

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

100 m

13,33	+1,8	Heine, Ortrun	64	SV Sonsbeck	17.05.14	Essen
14,64	-0,4	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	05.09.15	Kevelaer
14,77		Harder-Jakobs, Monika	52	SV Sonsbeck	07.06.02	Wesel
14,94		Hüttermann, Gabriele	53	LG Hünxe	12.07.03	Leverkusen
15,02	+0,6	Timm, Sabine	68	DJK SG Tackenberg	15.09.18	Oberhausen
15,14	-0,8	Behne, Dr. Silke	72	LC Adler Bottrop	28.06.25	Gladbeck
15,22	+0,1	Philippi, Dr. Nicole	64	Eintracht 48 Duisburg	30.05.15	Oberhausen
15,23	+0,1	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	06.09.14	Essen
15,29	+0,1	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	04.06.16	Essen
15,34		Schroller, Karin	58	LG Hünxe	03.05.08	Wesel

mit Windmessung:

15,34	+1,4	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	25.04.09	Wesel
-------	------	------------------	----	----------	----------	-------

mit unzulässigem Rückenwind:

14,47	+2,5	Harder-Jakobs, Monika	52	SV Sonsbeck	02.06.02	Erkelenz
15,05	+2,5	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	24.05.08	Bottrop
16,51	+3,4	Schmidt, Rasa	71	Moerser TV	01.05.24	Moers

Handzeitnahme:

14,8		Morr, Marlies	36	TG 56 Mülheim	11.06.88	Gelsenkirchen
15,0	*	Zietzschmann, Heidi	32	LG Hünxe	18.06.92	Gelsenkirchen

200 m

28,66	+0,9	Heine, Ortrun	64	SV Sonsbeck	31.05.14	Aachen
30,28	+1,9	Schroller, Karin	58	LG Hünxe	24.05.08	Bottrop
30,63	+0,0	Harder-Jakobs, Monika	52	SV Sonsbeck	15.05.02	Grefrath
31,31	-1,8	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	01.09.13	Bottrop
31,77	+0,4	Behne, Dr. Silke	72	LC Adler Bottrop	28.06.25	Gladbeck
32,39		Morr, Marlies	36	TG 56 Mülheim	19.08.89	Berg. Gladbach
32,52	+0,2	Wygoda, Katja	75	Moerser TV	18.05.25	Wesel
32,78	+0,4	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	03.07.19	Grefrath
35,04		Michels, Waltraud	41	LG Hünxe	05.08.95	Uerdingen
36,19	-0,3	Fraas, Melanie	75	LC Adler Bottrop	27.09.25	Münster

mit unzulässigem Rückenwind:

32,76	+2,9	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	01.05.16	Moers
-------	------	--------------------	----	------------	----------	-------

400 m

67,12		Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	05.08.13	Turin/ITA
72,34		Timm, Sabine	68	DJK SG Tackenberg	10.06.18	Gladbeck
72,38		Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	04.06.16	Essen
73,03		Schwers, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	07.07.16	Essen
75,49		Behne, Dr. Silke	72	LC Adler Bottrop	17.09.22	Erding
83,55		Voss, Monica	51	Leichtathletik Nütterden	09.05.01	Grefrath
87,82		Peters, Ute	64	DJK SG Tackenberg	07.07.16	Essen
140,02		Leunk, Anne Christine	58	TSV Weeze	22.05.08	Essen

Handzeitnahme:

73,3		Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	01.08.00	Goch
79,7		Michels, Waltraud	41	LG Hünxe	19.07.95	Wesel

800 m

2:28,56		Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	15.09.12	Sarreguemines/FR
2:34,06		Ressing, Mareike	70	LC Adler Bottrop	18.09.21	München
2:38,34		Joeken, Anette	66	VfL Merkur Kleve	22.05.16	Gladbeck
2:41,68		Schwers, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	03.07.14	Essen
2:46,24		Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	12.05.00	Kevelaer
2:53,29		Mellinghoff, Elke	56	Homberger TV	02.09.08	Düsseldorf
2:56,94		Steinfartz, Edith	46	DJK VfR MH-Saarn	31.07.99	Essen
2:58,27		Erewa, Sabine	64	DJK SG Tackenberg	03.07.14	Essen
2:59,3		Michels, Waltraud	41	LG Hünxe	16.06.94	Düsseldorf
3:02,62		Raßmann, Susanne	73	LC Adler Bottrop	04.08.23	Düsseldorf

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

1500 m

5:12,04	Ressing, Mareike	70	LC Adler Bottrop	28.07.21	München
5:13,46	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	23.08.12	Zittau
5:26,89	Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	22.06.00	Kevelaer
5:27,70	Joeken, Anette	66	VfL Merkur Kleve	04.06.16	Essen
5:44,42	Skodinsky, Gisela	58	Homberger TV	22.05.08	Essen
5:47,46	Steinfartz, Edith	46	DJK VfR MH-Saarn	22.08.99	Hagen
5:47,78	Uebbing, Sylvia	67	DJK Lowick	13.07.19	Leinsfelde-Worbis
5:50,00	Gorissen-Peters, Hiltrud	57	LV Marathon Kleve	28.05.10	Grefrath
6:03,03	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	08.05.19	Grefrath
6:02,10	Mellinghoff, Elke	56	Homberger TV	16.09.08	Düsseldorf

3000 m

10:31,87	Ressing, Mareike	70	LC Adler Bottrop	15.08.20	Dortmund
11:28,6	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	03.07.87	Mönchengladbach
11:44,91	Kordel, Bernhardina	58	Adler Langlauf Bottrop	22.05.08	Essen
11:47,66	Zoll, Esther	62	Eintracht 48 Duisburg	06.09.14	Essen
11:57,69	Joeken, Anette	66	VfL Merkur Kleve	22.05.16	Gladbeck
12:06,9	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	25.05.01	Mülheim
12:12,43	Schwers, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	29.06.14	Oberhausen
12:12,5	Kießler, Ursula	52	TV Einigkeit Dümpten	27.05.05	Mülheim
12:19,55	Gorissen-Peters, Hiltrud	57	LV Marathon Kleve	03.06.10	Leverkusen
12:26,85	Schimanski, Martina	69	TSV Viktoria Mülheim	10.05.23	Duisburg

5000 m

18:15,1	Ressing, Mareike	70	LC Adler Bottrop	15.07.20	Elsmhorn
19:19,0	Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	13.04.02	Erkelenz
19:45,19	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	30.07.88	Bruchköbel
20:10,01	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	17.05.00	Grefrath
20:19,36	Schimanski, Martina	69	TSV Viktoria Mülheim	03.04.19	Duisburg
20:25,1	Kießler, Ursula	52	Marathon Mülheim	14.05.04	Mülheim
20:28,42	Joeken, Anette	66	VfL Merkur Kleve	23.04.16	Arnsberg
20:35,02	Bido, Jutta	61	Adler Langlauf Bottrop	09.04.11	Essen
20:47,08	Voss, Maria	55	TSV Weeze	28.06.08	Kevelaer
20:49,1	Born, Michaela	63	TSV Weeze	26.05.16	Nütterden

10.000 m

39:58,3	Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	27.04.02	Goch
41:51,4	Kießler, Ursula	52	Marathon Mülheim	16.05.03	Mülheim
41:55,6	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	14.04.00	Mülheim
42:50,27	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	11.04.18	Duisburg
43:02,0	Born, Michaela	63	TSV Weeze	28.04.13	Weeze
43:21,1	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	17.02.89	Essen
43:29,7	Voss, Maria	55	TSV Weeze	27.08.08	Goch
44:19,5	Born, Annegret	44	VfB Alemannia Pfalzdorf	02.05.98	Goch
44:29,0	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	14.06.17	Nütterden
45:19,1	Stellmacher, Johanna	38	Marathon Dinslaken	27.08.88	Oberhausen

Zweifelhaft:

38:08,9	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	01.09.01	Duisburg
---------	------------------	----	----------------------	----------	----------

5 km Strasse

ausgetragen seit 01.04.2018

20:35	Moddenborg, Petra	72	DJK Lowick	07.05.22	Bocholt
21:07	Schoofs, Erika	66	TSV Weeze	17.06.18	Goch
21:19	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	31.08.19	Mülheim
21:21	Lehmkuhl, Lizia	74	LV Marathon Kleve	31.12.25	Pfalzdorf
21:28	Zeit-Kempkens, Ulrike	68	Kevelaerer SV	17.06.18	Goch
21:35	Reuter, Simone	72	TSV Weeze	08.05.24	Sonsbeck
21:37	Schimanski, Martina	69	TSV Viktoria Mülheim	05.03.23	Leverkusen
22:39	Kalweit, Heike	68	TSV Viktoria Mülheim	05.07.19	Drevenack
22:50	Janßen, Hanne	65	LV Marathon Kleve	04.05.19	Bocholt
22:59	Willemsen, Helga	69	DJK Lowick	18.09.22	Saarbrücken

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

10 km Straße

ausgetragen seit 1994

39:52	Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	30.09.01	Kranenburg
40:29	Kordel, Bernhardina	58	Adler Langlauf Bottrop	19.09.09	Grevenbroich
40:38	Schimanski, Martina	69	TSV Viktoria Mülheim	18.01.20	Duisburg
41:54	Kießler, Ursula	52	Marathon Mülheim	21.02.04	Mönchengladbach
41:57	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	23.09.01	Troisdorf
42:21	Born, Michaela	63	TSV Weeze	20.06.15	Goch
42:25	Wanjek, Anne	59	DJK VfR MH-Saarn	21.06.09	Mülheim
42:42	Voss, Maria	55	TSV Weeze	26.08.07	Hammerkeln
42:52	Koopmann, Heidrun	52	LF HADI Wesel	15.10.05	Wesel
42:53	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	25.08.18	Mülheim

10 km Straße Mannschaft

2:13:25	TSV Weeze			18.03.17	Wegberg
	Born, Michaela	63	43:19		
	Schoofs, Erika	66	43:30		
	Spronk, Marianne	48	46:36		
2:13:35	DJK Lowick			18.09.22	Saarbrücken
	Moddenborg, Petra	72	42:54		
	Uebbing, Sylvia	67	44:50		
	Willemssen, Helga	69	45:51		
2:16:03	TSV Weeze			15.09.19	Siegburg
	Born, Michaela	63	42:48		
	Seegers, Claudia	62	46:17		
	Hermann, Anita	61	46:58		
2:17:07	TSV Viktoria Mülheim			23.11.19	Essen
	Schimanski, Martina	69	42:46		
	Kalweit, Heike	68	45:23		
	Kokozinski, Susanne	64	48:58		
2:24:08	DJK Lowick			10.09.23	Bad Liebenzell
	Moddenborg, Petra	72	45:39		
	Uebbing, Sylvia	67	47:46		
	Willemssen, Helga	69	50:43		

Halbmarathonlauf

ausgetragen seit 1993

1:27:01	Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	04.11.01	Verl
1:30:03	Kordel, Bernhardina	58	Adler Langlauf Bottrop	06.09.09	Oelde
1:30:32	Schimanski, Martina	69	TSV Viktoria Mülheim	23.03.19	Duisburg
1:31:01	Kießler, Ursula	52	Marathon Mülheim	06.06.04	Duisburg
1:32:11	Nieten, Barbara	69	Turnverein Goch	31.03.19	Venlo
1:33:14	Koopmann, Heidrun	52	LF HADI Wesel	16.05.05	Weeze
1:33:15	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	25.03.00	Freiburg
1:33:34	Gaspercic, Martina	66	ASV Duisburg	05.06.16	Duisburg
1:33:43	Zeit-Kempkens, Ulrike	68	Kevelaerer SV	05.01.20	Wesel
1:33:46	Moddenborg, Petra	72	DJK Lowick	25.03.23	Duisburg

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

Halbmarathonlauf Mannschaft

5:05:19	Adler Langlauf Bottrop			30.05.10	Duisburg
	Kordel, Bernhardina	58	1:31:37		
	Eickelkamp, Annette	60	1:44:10		
	Hild, Regina	56	1:49:32		
5:07:15	Adler Langlauf Bottrop			06.09.09	Oelde
	Kordel, Bernhardina	58	1:30:03		
	Lehmann, Margret	54	1:48:34		
	Theis-Dorigi, Ulrike	52	1:48:38		
5:19:16	TSV Viktoria Mülheim			15.05.94	Herten
	Küpper, Hannelore	36	1:35:02		
	Mark, Dr. Gertraud	38	1:49:21		
	Konopka, Gisela	44	1:54:53		
5:23:29	TSV Viktoria Mülheim			02.06.19	Duisburg
	Schimanski, Martina	69	1:38:29		
	Kels, Petra	62	1:51:18		
	Kalweit, Heike	68	1:53:42		
5:38:11	TSV Weeze			16.05.16	Weeze
	Spronk, Marianne	48	1:39:37		
	Schoofs, Erika	66	1:46:36		
	Thissen, Helga	52	2:11:58		

Marathonlauf

3:05:34	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	26.09.87	Duisburg
3:12:06	Günther, Gisela	39	TV Walsum-Aldenrade	21.09.91	Duisburg
3:14:09	Kordel, Bernhardina	58	Adler Langlauf Bottrop	11.10.09	Essen
3:16:18	Stelkens, Angela	50	TSV Viktoria Mülheim	30.04.00	Duisburg
3:18:31	Kießler, Ursula	52	Marathon Mülheim	25.04.04	Dortmund
3:19:28	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	27.05.86	Duisburg
3:21:42	Leiting, Karin	52	LG Hünxe	14.04.02	Bonn
3:21:54	Schunk, Doris	50	LC Duisburg	30.04.00	Duisburg
3:22:25	Spronk, Marianne	48	SV Viktoria Goch	29.11.98	Herten
3:23:08	Schellöh, Birgit	63	ASV Duisburg	05.06.16	Duisburg

Marathon Mannschaft

10:56:17	Adler Langlauf Bottrop			11.10.09	Essen
	Kordel, Bernhardina	58	3:14:09		
	Theis-Dorigi, Ulrike	52	3:45:01		
	Hild, Regina	56	3:57:07		

100 km

10:41:33	Nißing, Andrea	57	Marathon Dinslaken	03.07.11	Bochum
----------	----------------	----	--------------------	----------	--------

80 m Hürden

**8 Hürden - 76,2 cm hoch - 12,00 m Anlauf - 7,00 m Abstand - 19,00 m Auslauf
ausgetragen seit 1994**

14,01	+1,2	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	02.05.14	Duisburg
16,32	+0,1	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	30.06.19	Kevelaer

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

4 x 100 m Staffel

60,55	StG Ruhrgebiet West			30.05.15	Oberhausen
	Feller, Marita	62	W		
	Philippi, Dr. Nicole	64	D		
	Zoll, Esther	62	D		
	Schwers, Birgit	62	T		
62,07	Moerser TV			15.06.	Erding
	Klöckner, Melanie	69			
	Schmidt, Rasa	71			
	Scherer, Carla	73			
	Tolksdorf, Claudia	66			
62,44	Moerser TV			23.08.25	Gotha
	Tolksdorf, Claudia	66			
	Schmidt, Rasa	71			
	Scherer, Carla	73			
	Lindemann, Angela	75			
62,65	Moerser TV			13.08.23	Mönchengladbach
	Schmidt, Rasa	71			
	Heerink, Sabine	68			
	Klöckner, Melanie	69			
	Tolksdorf, Claudia	66			
63,04	StG Ruhrgebiet West			29.06.14	Oberhausen
	Weller, Heike	64	T		
	Erewa, Sabine	64	T		
	Zoll, Esther	62	D		
	Schwers, Birgit	62	T		

4 x 400 m Staffel

6:08,06	LC Adler Bottrop			04.05.25	Hamburg
	Behne, Dr. Silke	72			
	Raßmann, Susanne	73			
	Ewens, Susanne	68			
	Fraas, Melanie	75			

3 x 800 m Staffel

8:11,13	StG Ruhrgebiet West			27.09.14	Baunatal
	Erewa, Sabine	64	T		
	Schwers, Birgit	62	T		
	Zoll, Esther	62	D		
8:45,03	StG Ruhrgebiet West			29.08.15	Zella-Mehlis
	Peters, Ute	64	T		
	Schwers, Birgit	62	T		
	Zoll, Esther	62	D		
9:15,77	StG Ruhrgebiet West			07.05.17	Witten
	Peters, Ute	64	T		
	Schwers, Birgit	62	T		
	Zoll, Esther	62	D		

Hochsprung

1,46	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	13.07.13	Mönchengladbach
1,38	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	30.06.19	Kevelaer
1,34	Schons, Hildegard	57	TEAM Niederrhein	07.06.08	Düsseldorf
1,32	Teitzel, Nicole	71	ASV Duisburg	29.08.21	Düsseldorf
1,27	Schwers, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	10.09.16	Zella-Mehlis
1,26	Butze, Sonja	41	Homberger TV	31.08.91	Kamp-Lintfort
1,25	Heerink, Sabine	68	Moerser TV	03.09.22	Leichlingen
1,23	Rummler, Christa	35	MTV Dinslaken	04.07.87	Dinslaken
1,15	Bösenberg, Elsbeth	35	MTV Dinslaken	04.07.87	Dinslaken
1,15	Däbritz, Christa	35	MTV Dinslaken	12.08.89	Dinslaken

Stabhochsprung

1,84	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	03.10.17	Halver
------	--------------------	----	------------	----------	--------

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

Weitsprung

4,75	+1,2	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	30.05.13	Kevelaer
4,45		Hüttermann, Gabriele	53	LG Hünxe	06.06.03	Wesel
4,35		Zietzschmann, Heidi	41	LG Hünxe	11.07.92	Hünxe
4,33	+0,0	Schons, Hildegard	57	TEAM Niederrhein	13.07.08	Schweinfurt
4,29	+0,8	Timm, Sabine	68	DJK SG Tackenberg	10.06.18	Gladbeck
4,15		Harder-Jakobs, Monika	52	SV Sonsbeck	07.06.02	Wesel
4,14		Bösenberg, Elsbeth	35	MTV Dinslaken	04.07.87	Dinslaken
4,02		Janssen, Ursula	39	TV Wesel	12.08.89	Dinslaken
3,98		Kossek, Liselotte	34	TG 56 Mülheim	28.04.84	Essen
3,97		Butze, Sonja	41	Homberger TV	18.05.91	Krefeld

Kugelstoß 3,0 kg

ausgetragen seit 1988

11,24		Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	14.08.20	Moers
10,59		Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	22.09.12	Duisburg
10,40		Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	23.06.01	Köln
10,33		Piel-Fischer, Sabine	69	OSC 04 Rheinhausen	23.04.23	Essen
10,31		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	09.06.00	Wesel
10,38		Henschel, Gisela	50	LG Hünxe	18.08.01	Potsdam
10,18		Schwes, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	28.08.16	Essen
10,04		Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	11.05.90	Kamp
9,72		Schons, Hildegard	57	TEAM Niederrhein	02.06.11	Aachen
9,68		van Bergen, Petra	71	TSV 95/10 Nieukerk	02.10.21	Nieukerk

Diskuswurf 1 kg

34,12		Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	24.05.01	Erkelenz
30,21		van Bergen, Petra	71	TSV 95/10 Nieukerk	26.06.22	Viersen-Süchteln
29,58		Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	01.06.01	Wesel
27,77		Schwes, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	03.10.16	Oberhausen
27,25		Henschel, Gisela	50	LG Hünxe	02.06.02	Erkelenz
25,96		Zander, Sigrid	40	LAC Oberhausen	09.06.91	Rheydt
25,84		Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	21.04.18	Ratingen
25,78		Rous, Irmgard	37	Alem. Kamp	01.08.90	Wesel
24,92		de Haan, Edeltraud	50	LAC Oberhausen	22.06.00	Kevelaer
24,74		Pleuger, Ilse	23	Eintracht 48 Duisburg	16.09.78	Viareggio/ITA

Hammerwurf 3,0 kg

ausgetragen seit 1994

27,97		Baumert, Barbara	47	LG Hünxe	06.05.00	Leichlingen
26,48		Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	27.06.00	Aachen
22,69		Schwes, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	14.11.15	Leichlingen
22,04		Wetzel, Hilka	41	LG Hünxe	01.05.95	Dinslaken
21,95		Schmidt, Gerlinde	48	TV Eppinghofen	18.04.99	Leichlingen
21,61		Schlinkert, Petra	64	SuS 09 Dinslaken	11.11.17	Leverkusen
18,85		Voss, Mechthild	62	SuS 09 Dinslaken	12.11.16	Leichlingen
14,11		Richter, Melanie	71	Weseler TV	30.07.25	Wesel

Speerwurf 500 g

ausgetragen seit 2002

27,73		Schwes, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	20.06.15	Oberhausen
23,63		Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	30.06.19	Kevelaer
22,52		Schons, Hildegard	57	TEAM Niederrhein	07.06.08	Düsseldorf
21,69		Henschel, Gisela	50	LG Hünxe	04.06.04	Hünxe
20,04		Schmidt, Rasa	71	Moerser TV	03.06.23	Mönchengladbach
19,13		Groos, Andrea	70	Weseler TV	30.04.23	Wesel
17,40		Kämmerer, Dorothee	64	DJK SG Tackenberg	03.10.16	Oberhausen
16,81		Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	25.05.02	Düsseldorf
16,69		Schlinkert, Petra	64	SuS 09 Dinslaken	07.07.18	Dinslaken
14,36		Rosenbach, Renate	52	TV Wanheimerort	25.09.04	Duisburg

Ewige Bestenliste

W50

Region Nord

Gewichtwurf 7,26 kg

ausgetragen seit 1995

8,48	Schlinkert, Petra	64	SuS 09 Dinslaken	07.07.18	Dinslaken
6,41	Voss, Mechthild	62	SuS 09 Dinslaken	12.11.16	Leichlingen

Fünfkampf national

100m, Hoch, Kugel (3kg), Weit, 800m

ausgetragen seit 1996

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

3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

1.945	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	15.06.19	Zella-Mehlis
2.926	15,67 (+0,0) - 1,33 - 9,93 - 3,94(+1,7) - 3:05,24				
3.190					
1.897	Schwers, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	10.09.16	Zella-Mehlis
2.854	16,17 (-0,3) - 1,27 - 10,18 - 3,87 (+0,1) - 2:57,39				
3.107					
1.686	Schons, Hildegard	57	TEAM Niederrhein	14.06.09	Ahlen
2.625	15,91 (-0,6) - 1,30 - 8,73 - 4,11 (-0,8) - 3:26,52				
2.883					

Wurf-Fünfkampf

Hammer (3,00 kg) - Kugel (3,00 kg) - Diskus (1,0 kg) - Speer (400 g) - Gewicht (7,26 kg)

ausgetragen von 1995 bis 2001

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

3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

1.604	Baumert, Barbara	47	LG Hünxe	18.10.99	Leichlingen
2.016	25,42 - 8,35 - 16,51 - 15,88 - 10,37				
2.404					
985	Voss, Mechthild	62	SuS 09 Dinslaken	12.11.16	Leichlingen
1.273	18,71 - 6,14 - 15,44 - 8,60 - 6,10				
1.483					

Wurf-Fünfkampf

Hammer (3,00 kg) - Kugel (3,00 kg) - Diskus (1,0 kg) - Speer (500 g) - Gewicht (7,26 kg)

ausgetragen seit 2002

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

3. Zeile Wertung zur Wettkampfzeit

1.421	Schlinkert, Petra	1964	SuS 09 Dinslaken	07.07.18	Dinslaken
1.800	21,14-8,00-16,04-16,69-8,48				
2.082					

Historische und selten ausgetragene Disziplinen

25 km Straße

Meisterschaftswettbewerb von 1977 bis 1987

1:43:26	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	30.05.87	Oberhausen
1:53:41	Günther, Gisela	39	FS Rheinkamp	10.11.91	Bottrop
1:58:34	Wagner, Gertrud	30	TV Moers	04.11.84	Bottrop
1:59:27	Michalski, Regina	37	Adler Bottrop	30.05.87	Sterkrade
1:59:53	Schal, Anita	40	Adler Bottrop	25.05.91	Sterkrade
2:04:55	Claßen, Margret	41	Adler Bottrop	30.05.92	Sterkrade
2:05:05	Kelleter, Helga	38	Marathon Dinslaken	28.05.88	Sterkrade
2:10:51	Mehlich, Uschi	41	Spvgg.Sterkrade-Nord	25.05.91	Sterkrade
2:14:48	Krause, Dorle	34	TV Moers	07.11.87	Nettetal
2:21:59	Diessner, Elli	32	Adler Bottrop	03.11.85	Bottrop

Kugelstoß 4 kg

ausgetragen bis 1987

9,57	Paashaus, Brigitte	48	Styrumer TV	08.09.01	Schalksmühle
8,99	Schwers, Birgit	62	DJK SG Tackenberg	25.06.16	Oberhausen
8,92	Sander, Maria	24	TV Bruckhausen	02.07.77	Bruckhausen
8,79	Rous, Irmingard	38	Alem. Kamp	05.03.89	Dinslaken
8,56	Pleuger, Ilse	23	Eintracht 48 Duisburg	06.05.78	Berg. Gladbach
8,51	Pekel, Helga	38	Alem. Kamp	09.04.88	Moers
8,39	Tolksdorf, Claudia	66	Moerser TV	13.10.18	Kerken
8,36	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	20.07.02	Essen
8,26	Baumert, Bärbel	47	LG Hünxe	24.05.97	Ratingen
8,25	Feller, Marita	62	TV Wanheimerort	03.09.16	Essen

Hammerwurf 4 kg

ausgetragen seit 1992 in der W45

17,44	Schmidt, Gerlinde	48	TV Eppinghofen	23.09.98	Mülheim
14,43	Henschel, Gisela	50	LG Hünxe	30.08.01	Hünxe

Speerwurf 600 g (bis 30.03.1991)

ausgetragen bis 1987

25,14	Rous, Irmingard	38	Alem. Kamp	18.03.89	Kamp
-------	-----------------	----	------------	----------	------

Speerwurf 600 g

ausgetragen von 01.04.1991 bis 31.12.1998 in der W45

19,88	Baumert, Barbara	47	LG Hünxe	11.06.98	Kevelaer
17,60	Wetzel, Hilka	41	LG Hünxe	12.03.95	Dinslaken

Speerwurf 600 g

ausgetragen seit 1999 in der W45

22,62	Tolksdorf, Claudia	1966	Moerser TV	13.10.18	Kerken
-------	--------------------	------	------------	----------	--------

Speerwurf 400 g

ausgetragen von 1988 bis 2001

26,14	Rous, Irmingard	38	Alem. Kamp	01.08.90	Wesel
21,10	Baumert, Barbara	47	LG Hünxe	13.04.97	Dinslaken
18,86	Wetzel, Hilka	41	LG Hünxe	25.05.95	Kevelaer
17,00	Theissen, Christel	51	MSV Duisburg	28.04.01	Kamp-Lintfort
14,70	Heien, Maria	36	TV Oberhausen	05.03.89	Dinslaken
11,08	Schmidt, Gerlinde	48	TV Eppinghofen	19.09.98	Mülheim
8,36	Weber, Ellen	38	DJK Tackenberg	19.03.89	Dinslaken