Ewige Bestenliste		W70		Region Nord	
100 m					_
26,60 +1,8 Handzeitnahm	Kosubek, Margret e:	36	Marathon Dinslaken	07.06.07	Essen
17,2 18,0	Gelbrich, Johanna Weber, Ellen	13 38	Eintracht 48 Duisburg DJK SG Tackenberg	09.05.87 17.09.11	Mönchengladbach Oberhausen
200 m	0 11 1 1 1	40	E: () (40 B : 1	4000	
37,26 55,65 +1,6	Gelbrich, Johanna Kosubek, Margret	13 36	Eintracht 48 Duisburg Marathon Dinslaken	1983 07.06.07	Essen
800 m Lauf 3:44,18	Schadeck-Gressel, Claire	50	STV Hünxe	01.06.24	Mönchengladbach
1500 m Lauf					
7:02,64 7:31,04	Spronk, Marianne Schadeck-Gressel, Claire	48 50	TSV Weeze STV Hünxe	25.04.18 17.04.24	Oedt Grefrath-Oedt
5000 m					
23:17,21 25:14,35	Spronk, Marianne Spelleken, Elli	48 39	TSV Weeze Marathon Dinslaken	29.06.18 16.05.10	Mönchengladbach Wesel
27:21,56	Schadeck-Gressel, Claire	50	STV Hünxe	17.04.24	Grefrath-Oedt
10000 m Lauf 49:09,30	Spronk, Marianne	48	TSV Weeze	20.06.18	Oedt
	opromit, manarino	40	101 110020	20.00.10	Cour
5 km Strasse	ausgetragen seit 01.04.2018				
22:47	Spronk, Marianne	48	TSV Weeze	07.09.18	Xanten
26:19	Schadeck-Gressel, Claire	50 51	STV Hünxe	05.07.24 16.09.22	Drevenack
27:36	Hoschke, Traudel	31	Homberger TV	10.09.22	Xanten
10 km Strasse	e ausgetragen seit 1994				
48:20	Spronk, Marianne	18	TSV Weeze	02.09.18	Bremen
53:12	Spelleken, Elli	39	Marathon Dinslaken	12.05.10	Sonsbeck
56:07	Fischdick, Gisela	41	LC Duisburg	30.04.11	Ratingen
58:30 1:00:07	Wagner, Gertrud Stelkens, Angela	30 50	Moerser TV TSV Viktoria Mülheim	25.08.02 24.09.23	Hamminkeln Herten
	-		TOT VIINGING INGINE	200.20	. ioitoii
Halbmarathon	ausgetragen seit 1993				
1:52:47	Spronk, Marianne	48	TSV Weeze	09.09.18	Schermbeck
2:01:08	Spelleken, Elli	39	Marathon Dinslaken	24.05.10	Weeze
2:09:32 2:36:13	Fischdick, Gisela van`t Sand, Helly	41 28	LC Duisburg GW Flüren	01.06.14 01.05.98	Duisburg Flüren
	van t Gana, Hony	20	OW Flaren	01.00.00	i idioii
Marathon 4:33:48	Küpper, Hannelore	36	TSV Viktoria Mülheim	30.09.07	Berlin
Hochsprung	Diaman III a	00	Financial 40 Deleter	40.00.04	A45 /ODE
1,02 0,90	Pleuger, Ilse Weber, Ellen	23 38	Eintracht 48 Duisburg DJK SG Tackenberg	12.06.94 17.09.11	Athen/GRE Oberhausen
Weitsprung					
3,54	Gelbrich, Johanna	13	Eintracht 48 Duisburg	17.06.85	Gelsenkirchen
3,01	Weber, Ellen	38	DJK SG Tackenberg	17.09.11	Oberhausen

© Willi de Haan 1 31.10.2025

Ewige Bestenliste		W70		Region Nord					
Kugelstoß 3,0 kg									
	ausgetragen seit 1981								
8,71	Gelbrich, Johanna	13	Eintracht 48 Duisburg	14.09.85	Duisburg				
8,59	Pleuger, Ilse	23	Eintracht 48 Duisburg	10.10.93	Miyazaki/JPN				
8,27	Baumann, Ruth	31 55	SuS 09 Dinslaken	18.03.01	Dinslaken				
7,36 7,01	Bannier-Makhlouka, Angelika Henschel, Gisela	55 50	SuS 09 Dinslaken STV Hünxe	29.03.25 30.04.22	Nieukerk				
6,98	Kossek, Lieselotte	34	TG 56 Mülheim	11.06.04	Leichlingen Remscheid				
6,80	Lausch, Asta	25	Styrumer TV	10.05.97	Mülheim				
6,13	Weber, Ellen	38	DJK SG Tackenberg	07.06.08	Düsseldorf				
5,81	Silbernagel, Maria	25	TV Eppinghofen	22.10.97	Mülheim				
5,33	Schibisch, Irmhild	37	SuS 09 Dinslaken	06.10.07	Dinslaken				
	,								
Diskuswurf 1 kg									
24,22	Baumann, Ruth	31	SuS 09 Dinslaken	18.03.01	Dinslaken				
21,94	Pleuger, Ilse	23	Eintracht 48 Duisburg	16.07.95	Erkelenz				
20,82	Bannier-Makhlouka, Angelika	55	SuS 09 Dinslaken	02.03.25	Frankfurt				
19,72	Henschel, Gisela	50	STV Hünxe	29.02.20	Erfurt				
19,44 13,73	Gelbrich, Johanna	13 38	Eintracht 48 Duisburg DJK SG Tackenberg	24.08.85 02.09.09	Hamburg Oberhausen				
12,09	Weber, Ellen Theisges, Margot	39	TuS Homberg	26.08.12	Düsseldorf				
11,58	Silbernagel, Maria	25	TV Eppinghofen	08.10.97	Mülheim				
11,30	Oliberriager, Iviaria	23	i v Eppingholen	00.10.97	Manienn				
Hammerwurf 3,0 kg									
	ausgetragen seit 1994								
17,26	Baumann, Ruth	31	SuS 09 Dinslaken	15.03.03	Dinslaken				
12,01	Schibisch, Irmhild	37	SuS 09 Dinslaken	31.10.09	Dinslaken				
Speerwurf 500 g									
15,03	ausgetragen seit 2015 Henschel, Gisela	50	STV Hünxe	17.06.23	Reken-Maria Veen				
Gewichtwurf 5,450 kg ausgetragen seit 1994									
5,19	Baumann, Ruth	31	SuS 09 Dinslaken	10.03.04	Sindelfingen				

Ewige Bestenliste W70 Region Nord

Historische und selten ausgetrage Disziplinen

Speerwurf 600 g (bis 30.03.1991) ausgetragen bis 1987

20,26 Gelbrich, Johanna 13 Eintracht 48 Duisburg 04.07.87 Leverkusen

Speerwurf 400 g

ausgetragen von 1988 bis 2014

24,82 Gelbrich, Johanna 13 Eintracht 48 Duisburg 22.06.85 Rom/ITA 12,66 Weber, Ellen 38 DJK SG Tackenberg 02.09.09 Oberhausen

© Willi de Haan 1 31.10.2025