93	Rheurdt
4,42	Zietzschmann, Heidi	42	LG Hünxe	11.06.83	Drevenack

mit unzulässigem Rückenwind:

4,91 +2,8	Friedrich, Annamaria	80	Moerser TV	11.05.24	Rhede
-----------	----------------------	----	------------	----------	-------

unbestätigt

5,08	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	12.06.04	Remscheid
------	----------------	----	-----------------	----------	-----------

Dreisprung

10,32 +0,2	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	13.07.02	Kevelaer
7,93	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	15.09.93	Oberhausen

Kugelstoß 4 kg

11,39	Dengel, Waltraud	32	VfL Duisburg-Süd	08.04.73	Duisburg
10,81	Steindor, Jessica	84	SuS 09 Dinslaken	11.05.25	Leichlingen
10,63	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	26.05.91	Wesel
10,12	Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	26.04.91	Mülheim
10,04	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	17.05.92	Duisburg
9,68	Sander, Maria	24	TV Bruckhausen	24.08.68	Bruckhausen
9,64	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	23.04.05	Duisburg
9,62	Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	14.06.79	Königswinter
9,56	Winkler, Edith	40	OSC Rheinhausen	10.06.82	Aachen
9,37	Tenbrink, Irene	39	TV Elten	04.05.80	Emmerich

9,35	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	12.05.13	Essen
9,31	Zanders, Sigrid	40	SG Osterfeld	10.05.80	Essen
9,26	Fuchs, Nadine	84	SuS 09 Dinslaken	22.09.	Lage
9,24	Bechert, Dagmar	44	Styrumer TV	06.06.85	Königswinter
9,01	Henka, Heidi	54	TEAM Ndrh.	27.04.96	Kamp
8,95	Ehresmann, Ilse	34	TS 69 Sterkrade	24.09.75	Duisburg
8,90	Beier, Angela	50	Alem. Kamp	24.03.90	Dinslaken
8,88	Römmen, Heidi	52	TSV 95/10 Nieukerk	04.07.92	Rheurdt
8,82	Heilen, Silvia	62	Kevelaerer SV	03.10.03	Kevelaer
8,71	Künstler, Hiltrud	60	SV Straelen	16.09.00	Goch

unbestätigt

10,61	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	12.06.04	Remscheid
-------	----------------	----	-----------------	----------	-----------

Ewige Bestenliste

W40

Region Nord

Diskuswurf 1 kg

35,80	Dengel, Waltraud	32	VfL Duisburg-Süd	20.02.72	Duisburg
35,20	Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	17.06.88	Königswinter
33,50	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	17.05.92	Duisburg
33,47	Meier, Kirsten	78	Rumelner TV	30.06.19	Kevelaer
32,35	Steindor, Jessica	84	SuS 09 Dinslaken	13.10.25	Madeira/POR
32,24	Beier, Angela	50	Alem. Kamp	29.04.90	Dinslaken
31,76	Henka, Heidi	54	TEAM Ndrh.	27.04.96	Kamp
30,76	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	15.09.90	Bruckhausen
30,60	van Bergen, Petra	71	TSV Nieukerk	12.08.11	Kerken
30,20	Zanders, Sigrid	40	SG Osterfeld	10.05.80	Essen
29,49	Fuchs, Nadine	84	SuS 09 Dinslaken	27.10.24	Dinslaken
27,28	Gelbrich, Johanna	13	Duisburg 48/99	17.06.54	Radevormwald
27,14	Butze, Sonja	41	TV Moers	18.09.82	Kamp
27,14	Kuhlmann, Anna	46	SuS 09 Dinslaken	12.09.87	Dinslaken
27,12	Stolz, Sigrid	37	SG Osterfeld	10.05.80	Essen
25,93	Römmen, Hedi	57	TSV 95/10 Nieukerk	27.06.98	Rheurd
23,44	Spicher, Martina	53	Leichtathletik Nütterden	18.06.94	Rheurd
23,36	Sonnenburg, Antje	76	TV Wanheimerort	25.06.16	Oberhausen
22,32	Bechert, Dagmar	44	Styrumer TV	18.08.84	Mülheim
22,28	Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	18.09.82	Kamp

Hammerwurf 4 kg

20,62	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	11.09.93	Oberhausen
16,94	Domke, Renate	57	LG Hünxe	13.04.97	Leichlingen

Speerwurf 600 g

ausgetragen seit 1999

33,95	Tielsch, Stefanie	79	Weseler TV	05.05.19	Wesel
27,63	Ellinger, Andrea	70	DJK SG Tackenberg	08.09.13	Ahlen
26,91	Steindor, Jessica	84	SuS 09 Dinslaken	06.04.24	Nieukerk
25,91	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	14.09.02	Duisburg
25,10	Fuchs, Nadine	84	SuS 09 Dinslaken	06.04.24	Nieukerk
20,84	Peters, Ute	67	OSC Rheinhausen	24.10.09	Nieukerk
19,50	Heilen, Silvia	62	Kevelaerer SV	03.10.03	Kevelaer
18,92	Ligendza, Silke	71	TuS Hamborn-Neumühl	15.05.11	Essen
16,30	Steckel, Sabine	73	SuS 09 Dinslaken	08.10.17	Dinslaken
15,84	Hoffmann, Monika	58	SV Viktoria Goch	25.08.01	Goch
15,29	Domke, Reante	57	LG Hünxe	09.06.00	Wesel
12,82	Ostehaus-Grzybowski, V	65	TV Wanheimerort	02.09.05	Duisburg

Fünfkampf international

80m Hü (76,2cm - 8,00m), Hoch, Kugel (4kg), Weit, 800m ausgetragen seit 1988

Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)

3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	24.09.92	Oberhausen
					17,1 - 1,20 - 9,60 - 3,83 - 3:45,5
1.604					

Siebenkampf

80m Hü (76,2cm - 8,00m), Hoch, Kugel (4 kg), 200m Weit, Speer (600g, seit 1999), 800m ausgetragen seit 1999

Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)

3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	13./14.09.02	Duisburg
3.696					13,3 - 1,40 - 8,78 - 30,3
					4,73 - 25,91 - 3:27,0
3.699					

Historische und selten ausgetragene Disziplinen

25 km Straße

Meisterschaftswettbewerb von 1977 bis 1987

1:44:30	Telaak, Christa	40	GW Flüren	04.04.81	Neumünster
1:45:50	Wollenberger, Waltraud	35	Styrumer TV	11.06.78	Dülmen
1:46:36	Koop, Maria	44	LG Hünxe	14.09.85	Duisburg
1:52:00	Stellmacher, Johanna	38	Marathon Dinslaken	03.10.81	Münster
1:52:08	Jaschek, Rita	46	Adler Bottrop	31.05.86	Sterkrade
1:52:19	Bohland, Krimhilde	46	DJK Lowick	19.05.90	Sterkrade
1:55:00	Menzel, Erika	40	Styrumer TV	03.06.84	Düsseldorf
1:56:01	Knippschild, Ursula	46	DJK Lowick	08.11.87	Bottrop
1:58:12	Ulland, Ulrike (Erika)	40	Styrumer TV	03.09.83	Dülmen
1:59:28	Scholz, Dagmar	43	FS Rheinkamp	08.11.87	Bottrop

25 km Straße Mannschaft

6:19:06	Marathon Dinslaken			28.05.88	Sterkrade
	Melcher, Renate	44	2:03:18		
	Kelleter, Helga	38	2:05:05		
	Verlande, Gerdi	43	2:10:43		
6:22:53	Marathon Dinslaken			30.05.87	Sterkrade
	Stellmacher, Johanna	38	2:04:02		
	Verlande, Gerdi	43	2:08:20		
	Kelleter, Helga	38	2:10:31		
6:30:10	FS Rheinkamp			08.11.87	Bottrop
	Scholz, Dagmar	43	1:59:28		
	Wallner, Heidi	42	2:14:13		
	Graßhoff, Monika	42	2:16:29		
6:58:01	Styrumer TV			01.09.84	Dülmen
	Menzel, Erika	40	2:12:34		
	Rühl, Christel	42	2:15:40		
	Stehle, Monika	56	2:29:47		

100 m Hürden

10 Hürden - 84,0 cm hoch - 13,00 m Anlauf - 8,50 m Abstand - 10,50 m Auslauf
ausgetragen seit 1968 bei den Frauen

21,2	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	21.09.91	Oberhausen
------	--------------------	----	----------------	----------	------------

Speerwurf 600 g

ausgetragen bis 31.03.1991

33,80	Dengel, Waltraud	32	VfL Duisburg-Süd	06.05.72	Duisburg
31,45	Gelbrich, Johanna	13	Duisburg 48/99	16.08.53	Süchteln
24,18	Brammer, Heide	41	TV Einigkeit Dümpten	18.08.84	Mülheim
23,34	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.09.90	Oberhausen
22;58	Beier, Angela	50	Alem. Kamp	11.03.90	Dinslaken
17,30	Baumert, Bärbel	47	LG Hünxe	03.10.90	Heiligenhaus

Speerwurf 600 g

ausgetragen von 01.04.1991 bis 31.12.1998

28,68	Vieg, Christel	56	VfL Repelen	19.06.98	Wesel
26,16	Spicher, Martina	53	Leichtathletik Nütterden	12.06.93	Wachtendonk
24,76	de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	16.09.92	Oberhausen
22,10	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	17.05.92	Duisburg
18,52	Zobel, Marion	52	TV Rheudt	12.06.93	Wachtendonk
16,70	Krentschner, Edith	52	Leichtathletik Nütterden	18.06.94	Rheudt
15,70	Heyne, Bärbel	52	SuS 09 Dinslaken	14.03.93	Dinslaken
15,57	Korsch, Silvia	58	SV Viktoria Goch	27.06.98	Rheudt
14,96	Baumert, Bärbel	47	LG Hünxe	31.08.91	Kamp
13,38	Domke, Reante	57	LG Hünxe	13.06.97	Wesel

Historische und selten ausgetragene Disziplinen

Fünfkampf

Kugel (4kg), Hoch, 200m, 80m Hü (76,2cm - 8,00m), Weit
ausgetragen von 1950 bis 1960 von 1961 bis 1968 in anderer Reihenfolge
Wertung von 1955

2.535 Gelbrich, Johanna 13 Duisburg 48/99 14.07.56 Duisburg

Siebenkampf

100m Hü (84cm - 8,50m), Hoch, Kugel (4 kg), 200m
Weit, Speer (600g, bis 31.03.1991), 800m
ausgetragen von 1981 bis 1987 und bis 1990 bei der W35
Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)
3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

2.271 de Haan, Edeltraud 50 LAC Oberhausen 22.09.90 Oberhausen

2.552 21,6 - 1,36 - 10,21 - 33,9

4,08 - 23,34 - 3:23,0

2.271

Siebenkampf

100m Hü (84cm - 8,50m), Hoch, Kugel (4 kg), 200m
Weit, Speer (600g, 01.04.1991 - 1998), 800m
ausgetragen von 1991 bis 1998 bei der W35
Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)
3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

2.191 Wirges, Annelie 62 TuSpo Huckingen 29./30.08.92 Duisburg

2.469 21,8 - 1,28 - 8,63 - 34,7

4,45 - 16,62 - 2:59,4

2.048

2.012 de Haan, Edeltraud 50 LAC Oberhausen 21./22.09.91 Oberhausen

2.250 21,2 - 1,28 - 9,38 - 34,4

3,73 - 24,08 - 3:33,1

2.012

Siebenkampf

80m Hü (76,2cm - 8,00m), Hoch, Kugel (4 kg), 200m
Weit, Speer (600g, 01.04.1991 - 1998), 800m
ausgetragen von 1991 bis 1998
Wertung von 1994 (2.Zeile mit AK-Faktoren von 2023)
3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

2.975 Büngener, Ulrike 53 TG 56 Mülheim 09./10.09.95 Essen

15,8 - 1,26 - 8,45 - 29,9

4,29 - 13,36 - 3:07,6

3.684