Männer

100 m Lauf

Rekord : 10,43 Schulze, Rainer 81 LG Wilhelmshaven 2005

10,66 +0,7	Röttger, Stephan	87	LG Osnabrück	Bremen	20.05.
10,67 +1,2	André, Siewert	86	TV Norden	König Wusterhausen	07.07.
10,79 +0,0	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
10,85 +0,6	Schulze, Rainer	81	LG Wilhelmshaven	Zeven	26.05.
11,07 +1,6	Schnieders, Frank	84	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,08 +1,4	Ojinnaka, Dominic	86	LG Osnabrück	Garbsen	28.07.
11,16 +0,9	Gruber, Timo	84	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,31 +1,8	Karn, Julien	86	TV Norden	Garbsen	28.07.
11,34 +0,9	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
11,35 +1,2	Hess, Adham	86	VfL Oldenburg	König Wusterhausen	07.07.
11,36 +1,6	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,36 +0,0	Wachhorst, Philipp	86	LG Osnabrück	Lippstadt	03.08.
11,36 +0,5	Caspers, Claas	86	Heidmühler FC	Papenburg	28.09.
11,38 -1,0	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Hannover	16.06.
11,40 +1,7	Gruber, Torsten	84	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,49 +0,9	Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	16.07.
11,51 +0,6	Schulte, Ralph	73	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
11,59 +0,5	Nitschke, Claas	84	DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	05.05.
11,63 +0,0	Krake, Bernd Hennin	82	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
11,68 +0,4	Kopatz, Tim	87	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.

200 m Lauf

Rekord : 21,10 Schulze, Rainer 81 LG Wilhelmshaven 2006

21,59 +1,2	Schulze, Rainer	81	LG Wilhelmshaven	Zeulenroda	03.06.
21,71 +0,0	Röttger, Stephan	87	LG Osnabrück	Hannover	26.08.
22,14 +1,1	Schnieders, Frank	84	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
22,38 +1,7	Ojinnaka, Dominic	86	LG Osnabrück	Garbsen	28.07.
22,53 -0,2	Gruber, Timo	84	LG Osnabrück	Osnabrück	05.06.
22,65 +1,3	Wachhorst, Philipp	86	LG Osnabrück	Garbsen	28.07.
22,74 +1,1	Gruber, Torsten	84	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
22,88 +1,1	Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	03.06.
23,04 -1,3	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Garbsen	01.05.
23,06 +1,3	Hess, Adham	86	VfL Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
23,19 +1,9	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
23,32 -0,2	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
23,52 +0,0	Krake, Bernd Hennin	82	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
23,57 -0,2	Schulte, Ralph	73	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
23,74 +1,1	Nitschke, Claas	84	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.
23,7	Riesenbeck, David	86	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
24,00 +0,6	Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
24,01 +0,0	Deppe, Gert	64	OTB Osnabrück	Zittau	08.07.
24,02 +0,4	Kampers, Christian	87	TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	28.09.
24,12 -1,2	Lescow, Kilian	66	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.

400 m Lauf

Rekord : 46,78 Wegner, Uwe 59 LG Wilhelmshaven 1980

47,70	Schulze, Rainer	81	LG Wilhelmshaven	Kassel	06.06.
49,26	Schnieders, Frank	84	LG Osnabrück	Rhede	29.07.
49,31	Röttger, Stephan	87	LG Osnabrück	Rhede	29.07.
49,71	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
50,19	Wachhorst, Philipp	86	LG Osnabrück	KönigsWusterhausen	08.07.
50,23	Gruber, Torsten	84	LG Osnabrück	Rhede	29.07.

51,15	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
51,46	Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
51,74	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
51,84	Karn, Julien	86	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
51,8	Rasper, Tobias	87	LG Osnabrück	Melle	23.05.
52,42	Deppe, Gert	64	OTB Osnabrück	Riccione/ITA	12.09.
52,65	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
52,77	Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
52,83	Lescow, Kilian	66	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
53,12	Ojinnaka, Dominic	86	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
53,12	Onken, Heinz-Helmut	87	VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.07.
53,44	Küter, Stefan	85	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
54,04	Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
54,12	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Vaterstetten	08.09.

800 m Lauf

Rekord : 1:48,65 Schlachter, Henri 61 TuS Pewsum 1981

1:56,51	Rasper, Tobias	87	LG Osnabrück	Köln	02.09.
1:58,32	Wollherr, Maik	85	LG Osnabrück	Minden	11.07.
2:01,73	Onken, Heinz-Helmut	87	VfL Germania Leer	Garbsen	01.05.
2:02,77	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Zittau	06.07.
2:03,26	Keil, Axel	82	SC Melle 03	Minden	11.07.
2:03,45	Scheiter, Sebastian	80	LG Osnabrück	Telgte	24.08.
2:05,33	Schumann, Timo	85	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
2:06,04	Vöhrs, Sören	84	TV Norden	Hannover	19.05.
2:06,18	Köller, Tammo	87	TuS Weener	Delmenhorst	24.08.
2:06,59	Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
2:06,90	Kuhlenschmidt, Bernd	86	LG Osnabrück	Telgte	24.08.
2:08,52	Liening, Simon	86	LC Nordhorn	Hannover	19.05.
2:08,65	Fuchs, Christian	85	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
2:09,18	Fröhle, Carsten	85	VfL Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
2:11,22	Schleper, Thorsten	77	LAV Meppen	Recklinghausen	28.05.
2:11,91	Ihle, Norman	80	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
2:12,75	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
2:12,84	Schneidewind, Uwe	66	DSC Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
2:12,98	Sibum, Norbert	75	TV Norden	Hannover	19.05.
2:13,22	Böschen, Helge	87	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.

1000 m Lauf

Rekord : 2:20,8 Wollstein, Jost 52 DSC Oldenburg 1975

2:31,62	Rasper, Tobias	87	LG Osnabrück	Berg.Gladbach	23.08.
2:40,30	Scheiter, Sebastian	80	LG Osnabrück	Minden	20.06.
2:41,06	Onken, Heinz-Helmut	87	VfL Germania Leer	Dörpen	17.08.
2:43,94	Köller, Tammo	87	TuS Weener	Dörpen	17.08.
2:49,26	Lamschus, Marten	87	TuS Eintracht Hinte	Papenburg	28.09.
2:49,46	Freese, Mathias	86	TuS Weener	Oldenburg	29.08.
2:51,55	Dreyer, Rolf	63	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	17.08.
2:51,65	Hausendorf, Daniel	79	VfL Oldenburg	Papenburg	28.09.
2:54,06	Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
2:58,8	Grotelüschen, Wolfgang	66	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
2:59,10	Wallraven, Torsten	69	TuS Haren	Dörpen	17.08.
3:00,4	Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
3:00,6	Dicke, Frank	70	BV Garrel	Löningen	06.06.
3:05,42	Behrens, Stefan	87	VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
3:08,20	Karsch, Dr. Michael	57	SC Herringhausen	Osnabrück	03.07.
3:13,6	Kukja, Jakob	83	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
3:14,12	Meyer, Hubertus	57	TuS Emstekerfeld	Oldenburg	29.08.

3:15,4	Schnelle, Peter	53	VfL Löningen	Löningen	06.06.
3:15,5	Frericks, Reinhard	69	VfL Lingen	Lingen	26.09.
3:17,5	Schäfer, Matthias	64	BV Garrel	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord : 3:40,79 Schlangen, Carsten 80 SV Union Meppen 2005

3:56,97	Wollherr, Maik	85	LG Osnabrück	Borgholzhausen	10.08.
4:02,04	Rasper, Tobias	87	LG Osnabrück	Berg.Gladbach	30.08.
4:04,88	Keil, Axel	82	SC Melle 03	Berg.Gladbach	30.08.
4:08,94	Scheiter, Sebastian	80	LG Osnabrück	Berg.Gladbach	30.08.
4:17,45	Schröder, Hendrik	85	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
4:17,52	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Minden	01.08.
4:17,73	Kuhlenschmidt, Bernd	86	LG Osnabrück	Berg.Gladbach	30.08.
4:27,89	Sibum, Norbert	75	TV Norden	Hannover	19.05.
4:29,00	Domnick, Christoph	85	LC Nordhorn	Hannover	19.05.
4:31,12	Hausendorf, Daniel	79	VfL Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
4:31,79	Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden	Hannover	19.05.
4:32,12	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Hamburg	23.06.
4:32,50	Girmann, Dirk	65	SC Herringhausen	Hannover	19.05.
4:32,86	Onken, Heinz-Helmut	87	VfL Germania Leer	Osnabrück	03.06.
4:35,36	Sonnenberg, Sergej	84	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
4:35,92	Schneidewind, Uwe	66	DSC Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
4:37,19	Fuchs, Christian	85	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	06.05.
4:37,8	Freese, Mathias	86	TuS Weener	Wilhelmshaven	26.09.
4:38,23	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
4:40,31	Schnetger, Patrick	87	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.

1 Meile

Rekord : 4:16,34 Mäusner, Frank 65 LC Delmenhorst 1993

4:43,58	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Bremen	25.08.
4:46,0	Waschkau, Jan	77	VfL Germania Leer	Emden	21.09.
4:48,42	Scheiter, Sebastian	80	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
4:49,4	Köller, Tammo	87	TuS Weener	Emden	21.09.
5:01,1	Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden	Emden	21.09.
5:02,1	De Jonge, Stefan	76	TuS Weene	Emden	21.09.
5:06,4	Harms, Stephan	70	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
5:17,2	Schmedding, Dominik	66	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
5:21,4	Frerichs, Manfred	58	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
5:37,8	Pannenborg, Olaf	70	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
5:38,08	Budde, Thorsten	73	TV Hude	Bremen	25.08.
5:39,3	Dietz, Ralf	52	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
5:50,5	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
5:55,5	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Emden	21.09.
6:01,4	Harms, Andreas	61	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
6:14,1	Siemers, Hermann	56	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
6:26,0	Scholz, Alfred	53	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord : 8:01,69 Schlangen, Carsten 80 SV Union Meppen 2005

8:39,0	Wollherr, Maik	85	LG Osnabrück	Melle	23.05.
8:56,3	Immega, Stephan	84	SC Dunum	Aurich	13.07.
8:59,12	Keil, Axel	82	SC Melle 03	Minden	20.06.
9:14,62	Assmann, Ingo	79	SC Melle 03	Minden	20.06.
9:33,0	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	13.07.
9:34,60	Schumann, Timo	85	DSC Oldenburg	Oldenburg	16.07.

9:40,36	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Garbsen	01.05.
9:42,80	Knappheide, Mark	79	LG Osnabrück	Minden	20.06.
10:03,1	Freese, Mathias	86	TuS Weener	Leer	28.04.
10:05,3	Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden	Aurich	13.07.
10:08,7	Willms, Wilko	75	SC Dunum	Aurich	13.07.
10:09,24	Schneidewind, Uwe	66	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
10:12,3	De Jonge, Stefan	76	TuS Weene	Aurich	13.07.
10:16,25	Ulbrich, Horst	55	LC Delmenhorst	Stuhr	30.05.
10:16,59	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
10:19,98	Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	29.08.
10:22,43	Hollander, Karsten	86	VfL Germania Leer	Garbsen	28.07.
10:22,7	Meyer, Arnt	70	SV Evenkamp	Löningen	06.06.
10:26,3	Poppen, Jan	82	TG Wiesmoor	Aurich	13.07.
10:35,98	Zirklewski, Markus	86	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.

5000 m Lauf

Rekord : 14:04,0 Hutmacher, Ulrich 46 1976

15:19,85	Hartger, Gerold	80	LC Nordhorn	Hannover	19.05.
15:33,91	Immega, Stephan	84	SC Dunum	Braunschweig	30.06.
15:44,90	Assmann, Ingo	79	SC Melle 03	Braunschweig	30.06.
15:56,63	Keil, Axel	82	SC Melle 03	Borgholzhausen	10.08.
16:01,31	Ihle, Norman	80	DSC Oldenburg	Braunschweig	30.06.
16:13,10	Steinke, Peter	70	TV Norden	Hannover	19.05.
16:19,3	Wiegmann, Siebo	79	SC Dunum	Aurich	15.06.
16:27,96	Grigat, Holger	73	VfL Germania Leer	Dörpen	13.05.
16:28,79	Sonnenberg, Andrej	83	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
16:29,73	Schmidt, Jörn	84	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.
16:37,4	Waschkau, Jan	77	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
16:38,18	Mäschig, Michael	77	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	05.08.
16:42,52	Wolzen, Gerd	83	VfL Germania Leer	Osnabrück	03.06.
16:46,0	Hausendorf, Daniel	79	VfL Oldenburg	Hamburg	07.06.
16:55,52	Knappheide, Mark	79	LG Osnabrück	Minden	11.07.
17:00,91	Dirksen, Jens	85	VfL Germania Leer	Papenburg	28.09.
17:01,32	Schröder, Hendrik	85	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
17:02,72	Karsch, Dr. Michael	57	SC Herringhausen	Hannover	19.05.
17:05,63	Oppenborn, Stefan	78	VfL Germania Leer	Papenburg	28.09.
17:15,41	Schnetger, Patrick	87	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.

10.000 m Lauf

Rekord : 29:22,92 Diettrich, Georg 70 LG Wilhelmshaven 1994

31:58,40	Immega, Stephan	84	SC Dunum	Alfeld	22.04.
33:15,72	Assmann, Ingo	79	SC Melle 03	Minden	01.08.
34:49,10	Ihle, Norman	80	DSC Oldenburg	Alfeld	22.04.
34:58,9	Oppenborn, Stefan	78	VfL Germania Leer	Warsingsfehn	29.08.
35:18,9	Mühlenbrock, Wilfried	75	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.
35:28,50	Knappheide, Mark	79	LG Osnabrück	Minden	01.08.
35:41,3	Mäschig, Michael	77	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
35:47,2	Dirksen, Jens	85	VfL Germania Leer	Warsingsfehn	29.08.
35:59,0	Lammers, Joachim	60	TG Wiesmoor	Warsingsfehn	29.08.
36:24,16	Hausendorf, Daniel	79	VfL Oldenburg	Alfeld	22.04.
36:51,74	Schröder, Hendrik	85	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	24.08.
36:57,0	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	07.10.
36:59,9	Keil, Axel	82	SC Melle 03	Dörpen	14.04.
37:11,0	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
37:26,1	Landherr, Manfred	64	TG Wiesmoor	Warsingsfehn	29.08.
37:27,4	Schmedding, Christoph	63	MTV Aurich	Warsingsfehn	29.08.
38:13,1	Weinberg, Norbert	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.

38:13,3	Düweling, Carsten	74	SV Eintr. Neuenkirchen	Dörpen	14.04.
38:29,3	Park, Harm	53	TuS Weene	Warsingsfehn	29.08.
38:36,9	Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord : 19.082 Hutmacher, Ulrich 46 VfL Lingen 1976

18.370	Immega, Stephan	84	SC Dunum	Emden	04.11.
17.070	Groenhagen, Achim	68	SC Dunum	Emden	04.11.
16.235	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	07.10.
15.714	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Schortens	12.06.
15.620	Weinberg, Norbert	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
15.265	Avermann, Jörg	66	SC Herringhausen	Osnabrück	20.06.
15.258	Knoblauch, Alfred	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
15.105	Park, Harm	53	TuS Weene	Emden	04.11.
15.004	Burunacik, Saet	65	BV Garrel	Molbergen	09.09.
14.949	Igelbrink, Hans Peter	63	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	20.06.
14.815	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Schortens	12.06.
14.680	Henze, Wolfgang	50	SV Germania Helmstedt	Schortens	12.06.
14.580	Völkert, Hermann	58	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
14.578	Westerkamp, Martin	68	SC Melle 03	Osnabrück	20.06.
14.510	Busse, Peter	65	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
14.505	Ickert, Oliver	67	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	20.06.
14.440	Romanowski, Arnold	46	Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	04.11.
14.359	Seifert, Jürgen	58	SC Melle 03	Osnabrück	20.06.
14.262	Haskamp, Dr. Clemens	55	VfL Kloster Oesede	Osnabrück	20.06.
14.261	Dreyer, Rolf	63	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.

10 km Lauf

Rekord : 30:30 Paetzke, Christoph 83 DSC Oldenburg 2005

31:24	Immega, Stephan	84	SC Dunum	Hamburg	09.09.
31:54	Hartger, Gerold	80	LC Nordhorn	Lingen	12.05.
32:17	Wollherr, Maik	85	LG Osnabrück	Neuenkirchen	18.05.
32:21	Bruns, Thomas	78	SV Union Meppen	Lingen	12.05.
32:35	Otting, Thomas	87	SV Concordia Emsbüren	Mannheim	15.09.
32:59	Mülstegen, Jörg	79	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
33:17	Wiegmann, Siebo	79	SC Dunum	Hamburg	09.09.
33:23	Steinke, Peter	70	TV Norden	Norden	21.04.
33:36	Groenhagen, Achim	68	SC Dunum	Hamburg	09.09.
33:40	Grigat, Holger	73	VfL Germania Leer	Norden	21.04.
33:46	Domnick, Christoph	85	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
33:50	König, Tammo	77	1. TC Oldenburg	Ofen	03.10.
33:53	Assmann, Ingo	79	SC Melle 03	Lingen	12.05.
34:06	Waschkau, Jan	77	VfL Germania Leer	Ofen	03.10.
34:25	Nowak, Jens	71	1. TC Oldenburg	Oldenburg	21.10.
34:31	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Upjever	24.08.
34:32	Schmidt, Jörn	84	DSC Oldenburg	Norden	21.04.
34:43	Förster, Tim Henning	76	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
34:45	Radke, Andreas	69	1. TC Oldenburg	Moslesfehn	12.05.
34:45	Schwengels, Stefan	69	TuS Westerloy	Garrel	15.09.

10 km Lauf Mannschaft

Rekord : 1:36:25 DSC Oldenburg 2004

1:38:17	SC Dunum	Hamburg	09.09.
	Immega, S. 84 -31:24; Wiegmann, S. 79 -33:17		
	Groenhagen, A. 68 -33:36		

1:39:03	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
	Hartger, G. 80 -32:18; Mülstegen, J. 79 -32:59		
	Domnick, C. 85 -33:46		
1:43:45	VfL Germania Leer	Norden	21.04.
	Grigat, H. 73 -33:40; Wolzen, G. 83 -34:46		
	Oppenborn, S. 78 -35:19		
1:45:12	1. TC Oldenburg "Die Bären"	Ofen	03.10.
	König, . 77 -33:50; Theilmann, . 79 -35:02		
	Eilers, . 69 -36:20		
1:48:40	Team Laufrausch	Ofen	03.10.
	Frerichs, A. 59 -35:47; Düser, B. 73 -35:47		
	Karczmarzyk, M. 72 -37:06		
1:48:47	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	18.05.
	Theis, H. 66 -35:53; Vogt, C. 74 -36:14		
	Meyer, H. 67 -36:40		
1:49:25	TSG Hatten-Sandkrug	Ofen	03.10.
	Tycner, H. 70 -36:09; Pistoor, T. 70 -36:23		
	Temming, W. 65 -36:53		
1:49:46	TV Norden	Emden	02.06.
	Steinke, P. 70 -35:27; Klus-Brauner, M. 71 -35:55		
	Siebelts, A. 67 -38:24		
1:50:08	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
	Mäschig, M. 77 -35:27; Reents, J. 71 -37:11		
	Pirschel, M. 78 -37:30		
1:52:45	TuS Haren	Haren	20.07.
	Wessels, T. 86 -36:17; Gerdelmann, D. 79 -38:13		
	Achter, G. 66 -38:15		

100 km Lauf

Rekord : 7:01:09 Bandelt, Jürgen 51 LG Oldenburg 1987

11:52:58	Liegmann, Günter	55	TV Georgsmarienhütte	Biel/SUI	13.06.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:07:00 Valentin, Jörg 62 TV Norden 1994

1:08:33	Bruns, Thomas	78	SV Union Meppen	Löningen	23.06.
1:09:12	Immega, Stephan	84	SC Dunum	Neuenkirchen	13.10.
1:11:03	Bucchioni, Nico	74	VfL Löningen	Löningen	23.06.
1:11:07	Hartger, Gerold	80	LC Nordhorn	Neuenkirchen	13.10.
1:12:28	Eckstein, Klaus	67	LC Nordhorn	Löningen	23.06.
1:12:35	Mülstegen, Jörg	79	LC Nordhorn	Neuenkirchen	13.10.
1:14:32	Groenhagen, Achim	68	SC Dunum	Neuenkirchen	13.10.
1:14:44	Assmann, Ingo	79	SC Melle 03	Löningen	23.06.
1:15:01	Amt, Jörg	68	SG Bad Bentheim	Löningen	23.06.
1:17:06	Schwengels, Stefan	69	TuS Westerloy	Neuenkirchen	13.10.
1:17:07	Grabowsky, Klaus-Diete	53	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	13.10.
1:17:17	Grigat, Holger	73	VfL Germania Leer	Dunum	31.03.
1:17:22	Theis, Holger	66	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.
1:17:46	Heyen, Michael	69	LG Wilhelmshaven	Schortens	15.04.
1:17:49	Förster, Tim Henning	76	LC Nordhorn	Spelle	17.08.
1:18:08	Radke, Andreas	69	1. TC Oldenburg	Wilhelmshaven	20.05.
1:18:09	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
1:18:42	Wiegmann, Siebo	79	SC Dunum	Dunum	31.03.
1:19:07	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
1:19:08	Schwietert, Daniel	77	LG Wilhelmshaven	Bad Liebenzell	02.09.

Halbmarathonlauf Mannschaft

Rekord : 3:38:37 LG Wilhelmshaven 1994

3:46:00	SC Dunum	Neuenkirchen	13.10.
	Groenhagen, . 68 -1:14:32; Immega, S. 84 -1:09:12		
	Willms, W. 73 -1:22:16		
3:58:00	VfL Germania Leer	Dunum	31.03.
	Grigat, H. 73 -1:17:17; Oppenborn, S. 78 -1:20:06		
	Wolzen, G. 83 -1:20:37		
3:59:36	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.
	Meyer, H. 67 -1:22:38; Theis, H. 66 -1:17:22		
	Vogt, C. 74 -1:19:36		
4:01:11	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
	Jürrens, H. 57 -1:19:07; Fleßner, H. 74 -1:18:09		
	Schmedding, D. 66 -1:23:55		
4:05:19	LG Wilhelmshaven	Schortens	15.04.
	Heyen, M. 69 -1:17:46; Hryziuk, A. 59 -1:20:04		
	Schwietert, D. 77 -1:27:29		
4:05:54	TV Georgsmarienhütte	Neuenkirchen	13.10.
	Ickert, O. 67 -1:19:58; Igelbrink, H. 63 -1:21:15		
	Leimkühler, J. 65 -1:24:41		
4:10:06	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Dunum	31.03.
	Sanders, A. 61 -1:21:47; Ludwigs, H. 67 -1:23:44		
	Faßhauer, A. 68 -1:24:35		
4:14:08	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
	Breeck, C. 58 -1:22:44; Last, . 67 -1:26:36		
	Seifert, . 58 -1:24:48		
4:14:39	LG Wilhelmshaven II	Neuenkirchen	13.10.
	Hans, J. 87 -1:25:14; Henze, F. 52 -1:26:19		
	Reents, J. 71 -1:23:06		
4:17:38	VfL Kloster Oesede	Neuenkirchen	13.10.
	Licher, . 68 -1:23:41; Sperfeld, . 71 -1:30:29		
	Witte, . 83 -1:23:28		

Marathonlauf

Rekord : 2:19:44 Ollesch, Hartmut 54 Heidmühler FC 1986

2:28:07	Bruns, Thomas	78	SV Union Meppen	Hamburg	29.04.
2:35:59	Steinke, Peter	70	TV Norden	Antalya/TÜR	18.03.
2:39:21	Assmann, Ingo	79	SC Melle 03	Köln	07.10.
2:40:03	Heyen, Michael	69	LG Wilhelmshaven	Hamburg	29.04.
2:45:28	Amt, Jörg	68	SG Bad Bentheim	Enschede/NED	22.04.
2:47:02	Nyhuis, Elmar	70	OSC Damme	Berlin	30.09.
2:47:29	Taube, Ralf	69	VfL Germania Leer	Hamburg	29.04.
2:48:53	Karsch, Dr. Michael	57	SC Herringhausen	Hamburg	29.04.
2:51:22	Hempen, Ansgar	80	TV Georgsmarienhütte	Berlin	30.09.
2:52:10	Vogt, Christian	74	TuS Bersenbrück	Frankfurt	28.10.
2:52:39	Lackmann, Andreas	70	LG Osnabrück	Hamburg	29.04.
2:53:31	Hryziuk, Andreas	59	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
2:53:41	Avermann, Jörg	66	Blau-Weiß Hollage	Hamburg	29.04.
2:53:51	Lammers, Joachim	60	TG Wiesmoor	Berlin	30.09.
2:54:14	Ringering, Onno	68	Emder Laufgemeinschaft	Köln	07.10.
2:54:25	Förster, Tim Henning	76	LC Nordhorn	Köln	07.10.
2:54:53	Schmedding, Dominik	66	Emder Laufgemeinschaft	München	14.10.
2:54:56	Schäpker, Egbert	73	SV Evenkamp	Bremen	30.09.
2:55:12	Seel, Jürgen	62	Blexer TB	Hamburg	29.04.
2:55:25	Lakeberg, Jürgen	58	TSG Hatten-Sandkrug	Bremen	30.09.

Marathonlauf Mannschaft

Rekord : 7:20:05 Heidmühler FC 1985

9:21:38	LC Delmenhorst	Hannover	06.05.
	Fischer, T. 59 -3:04:28; Meyer, D. 63 -3:06:55		
	Bleiker, D. 53 -3:10:15		
9:45:11	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
	Hryziuk, A. 59 -2:53:31; Knoblauch, A. 61 -3:03:52		
	Eskuchen, R. 44 -3:47:48		
10:07:27	Emder Laufgemeinschaft	Steinfurt	17.03.
	Schmedding, D. 66 -2:58:59; Dietz, R. 52 -3:31:01		
	Bokker, H. 62 -3:37:27		

110 m Hürden 1.067m

Rekord : 14,22 Müller, Frank 68 TV Norden 1992

15,21	+1,8	Pasenau, Maximilian	84 TV Norden	Vaterstetten	17.06.
15,29	+1,0	Peselmann, Nicolai	83 OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
15,47	+1,8	Küter, Stefan	85 TV Norden	Vaterstetten	09.09.
15,50	-0,5	zur Loye, Rainer	88 SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
15,51	+0,0	Karn, Julien	86 TV Norden	Vaterstetten	09.09.
15,55	+0,2	Pfingsten, Patrick	78 TV Norden	Hannover	19.05.
15,87	-0,5	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
16,37	+0,6	Thielecke-Klei, Paul	86 TV Norden	Osnabrück	03.06.
16,42	+0,6	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
16,80	+0,0	Kost, Daniel	80 OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
17,48	-0,2	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
18,19	+2,0	Fuchs, Christian	85 SV Friedrichsfehn	Osnabrück	06.05.
19,09	-0,9	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
19,47	-0,3	Handschuch, Sebastian	85 SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.

400 m Hürden 0.914m

Rekord : 51,54 Lescow, Kilian 66 OTB Osnabrück 1995

54,72	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Zeven	27.05.
55,25	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Zittau	08.07.
55,96	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Köln	16.06.
56,69	Lescow, Kilian	66 OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
57,84	Karn, Julien	86 TV Norden	Garbsen	01.05.
60,04	Röttger, Stephan	87 LG Osnabrück	Papenburg	28.09.
60,79	Peselmann, Nicolai	83 OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.
63,23	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
63,53	Thomsen, Axel	77 TV Norden	Hannover	19.05.
69,32	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.

3000 m Hindernis

Rekord : 8:50,8 Kepp, Norbert 48 1969

9:00,27	Wollherr, Maik	85 LG Osnabrück	Hannover	26.08.
9:37,52	Scheiter, Sebastian	80 LG Osnabrück	KönigsWusterhausen	08.07.
9:53,72	Keil, Axel	82 SC Melle 03	Papenburg	28.09.
10:28,18	Schröder, Hendrik	85 SV Friedrichsfehn	Braunschweig	01.07.
10:47,37	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Riccione/ITA	15.09.
11:43,51	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.
11:50,22	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Papenburg	28.09.
11:54,13	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 41,33 TV Norden 2007

41,33	TV Norden I	Erfurt	21.07.
	Thielecke-Klei, P. 86; André, S. 86; Eilers, S. 89; Goldenstein, C. 88		
41,75	LG Osnabrück	Erfurt	21.07.
	Jochmann, P. 90; Gruber, T. 84; Schnieders, F. 84; Röttger, S. 87		
44,07	TV Norden	Hannover	19.05.
	Pfingsten, P. 78; Goldenstein, C. 88; Scheutwinkel, W. 89; Pasenau, M. 84		
44,40	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
	Gerlee, S. 75; Peselmann, N. 83; Krake, B. 82; Tute, M. 88		
44,43	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
	Schulze, T. 88; Tönjes, M. 83; zur Loye, R. 88; Beintken, J. 81		
45,11	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	03.07.
	Kampers, C. 87; Buß, I. 89; Riesenbeck, D. 86; Lesch, J. 86		
45,77	SG Grafschaft/OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
	Tute, H. 61; Deppe, G. 64; Lescow, K. 66; Tute, K. 65		
45,96	LG Osnabrück II	Osnabrück	23.09.
	Ojinnaka, D. 86; Fink, W. 87; Wachhorst, P. 86; Jäschke, A. 88		
46,64	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
	Amaro, . 89; Schulte, R. 73; Beimler, . 85; Hensch, . 89		
46,78	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
	Burmeister, C. 82; Nitschke, C. 84; Jabbarov, Z. 81; Hillebrecht, M. 61		

4 x 400 m Staffel

Rekord : 3:10,20 TV Norden 1990

3:16,18	LG Osnabrück	Erfurt	22.07.
	Wachhorst, P. 86; Gruber, T. 84; Schnieders, F. 84; Röttger, S. 87		
3:30,2	OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Hollmann, M. 88; Kost, D. 80; Peselmann, N. 83; Gerlee, S. 75		
3:35,9	TuS Gildehaus	Nordhorn	28.04.
	Pehrs, F. 89; Heckmann, . 87; Kanne, C. 65; Hardt, S. 87		

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 7:34,4 LG Wilhelmshaven 1994

7:53,75	VfL Germania Leer	Alfeld	22.04.
	Onken, H. 87; Wiechmann, S. 88; Onken, J. 88		
8:21,49	SG OTB Osna./Herringh./Hollage	Alfeld	22.04.
	Tute, H. 61; Tute, M. 88; Wilhelms, M. 74		
8:55,1	SG OTB Osna./Herringh./Hollage II	Nordhorn	28.04.
	Kindling, T. 68; Götz, M. 72; Domnick, C. 85		
8:57,6	VfL Oldenburg	Nordhorn	28.04.
	Behrens, S. 87; Fröhle, C. 85; Asche, J. 88		
9:16,8	SV Evenkamp	Löningen	23.05.
	Meyer, . ; Schäpker, . ; Holthaus, .		
9:29,8	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	12.09.
	Meinen, S. 89; Weinberg, N. 61; Reents, J. 71		
9:47,6	BV Garrel	Löningen	23.05.
	Wiese, L. 55; Schäfer, M. 64; Dicke, F. 70		
9:50,9	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Hinrichs, A. 64; Ibeling, F. 66; Ludwigs, H. 67		
9:59,6	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Faßhauer, A. 68; Broer, . 70; Sanders, A. 61		
10:14,5	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Tjarks, E. 54; Janßen, S. 55; Kruse, F. 56		

Olympische Staffel

Rekord	: 3:33,80	LG Osnabrück		2005
4:15,3	Blau-Weiß Hollage		Schortens	25.03.
	Schröder, M. 87; Czech, H. 88; Kohne, . 89; Bode, C. 89			

Schweden-Staffel

Rekord	: 1:57,21	LG Emstal Dörpen		2004
2:09,3	VfL Oldenburg		Wilhelmshaven	12.09.
	Fröhle, C. 85; Hillebrand, H. 89; Hess, A. 86; Köpnick, H. 86			
2:11,0	TuS Blau-Weiß Lohne		Lohne	29.09.
	Kampers, C. 87; Buß, I. 89; Riesenbeck, D. 86; Lesch, J. 86			

5 x 10 km Staffel

Rekord	: 2:50:34	LG Oldenburg	1995
2:55:42	LC Nordhorn	Rheine	01.09.
	Mülstegen, J. 79; Hartger, G. 80 Domnick, C. 85; Förster, T. 76 Kindling, T. 68		
3:21:19	Team Laufrausch	Oldenburg	01.07.
	Karczmarzyk, M. 72; Luhmann, T. 64 Heinzel, D. 63; Düser, B. 73 Kliem, . 58		
3:21:40	VfL Oldenburg	Oldenburg	01.07.
	Jaspert, H. 60; Fröhle, C. 85 Meincke, M. 68; Hausendorf, D. 79 Asche, J. 88		
3:36:07	VfL Oldenburg	Oldenburg	01.07.
	Mohnsame, K. 43; Ortwig, K. 47 Meyer, W. 46; Ostendorf, M. 43 Schmidt, G. 46		
3:36:22	VfL Oldenburg	Oldenburg	01.07.
	Lambertus, D. 63; Fuchs, P. 54 De Buhr, . 51; Schubert, G. 48 Behrens, S. 87		
3:37:41	TuS Ofen	Oldenburg	01.07.
	Niemöller, . 69; Böseler, J. 60 Pannenborg, . 70; Harms, A. 61 Ulferts, A. 66		

10 km Str.-Gehen

Rekord	: 43:52	Müller, Carlo	67 Adelheider TV	1986
63:49	Lersch, Heiko	39 SV Brake	Regensburg	18.05.

Hochsprung

Rekord	: 2,22	Wegmann, Rainer	70 DJK Füchtel-Vechta	1990
2,00	Küter, Stefan	85 TV Norden	Osnabrück	03.06.
2,00	Thielecke-Klei, Paul	86 TV Norden	Hannover	16.06.
1,96	Peselmann, Nicolai	83 OTB Osnabrück	Hannover	05.05.
1,95	Hiller, Jan	73 LG Oldenburg	Delmenhorst	05.08.
1,93	Pasenau, Maximilian	84 TV Norden	Hannover	19.05.
1,91	Tjarks, Enno	86 VfL Germania Leer	Osnabrück	03.06.
1,85	Volger, Helge	86 SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.

1,80	Branscheidt, Fredrik	83	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
1,80	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Hannover	16.06.
1,77	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,76	Dickebohm, Johannes	85	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
1,76	Burmeister, Christian	82	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
1,76	Hillebrecht, Martin	61	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
1,75	Zander, Robert	68	TV Norden	Hannover	19.05.
1,75	Jürjens, Jann-Erik	86	TuS Eintracht Hinte	Papenburg	28.09.
1,72	Schröder, Markus	87	Blau-Weiß Hollage	Bersenbrück	13.04.
1,72	Kost, Daniel	80	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
1,70	Robin, Alexander	81	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
1,70	Giesselmann, Bernd	68	Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.08.
1,65	Cordes, Dr. Harald	53	LG Oldenburg	Hamburg	23.06.
1,65	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Nordhorn	13.07.

Stabhochsprung

Rekord : 5,10 Müller, Frank 68 TV Norden 1996

4,60	Sonnenberg, Sergej	84	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
4,40	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
4,40	Hillebrecht, Martin	61	DSC Oldenburg	Braunschweig	01.07.
4,40	Küter, Stefan	85	TV Norden	Vaterstetten	09.09.
4,20	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Vaterstetten	17.06.
4,00	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Hannover	19.05.
4,00	Tebben, Volker	79	TV Norden	Hannover	19.05.
3,90	Kost, Daniel	80	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
3,80	Fuchs, Christian	85	SV Friedrichsfehn	Zeven	27.05.
3,60	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Hannover	17.06.
3,40	Karn, Julien	86	TV Norden	Vaterstetten	09.09.
3,20	Dickebohm, Johannes	85	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
3,10	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
2,70	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.
2,00	Wolterink, Johann	42	Fortuna Wirdum	Leer	28.04.
1,80	Foellger, Friedhelm	37	VfL Germania Leer	Leer	28.04.

Weitsprung

Rekord : 7,74 Heide, Thorsten 69 Delmenhorster TV 1991

6,94	+1,4	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
6,89	+0,0	Karn, Julien	86	TV Norden	Blankenburg	11.05.
6,80	+0,1	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Hannover	16.06.
6,78		Jabbarov, Ziya	81	DSC Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
6,66	-0,8	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Osnabrück	03.06.
6,54	+0,0	Küter, Stefan	85	TV Norden	Garbsen	01.05.
6,51	+0,3	Branscheidt, Fredrik	83	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
6,48	+0,8	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
6,47	*	Hess, Adham	86	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
6,41	-0,5	Sonnenberg, Sergej	84	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
6,37	+0,0	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Hannover	16.06.
6,36	+0,3	Röttger, Stephan	87	LG Osnabrück	Papenburg	28.09.
6,28		Caspers, Tim	87	VfL Oldenburg	Nordenham	25.08.
6,20	-1,5	Nitschke, Claas	84	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
6,14		Schulte, Ralph	73	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
6,13	+1,2	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
6,11	+0,0	Kost, Daniel	80	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
6,10	+0,0	Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
6,07		Tjarks, Enno	86	VfL Germania Leer	Dörpen	17.08.
5,91		Riesenbeck, David	86	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.

Dreisprung

Rekord : 16,49 Müller, Frank 68 TV Norden 1989

14,33 -0,6	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Riccione/ITA	09.09.
14,00 +0,0	Branscheidt, Fredrik	83	OTB Osnabrück	Papenburg	28.09.
13,46 +0,1	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Hannover	19.05.
13,29 +0,0	Küter, Stefan	85	TV Norden	Hannover	19.05.
12,89	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
12,23 +0,0	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Hannover	19.05.
11,78	Kanne, Clemens	65	TuS Gildehaus	Nordhorn	11.05.
11,68	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
11,60	Tjarks, Enno	86	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
11,14 +0,6	Decker, Alf	67	LG Oldenburg	Hamburg	24.06.
10,53	Fuchs, Christian	85	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	21.04.
10,24 +0,7	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.
9,78	Schröder, Markus	87	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.
8,61 +0,0	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Papenburg	28.09.

Kugelstoss 7.26kg

Rekord : 18,14 Steinberg, Ewald 42 LG Osnabrück 1972

14,81	Isenecker, Roland	72	TSV Langeoog	Bremen	02.06.
14,65	Frühling, Heiko	72	SV Georgsheil	Marienhafe	11.07.
14,37	Schaa, Wilko	82	SV Georgsheil	Dörpen	17.08.
14,09	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.
13,72	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Huchting	29.04.
12,95	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
12,90	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
12,84	Meding, Alexander	72	MTV Aurich	Holtland	07.06.
12,47	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Huchting	29.04.
12,22	Regner, Mathias	76	SV Dornum	Marienhafe	09.05.
12,21	Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	05.08.
12,20	Küter, Stefan	85	TV Norden	Vaterstetten	08.09.
12,14	Zander, Robert	68	TV Norden	Hannover	19.05.
11,90	Gellink, Holger	70	LC Nordhorn	Delmenhorst	05.08.
11,89	Rabenstein, Jens	78	TV Norden	Hannover	19.05.
11,80	Müller, Mathias	80	TV Norden	Hannover	19.05.
11,77	Kost, Daniel	80	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
11,76	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Hannover	16.06.
11,75	Arjes, Michael	71	MTV Aurich	Meppen	28.04.
11,68	Logemann, Bernd	60	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.

Diskuswurf 2 kg

Rekord : 57,24 Isenecker, Roland 72 TV Norden 2002

50,03	Isenecker, Roland	72	TSV Langeoog	Wehdel	28.04.
45,26	Frühling, Heiko	72	SV Georgsheil	Hamburg	23.06.
44,05	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Osnabrück	03.06.
42,95	Mücher, Dennis	80	SV Georgsheil	Wirdum	14.04.
41,01	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
40,99	Schaa, Wilko	82	SV Georgsheil	Holtland	15.09.
40,00	Mücher, Michael	54	SV Georgsheil	Wirdum	14.04.
39,55	Küter, Stefan	85	TV Norden	Vaterstetten	09.09.
38,93	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Meppen	28.04.
38,10	Dickebohm, Johannes	85	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
37,76	Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Groß Hesepe	14.04.
37,69	Meding, Alexander	72	MTV Aurich	Holtland	07.06.
37,39	Mensing, Axel	67	LC Nordhorn	Salzgitter	10.06.

36,75	Müller, Frank	68	TV Norden	Hannover	19.05.
36,59	Sonnenberg, Sergej	84	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
36,46	Gellink, Holger	70	LC Nordhorn	Delmenhorst	05.08.
35,92	Arjes, Michael	71	MTV Aurich	Meppen	28.04.
35,92	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Osnabrück	03.06.
34,82	Tebben, Volker	79	TV Norden	Hannover	19.05.
34,62	Thielecke-Klei, Paul	86	TV Norden	Hannover	17.06.

Hammerwurf 7.26kg

Rekord : 65,66 Meyer, Askold 60 LG Bersenbrück/Engter 1982

44,46	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
42,94	Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	09.09.
40,52	Kremer, Stefan	86	TV Rütenbrock	Groß hesepe	06.10.
40,41	Krone, Ulrich	71	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
38,19	Meding, Alexander	72	MTV Aurich	Holtland	07.06.
37,54	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
36,10	Willms, Eberhard	51	MTV Aurich	Wirdum	03.10.
35,02	Suelmann, Gerd	70	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
34,63	Nagel, Uwe	66	Blexer TB	Nordenham	30.06.
34,63	Wilke, Ralf	65	TuS Bersenbrück	Delmenhorst	09.09.
34,13	Stroot, Michael	87	TV Rütenbrock	Groß hesepe	06.10.
33,11	Müller, Mathias	80	TV Norden	Hannover	19.05.
32,63	Arjes, Michael	71	MTV Aurich	Meppen	28.04.
31,70	Nagel, Hans-Joachim	59	Blexer TB	Nordenham	14.04.
29,73	Thomas, Peter	55	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
29,14	Kuhr, Harald	65	SC Osterbrock	Groß Hesepe	14.04.
27,14	Stolp, Robin	87	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
26,45	Eilers, Ralf	65	TV Norden	Hannover	19.05.
24,74	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Hannover	19.05.
24,60	Gründer, Heinz	86	TV Rütenbrock	Holtland	21.04.

Speerwurf 800 g

Rekord : 71,64 Bieck, Marcus 69 TV Norden 1995

62,25	Bergmann, Sven	83	SV Georgsheil	Leer	28.04.
59,95	Bieck, Marcus	69	TV Norden	Hamburg	24.06.
56,54	Peselmann, Nicolai	83	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
55,31	Strauß, Matthias	71	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
53,68	Pasenau, Maximilian	84	TV Norden	Hannover	17.06.
53,13	Schaa, Wilko	82	SV Georgsheil	Köln	17.01.
52,81	Surmann, Manfred	65	LG Oldenburg	Salzgitter	10.06.
52,70	Müller, Frank	68	TV Norden	Hannover	19.05.
52,11	Dickebohm, Johannes	85	OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
51,60	Logemann, Bernd	60	LG Ganderkesee	Salzgitter	10.06.
51,43	Robin, Oliver	79	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
51,17	Küter, Stefan	85	TV Norden	Vaterstetten	09.09.
49,72	Robin, Alexander	81	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
49,45	Pfingsten, Patrick	78	TV Norden	Vaterstetten	09.09.
48,74	Sonnenberg, Sergej	84	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
48,32	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
48,10	Stolp, Robin	87	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.
47,45	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Hamburg	24.06.
45,61	Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	23.05.
45,28	Kost, Daniel	80	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.

Gewichtswurf

Rekord : 13,78 Kieras, Günther 61 TV Rütenbrock 2005

12,99	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
12,46	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Meppen	18.08.
12,30	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Meppen	28.04.
12,23	Meding, Alexander	72 MTV Aurich	Meppen	28.04.
12,17	Kremer, Stefan	86 TV Rütenbrock	Groß hesepe	06.10.
11,65	Arjes, Michael	71 MTV Aurich	Meppen	28.04.
10,59	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
9,80	Stroot, Michael	87 TV Rütenbrock	Groß hesepe	06.10.
9,30	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen	28.04.
7,55	Runde, Stephan	80 LG Emstal Dörpen	Groß hesepe	06.10.

Fünfkampf

Rekord : 4.013 Müller, Frank 68 TV Norden 1989

3.572	Peselmann, Nicolai	83 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
	6,87(+0.1)-56,54-23,19(+1.9)-41,01-4:44,71			
3.167	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
	6,41(-0.5)-48,74-24,90(+1.9)-36,59-4:35,36			
2.911	Branscheidt, Fredrik	83 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
	6,51(+0.3)-45,20-25,01(+1.9)-29,85-4:48,69			
2.627	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven	16.09.
	5,77(+0.0)-33,30-24,03(+1.9)-28,25-4:49,14			
2.578	Nitschke, Claas	84 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	5,91(+0.0)-45,13-24,25(+1.9)-29,34-5:35,70			
2.479	Beintken, Jens	81 SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven	16.09.
	5,96(-0.5)-43,82-24,71(+1.9)-31,00-5:54,16			
2.472	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
	6,48-37,61-25,68-27,50-5:28,88			
2.467	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
	5,99(-0.4)-43,75-24,29(+1.9)-28,11-5:53,35			
2.447	Hess, Adham	86 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	6,47(-1.1)-27,33-23,60(+1.9)-22,67-5:21,30			
2.387	Hillebrand, Hauke	89 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	5,98(+0.2)-24,69-24,26(+1.9)-20,06-4:46,91			
2.313	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Oeynhausen	16.06.
	5,32-35,44-26,14-28,21-5:01,72			
2.257	Caspers, Tim	87 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	5,95(-0.4)-38,35-26,42(+1.9)-26,40-5:34,44			
2.216	Riesenbeck, David	86 TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
	5,91-28,28-23,7-17,65-5:20,3			
2.197	Fröhle, Carsten	85 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	5,07(+0.0)-33,58-26,79(+1.9)-24,50-4:48,01			
2.191	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	5,79(-1.9)-42,89-26,88(-1.6)-28,28-5:56,96			
1.955	Kampers, Christian	87 TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
	5,52-18,42-24,0-18,25-5:26,1			
1.914	Siegl, Alexander	65 TV Dinklage	Lohne	15.09.
	5,42-35,27-27,1-25,44-5:57,2			
1.896	Johannink, Hartmut	70 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	4,65(-2.0)-38,52-27,77(-0.4)-29,65-5:49,79			
1.857	Caspers, Jan	84 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	4,94(-0.1)-35,85-28,46(+1.9)-26,07-5:36,15			
1.834	Seelhorst, Gerhard	59 OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.
	4,87(+2.2)-32,01-27,15(+1.1)-25,02-5:41,58			

Fünfkampf Mannschaft

Rekord : 11.062 TV Norden 1989

9.650	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.
	Peselmann, N. 83 -3.572; Sonnenberg, S. 84 -3.167		
	Branscheidt, F. 83 -2.911		
7.091	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	Hess, A. 86 -2.447; Hillebrand, H. 89 -2.387		
	Caspers, T. 87 -2.257		
5.920	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	Müller, C. 64 -2.191; Johannink, H. 70 -1.896		
	Gellink, H. 70 -1.833		
5.783	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
	Knabe, W. 59 -2.472; Seelhorst, G. 59 -1.696		
	Kuk, . 66 -1.615		

Zehnkampf

Rekord : 8.256 Müller, Frank 68 TV Norden 1990

7.274	Peselmann, Nicolai 83 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	11,34(+0.9)-6,94(+1.4)-13,78-1,95-52,11		06.05.
	15,29(+1.0)-39,75-4,20-54,67-4:38,23		
6.743	Thielecke-Klei, Paul 86 TV Norden	Hannover	16.06/
	10,88(+0.2)-6,80(+0.1)-11,76-2,00-50,24		17.06.
	16,45(-0.2)-34,62-3,60-44,84-4:48,52		
6.723	Küter, Stefan 85 TV Norden	Vaterstetten	08.09/
	11,78(+0.0)-6,52(-0.9)-12,20-1,94-53,44		09.09.
	15,47(+1.8)-39,55-4,40-51,17-5:08,95		
6.600	Pasenau, Maximilian 84 TV Norden	Vaterstetten	08.09/
	11,49(+0.0)-6,23(+0.5)-12,26-1,91-52,65		09.09.
	15,21(+1.8)-35,68-4,20-50,97-5:12,74		
6.473	Pfingsten, Patrick 78 TV Norden	Vaterstetten	08.09/
	11,86(+0.0)-6,43(-0.4)-12,95-1,79-54,12		09.09.
	15,90(+0.7)-42,75-4,00-49,45-5:04,80		
5.608	Kost, Daniel 80 OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	12,10(-0.1)-5,88(+0.7)-11,38-1,72-54,70		17.06.
	16,88(-0.3)-30,02-3,60-45,28-5:02,37		
5.471	Dickebohm, Johannes 85 OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	12,39(+0.2)-5,73(+1.2)-11,18-1,72-56,77		17.06.
	17,48(-0.2)-35,19-3,10-51,91-4:56,72		
5.148	Fuchs, Christian 85 SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05/
	12,22(+1.6)-5,25(+1.2)-9,61-1,59-55,00		06.05.
	18,19(+2.0)-26,26-3,50-44,91-4:37,19		
5.119	Karn, Julien 86 TV Norden	Vaterstetten	08.09/
	11,61(+0.0)-6,22*-9,13-o.L.-51,84		09.09.
	15,51(+0.0)-25,93-3,40-36,73-4:59,65		
4.320	Strüber, Heiko 66 OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	13,13(+1.1)-5,33(+0.0)-8,24-1,60-57,99		17.06.
	19,09(-0.9)-24,76-3,10-29,57-4:47,06		

Zehnkampf Mannschaft

Rekord : 22.107 TV Norden 1990

19.838	TV Norden	Vaterstetten	08.09/
	Thielecke-Klei, P. 86 -6.515; Pasenau, M. 84 -6.600		09.09.
	Küter, S. 85 -6.723		
18.159	OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	Peselmann, N. 83 -7.080; Kost, D. 80 -5.608		17.06.
	Dickebohm, J. 85 -5.471		

Werfer-Fünfkampf

Rekord	: 2.974	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock		2005
2.847	Kieras, Günther		61	TV Rütenbrock	Meppen	28.04.
	12,78-38,93-42,29-36,26-12,84					
2.725	Meding, Alexander		72	MTV Aurich	Meppen	28.04.
	12,23-36,30-36,68-42,59-12,23					
2.653	Pahl, Ralf		68	LG Emstal Dörpen	Bad Oeynhausen	28.07.
	11,57-35,74-40,56-36,38-12,32					
2.617	Arjes, Michael		71	MTV Aurich	Meppen	28.04.
	11,75-35,92-32,63-44,40-11,65					
2.268	Kremer, Stefan		86	TV Rütenbrock	Groß hesepe	06.10.
	10,21-26,28-40,52-28,82-12,17					
2.266	Krone, Ulrich		71	SC Osterbrock	Groß hesepe	06.10.
	10,06-28,97-39,26-28,38-11,86					
2.260	Suelmann, Gerd		70	TV Rütenbrock	Meppen	18.08.
	10,50-32,55-34,45-34,34-9,90					
1.860	Stroot, Michael		87	TV Rütenbrock	Groß hesepe	06.10.
	9,41-27,25-34,13-18,49-9,80					
1.530	Runde, Stephan		80	LG Emstal Dörpen	Groß hesepe	06.10.
	9,43-20,73-19,47-29,59-7,55					
1.468	Kuhr, Harald		65	SC Osterbrock	Meppen	28.04.
	7,42-19,21-27,62-19,49-9,30					

Werfer-Fünfkampf Mannschaft

Rekord	: 6.218	TV Rütenbrock				2007
6.218	TV Rütenbrock				Groß hesepe	06.10.
	Kremer, S. 86 -2.268; Kuhnke, G. 42 -2.090					
	Stroot, M. 87 -1.860					

Frauen

100 m Lauf

Rekord	: 11,75	Bartschat, Katrin	70	LG Delmenhorst/Diepholz		1990
12,39 -0,4	Pflug, Birte		81	LG Oldenburg	Immenhausen	25.07.
12,63 +0,0	Bruning, Meike		84	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
12,4	Maaß, Mareike		87	STV Barßel	Molbergen	09.09.
12,80 +0,0	Ebeling, Eva		85	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
12,81 +1,6	Marchel, Sybille		87	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
12,85 +1,7	Moldrzyk, Natalie		87	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
13,02 +1,9	Fieger, Birgitta		64	Heidmühler FC	Zittau	07.07.
13,04 +1,6	Stieglitz, Rieke		84	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.
13,04	Gröne, Corinne		72	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
13,05 +1,2	Krause, Ruth		86	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	16.07.
13,06 +0,0	Heemsoth, Sina		87	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	24.08.
13,15 +0,0	Jurak, Jennifer		83	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
13,34 +0,4	Wollstein, Romy		86	DSC Oldenburg	Hamburg	06.05.
13,38 +1,1	Garde, Diana		70	LG Ganderkesee	Salzgitter	10.06.
13,44 +1,6	Uglova, Ellina		86	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
13,46 +1,7	Detmer, Christina		87	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
13,50	Suhling, Dagmar		69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
13,3	Niemann, Wiebke		87	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
13,3 +1,6	Ellßel, Sandra		85	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
13,55 +1,2	Wahrheit, Manuela		79	DSC Oldenburg	Oldenburg	16.07.

200 m Lauf

Rekord : 23,85 Krug, Corinna 64 1981

25,69 +0,9	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Braunschweig	01.07.
25,95 -1,5	Pflug, Birte	81	LG Oldenburg	Immenhausen	26.07.
26,21 +0,0	Maaß, Mareike	87	STV Barßel	Papenburg	28.09.
26,24 +0,5	Bruning, Meike	84	OTB Osnabrück	Braunschweig	01.07.
26,65 +0,9	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Riccione/ITA	10.09.
26,66 +0,5	Moldrzyk, Natalie	87	OTB Osnabrück	Braunschweig	01.07.
26,67 +1,5	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05.
26,78 +0,1	Stieglitz, Rieke	84	DSC Oldenburg	Zeven	27.05.
26,79 +0,6	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	16.06.
27,07 +0,8	Alpen, Svenja	84	DSC Oldenburg	Hannover	16.06.
27,16 +0,6	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Hannover	16.06.
27,23 -0,2	Fieger, Birgitta	64	Heidmühler FC	Zittau	08.07.
27,26 +1,7	Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Zittau	08.07.
27,95 -0,3	Detmer, Christina	87	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
28,37 +0,4	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Salzgitter	10.06.
28,41 +1,5	Aden, Carmen	87	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
29,00 +1,3	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Oldenburg	16.07.
29,12 +1,5	Langstenkamp, Henrieke	87	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
29,26 +1,5	Niemann, Wiebke	87	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Osnabrück	05.05.
29,40 +0,6	Petersen, Maike	85	DSC Oldenburg	Hannover	16.06.

400 m Lauf

Rekord : 52,92 Rieger, Silvia 70 TuS Eintracht Hinte 1994

57,16	Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Zittau	07.07.
58,49	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Riccione/ITA	14.09.
59,64	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
65,64	Schleutker, Jessica	87	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
67,35	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Hamburg	24.06.

800 m Lauf

Rekord : 2:01,29 Bens, Monika 66 1983

2:10,26	Schwennen, Cornelia	87	SV Concordia Emsbüren	Leverkusen	10.08.
2:16,92	Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Hamburg	23.06.
2:17,16	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Riccione/ITA	09.09.
2:21,94	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
2:23,73	Koop, Annette	58	LG Emstal Dörpen	Riccione/ITA	09.09.
2:26,23	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
2:26,72	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.
2:26,80	Alpen, Svenja	84	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
2:27,54	Bruning, Meike	84	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
2:27,55	Reinmold, Yvonne	79	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
2:27,80	Aden, Carmen	87	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
2:29,34	Leffers, Inga	87	DSC Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
2:37,52	Petersen, Maike	85	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.
2:39,94	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	16.07.
2:41,88	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
2:46,96	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Oldenburg	16.07.
2:47,38	Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	24.08.
2:48,0	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn	05.10.
2:49,95	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
2:53,66	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.

1000 m Lauf

Rekord : 2:40,66 Bruns, Anne 74 TV Meppen 1994

3:41,8	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
4:04,75	De Groot, Karen	87	LG Ganderkesee	Göttingen	30.06.
4:28,0	Ohlebusch, Birgit	71	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.
4:58,3	Westermann, Sina	87	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.
5:00,2	Gärtner, Maike	87	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.
5:16,3	Jacobi, Hiske	81	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.
5:25,9	Cordes, Michaela	79	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.

1500 m Lauf

Rekord : 4:09,12 Bruns, Anne 74 TV Meppen 1995

4:27,79	Schwennen, Cornelia	87	SV Concordia Emsbüren	Kassel	06.06.
5:00,96	Koop, Annette	58	LG Emstal Dörpen	Riccione/ITA	14.09.
5:07,80	Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	28.05.
5:10,05	Bokern, Kristina	86	VfL Oldenburg	Zeven	26.05.
5:10,26	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Minden	01.08.
5:40,08	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	05.08.
5:50,1	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.

1 Meile

Rekord : 4:51,59 Möller, Michaela 73 SV Holtensia Holte 1997

6:15,9	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn	05.10.
6:21,0	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
6:49,0	Schang, Silvia	67	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
7:09,0	Meyer, Beate	67	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
7:52,4	Voss, Käthe	54	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
8:43,0	Jacobs, Manuela	61	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
8:49,8	Keßler, Geertje	52	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
9:15,4	Leeling, Barbara	65	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord : 9:18,45 Breit, Elisabeth 64 LG Oldenburg 1986

10:09,20	Bokern, Kristina	86	VfL Oldenburg	Oldenburg	16.07.
10:43,21	Klostermann, Waltraud	60	TV Norden	Dortmund	03.06.
10:53,79	Reinmold, Yvonne	79	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
11:08,29	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	Verden	19.05.
11:10,10	Urner, Maren	84	LG Osnabrück	Minden	20.06.
11:21,47	Hoffmann, Kathrin	85	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
11:39,98	Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Telgte	24.08.
11:50,7	Hoogestraat, Sonja	76	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	13.07.
11:59,86	Schulz, Manuela	70	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
12:02,66	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Wilhelmshaven	05.05.
12:09,51	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
12:10,06	Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Hamburg	23.06.
12:21,8	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Aurich	13.07.
12:28,7	Cabrera-Otten, Vidina	70	TuS Zetel	Aurich	13.07.
13:07,25	Meier-Wegert, Claudia	67	SC Herringhausen	Verden	19.05.
14:27,2	Brinkmann, Heike	57	TuS Emstekerfeld	Löningen	06.06.
15:26,2	Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord : 16:12,07 Bruns, Anne 74 TV Meppen 1999

16:55,55	Bokern, Kristina	86	VfL Oldenburg	Hannover	25.08.
17:52,90	Willcox-Heidne, Victor	73	LG Wilhelmshaven	Borgholzhausen	10.08.
18:25,18	Klostermann, Waltraud	60	TV Norden	Essen	15.06.
19:12,22	Urner, Maren	84	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
19:17,58	Hoffmann, Kathrin	85	DSC Oldenburg	Braunschweig	30.06.
19:48,6	Hoogestraat, Sonja	76	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	15.06.
20:19,56	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Minden	11.07.
20:20,09	Beyer, Antonia	66	VfL Löningen	Papenburg	28.09.
20:31,86	Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	05.08.
20:52,38	Lübbers, Claudia	66	LAV Meppen	Alfeld	22.04.
20:58,40	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	28.06.
21:08,49	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Alfeld	22.04.
21:36,18	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.08.
22:03,3	Bleumer, Marie-Luise	63	TuS Gildehaus	Gildehaus	09.05.
22:33,5	Eichinger, Anke	63	SV Lemwerder	Nordenham	16.06.
23:21,24	Rohner, Judith	63	TuS Ofen	Alfeld	22.04.
23:33,5	Beckmann, Hildegard	61	VfL Löningen	Löningen	06.06.
23:44,9	Bruns, Jana	69	SV Nordenham	Nordenham	16.06.
23:49,3	Schulte, Rita	62	VfL Löningen	Löningen	06.06.
24:52,4	Alde, Hildegard	50	VfL Löningen	Löningen	06.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 34:00,37 Helmich, Jutta 61 OTB Osnabrück 1986

37:51,87	Bokern, Kristina	86	VfL Oldenburg	Alfeld	22.04.
41:02,5	Hoogestraat, Sonja	76	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
41:25,3	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.
42:41,75	Hoffmann, Kathrin	85	DSC Oldenburg	Alfeld	22.04.
44:16,28	Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	24.08.
44:22,50	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	24.08.
44:49,0	Stepanowicz, Marion	58	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
44:52,1	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Schortens	12.06.
45:52,94	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Delmenhorst	24.08.
47:44,9	Rohner, Judith	63	TuS Ofen	Schortens	12.06.
47:47,88	Eichinger, Anke	63	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
47:52,7	Steinke, Hilde	45	SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn	29.08.
49:52,4	Avino, Marion	68	Emder Laufgemeinschaft	Warsingsfehn	29.08.
50:13,7	Schneider, Christine	48	Emder Laufgemeinschaft	Warsingsfehn	29.08.
51:36,6	Schang, Silvia	67	TuS Ofen	Schortens	12.06.
52:45,8	Plump, Susanne	60	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
53:57,8	Engelbarts, Foline	49	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	28.04.
54:40,7	Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord : 15.680 Bussmann, Elke 66 OSC Damme 2002

14.281	Hoogestraat, Sonja	76	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
14.170	Beyer, Antonia	66	VfL Löningen	Dörpen	07.10.
13.612	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Schortens	12.06.
13.584	Fröhlking, Susanne	64	BV Garrel	Molbergen	09.09.
13.400	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	04.11.
13.044	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Delmenhorst	21.04.
12.570	Rohner, Judith	63	TuS Ofen	Schortens	12.06.
12.470	Ricke, Andrea	69	SV Lengerich-Handrup	Börger	31.08.
11.946	Gardevin, Petra	75	BV Garrel	Molbergen	09.09.
11.865	Mersch, Juliane	77	SV Lengerich-Handrup	Börger	31.08.

11.712	Herrmann, Dörthe	72	BV Garrel	Molbergen	09.09.
11.440	Alde, Hildegard	50	VfL Löningen	Molbergen	09.09.
11.427	Schang, Silvia	67	TuS Ofen	Schortens	12.06.
11.400	Austermann, Bettina	62	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst	21.04.
11.140	Meyer, Marita	66	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.
11.130	Brinkmann, Frieda	60	Fortuna Logabirum	Emden	04.11.
11.030	Plump, Susanne	60	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
10.810	Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
10.690	Bode, Sandra	68	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
10.680	Schmack, Steffi	71	Heidmühler FC	Schortens	12.06.

10 km Lauf

Rekord : 35:14 Bokern, Kristina 86 VfL Oldenburg 2007

35:14	Bokern, Kristina	86	VfL Oldenburg	Mannheim	15.09.
36:44	Willcox-Heidne, Victor	73	LG Wilhelmshaven	Versmold	22.06.
38:46	Lüken, Kerstin	76	Emder Laufgemeinschaft	Norden	21.04.
38:47	Klostermann, Waltraud	60	TV Norden	Norden	21.04.
39:09	Spallek, Christiane	65	LG Wilhelmshaven	Garrel	15.09.
39:19	Bussmann, Elke	66	OSC Damme	Münster	10.03.
39:26	Schwennen, Cornelia	87	SV Concordia Emsbüren	Nordhorn	08.09.
40:14	Köhne, Manuela	65	LG Osnabrück	Wolfenbüttel	01.05.
40:57	Hoogestraat, Sonja	76	Emder Laufgemeinschaft	Garrel	15.09.
41:07	Vedder, Elke	67	SV Germania Twist	Lingen	12.05.
41:23	Reinmold, Yvonne	79	DSC Oldenburg	Oldenburg	21.10.
41:50	Hartmann, Irmgard	62	TV Norden	Norden	21.04.
42:00	Fröhlking, Susanne	64	BV Garrel	Cloppenburg	29.09.
42:10	Hoffmann, Kathrin	85	DSC Oldenburg	Oldenburg	21.10.
42:19	Thys, Edith	82	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
42:24	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Upjever	24.08.
42:37	Rückbrod, Martina	87	TV Norden	Emden	02.06.
42:49	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
42:51	Weßling, Bettina	66	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg	21.10.
43:09	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Oldenburg	01.09.

10 km Lauf Mannschaft

Rekord : 1:52:11 OFV Ostercappeln 1998

2:07:50	TV Norden	Norden	21.04.
	Klostermann, W. 60 -38:47; Hartmann, I. 62 -41:50		
	Gronewold, E. 67 -47:13		
2:10:03	LG Wilhelmshaven I	Wilhelmshaven	15.09.
	Spallek, C. 65 -39:34; Hörig, S. 62 -44:46		
	Stepanowicz, M. 58 -45:43		
2:11:50	Emder Laufgemeinschaft I	Emden	02.06.
	Lüken, K. 76 -40:51; Peters, A. 88 -45:10		
	Buurmann, A. 74 -45:49		
2:16:35	Emder Laufgemeinschaft	Norden	21.04.
	Lüken, K. 76 -38:46; Bakker, M. 62 -47:53		
	Schneider, C. 48 -49:56		
2:22:04	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	11.03.
	Willcox-Heidne, V. 73 -38:52; Horn, J. 70 -45:22		
	Willerts, E. 36 -57:50		
2:23:20	TuS Ofen	Lemwerder	13.07.
	Werner, V. 58 -43:59; Rohner, J. 63 -46:59		
	Schang, S. 67 -52:22		
2:25:45	Emder Laufgemeinschaft	Wittmund	25.08.
	Ringena, M. 59 -47:57; Kortylack, G. 56 -48:34		
	Schulz, E. 57 -49:14		
2:49:20	TSG Hatten-Sandkrug	Norden	21.04.
	Blum, S. 59 -56:26; Carl, A. 63 -56:27		
	Iken, S. 71 -56:27		

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:17:53 Willcox, Viktoria 73 LG Wilhelmshaven 1997

1:23:28	Spallek, Christiane	65	LG Wilhelmshaven	Bad Liebenzell	02.09.
1:28:02	Köhne, Manuela	65	LG Osnabrück	Neuenkirchen	13.10.
1:28:12	Lüken, Kerstin	76	Emder Laufgemeinschaft	Steinfurt	17.03.
1:28:29	Albrecht, Nicola	75	1. TC Oldenburg	Wilhelmshaven	20.05.
1:30:29	Felsner, Frauke	67	OTB Osnabrück	Berlin	01.04.
1:30:37	Hoogestraat, Sonja	76	Emder Laufgemeinschaft	Neuenkirchen	13.10.
1:33:04	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	24.06.
1:34:33	Fröhlking, Susanne	64	BV Garrel	Löningen	23.06.
1:35:06	Vedder, Elke	67	SV Germania Twist	Bawinkel	07.04.
1:35:54	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:37:13	Mersmann, Maria	66	SV Lengerich-Handrup	Löningen	23.06.
1:37:44	Bleek, Claudia	73	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:37:58	Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Neuenkirchen	13.10.
1:39:24	Bleumer, Marie-Luise	63	TuS Gildehaus	Bawinkel	07.04.
1:39:32	Rückbrod, Martina	87	TV Norden	Dunum	31.03.
1:39:36	Kuck, Heide	60	TuS Ofen	Löningen	23.06.
1:39:36	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Bremerhaven	21.07.
1:40:20	Pinke, Marion	69	SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
1:40:29	Lübben, Astrid	71	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.
1:41:09	Schulz, Manuela	70	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.

Halbmarathonlauf Mannschaft

Rekord : 4:04:53 OFV Ostercappeln 1998

4:50:45	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
	Arlinghaus, A. 89 -1:37:07; Bleek, . 73 -1:37:44		
	Hörig, S. 62 -1:35:54		
4:55:51	OTB Osnabrück	Berlin	01.04.
	Felsner, F. 67 -1:30:29; Hoveling, A. 57 -1:42:20		
	Hovest-Zagretz, S. 62 -1:43:02		
5:07:46	SV Eintracht Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
	Pinke, M. 69 -1:40:20; Reyering, S. 69 -1:43:16		
	Lanwert, I. 68 -1:44:10		
5:13:37	VfL Löningen	Löningen	27.10.
	Schulte, R. 62 -1:47:45; Osterkamp, H. 62 -1:42:49		
	Beckmann, H. 61 -1:43:03		
5:13:50	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
	Hoogestraat, S. 76 -1:39:46; Ringena, M. 59 -1:46:01		
	Schulz, E. 57 -1:48:03		
5:40:55	SV Eintracht Neuenkirchen II	Neuenkirchen	13.10.
	Langelage, S. 70 -1:49:34; Staas, S. 61 -1:54:26		
	Waldhaus, U. 72 -1:56:55		
5:41:11	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
	Hörig, S. 62 -1:41:09; Schulz, M. 70 -1:41:09		
	Badtke, I. 41 -2:18:53		
5:42:53	TSG Hatten-Sandkrug	Löningen	23.06.
	Carl, A. 63 -1:41:10; Blum, S. 59 -1:46:03		
	Vukovac, P. 59 -2:15:40		
5:52:48	Emder Laufgemeinschaft II	Dunum	31.03.
	Kortylack, G. 56 -1:51:02; Faust, A. 60 -1:56:00		
	Engelbarts, F. 49 -2:05:46		

Marathonlauf

Rekord : 2:44:52 Rusch, Corinna 65 TV Cloppenburg 1987

2:59:59	Spallek, Christiane	65	LG Wilhelmshaven	Löningen	23.06.
3:09:31	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	Hamburg	29.04.
3:10:15	Willcox-Heidne, Victor	73	LG Wilhelmshaven	Essen	14.10.
3:11:30	Köhne, Manuela	65	LG Osnabrück	Palma/ESP	21.10.
3:13:34	Urner, Maren	84	LG Osnabrück	Bremen	30.09.
3:14:53	Felsner, Frauke	67	OTB Osnabrück	Hamburg	29.04.
3:26:40	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Bremen	30.09.
3:27:31	Pruhs, Brigitte	63	SV Quitt Ankum	Münster	09.09.
3:30:10	Iken, Sarah	71	TSG Hatten-Sandkrug	Hannover	06.05.
3:30:43	Keil, Kornelia	66	SC Melle 03	Hamburg	29.04.
3:32:48	Kulgemeyer, Christin	78	TV Georgsmarienhütte	Berlin	30.09.
3:34:43	Thys, Edith	82	LC Nordhorn	Löningen	23.06.
3:36:07	Hovest-Zagretz, Sabine	62	OTB Osnabrück	Hamburg	29.04.
3:36:36	Waßmuth, Christine	62	SV Eintr. Wiefelstede	Bremen	30.09.
3:37:36	Ringena, Marion	59	Emder Laufgemeinschaft	Hamburg	29.04.
3:41:59	Niehaus, Hildegard	60	TV Bissendorf-Holte	Hamburg	29.04.
3:42:19	Hoveling, Anita	57	OTB Osnabrück	Hannover	06.05.
3:42:33	Stepanowicz, Marion	58	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
3:42:59	Kramer, Christina	58	OSC Damme	Berlin	30.09.
3:46:19	Kortylack, Gisela	56	Emder Laufgemeinschaft	Berlin	30.09.

100 m Hürden 0.840m

Rekord : 13,58 Rieger, Silvia 70 TuS Eintracht Hinte 1997

15,23 +0,0	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Hamburg	12.08.
15,96 +0,1	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	16.06.
16,03 +1,1	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.
16,42 +1,1	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Osnabrück	03.06.
17,52 +0,5	Petersen, Maike	85	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
17,64 +0,8	Aden, Carmen	87	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
17,76 +0,8	Niemann, Wiebke	87	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Osnabrück	05.05.
18,19 -0,3	Habedank, Esther-Marie	82	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
21,04 -0,5	Alpen, Svenja	84	DSC Oldenburg	Hannover	16.06.
22,31 +0,8	Langstenkamp, Henrieke	87	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.

400 m Hürden 0.762m

Rekord : 54,22 Rieger, Silvia 70 LAC Emden 1998

67,7	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.
67,99	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Papenburg	28.09.
71,4	Aden, Carmen	86	LG Osnabrück	Osnabrück	10.05.

3000 m Hindernis

Rekord : 10:53,53 Kahmann, Kerstin 73 OFV Ostercappeln 2004

12:23,94	Hoffmann, Kathrin	85	DSC Oldenburg	Braunschweig	01.07.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 47,14 LG Oldenburg 1998

49,83	SG OTB Osna./Herringh./Hollage	Osnabrück	03.06.
	Moldrzyk, N. 87; Marchel, S. 87; Detmer, C. 87; Bruning, M. 84		

50,37	DSC Oldenburg I		Verden	19.05.
	Siemer, M. 89; Wollstein, R. 86; Stieglitz, R. 84; Ebeling, E. 85			
52,93	DSC Oldenburg II		Verden	19.05.
	Alpen, S. 84; Habedank, E. 82; Wahrheit, M. 79; Wollstein, S. 85			
53,32	SG OTB Osna./Herringh./Hollage II		Verden	19.05.
	Schleutker, . 87; Krause, . 88; Detmer, C. 87; Marchel, S. 87			
55,3	LG Ganderkesee		Delmenhorst	22.05.
	Hezemans, C. 64; Garde, D. 70; de Groot, I. 52; Braunisch, S. 59			
55,4	LG Papenburg/Aschendorf		Emden	23.09.
	Krallmann, S. 78; Schmitz, M. 87; Krause, R. 86; Nee, I. 88			
55,5	LG Osnabrück		Osnabrück	18.06.
	Hoffmann, K. 71; Gröne, C. 72; Suhling, D. 69; Kuhlmann, S. 77			
60,0	SG OTB Osna./Herringh./Hollage		Schortens	24.03.
	Rolfes, M. 86; Liegmann, K. 85; Schröder, C. 85; Schee, J. 85			
62,5	LG Papenburg/Aschendorf II		Emden	23.09.
	Koch, R. 66; Strack, A. 70; Mrosk, . 67; Heyen, A. 61			
64,6	Fortuna Wirdum		Emden	23.09.
	Thiele, H. 52; Lengert, . 80; Giesselmann, M. 73; Ellßel, . 95			

3 x 800 m Staffel

Rekord : 6:18,88 1985

8:47,8	LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.
	Meyerkord, . 71; Johannink, . 78; Ottoweß, S. 65		

Olympische Staffel

Rekord : 4:03,8 LG Osnabrück 2001

5:35,6	Blau-Weiß Hollage	Schortens	25.03.
	Rolfes, M. 86; Schee, J. 85; Schröder, C. 85; Liegmann, K. 85		

Schweden-Staffel

Rekord : 2:39,7 LG Ganderkesee 2006

2:50,7	Blau-Weiß Hollage	Schortens	24.03.
	Liegmann, K. 85; Rolfes, M. 86; Schröder, C. 85; Schee, J. 85		

Hochsprung

Rekord : 1,87 Wilken, Marlies 59 LG Wilhelmshaven 1977

1,60	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
1,54	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.09.
1,52	Petersen, Maike	85	DSC Oldenburg	Hannover	16.06.
1,48	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
1,47	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
1,45	Ebeling, Eva	85	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
1,45	Diekmann, Verena	87	SV Holtland	Leer	08.09.
1,41	Niemann, Wiebke	87	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Osnabrück	05.05.
1,40	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
1,40	Wollstein, Sara	85	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.
1,40	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
1,40	Alpen, Svenja	84	DSC Oldenburg	Hannover	16.06.
1,40	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
1,40	Koch, Renate	66	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
1,40	Pflug, Birte	81	LG Oldenburg	Delmenhorst	24.08.
1,40	Jütting, Marina	85	SV Holtland	Papenburg	28.09.
1,38	Aden, Carmen	87	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.

1,36	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
1,35	Langstenkamp, Henrieke	87	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,35	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Nordenham	16.06.

Stabhochsprung

Rekord : 2,80 Bewarder, Michaela 74 TSG Dissen 2000

2,50	Becker, Susanne	87	VfL Germania Leer	Garbsen	28.07.

Weitsprung

Rekord : 6,48 Ganseforth, Annette 70 LG Emstal Dörpen 1989

5,43 +0,0	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.
5,42 -0,8	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Braunschweig	30.06.
5,28 +0,0	Pflug, Birte	81	LG Oldenburg	Duderstadt	14.06.
5,25 -0,7	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
5,18	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Dörpen	17.08.
5,15 +0,0	Bruning, Meike	84	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
5,09	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Delmenhorst	22.05.
5,08	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
5,00 +0,0	Niemann, Wiebke	87	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
4,91 +1,4	Keller, Renate	61	LG Osnabrück	Zittau	06.07.
4,88	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
4,87 +1,2	Wollstein, Sara	85	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
4,79 +0,2	Alpen, Svenja	84	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.
4,71 +0,0	Wahrheit, Manuela	79	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.
4,64 +0,5	Uglova, Ellina	86	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
4,62	Meyer, Anke	80	SV Emstek	Leer	08.09.
4,60	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
4,49 +0,2	Moldrzyk, Natalie	87	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
4,48	Walter, Regine	67	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
4,47 +0,2	Petersen, Maike	85	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.

Dreisprung

Rekord : 12,80 Linnenbaum, Eva 89 TuS Neuenhaus 2007
12,80 Herbers, Maria 74 SC Osterbrock 1997

11,28 -1,5	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Hamburg	23.06.
10,92 -1,1	Meyer, Anke	80	SV Emstek	Braunschweig	01.07.
10,55 -1,8	Keller, Renate	61	LG Osnabrück	Zittau	07.07.
10,30 +0,0	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
10,30 +0,0	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Papenburg	28.09.
10,13 -2,3	Repking, Kirsten	67	LG Osnabrück	Zittau	07.07.
10,10	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	21.04.
9,49	Schee, Joana	85	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.
9,39	Marchel, Sybille	87	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
9,38	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Ganderkesee	24.05.
8,28	Rolfes, Martina	86	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.
7,68	Schröder, Claudia	85	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 15,43 Selzam, Ute 73 LG Osnabrück 2001

13,24	Rensen, Sandra	76	LG Emstal Dörpen	Braunschweig	30.06.
12,24	Herich, Jennifer	87	Blau-Weiß Hollage	Bersenbrück	20.04.
12,04	Maas, Andrea	78	SV Georgsheil	Georgsheil	29.07.

12,03	Niers, Claudia	83	SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	14.04.
11,62	Schütte, Melanie	81	SV Georgsheil	Wirdum	31.03.
11,41	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
11,26	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
11,15	Meyer, Anke	80	SV Emstek	Braunschweig	30.06.
11,10	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Hamburg	23.06.
11,06	Engelke, Anna Magdale	87	LG Ganderkesee	Delmenhorst	22.05.
10,84	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Meppen	28.04.
10,51	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
10,44	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05.
10,19	Nannen, Christine	81	SV Holtland	Holtland	07.06.
9,64	Hoffmann, Kerstin	71	LG Osnabrück	Delmenhorst	05.08.
9,64	Coors, Stefanie	82	VfL Oldenburg	Leer	08.09.
9,59	Heyen, Angelika	61	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
9,56	Walter, Regine	67	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
9,32	Strack, Astrid	70	LG Oldenburg	Emden	23.09.
9,32	Ohlebusch, Birgit	71	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 56,04 Galler, Dagmar 61 LG Wilhelmshaven 1980

49,98	Schütte, Melanie	81	SV Georgsheil	Holtland	21.04.
46,03	Maas, Andrea	78	SV Georgsheil	Georgsheil	29.07.
37,88	Niers, Claudia	83	SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	14.04.
37,79	Maaß, Mareike	87	STV Barßel	Holtland	15.09.
32,35	Rensen, Sandra	76	LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.09.
32,24	Stieglitz, Rieke	84	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
32,15	Engelke, Anna Magdale	87	LG Ganderkesee	Ganderkesee	24.05.
31,89	De Groot, Karen	87	LG Ganderkesee	Ganderkesee	24.05.
31,49	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Osnabrück	03.06.
30,81	Herich, Jennifer	87	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	03.06.
30,37	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Salzgitter	10.06.
30,19	Nannen, Christine	81	SV Holtland	Holtland	21.04.
29,84	Schmidt, Antke	87	Fortuna Wirdum	Wirdum	03.10.
28,30	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Holtland	14.09.
28,19	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	07.01.
27,60	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Delmenhorst	05.08.
27,06	Vienna, Kerstin	79	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
26,87	Berghaus, Margitta	78	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
25,88	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	Huchting	03.10.
25,56	Coors, Stefanie	82	VfL Oldenburg	Papenburg	28.09.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 70,73 Bunjes, Andrea 76 SV Holtland 2004

50,49	Nannen, Christine	81	SV Holtland	Holtland	07.06.
42,10	Bewarder, Stephanie	74	TSG Dissen	Dissen	03.10.
41,33	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Meppen	28.04.
36,85	Tiben, Sylvia	76	TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
36,00	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	28.07.
33,90	Neese, Birgit	66	SV Brake	Nordenham	30.06.
30,81	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
25,99	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Bad Oeynhausen	28.07.
25,89	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Groß Hesepe	14.04.
22,29	Berenzen, Karina	81	SV Groß Hesepe	Groß hesepe	06.10.
19,40	Georgs, Elke	59	Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Speerwurf 600 g

Rekord : 48,54 Breithaupt, Inge 52 LG Ganderkesee 1984

41,96	Gnoth, Kirstin	73	TuS Gildehaus	Ibbenbühren	20.05.
41,91	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Zittau	06.07.
40,01	Meyer, Anke	80	SV Emstek	Leer	08.09.
35,70	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
35,32	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Zittau	08.07.
34,29	Theissen, Melanie	82	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
34,05	De Groot, Karen	87	LG Ganderkesee	Ganderkesee	24.05.
33,48	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Nordenham	15.06.
31,84	Coors, Stefanie	82	VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
30,57	Wollstein, Romy	86	DSC Oldenburg	Vaterstetten	09.09.
28,72	Alpen, Svenja	84	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.
28,22	Brauer, Martina	79	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
26,95	Niemann, Wiebke	87	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Osnabrück	06.05.
26,28	Beyer, Antonia	66	VfL Löningen	Delmenhorst	05.08.
23,25	Krause, Ruth	86	LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	17.06.
22,77	Voigt, Imke	86	TV Hude	Delmenhorst	17.03.
21,80	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	Huchting	03.10.
21,60	Berenzen, Karina	81	SV Groß Hesepe	Groß hesepe	06.10.
21,57	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
21,10	Petersen, Maike	85	DSC Oldenburg	Hannover	17.06.

Gewichtswurf

Rekord : 12,78 Nagel, Andrea 70 Blexer TB 2006

12,74	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Meppen	28.04.
11,14	Tiben, Sylvia	76	TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
10,37	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Meppen	28.04.
9,09	Penning, Christina	87	SC Osterbrock	Groß hesepe	06.10.
8,93	Berenzen, Karina	81	SV Groß Hesepe	Groß hesepe	06.10.
8,55	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	Huchting	03.10.
8,45	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Bad Oeynhausen	28.07.

Fünfkampf

Rekord : 4.254 Gabriel, Marita 59 LG Wilhelmshaven 1980

3.084	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
	13,50-1,48-11,41-5,25-2:41,88				
2.973	Heemsoth, Sina	87	SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven	16.09.
	13,38(+0.8)-1,48-9,91-4,92(+2.5)-2:36,95				
2.796	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
	13,04-1,32-7,51-4,60-2:22,98				
2.549	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
	13,56-1,36-8,80-4,88-2:53,66				
2.221	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
	14,22-1,40-8,31-4,01-2:55,30				
2.136	Pflug, Birte	81	LG Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	12,93(+0.1)-o.L.-7,62-5,11(+2.3)-2:57,35				
1.987	Marbach, Inga	73	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
	14,80-1,32-8,65-4,17-3:09,14				

Fünfkampf Mannschaft

Rekord	: 9.391 LG Osnabrück		1999
	LG Osnabrück		20
6.757	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
	Garde, D. 70 -2.549; Braunisch, S. 59 -2.221		
	Marbach, I. 73 -1.987		

Siebenkampf

Rekord	: 5.045 Tonn, Simone	81 OTB Osnabrück		2003
4.539	Wollstein, Romy	86 DSC Oldenburg	Hannover	16.06/
	16,06(+0.1)-1,56-10,32-27,16(+0.6)			17.06.
	5,43(+0.0)-30,12-2:26,72			
4.530	Heemsoth, Sina	87 SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06/
	15,59(+0.1)-1,48-10,18-26,73(+0.6)			17.06.
	5,02(+0.0)-35,70-2:26,23			
3.784	Krause, Ruth	86 LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	16.06/
	15,96(+0.1)-1,44-6,83-26,79(+0.6)			17.06.
	5,32(+0.1)-23,25-2:50,39			
3.527	Alpen, Svenja	84 DSC Oldenburg	Hannover	16.06/
	21,04(-0.5)-1,40-8,58-27,07(+0.8)			17.06.
	4,79(+0.2)-28,72-2:29,84			
3.273	Niemann, Wiebke	87 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Osnabrück	05.05/
	17,76(+0.8)-1,41-8,74-29,26(+1.5)			06.05.
	4,85-26,95-3:05,35			
3.210	Aden, Carmen	87 LG Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	17,64(+0.8)-1,38-7,53-28,41(+1.5)			06.05.
	4,24-17,22-2:35,60			
2.858	Petersen, Maike	85 DSC Oldenburg	Hannover	16.06/
	dis.-1,52-7,34-29,40(+0.6)			17.06.
	4,47(+0.2)-21,10-2:37,52			
2.341	Langstenkamp, Henrieke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	22,31(+0.8)-1,35-6,11-29,12(+1.5)			06.05.
	3,83-20,93-3:02,47			

Werfer-Fünfkampf

Rekord	: 2.898 Nagel, Andrea	70 Blexer TB		2007
2.898	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Meppen	28.04.
	10,84-25,39-41,33-33,14-12,74			
2.726	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Meppen	28.04.
	11,21-24,00-35,89-38,08-10,37			
2.222	Rotkehl, Birte	73 SC Melle 03	Bad Oeynhausen	28.07.
	10,03-23,46-25,99-33,53-8,45			
2.092	Tiben, Sylvia	76 TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
	8,02-20,98-36,85-14,75-11,14			
2.014	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Groß hesepe	06.10.
	9,80-29,35-22,30-19,69-9,09			
1.958	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Huchting	03.10.
	7,85-25,88-28,29-21,80-8,55			
1.842	Berenzen, Karina	81 SV Groß Hesepe	Groß hesepe	06.10.
	8,85-21,92-22,29-21,60-8,93			

Männliche Jugend A

100 m Lauf

Rekord : 10,58 Amarteifio, Patrick 73 LG Wilhelmshaven 1992

10,99 +2,0	Eilers, Saarko	89	TV Norden	Garbsen	28.07.
11,05 +2,0	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Garbsen	28.07.
10,9	Dixon, Dean	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
11,40 +0,0	Kopatz, Felix	89	LG Osnabrück	Papenburg	14.07.
11,2	Aden, Martin	89	TuS Eintracht Hinte	Leer	28.04.
11,2	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
11,50 +1,1	Scheutwinkel, Wilke	89	TV Norden	Oldenburg	16.07.
11,3	Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
11,58 +0,0	zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
11,60 +0,8	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	05.07.
11,66 +1,8	Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,71 +0,2	Hillebrand, Hauke	89	VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
11,74 +1,9	Bienert, Timo	88	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,78 +1,3	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
11,82 +0,0	Amaro, Diego	89	SC Osterbrock	Papenburg	14.07.
11,86 +0,0	Kohne, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Papenburg	14.07.
11,88 +0,2	van Lengerich, Jan-Hen	88	VfL Lingen	Minden	20.06.
11,95 +1,1	Cordes, Carsten	89	Heidmühler FC	Osnabrück	03.06.
11,96 +0,5	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	05.07.
12,05 +1,0	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.

200 m Lauf

Rekord : 21,67 Röttger, Stephan 87 VfL Lingen 2006

22,27 +1,7	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Garbsen	28.07.
22,63 +0,9	Eilers, Saarko	89	TV Norden	Osnabrück	03.06.
22,67 +0,0	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Papenburg	15.07.
22,75 +1,7	Scheutwinkel, Wilke	89	TV Norden	Garbsen	28.07.
23,08 +0,7	Kopatz, Felix	89	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
22,9 +0,7	Aden, Martin	89	TuS Eintracht Hinte	Leer	28.04.
23,23 +0,7	Kohne, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Wilhelmshaven	26.08.
23,25 +0,6	Dixon, Dean	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Oldenburg	29.08.
23,28 +0,3	Bienert, Timo	88	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
23,47 +0,9	Hillebrand, Hauke	89	VfL Oldenburg	Papenburg	28.09.
23,68 +0,9	Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	28.09.
23,88 +0,1	van Lengerich, Jan-Hen	88	VfL Lingen	Minden	20.06.
24,12 +0,1	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Wunstorf	18.07.
24,40 -0,7	Gruber, Daniel	89	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
24,40 +0,8	Sidnikow, Nico	89	LG Uplengen	Osnabrück	03.06.
24,64 +0,8	Maaß, Hauke Michae	89	STV Barßel	Oldenburg	16.07.
24,68 -0,3	Mönkediek, Jan	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.06.
24,69 +1,4	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Wilhelmshaven	05.05.
24,74 +1,4	Cordes, Carsten	89	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	05.05.
24,98 +0,2	Bode, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	16.05.

400 m Lauf

Rekord : 46,94 Caspers, Claas 86 Heidmühler FC 2004

48,30	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.07.
51,58	Bienert, Timo	88	LG Osnabrück	Braunschweig	30.06.
51,69	Gruber, Daniel	89	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
52,29	Amaro, Diego	89	SC Osterbrock	Papenburg	14.07.
52,59	van Lengerich, Jan-Hen	88	VfL Lingen	Papenburg	14.07.
52,70	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Hannover	16.06.

52,8	Kohne, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Halen	06.09.
53,43	Placke, Jan	89	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
53,90	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
54,04	Maaß, Hauke Michae	89	STV Barßel	Zeven	26.05.
54,32	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
54,55	Scheutwinkel, Wilke	89	TV Norden	Hannover	19.05.
54,64	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.07.
54,80	Brümmer, Jan	89	TuS Haren	Osnabrück	05.05.
54,82	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
54,86	Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
54,93	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Leer	08.09.
55,53	zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
55,59	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
55,63	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Leer	08.09.

800 m Lauf

Rekord : 1:50,2 Plätzer, Stefan 66 TuS Ofen 1985

1:51,49	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Ulm	05.08.
1:54,98	Gruber, Daniel	89	LG Emstal Dörpen	König Wusterhausen	07.07.
1:56,05	Pehrs, Florian	89	TuS Gildehaus	Berlin	26.05.
1:57,81	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Zeven	27.05.
1:59,16	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Minden	11.07.
1:59,30	Kühling, Fabian	88	BV Garrel	Delmenhorst	28.06.
2:08,56	Asche, Joost	88	VfL Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
2:09,9	Meinen, Sven	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
2:13,95	Darimont, Sebastian	88	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
2:25,08	Cordes, Carsten	89	Heidmühler FC	Delmenhorst	21.04.

1000 m Lauf

Rekord : 2:24,6 Schlachter, Henri 61 TuS Pewsum 1980

2:27,53	Pehrs, Florian	89	TuS Gildehaus	Leverkusen	10.08.
2:28,39	Gruber, Daniel	89	LG Emstal Dörpen	Leverkusen	10.08.
2:31,28	Klingenberg, Sadik	89	LG Emstal Dörpen	Leverkusen	10.08.
2:35,39	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Osnabrück	05.06.
2:35,6	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Löningen	06.06.
2:36,37	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Garbsen	28.07.
2:43,87	Meyer, Dennis	89	VfL Germania Leer	Papenburg	28.09.
2:44,8	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
2:47,6	Friesen, Peter	89	VfL Lingen	Lingen	11.07.
2:52,0	Kock, Christofer	88	BV Garrel	Löningen	06.06.
2:53,14	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
2:54,39	Stolp, Moritz	89	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
2:54,76	Klus, Benedikt	89	LG Osnabrück	Osnabrück	05.06.
2:57,8	Hardt, Tobias	89	TuS Gildehaus	Gildehaus	09.05.
2:58,62	Werkmeister, Bastian	89	BSV Holzhausen	Osnabrück	05.06.
2:59,2	Darimont, Sebastian	88	DSC Oldenburg	Sottrum	21.06.
3:06,7	Onkelbach, Jan	89	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
3:06,9	Cordes, Carsten	89	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
3:10,27	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.

1500 m Lauf

Rekord : 3:49,0 Gebhardt, Peter 55 1974

3:53,92	Pehrs, Florian	89	TuS Gildehaus	Mannheim	22.06.
3:57,83	Klingenberg, Sadik	89	LG Emstal Dörpen	Braunschweig	01.07.

3:58,46	Gruber, Daniel	89	LG Emstal Dörpen	Ulm	04.08.
3:59,58	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Braunschweig	01.07.
4:05,00	Kühling, Fabian	88	BV Garrel	Delmenhorst	05.07.
4:05,44	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Braunschweig	01.07.
4:05,77	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Braunschweig	01.07.
4:06,32	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Osnabrück	03.06.
4:20,53	Brinkmann, Max Philipp	88	VfL Germania Leer	Dörpen	13.05.
4:26,68	Asche, Joost	88	VfL Oldenburg	Osnabrück	03.06.
4:29,70	Klus, Benedikt	89	LG Osnabrück	Papenburg	14.07.
4:31,7	Eichinger, Christian	89	SV Lemwerder	Nordenham	15.06.
4:35,7	Meinen, Sven	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
4:36,22	Meyer, Dennis	89	VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.07.
4:37,1	Trudrung, Waldemar	89	SV Lemwerder	Nordenham	15.06.
4:43,41	Werkmeister, Bastian	89	BSV Holzhausen	Osnabrück	03.06.
4:44,7	Ammermann, Karsten	88	SV Lemwerder	Nordenham	15.06.
4:46,91	Hillebrand, Hauke	89	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
4:56,55	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
4:58,9	Sommer, Tobias	89	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.

1 Meile

Rekord : 4:21,15 Dieckmann, Arno 87 OTB Osnabrück 2005

4:37,3	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Emden	21.09.
4:38,6	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Bad Zwischenahn	05.10.
4:47,7	Meyer, Dennis	89	VfL Germania Leer	Emden	21.09.
4:56,45	Klus, Benedikt	89	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
4:57,1	Schneider, Mirko	89	VfL Germania Leer	Emden	21.09.
5:17,80	Werkmeister, Bastian	89	BSV Holzhausen	Osnabrück	03.07.
5:19,69	Sommer, Tobias	89	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.

3000 m Lauf

Rekord : 8:21,39 Wehmeyer, Axel 66 SpVg Fürstenau 1984

8:28,54	Pehrs, Florian	89	TuS Gildehaus	Leiden/NED	09.06.
8:39,22	Klingenberg, Sadik	89	LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	25.08.
9:00,06	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Wilhelmshaven	25.08.
9:02,24	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Minden	20.06.
9:08,12	Brinkmann, Max Philipp	88	VfL Germania Leer	Papenburg	14.07.
9:23,2	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
9:39,80	Meyer, Dennis	89	VfL Germania Leer	Wilhelmshaven	25.08.
9:41,20	Asche, Joost	88	VfL Oldenburg	Papenburg	14.07.
10:08,5	Kock, Christofer	88	BV Garrel	Aurich	13.07.
10:18,4	Meinen, Sven	89	LG Wilhelmshaven	Aurich	13.07.
10:55,59	Stolp, Moritz	89	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
11:06,1	Onkelbach, Jan	89	TuS Ofen	Leer	28.04.
11:24,5	Kettwig, Christoph	88	VfL Germania Leer	Leer	28.04.

5000 m Lauf

Rekord : 14:15,0 Gebhardt, Peter 55 VfL Lingen 1974

15:12,06	Pehrs, Florian	89	TuS Gildehaus	Amsterdam/NED	03.06.
15:42,07	Brinkmann, Max Philipp	88	VfL Germania Leer	Braunschweig	30.06.
16:13,34	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Alfeld	22.04.
16:18,4	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
16:41,5	Meyer, Dennis	89	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
16:42,57	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Borgholzhausen	10.08.
16:53,5	Eichinger, Christian	89	SV Lemwerder	Nordenham	16.06.
17:13,61	Trudrung, Waldemar	89	SV Lemwerder	Alfeld	22.04.

17:21,8	Asche, Joost	88	VfL Oldenburg	Nordenham	25.08.
17:48,4	Kühling, Fabian	88	BV Garrel	Löningen	06.06.
17:53,40	Kock, Christofer	88	BV Garrel	Alfeld	22.04.
17:54,5	Ammermann, Karsten	88	SV Lemwerder	Nordenham	16.06.
18:11,30	Meinen, Sven	89	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	28.06.
19:02,25	Brümmer, Jan	89	TuS Haren	Dörpen	13.05.
19:07,62	Ridder, Carlos	89	Delmenhorster TV	Delmenhorst	09.09.
20:50,85	Hartung, Paul	89	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
22:21,9	Stache, Henrik	89	Blexer TB	Nordenham	16.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 30:44,6 Thünemann, Andreas 64 TV Meppen 1983

35:00,78	Eichinger, Christian	89	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
36:10,98	Trudrung, Waldemar	89	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
38:15,68	Ammermann, Karsten	88	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
38:29,86	Wessels, Thies	90	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
38:52,8	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Schortens	12.06.
38:55,2	Meinen, Sven	89	LG Wilhelmshaven	Aurich	28.04.
40:15,82	Böning, Birger	90	SV Brake	Delmenhorst	24.08.

1 Stunde Lauf

Rekord : 16.052 Kühling, Fabian 88 BV Garrel 2007

16.052	Kühling, Fabian	88	BV Garrel	Molbergen	09.09.
14.136	Kock, Christofer	88	BV Garrel	Molbergen	09.09.
13.230	Hartung, Paul	89	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.

10 km Lauf

Rekord : 31:24 Müller, Vitali 86 SG Essen-Garthe-Molbgn. 2005

32:58	Gyöngyösi, Martin	88	Vareler TB	Oldenburg	21.10.
33:28	Nerkamp, Jens	89	BV Garrel	Oldenburg	21.10.
34:02	Eichinger, Christian	89	SV Lemwerder	Brake	09.09.
34:14	Brinkmann, Max-Philipp	88	VfL Germania Leer	Wolfenbüttel	18.03.
34:43	Kühling, Fabian	88	BV Garrel	Garrel	15.09.
34:54	Meyer, Dennis	89	VfL Germania Leer	Oldenburg	21.10.
35:16	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Wolfenbüttel	01.05.
35:16	Trudrung, Waldemar	89	SV Lemwerder	Oldenburg	21.10.
36:07	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Wolfenbüttel	18.03.
36:27	Denker, Kai	89	DSC Oldenburg	Ofen	03.10.
36:45	Schneider, Mirko	89	VfL Germania Leer	Wolfenbüttel	18.03.
36:46	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Wolfenbüttel	18.03.
37:27	Brümmer, Jan	89	TuS Haren	Wolfenbüttel	18.03.
37:28	Kock, Christofer	88	BV Garrel	Garrel	15.09.
37:34	Ammermann, Karsten	88	SV Lemwerder	Brake	09.09.
37:51	Asche, Joost	88	VfL Oldenburg	Wolfenbüttel	18.03.
38:11	Schweer, Jannek	88	LG Osnabrück	Neuenkirchen	18.05.
39:57	Brunken, Rene	89	Vareler TB	Oldenburg	01.09.
40:27	Onkelbach, Jan	89	TuS Ofen	Wolfenbüttel	18.03.
40:35	Darimont, Sebastian	88	DSC Oldenburg	Oldenburg	11.03.

10 km Lauf Mannschaft

Rekord : 1:43:04 SG Essen-Garthe-Molbergen 2003

1:45:57	VfL Germania Leer	Wolfenbüttel	18.03.
	Brinkmann, M. 88 -34:14; Meyer, D. 89 -35:35		
	Wiechmann, S. 88 -36:08		
1:46:28	BV Garrel	Garrel	15.09.
	Nerkamp, J. 89 -34:17; Kühling, F. 88 -34:43		
	Kock, C. 88 -37:28		
1:47:05	SV Lemwerder	Brake	09.09.
	Eichinger, C. 89 -34:02; Trudrung, W. 89 -35:29		
	Ammermann, K. 88 -37:34		

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:12:38 Harwardt, Valentin 77 Emder Laufgemeinschaft 1996

1:16:21	Brinkmann, Max Philipp	88	VfL Germania Leer	Neuenkirchen	13.10.
1:16:58	Eichinger, Christian	89	SV Lemwerder	Hannover	06.05.
1:17:53	Trudrung, Waldemar	89	SV Lemwerder	Hannover	06.05.
1:22:10	Ammermann, Karsten	88	SV Lemwerder	Hannover	06.05.
1:29:47	Meinen, Sven	89	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:32:21	Brunken, Rene	89	Vareler TB	Wilhelmshaven	20.05.
1:51:55	Menge, Frederik	88	TSG Hatten-Sandkrug	Schortens	15.04.

Halbmarathonlauf Mannschaft

Rekord : 3:57:01 SV Lemwerder 2007

3:57:01	SV Lemwerder	Hannover	06.05.
	Eichinger, C. 89 -1:16:58; Trudrung, W. 89 -1:17:53		
	Ammermann, K. 88 -1:22:10		

110 m Hürden 0.991m

Rekord : 14,20 Blessin, Florian 76 LG Delmenhorst 1995

14,41 +1,2	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	26.08.
15,70 -1,0	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
15,87 +0,0	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
16,34 +0,0	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	15.07.
16,35 +0,5	Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
16,72 -1,0	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
17,46 +0,5	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Osnabrück	03.06.
18,00 +0,5	Geers, Joscha	89	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	03.06.

400 m Hürden 0.914m

Rekord : 52,7 Hustede, Willi 59 LG Bersenbrück/Engter 1976

55,96	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Zeven	27.05.
62,82	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Hannover	19.05.
65,81	Brümmer, Jan	89	TuS Haren	Papenburg	28.09.

2000 m Hindernis

Rekord	: 5:51,6	Wehmeyer, Axel	66	SpVg Fürstenau	1984
6:11,91	Pehrs, Florian	89	TuS Gildehaus	Braunschweig	01.07.
6:31,21	Kuk, Viktor	89	OSC Damme	Papenburg	28.09.
6:33,30	Wiechmann, Steffen	88	VfL Germania Leer	Papenburg	28.09.
7:35,61	Hartung, Paul	89	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.

4 x 100 m Staffel

Rekord	: 42,27 LG Wilhelmshaven		1999
42,29	TV Norden	Ulm	05.08.
	Goldenstein, C. 88; Scheutwinkel, W. 89; Eilers, S. 89; Nordmann, D. 90		
42,85	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
	Bienert, T. 88; Kopatz, F. 89; Röwekamp, C. 90; Jochmann, P. 90		
43,76	SG Friedrichsfehn/Delmenhorst	Ulm	05.08.
	Kinast, V. 90; Jürgens, T. 88; Schulze, T. 88; Lersch, K. 91		
45,36	OTB Osnabrück	Papenburg	15.07.
	Hellmann, C. 90; Tillmann, . 91; Flohr, D. 91; Hollmann, M. 88		
45,86	Blau-Weiß Hollage	Wilhelmshaven	25.08.
	Bode, C. 89; Czech, H. 88; Kohne, C. 89; Schwarzwald, J. 90		
46,28	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
	Plöger, H. 88; Schütt, C. 90; Kösters, S. 90; Kösters, J. 90		

4 x 400 m Staffel

Rekord	: : OTB Osnabrück		2005
	3:19,6		1976
3:22,31	LG Osnabrück	Erfurt	21.07.
	Bienert, T. 88; Kopatz, F. 89; Röwekamp, C. 90; Jochmann, P. 90		
3:33,9	LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	28.04.
	Kösters, J. 90; Kösters, S. 90; Schütt, C. 90; Gerbrand, R. 88		
4:00,2	OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Riemann, J. 91; Hellmann, C. 90; Tillmann, P. 91; Scheer, H. 91		

3 x 1000 m Staffel

Rekord	: 7:37,97 LAC Emden		1990
8:33,1	BV Garrel	Löningen	23.05.
	Nerkamp, J. 89; Kock, C. 88; Ferneding, J. 90		

Schweden-Staffel

Rekord	: 1:59,59 LG Osnabrück		2005
2:13,3	Blau-Weiß Hollage	Schortens	24.03.
	Schwarzwald, J. 90; Bode, C. 89; Czech, H. 88; kohne, . 89		

10.000 m Bahngehen

Rekord	: 43:24,53 Luttmann, Andreas	69	OFV Ostercappeln		1988
47:57,89	Schweer, Jannek	88	LG Osnabrück	Hannover	25.08.

Hochsprung

Rekord	: 2,20	Zumsande, Hannes	79	LG Emstal Dörpen	1998
2,00		Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
1,86		Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,80		Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	21.04.
1,77		Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
1,76		Geers, Joscha	89	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.
1,76		Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	21.04.
1,72		Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Hannover	16.06.
1,69		zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.09.
1,65		Mönkediek, Jan	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,64		Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
1,56		Brümmer, Jan	89	TuS Haren	Osnabrück	05.05.
1,50		Stache, Henrik	89	Blexer TB	Nordenham	16.06.
1,47		Bienert, Timo	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.

Stabhochsprung

Rekord	: 4,50	Schwagmann, Norbert	73	LG Papenburg/Aschendorf	1992
2,92		Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	21.04.
2,90		Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
2,80		Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
2,52		Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
2,40		Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
2,00		zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.

Weitsprung

Rekord	: 7,48	Müller, Frank	68	TV Norden	1987
6,53	+0,4	Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
6,45	+0,2	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Hannover	16.06.
6,24	-0,4	Mönkediek, Jan	88	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
6,21		Hillebrand, Hauke	89	VfL Oldenburg	Nordenham	25.08.
6,20	+0,9	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	28.06.
6,16		Czech, Henning	88	Blau-Weiß Hollage	Schortens	27.03.
6,12	+1,2	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
6,07	-0,9	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	28.06.
6,05		Hensch, Richard	89	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
6,05	-1,9	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
6,02	+1,2	zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
5,98	-1,0	Plöger, Holger	88	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
5,81		van Lengerich, Jan-Hen	88	VfL Lingen	Lingen	11.07.
5,55		Geers, Joscha	89	Blau-Weiß Hollage	Schortens	27.03.
5,49	+0,9	Schnieder, Aaron	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,43		Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
5,41	+0,9	Rippen, Tobias	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,31		Friesen, Peter	89	VfL Lingen	Lingen	11.07.
5,21		Reumann, Philipp	89	Blexer TB	Seefeld	15.09.
5,18	+1,7	Brümmer, Jan	89	TuS Haren	Osnabrück	05.05.

Dreisprung

Rekord	: 15,84	Müller, Frank	68	TV Norden	1987
13,28	+0,7	Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Papenburg	14.07.
11,87	+0,1	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
11,85		Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	21.04.

11,53 +0,2	Plöger, Holger	88	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
10,95	Geers, Joscha	89	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.
10,93	Czech, Henning	88	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.

Kugelstoss 6 kg

Rekord : 17,69 Isenecker, Roland 72 LG Wilhelmshaven 1991

13,26	Schwarte, Daniel	88	TSG Dissen	Minden	05.05.
13,11	zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	23.05.
12,87	Ries, Sven	88	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.
12,40	Reumann, Philipp	89	Blexer TB	Seefeld	15.09.
12,08	Plöger, Holger	88	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
12,05	Maaß, Hauke Michae	89	STV Barßel	Papenburg	14.07.
11,72	Mönkediek, Jan	88	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,51	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05.
10,78	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Hannover	16.06.
10,75	Lindner, Alexander	88	VfL Lingen	Lingen	11.07.
10,73	Verhoef, Oliver	89	TuS Tossens	Nordenham	30.06.
10,61	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.
10,14	Flaspöhler, Sebastian	91	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
10,05	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Wirdum	31.03.
9,81	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
9,56	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
9,55	van Lengerich, Jan-Hen	88	VfL Lingen	Lingen	11.07.
9,39	Fehrendt, Ihno	90	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.
9,25	Hollmann, Markus	88	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
9,03	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.

Diskuswurf 1.75kg

Rekord : 57,98 Isenecker, Roland 72 LG Wilhelmshaven 1991

44,22	Peters, Derk	91	SV Georgsheil	Wilhelmshaven	25.08.
38,99	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Osnabrück	03.06.
38,78	Plöger, Holger	88	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
36,66	zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.
34,02	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	03.06.
30,51	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Zeven	26.05.
30,39	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
29,56	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
29,00	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
27,04	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
26,72	Reumann, Philipp	89	Blexer TB	Nordenham	15.06.
26,71	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Hannover	17.06.
25,31	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Wunstorf	23.09.
24,46	Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	28.09.
20,82	Donder, Tobias	89	SC Union Emlichheim	Nordhorn	11.05.

Hammerwurf 6 kg

Rekord : 57,55 Wixler, Andreas 84 TSG Dissen 2003

47,69	Schwarte, Daniel	88	TSG Dissen	Minden	20.06.
29,23	Plöger, Holger	88	LG Papenburg/Aschendorf	Groß hesepe	06.10.
28,79	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Wirdum	31.03.
27,21	Verhoef, Oliver	89	TuS Tossens	Nordenham	30.06.
26,37	Reumann, Philipp	89	Blexer TB	Nordenham	30.06.
21,04	Stache, Henrik	89	Blexer TB	Nordenham	14.04.

Speerwurf 800 g

Rekord : 67,93 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 2002

47,25	zur Loye, Rainer	88 SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	23.05.
46,59	Jürgens, Tim	88 SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	23.05.
42,32	Dittrich, Arne	89 TV Norden	Hannover	19.05.
41,43	Adam, Tobias	89 TuS Weener	Osnabrück	03.06.
39,83	Reumann, Philipp	89 Blexer TB	Nordenham	16.06.
39,12	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	17.06.
36,65	Plöger, Holger	88 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.
33,25	Schulze, Timo	88 SV Friedrichsfehn	Hannover	17.06.
32,28	Groß, Marvin	89 Delmenhorster TV	Delmenhorst	17.03.
30,27	Tute, Max	88 OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
27,50	Hartung, Paul	89 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
24,69	Hillebrand, Hauke	89 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
21,75	Donder, Tobias	89 SC Union Emlichheim	Nordhorn	11.05.

Gewichtswurf

Rekord : 12,16 Plöger, Holger 88 LG Papenburg/Aschendorf 2007

12,16	Plöger, Holger	88 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	06.10.

Fünfkampf

Rekord : 3.862 Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1997

3.234	Goldenstein, Carsten	88 TV Norden	Hannover	16.06.
	11,46(-0.2)-6,45(+0.2)-10,78-1,72-52,70			
3.105	Tute, Max	88 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	11,78(+1.3)-6,12(+1.2)-9,81-1,86-53,90			
3.079	Hollmann, Markus	88 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
	11,91(-0.9)-6,53(+0.4)-9,25-1,84-54,86			
2.943	Jürgens, Tim	88 SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05.
	11,99(+1.3)-6,02(+1.0)-11,51-1,77-57,03			
2.919	Schulze, Timo	88 SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
	11,63(+0.0)-5,92(+1.5)-9,56-1,72-54,82			
2.893	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	12,05(+1.0)-6,04(+1.2)-9,91-1,77-55,59			
2.842	zur Loye, Rainer	88 SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06.
	11,77(-0.9)-6,02(+1.2)-12,40-1,44-55,53			
2.779	Mönkediek, Jan	88 LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	11,97(+3.7)-6,07(+1.1)-11,53-1,65-59,27			
2.668	Bienert, Timo	88 LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	11,52(+3.7)-5,17(+1.1)-8,93-1,47-52,19			
2.626	Röwekamp, Christian	90 LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	11,69(+1.0)-5,46(+0.6)-7,42-1,59-53,72			
2.518	Buß, Ingo	89 TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
	11,3-5,43-8,44-1,64-59,7			
2.398	Brümmer, Jan	89 TuS Haren	Osnabrück	05.05.
	12,61(+1.0)-5,18(+1.7)-8,64-1,56-54,80			
2.040	Kopatz, Niels	91 LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	12,19(+1.3)-4,47(+1.8)-6,74-1,56-59,95			

Zehnkampf

Rekord : 7.044 Peselmann, Nicolai 83 OTB Osnabrück 2002

5.335	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	12,04(+0.2)-6,03(+0.0)-9,24-1,84-54,54				17.06.
	15,90(+0.0)-29,00-2,80-30,27-4:56,55				
5.254	Jürgens, Tim	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06/
	12,12(-0.9)-5,98(+0.2)-10,98-1,68-54,32				17.06.
	15,70(-1.0)-28,42-2,40-41,29-5:17,30				
5.040	Gerbrand, Ralf	88	LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	16.06/
	12,28(-0.9)-5,45(+0.4)-9,89-1,72-55,94				17.06.
	16,65(-1.0)-29,42-2,80-39,12-5:07,18				
4.687	Schulze, Timo	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06/
	11,63(+0.2)-5,92(+1.5)-9,56-1,72-54,82				17.06.
	16,72(-1.0)-30,39-o.L.-33,25-5:52,14				
4.088	zur Loye, Rainer	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	16.06/
	11,77(-0.9)-6,02(+1.2)-12,40-1,44-55,53				17.06.
	aufg.-34,71-2,00-47,24-aufg.				

Zehnkampf Mannschaft

Rekord : 19.767 TV Norden 1997

14.029	SV Friedrichsfehn			Hannover	16.06/
	Jürgens, T. 88 -5.254; Schulze, T. 88 -4.687				17.06.
	zur Loye, R. 88 -4.088				

Weibliche Jugend A

100 m Lauf

Rekord : 11,81 Krug, Corinna 64 1983

12,33 +0,1	Hermes, Theresa	89	LG Emstal Dörpen	Papenburg	14.07.
12,42 *	Straus, Hanne	89	LG Wilhelmshaven	Velma-Alma/USA	28.04.
12,73 +0,4	Esderts, Birgit	89	LAC Emden	Wilhelmshaven	25.08.
12,83 +0,0	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Papenburg	14.07.
13,03 +1,3	Linnenbaum, Eva	89	TuS Neuenhaus	Osnabrück	03.06.
13,06 +1,2	Siemer, Marie-Kathri	89	DSC Oldenburg	Oldenburg	16.07.
13,07 +0,3	Hunfeld, Karina	89	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
13,07 -2,5	De Buhr, Ramona	89	SV Georgsheil	Wilhelmshaven	25.08.
13,08 +1,8	de Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Garbsen	28.07.
13,26 -1,1	Seeger, Lisa	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Garbsen	01.05.
13,30 -0,2	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Papenburg	14.07.
13,34 +0,3	Blömer, Franziska	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	03.06.
13,36 +1,9	Klibert, Patricia	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
13,37 +0,1	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	05.05.
13,37 +0,5	Poll, Lena	88	SC Osterbrock	Osnabrück	03.06.
13,39 +1,2	De Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Oldenburg	16.07.
13,51 +0,5	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	16.05.
13,61 +0,3	Ohmstede, Dörthe	89	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
13,70 +0,3	Altevers, Julia	89	SC Osterbrock	Osnabrück	03.06.
14,07 +3,3	Jung, Kristin	89	LG Wilhelmshaven	Osnabrück	03.06.

200 m Lauf

Rekord : 23,85 Krug, Corinna 64 1983

25,04 +0,0	Hermes, Theresa	89	LG Emstal Dörpen	Papenburg	15.07.
25,90 *	Straus, Hanne	89	LG Wilhelmshaven	Velma-Alma/USA	28.04.

26,35 -0,5	Seeger, Lisa	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Garbsen	01.05.
26,45 -0,5	Hunfeld, Karina	89	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
26,56 +0,9	Linnenbaum, Eva	89	TuS Neuenhaus	Zeven	27.05.
26,60 +0,1	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Papenburg	15.07.
27,13 +1,3	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	16.06.
27,20 +0,9	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	05.05.
27,23 -0,1	De Buhr, Ramona	89	SV Georgsheil	Dörpen	17.08.
27,38 -0,5	Ohmstede, Dörthe	89	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
27,66 +1,3	De Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Oldenburg	16.07.
28,18 -0,5	Poll, Lena	88	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
28,22 +0,9	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
28,24 +0,9	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
29,08 +0,0	Klumpe, Katharina	88	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.

400 m Lauf

Rekord : 53,70 Huneke, Heike 66 1984

56,32	Seeger, Lisa	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	KönigsWusterhausen	08.07.
57,97	Ohmstede, Dörthe	89	LG Emstal Dörpen	Ulm	04.08.
58,23	Hunfeld, Karina	89	LG Emstal Dörpen	Papenburg	14.07.
62,21	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	16.05.

800 m Lauf

Rekord : 2:01,29 Bens, Monika 66 1983

2:06,72	Seeger, Lisa	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Potsdam	09.06.
2:14,46	Bültena, Wiebke	88	MTV Aurich	Braunschweig	30.06.
2:19,95	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	03.07.
2:24,98	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Papenburg	14.07.
2:41,29	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	17.06.
2:43,9	Leschik, Katja	89	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
2:47,8	Kock, Jennifer	88	SV Schwarz-Weiß Lindern	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord : 4:18,42 Thieke, Stephanie 86 LG Emstal Dörpen 2004

4:47,67	Seeger, Lisa	88	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg	15.07.
4:56,28	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	03.06.
5:23,44	Glüsenkamp, Petra	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
5:41,46	Arlinghaus, Ann-Katrin	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.08.

3000 m Lauf

Rekord : 9:19,98 Janhsen, Frieda 65 1984

11:59,00	Arlinghaus, Ann-Katrin	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.08.
12:06,32	Glüsenkamp, Petra	88	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
12:29,9	Bronn, Frauke	89	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
12:44,19	Leschik, Katja	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
13:27,8	Kock, Jennifer	88	SV Schwarz-Weiß Lindern	Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord : 16:41,9 Bruns, Anne 74 TV Meppen 1993

21:05,10	Regenberg, Lynn	88	Emder Laufgemeinschaft	Papenburg	28.09.
21:07,60	Bronn, Frauke	89	VfL Germania Leer	Papenburg	28.09.

10 km Lauf

Rekord : 36:45 Schwennen, Cornelia 87 SV Concordia Emsbüren 2005

42:52	Peters, Annike	88	Emder Laufgemeinschaft	Wolfenbüttel	18.03.
42:55	Bronn, Frauke	89	VfL Germania Leer	Oldenburg	21.10.
43:12	Arlinghaus, Ann-Katrin	89	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
49:02	Leschik, Katja	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
50:04	Preuth, Sarah	88	BV Garrel	Schortens	15.04.
51:12	Kock, Jennifer	88	SV Schwarz-Weiß Lindern	Garrel	15.09.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:36:01 Rückbrod, Martina 87 TV Norden 2005

1:37:07	Arlinghaus, Ann-Katrin	89	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:38:12	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.
2:07:08	Herzog, Anne	89	STV Barßel	Löningen	23.06.
2:09:62	Preuth, Sarah	88	BV Garrel	Wilhelmshaven	20.05.

100 m Hürden 0.840m

Rekord : 13,79 Bartschat, Katrin 70 LG Delmenhorst/Diepholz 1989

14,81 +0,2	Esderts, Birgit	89	LAC Emden	Wilhelmshaven	26.08.
15,82 +0,6	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Osnabrück	03.06.
16,11 -0,1	Blum, Mareike	90	TV Norden	Hannover	16.06.
16,7 +1,8	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
17,01 +1,2	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
17,30 +0,6	Voße, Jana	89	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	03.06.
17,34 +0,6	Klumpe, Katharina	88	SV Sparta Werlte	Osnabrück	03.06.
17,83 +0,1	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	03.06.
18,36 -0,1	Klinkenborg, Insa	90	TV Norden	Hannover	16.06.
18,52 -0,1	Bakker, Anne	91	TV Norden	Hannover	16.06.
18,79 -0,1	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	16.06.
20,08 +1,2	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
20,28 +1,2	Krause, Irina	88	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
20,46 -0,1	Mohr, Marit	91	TV Norden	Hannover	16.06.
20,91 +0,5	Siemer, Marie-Kathri	89	DSC Oldenburg	Verden	19.05.

400 m Hürden 0.762m

Rekord : 56,33 Rieger, Silvia 70 TuS Eintracht Hinte 1989

62,83	Wollherr, Tina	90	LG Osnabrück	Hannover	25.08.
69,3	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	10.05.
74,1	Burghard, Ute	88	LG Osnabrück	Osnabrück	10.05.

2000 m Hindernis 0.762m

Rekord : 7:23,72 Palmowski, Jana 88 TuS Bersenbrück 2007

7:23,72	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Zeven	27.05.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 49,33 LG Emstal Dörpen 2007

49,33	LG Emstal Dörpen	Papenburg	15.07.
	Hunfeld, J. 91; Hunfeld, K. 89; Behrends, A. 91; Hermes, T. 89		

49,84	LG Wilhelmshaven		Papenburg	15.07.
	Klibert, P. 89; Straus, H. 89; Tappe, A. 90; Zaage, C. 90			
51,58	Emder Laufgemeinschaft		Papenburg	15.07.
	Schatow, K. 90; Schade, J. 91; Raukuc, A. 90; Schmitz, L. 88			
52,19	TV Norden		Osnabrück	03.06.
	Bakker, A. 91; Klinkenborg, I. 90; Heyken, S. 89; Mohr, M. 91			
52,78	LG Osnabrück		Papenburg	15.07.
	Rotert, . 90; Stockreiter, . 91; Burghard, . 88; Stallkamp, . 88			
53,00	SC Osterbrock		Dörpen	13.05.
	Warkentin, A. 89; Penning, M. 89; Altevers, J. 89; Poll, L. 88			
54,95	OTB Osnabrück		Wunstorf	23.09.
	Konczalla, L. 91; Hellmann, L. 89; Grummert, H. 90; Weymann, V. 91			

4 x 400 m Staffel

Rekord : : OTB Osnabrück 2005

3:48,76	LG Emstal Dörpen		Erfurt	21.07.
	Ohmstede, D. 89; Hermes, T. 89; Behrends, A. 91; Hunfeld, K. 89			
4:23,3	OTB Osnabrück		Nordhorn	28.04.
	Hellmann, L. 89; Kröner, B. 90; Lingemann, J. 91; Konczalla, L. 91			

3 x 800 m Staffel

Rekord : 6:23,89 1983

7:32,29	VfL Germania Leer		Alfeld	22.04.
	Bronn, F. 89; Schwill, S. 90; Onken, G. 90			

Hochsprung

Rekord : 1,87 Wilken, Marlies 59 LG Wilhelmshaven 1977

1,56	Voße, Jana	89	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
1,55	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
1,52	Homeyer, Denise	89	Delmenhorster TV	Stuhr	17.05.
1,52	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	16.06.
1,47	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	05.05.
1,41	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Osnabrück	05.05.
1,40	Bielefeld, Jessica	89	SV Brake	Nordenham	15.06.
1,35	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,30	Ennen-Hansing, Lena	88	TuS Tossens	Nordenham	15.06.

Stabhochsprung

Rekord : 3,20 de Boer, Tina 88 VfL Germania Leer 2007

3,20	de Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Braunschweig	30.06.
2,00	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	10.05.

Weitsprung

Rekord : 6,48 Ganseforth, Annette 70 LG Emstal Dörpen 1989

5,85 +0,0	Linnenbaum, Eva	89	TuS Neuenhaus	Papenburg	15.07.
5,28 +0,5	Siemer, Marie-Kathri	89	DSC Oldenburg	Verden	19.05.
5,21 -1,0	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Garbsen	01.05.
5,00	Altevers, Julia	89	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
4,86	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
4,85 +0,0	Poll, Lena	88	SC Osterbrock	Osnabrück	03.06.

4,84	Esderts, Birgit	89	LAC Emden	Leer	28.03.
4,81	Penning, Mareike	89	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
4,79	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	06.05.
4,72	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
4,66	Voße, Jana	89	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
4,63 +0,0	De Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Osnabrück	03.06.
4,62 +1,2	Homeyer, Denise	89	Delmenhorster TV	Stuhr	17.05.
4,54 +0,0	Övermöhle, Carolin	88	TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	28.09.
4,46	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Leer	28.03.
4,23 +0,0	Klumpe, Katharina	88	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.
4,12	Blömer, Franziska	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
4,05	Ennen-Hansing, Lena	88	TuS Tossens	Seefeld	15.09.
3,88	Hegeler, Imke	89	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.

Dreisprung

Rekord : 12,80 Linnenbaum, Eva 89 TuS Neuenhaus 2007

12,80 -0,5	Linnenbaum, Eva	89	TuS Neuenhaus	Garbsen	20.05.
11,55 -0,5	Heddendorp, Anne	89	TuS Gildehaus	Papenburg	14.07.
9,68 +0,1	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Papenburg	28.09.
8,88	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
8,82 +0,0	Penning, Mareike	89	SC Osterbrock	Papenburg	28.09.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 14,83 Beyer, Inga 74 SV Holtland 1993

11,04	Homeyer, Denise	89	Delmenhorster TV	Osnabrück	03.06.
10,77	Beyer, Anna	88	TuS Neuenhaus	Nordhorn	11.05.
10,27	Sentker, Kathrin	89	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	03.06.
9,42	De Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Osnabrück	03.06.
8,67	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
8,37	Esderts, Birgit	89	LAC Emden	Leer	28.04.
8,11	Meyer, Magdalena	88	TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	24.08.
8,00	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Bersenbrück	20.04.
7,73	Ennen-Hansing, Lena	88	TuS Tossens	Seefeld	15.09.
7,62	Voße, Jana	89	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.
7,48	Wassrodt, Nadja	89	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
7,42	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
7,36	Murawski, Melissa	89	SV Brake	Nordenham	14.04.
7,20	Blömer, Franziska	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
7,10	Weiden, Sabrina	88	SC Union Emlichheim	Nordhorn	11.05.
6,91	Bolz, Caroline	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.
6,90	Raddatz, Annika	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.
6,78	Bielefeld, Jessica	89	SV Brake	Nordenham	15.06.
6,66	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	16.06.
6,61	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Osnabrück	05.05.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 56,04 Galler, Dagmar 61 LG Wilhelmshaven 1980

39,11	Junker, Ann-Christin	88	MTV Aurich	Hannover	21.01.
33,64	Sentker, Kathrin	89	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	14.07.
28,31	Beyer, Anna	88	TuS Neuenhaus	Osnabrück	03.06.
27,65	Homeyer, Denise	89	Delmenhorster TV	Osnabrück	03.06.
25,65	Poll, Lena	88	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
22,45	Meyer, Magdalena	88	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	03.06.
20,62	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Verden	19.05.
18,46	Ennen-Hansing, Lena	88	TuS Tossens	Nordenham	16.06.

18,40	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Bersenbrück	20.04.
15,67	Weiden, Sabrina	88	SC Union Emlichheim	Nordhorn	11.05.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 58,61 Pohl, Daniela 87 SV Holtland 2006

22,12	Murawski, Melissa	89	SV Brake	Nordenham	14.04.

Speerwurf 600 g

Rekord : 43,80 Janssen, Hedda 69 TV Norden 1993

37,15	Homeyer, Denise	89	Delmenhorster TV	Huchting	29.04.
36,60	De Boer, Tina	88	VfL Germania Leer	Zeven	27.05.
34,31	Krüger, Johanna	88	SV Friedrichsfehn	Hannover	21.01.
27,88	Krause, Irina	88	SG OTB Osna./Herringh/H	Osnabrück	03.06.
27,26	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
26,82	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
25,05	Jung, Kristin	89	LG Wilhelmshaven	Osnabrück	03.06.
24,61	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	06.05.
23,64	Sentker, Kathrin	89	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.
23,61	Ennen-Hansing, Lena	88	TuS Tossens	Nordenham	15.06.
22,66	Klibert, Patricia	89	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
22,47	Bolz, Caroline	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.
21,49	Weiden, Sabrina	88	SC Union Emlichheim	Nordhorn	11.05.
20,15	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	17.06.
19,46	Voße, Jana	89	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.
15,41	Raddatz, Annika	88	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.

Vierkampf

Rekord : 3.216 Büsing, Tomke 80 VfL Germania Leer 1999

2.663	Blum, Mareike	90	TV Norden	Hannover	16.06.
	16,11(-0.1)-1,72-8,29-27,57(-0.2)				
2.305	Hellmann, Louisa	89	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	17,01(+1.2)-1,53-8,67-28,24(+0.9)				
2.266	Dänekas, Bianca	88	LG Uplengen	Hannover	16.06.
	16,06(-0.1)-1,44-6,02-26,77(+1.3)				
2.105	Palmowski, Jana	88	TuS Bersenbrück	Osnabrück	05.05.
	18,23(+1.2)-1,47-7,35-27,20(+0.9)				
2.068	Heyken, Svenja	89	TV Norden	Hannover	16.06.
	18,79(-0.1)-1,52-6,66-27,13(+1.3)				
1.950	Klinkenborg, Insa	90	TV Norden	Hannover	16.06.
	18,36(-0.1)-1,44-8,15-29,28(+1.3)				
1.732	Stallkamp, Carolin	88	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	20,08(+1.2)-1,35-7,42-28,22(+0.9)				

Vierkampf Mannschaft

Rekord : 11.855 DSC Oldenburg 2004

10.003	TV Norden			Hannover	16.06.
	Blum, M. 90 -2.663; Heyken, S. 89 -2.068				
	Klinkenborg, I. 90 -1.950; Bakker, A. 91 -1.782				
	Mohr, M. 91 -1.540				

Siebenkampf

Rekord : 5.265 Reiners, Jennifer 78 LG Papenburg/Aschendorf 1997

3.867	Hellmann, Louisa	89 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	17,01(+1.2)-1,53-8,67-28,24(+0.9)			06.05.
	4,72-26,40-2:32,01			
3.723	Palmowski, Jana	88 TuS Bersenbrück	Osnabrück	05.05/
	18,23(+1.2)-1,47-7,35-27,20(+0.9)			06.05.
	4,79-24,61-2:26,29			
3.437	Heyken, Svenja	89 TV Norden	Hannover	16.06/
	18,79(-0.1)-1,52-6,66-27,13(+1.3)			17.06.
	4,85(+0.0)-20,15-2:41,29			
2.956	Bakker, Anne	91 TV Norden	Hannover	16.06/
	18,52(-0.1)-1,36-6,60-28,83(+1.3)			17.06.
	4,54(+0.1)-26,53-3:04,47			
2.465	Mohr, Marit	91 TV Norden	Hannover	16.06/
	20,46(-0.1)-1,32-6,47-29,13(-0.2)			17.06.
	4,43(+0.0)-17,24-3:10,27			

Siebenkampf Mannschaft

Rekord : 13.490 LG Papenburg/Aschendorf 1997

8.858	TV Norden	Hannover	16.06/
	Heyken, S. 89 -3.437; Bakker, A. 91 -2.956		17.06.
	Mohr, M. 91 -2.465		

Männliche Jugend B

100 m Lauf

Rekord : 10,82 Amarteifio, Patrick 73 LG Wilhelmshaven 1990

10,95 +0,6	Jochmann, Patrick	90	LG Osnabrück	Papenburg	14.07.
11,23 +1,0	Nordmann, Dennis	90	TV Norden	Wilhelmshaven	25.08.
11,27 +1,0	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven	25.08.
11,28	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
11,2	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Seefeld	15.09.
11,45 +1,7	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Garbsen	28.07.
11,50 -0,5	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Braunschweig	30.06.
11,56 +1,5	Flottmann, Florian	90	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,65 +1,6	Salzmann, Erik	90	TV Norden	Oldenburg	16.07.
11,69 +1,0	Röwekamp, Christian	90	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
11,70 +0,6	Lake, Julian	91	TV Hude	Verden	28.04.
11,71 +1,5	Schwarzwald, Jost	90	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	03.06.
11,73 +1,9	Otten, Lennart	91	SV Union Meppen	Osnabrück	03.06.
11,76 +1,9	Graventein, Thilo	90	VfL Germania Leer	Garbsen	28.07.
11,80 -0,2	Blömer, Jens	91	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	16.05.
11,83 +0,6	Witte, Mirco	90	TuS Gildehaus	Osnabrück	03.06.
11,87 +1,9	Okpure, Jesse	91	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,93 +0,1	Hartung, Leonard	91	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
11,96 +1,9	Tillmann, Patrick	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
12,00 +1,9	Fester, Alexander	90	DSC Oldenburg	Osnabrück	03.06.

200 m Lauf

Rekord : 22,17 Jochmann, Patrick 90 LG Osnabrück 2006

22,25 -1,4	Jochmann, Patrick	90	LG Osnabrück	Ulm	05.08.

22,97 +1,7	Nordmann, Dennis	90	TV Norden	Wilhelmshaven	26.08.
23,12 +1,6	Röwekamp, Christian	90	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
23,42 +1,2	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Oldenburg	16.07.
23,46 +0,6	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Braunschweig	01.07.
23,50 +0,0	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
23,62 +0,3	Salzmann, Erik	90	TV Norden	Osnabrück	03.06.
23,62 +0,6	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	28.06.
23,70 +1,6	Lake, Julian	91	TV Hude	Verden	28.04.
23,94 +1,8	Schwarzwald, Jost	90	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	16.05.
23,99 +1,4	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
23,99 +1,2	Graventein, Thilo	90	VfL Germania Leer	Garbsen	28.07.
24,00 +1,6	Tillmann, Patrick	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
24,10 +0,7	Hartung, Leonard	91	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
24,20 -0,7	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
24,22 +0,3	Flottmann, Florian	90	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
24,43 +0,2	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
24,54 +1,4	Otten, Lennart	91	SV Union Meppen	Osnabrück	03.06.
24,55 +0,2	Schüürmann, Jonathan	91	SC Union Emlichheim	Osnabrück	03.06.
24,58 +1,4	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.

400 m Lauf

Rekord : 48,3 Hustede, Willi 59 1976

51,02	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.
52,10	Nauermann, Oliver	91	TV Norden	Osnabrück	03.06.
52,39	Röwekamp, Christian	90	LG Osnabrück	KönigsWusterhausen	08.07.
53,27	Lake, Julian	91	TV Hude	Osnabrück	03.06.
53,30	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
53,38	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
54,02	Tillmann, Patrick	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
54,19	Flaspöhler, Sebastian	91	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
54,33	Hartung, Leonard	91	DSC Oldenburg	Leer	08.09.
54,9	Fünfstück, David	91	Heidmühler FC	Leer	28.04.
55,95	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
56,39	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
56,54	Junklewitz, Simon	91	LG Oldenburg	Osnabrück	03.06.
56,77	Sur, Carsten	91	VfL Lingen	Osnabrück	03.06.
57,23	Manschos, Artur	90	VfL Oldenburg	Osnabrück	05.05.
57,32	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
57,85	Cramer, Luca	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
57,97	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
58,70	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
58,88	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.

800 m Lauf

Rekord : 1:54,1 Wehmeyer, Axel 66 SpVg Fürstenau 1983

1:56,86	Nauermann, Oliver	91	TV Norden	Zeven	27.05.
1:57,9	Hartung, Leonard	91	DSC Oldenburg	Papenburg	14.07.
2:07,18	Köller, Hauke	90	TuS Weener	Delmenhorst	24.08.
2:13,7	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Wilhelmshaven	26.09.
2:14,06	Ruhl, Thomas	91	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst	24.08.
2:18,90	Kolbeck, David	91	OSC Damme	Delmenhorst	28.06.
2:19,97	Janott, Robin	92	OFV Ostercappeln	Osnabrück	03.06.
2:22,33	Dirkes, Steffen	90	SV Eintr. Neuenkirchen	Osnabrück	03.06.
2:22,42	Fünfstück, David	91	Heidmühler FC	Delmenhorst	21.04.
2:28,48	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Delmenhorst	21.04.
2:37,12	Johannson, Niklas	91	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	28.06.
2:40,42	Ruchay, Michel	91	Heidmühler FC	Delmenhorst	21.04.

1000 m Lauf

Rekord : 2:26,0 Wehmeyer, Axel 66 SpVg Fürstenau 1983

2:35,87	Hartung, Leonard	91	DSC Oldenburg	Marburg	08.08.
2:47,83	Bültel, Matthias	90	VfL Lingen	Lingen	23.05.
2:49,87	Köller, Hauke	90	TuS Weener	Dörpen	17.08.
2:50,0	Hardt, Matthias	90	TuS Gildehaus	Gildehaus	09.05.
2:53,6	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
2:54,0	Heitkötter, Wilko	90	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
2:57,6	Ferneding, Jan	90	BV Garrel	Löningen	06.06.
3:00,46	Hüpel, Marius	91	LG Osnabrück	Osnabrück	05.06.
3:00,50	Dirkes, Steffen	90	SV Eintr. Neuenkirchen	Osnabrück	03.07.
3:02,12	Glißmann, Maurice	90	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
3:05,25	Klinge, Johannes	90	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
3:06,45	Gaumern, Kai	90	VfL Lingen	Lingen	23.05.
3:07,3	Fiat, Pierre-Franc	91	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
3:09,9	Baron, Lennart	91	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
3:10,2	Mudra, Maximilian	91	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
3:11,21	Woelm, Falk	91	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
3:11,83	Müller, Henning	91	VfL Lingen	Lingen	23.05.
3:26,10	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Wunstorf	23.09.

1500 m Lauf

Rekord : 3:52,34 Wehmeyer, Axel 66 SpVg Fürstenau 1983

4:16,20	Hartung, Leonard	91	DSC Oldenburg	Papenburg	14.07.
4:16,76	Nauermann, Oliver	91	TV Norden	Braunschweig	01.07.
4:29,2	Köller, Hauke	90	TuS Weener	Wilhelmshaven	26.09.
4:32,26	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Zeven	26.05.
4:35,30	Hardt, Matthias	90	TuS Gildehaus	Osnabrück	03.06.
4:37,03	Hüpel, Marius	91	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
4:44,02	Päsler, Robin	92	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
4:51,6	Lake, Julian	91	TV Hude	Bad Zwischenahn	05.10.
4:53,04	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
4:56,3	Wessels, Thies	90	SV Lemwerder	Nordenham	15.06.
4:57,58	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
5:00,36	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
5:02,55	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
5:03,30	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
5:11,48	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
5:12,57	Dirkes, Steffen	90	SV Eintr. Neuenkirchen	Borgholzhausen	10.08.
5:15,16	Johannson, Niklas	91	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	05.07.
5:20,13	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
5:27,85	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.

1 Meile

Rekord : 4:42,4 Nerkamp, Jens 89 BV Garrel 2006

5:04,0	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord : 8:39,42 Gronewold, Lars 73 LG Wilhelmshaven 1990

9:26,63	Nauermann, Oliver	91	TV Norden	Wilhelmshaven	05.05.
9:39,8	Heitkötter, Wilko	90	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
9:43,86	Köller, Hauke	90	TuS Weener	Braunschweig	30.06.
9:47,64	Hüpel, Marius	91	LG Osnabrück	Papenburg	14.07.

9:49,2	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Leer	28.04.
10:30,75	Hörig, Bela	90	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
10:31,28	Böning, Birger	90	SV Brake	Delmenhorst	28.06.
10:59,20	Ferneding, Jan	90	BV Garrel	Delmenhorst	28.06.
11:10,23	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
11:42,0	Runden, Christoph	91	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
11:44,4	Fünfstück, David	91	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
12:18,22	Johannson, Niklas	91	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	21.04.

5000 m Lauf

Rekord : 15:03,2 Funke, Willi 59 1976

17:31,17	Köller, Hauke	90	TuS Weener	Papenburg	28.09.
17:40,88	Hüpel, Marius	91	LG Osnabrück	Alfeld	22.04.
17:57,59	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Alfeld	22.04.
18:15,1	Wessels, Thies	90	SV Lemwerder	Nordenham	16.06.
18:39,1	Böning, Birger	90	SV Brake	Nordenham	16.06.
18:44,0	Busch, Jan Hiebo	91	SV Warsingsfehn	Leer	08.09.
18:58,81	Plüster, Bernd	91	SV DJK Eintracht Börger	Papenburg	28.09.
19:00,16	Hörig, Bela	90	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	28.06.
20:51,1	Kaun, Magnus	91	MTV Aurich	Aurich	20.04.
23:50,1	Höper, Bastian	91	VfL Lingen	Haren	08.06.

10 km Lauf

Rekord : 32:13 Schneiders, Ingo 88 SV Concordia Emsbüren 2005

37:10	Hellmann, Jan-Niklas	90	1. TC Oldenburg	Oldenburg	01.09.
38:08	Wessels, Thies	90	SV Lemwerder	Wolfenbüttel	18.03.
38:16	Köller, Hauke	90	TuS Weener	Wolfenbüttel	18.03.
38:41	Raabe, Lukas	90	TuS Ofen	Wolfenbüttel	18.03.
39:15	Ruhl, Thomas	91	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Cloppenburg	29.09.
39:35	Busch, Jan Hiebo	91	SV Warsingsfehn	Ofen	03.10.
40:32	Böning, Birger	90	SV Brake	Schortens	15.04.
41:25	Hörig, Bela	90	LG Wilhelmshaven	Schortens	18.08.
41:38	Hanken, Dirk	92	FTC Hollen	Emden	02.06.
42:00	Mitsevich, Dennis	92	TuS Emstekerfeld	Garrel	15.09.
42:07	Lake, Julian	91	TV Hude	Oldenburg	21.10.
42:29	Kuk, Bernhardt	91	OSC Damme	Wolfenbüttel	18.03.
42:40	Nägler, Ulrich	91	VfL Lingen	Spelle	17.08.
42:59	Wilken, Ralf	92	Emder Laufgemeinschaft	Emden	02.06.
45:05	Galetzka, Cederic	93	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.04.
45:16	Ferneding, Jan	90	BV Garrel	Oldenburg	11.03.
45:16	Kaun, Magnus	91	MTV Aurich	Marienhafe	09.04.
46:33	Polatschek, Victor	92	TuS Haren	Haren	20.07.
48:11	Niebuhr, Lukas	91	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg	11.03.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:19:24 Schoon, Volker 76 MTV Aurich 1993

1:22:22	Wessels, Thies	90	SV Lemwerder	Hannover	06.05.
1:25:44	Böning, Birger	90	SV Brake	Bremen	30.09.
1:53:35	Niebuhr, Lukas	91	TSG Hatten-Sandkrug	Schortens	15.04.

110 m Hürden 0.914m

Rekord : 13,66 Amarteifio, Patrick 73 LG Wilhelmshaven 1990

14,22 +0,5	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Ulm	03.08.
14,69 -0,5	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Schweinfurt	24.06.
15,39 +0,6	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Osnabrück	03.06.
16,07 +0,1	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
16,08 +0,0	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Zeven	26.05.
16,47 +0,1	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
16,60 +0,8	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Braunschweig	01.07.
17,50 -1,2	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
19,00 +0,1	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
19,40 +0,1	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
19,59 +0,6	Weber, Steffen	91	LG Oldenburg	Osnabrück	03.06.

400 m Hürden 0.840m

Rekord : 52,7 Hustede, Willi 59 1976

59,04	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Braunschweig	30.06.
63,42	Lake, Julian	91	TV Hude	Stuhr	30.05.
65,6	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.
66,4	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.

2000 m Hindernis

Rekord : 5:57,49 Wehmeyer, Axel 66 SpVg Fürstenau 1983

6:53,48	Hardt, Matthias	90	TuS Gildehaus	Papenburg	28.09.
7:17,67	Krieg, Matthias	92	SV Warsingsfehn	Papenburg	28.09.
7:45,78	Kuk, Bernhardt	91	OSC Damme	Papenburg	28.09.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 43,19 LG Osnabrück 2007

43,19	LG Osnabrück		Ulm	03.08.
	Flottmann, F. 90; Jochmann, P. 90; Röwekamp, C. 90; Okpure, . 91			
46,20	OTB Osnabrück		Osnabrück	03.06.
	Pahlmann, C. 90; Tillmann, . ; Flohr, D. 91; Hellmann, C. 90			
47,46	OTB Osnabrück II		Osnabrück	03.06.
	Ego, K. 93; Hülsebrock, M. 92; Martin, . 92; Bocktenk, A. 93			
47,96	LG Osnabrück I		Osnabrück	05.06.
	Uhlemann, . 91; Brüggemann, . 92; Tackenberg, . 92; Uhlemann, L. 91			
48,75	LG Osnabrück II		Wilhelmshaven	12.06.
	Bahlmann, J. 91; Erhorn, M. 90; Vent, J. 90; Lüke, F. 91			
48,90	LG Osnabrück III		Wilhelmshaven	12.06.
	Woelm, F. 91; Klinge, J. 90; Glißmann, M. 91; Milius, S. 90			
48,98	VfL Lingen		Lingen	23.05.
	Hummeldorf, . ; Gaumer, . ; Bültel, . ; Michalowski, .			
49,09	Fortuna Wirdum		Wilhelmshaven	12.06.
	Fengkohl, D. 92; Broer, R. 92; Bracklo, S. 92; van der Werff, A. 91			
49,27	VfL Lingen II		Lingen	23.05.
	Buss, . 90; Schröder, . ; Jäckering, M. 90; Müller, .			

4 x 400 m Staffel

Rekord : 3:40,25 VfL Oldenburg 2003

4:00,2	OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Riemann, J. 91; Hellmann, C. 90; Tillmann, P. 91; Scheer, H. 91		

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 8:03,6 VfL Lingen 1988

9:20,3	TuS Gildehaus	Nordhorn	28.04.
	Hardt, M. 90; Kock, . 90; Witte, . 90		
9:29,2	SC Melle 03	Nordhorn	28.04.
	Schwalbe, . 92; Krömker, . 91; Frerichs, . 91		
10:33,9	VfL Löningen	Löningen	23.05.
	Willen, . 91; Ochs, . ; Trinkaus, .		

Schweden-Staffel

Rekord : 2:01,23 OTB Osnabrück 2004

2:17,45	LG Osnabrück	Osnabrück	04.09.
	Jochmann, P. 90; Röwekamp, C. 90; Kopatz, N. 91; Okpure, J. 91		

Hochsprung

Rekord : 2,12 Zumsande, Hannes 79 LG Emstal Dörpen 1996

1,85	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Delmenhorst	24.08.
1,80	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
1,80	Jäckering, Malte	90	VfL Lingen	Lingen	23.05.
1,80	Knüver, Matthias	90	OSC Damme	Damme	02.06.
1,78	Rietz, Phillip	91	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
1,76	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	12.06.
1,76	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
1,73	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	03.06.
1,68	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
1,68	Lüke, Fabian	91	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
1,66	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.09.
1,65	Cramer, Luca	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,64	Ripken, Keno	90	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.05.
1,64	Müller, Henning	91	VfL Lingen	Lingen	23.05.
1,64	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
1,63	Kock, Jan	90	LG Osnabrück	Osnabrück	05.06.
1,60	Schwarzwald, Jost	90	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.
1,60	Schmitz, Marcel	90	TuS Haren	Osnabrück	03.06.
1,60	Klinge, Johannes	90	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
1,60	Milius, Steffen	90	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
1,60	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
1,60	Fehrendt, Ihno	90	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.

Stabhochsprung

Rekord : 4,22 Schwagmann, Norbert 73 LG Emstal Dörpen 1990

3,40	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Braunschweig	01.07.
3,20	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
3,00	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
2,90	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
2,80	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
2,60	Hummert, Fabian	90	TuS Bersenbrück	Osnabrück	10.05.
2,52	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
2,50	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
2,40	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.

Weitsprung

Rekord : 7,06 Müller, Frank 68 TV Norden 1985

6,43 +2,0	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
6,17	Witte, Mirco	90	TuS Gildehaus	Ibbenbühren	20.05.
6,15	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
6,12	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Seefeld	15.09.
6,07 -1,3	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.
5,96	Dietz, Alexander	90	VfL Lingen	Lingen	11.07.
5,87 -0,6	Schwarzwald, Jost	90	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	03.06.
5,76 +0,5	Okpüre, Jesse	91	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
5,73	Hummert, Fabian	90	TuS Bersenbrück	Osnabrück	10.05.
5,72	Luhm, Marcel	91	VfL Lingen	Lingen	23.05.
5,68	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
5,61	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
5,60 +1,1	Kramer, Anjel	91	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,57 +1,1	Dieling, Christian	90	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,55 -0,3	Fehrendt, Ihno	90	SV Friedrichsfehn	Wunstorf	23.09.
5,49	Glißmann, Maurice	91	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
5,46 +0,6	Röwekamp, Christian	90	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
5,44	Blömer, Jens	91	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
5,43	Rietz, Phillip	91	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
5,40	Otten, Lennart	91	SV Union Meppen	Lingen	23.05.

Dreisprung

Rekord : 14,99 Müller, Frank 68 TV Norden 1985

12,49 +0,0	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
12,28 *	Witte, Mirco	90	TuS Gildehaus	Nordhorn	11.07.
12,14	Schwarzwald, Jost	90	Blau-Weiß Hollage	Halen	06.09.
11,42	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
11,21 +1,6	Hummert, Fabian	90	TuS Bersenbrück	Braunschweig	30.06.
10,82	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.

Kugelstoss 5 kg

Rekord : 17,97 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 2000

17,28	Peters, Derk	91	SV Georgsheil	Osnabrück	03.06.
13,43	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	06.10.
13,23	Broer, Renke	92	Fortuna Wirdum	Aurich	15.05.
11,99	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Osnabrück	03.06.
11,96	Maushake, Thomas	90	SV Union Meppen	Groß Hesepe	06.10.
11,87	Uwarowski, Daniel	90	Delmenhorster TV	Delmenhorst	09.09.
11,50	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
11,35	Manschos, Artur	90	VfL Oldenburg	Osnabrück	05.05.
11,33	Luhm, Marcel	91	VfL Lingen	Lingen	23.05.
11,30	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	17.03.
11,27	Redmers, Christian	90	MTV Aurich	Osnabrück	03.06.
11,02	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
10,99	Wilts, Manuel	90	Fortuna Wirdum	Aurich	15.05.
10,81	Schmitz, Marcel	90	TuS Haren	Osnabrück	03.06.
10,70	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.09.
10,68	Fehrendt, Ihno	90	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.09.
10,65	Voorwold, Ralf	90	LG Papenburg/Aschendorf	Braunschweig	04.07.
10,51	Lüke, Fabian	91	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
10,48	Fortmann, Tobias	90	LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.
10,35	Meyer, Johannes	91	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	03.06.

Diskuswurf 1.5 kg

Rekord : 54,65 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 2000

48,70	Peters, Derk	91	SV Georgsheil	Georgsheil	09.06.
38,41	Uwarowski, Daniel	90	Delmenhorster TV	Hannover	21.01.
36,58	Hummert, Fabian	90	TuS Bersenbrück	Groß Hesepe	06.10.
33,42	Maushake, Thomas	90	SV Union Meppen	Groß Hesepe	06.10.
33,36	Lersch, Kevin	91	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	09.09.
31,54	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
30,83	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
27,66	Kinast, Volker	90	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	07.01.
27,08	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
26,65	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
25,75	Kösters, Sven	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
25,71	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
25,09	Schäfer, René	91	ATV Rodenkirchen	Nordenham	15.06.
25,07	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
24,85	Seel, Daniel	90	Blexer TB	Nordenham	15.06.
24,51	Fehrendt, Ihno	90	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.09.
23,74	Dase, Arne	91	Blexer TB	Nordenham	15.06.
21,37	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
12,59	Johannson, Niklas	91	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	17.03.
10,23	Wortelbur, Martin	90	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	14.04.

Hammerwurf 5 kg

Rekord : 60,23 Wixler, Andreas 84 TSG Dissen 2001

54,45	Adami, Benjamin	90	SV Holtland	Braunschweig	01.07.
54,30	Schwarte, Pascal	91	TSG Dissen	Dissen	03.10.
38,74	Aden, Robin	90	TV Bissendorf-Holte	Osnabrück	16.10.
38,54	Hummert, Fabian	90	TuS Bersenbrück	Holtland	15.09.
38,41	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Nordenham	14.04.
31,73	Seel, Daniel	90	Blexer TB	Nordenham	30.06.
23,71	Nimptsch, Timo	91	TuS Tossens	Nordenham	14.04.
23,54	Marx, Simon	91	Blexer TB	Nordenham	14.04.
22,62	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	06.10.
17,19	Schäfer, René	91	ATV Rodenkirchen	Nordenham	14.04.
13,84	Wortelbur, Martin	90	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	14.04.

Speerwurf 700 g

Rekord : 70,63 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 2000

45,54	Tipke, Mattis	90	SV Brake	Nordenham	16.06.
44,30	Kösters, Jens	90	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	12.06.
43,52	van Heuveln, Sönke	90	TV Norden	Leer	28.04.
42,72	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Hannover	21.01.
42,28	Keindorff, Felix	91	TV Norden	Leer	08.09.
41,18	Voorwold, Ralf	90	LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	23.05.
41,11	Broer, Renke	92	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	12.06.
40,22	Hummert, Fabian	90	TuS Bersenbrück	Osnabrück	03.06.
39,94	Milius, Steffen	90	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
39,56	Maushake, Thomas	90	SV Union Meppen	Groß Hesepe	14.04.
38,15	Ruchay, Michel	90	Heidmühler FC	Papenburg	28.09.
38,14	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
37,96	Schäfer, René	91	ATV Rodenkirchen	Nordenham	16.06.
36,87	Meyer, Johannes	91	TuS Blau-Weiß Lohne	Wilhelmshaven	05.05.
36,83	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
36,73	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	23.05.

36,71	Wiedner, Dennis	90 LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
36,70	Kaun, Magnus	91 MTV Aurich	Leer	08.09.
35,18	Fehrendt, Ihno	90 SV Friedrichsfehn	Oldenburg	29.08.
34,31	Hauptstein, Jannes	92 TSG Dissen	Minden	20.06.

Gewichtswurf

Rekord : 9,07 Schütt, Christian 90 LG Papenburg/Aschendorf 2007

9,07	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	06.10.

Fünfkampf

Rekord : 3.750 Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1995

3.242	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	11,43(+1.9)-6,43(+2.0)-11,50-1,71-53,38			
3.138	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	11,61(+1.3)-6,10(+1.2)-10,31-1,80-53,30			
2.789	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	12,41(+1.1)-5,37(+1.4)-12,69-1,71-55,95			
2.667	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
	12,13(+0.0)-5,98(+2.7)-9,87-1,64-57,97			
2.607	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	12,31(+1.3)-5,15(+1.1)-10,78-1,68-56,39			
2.568	Manschos, Artur	90 VfL Oldenburg	Osnabrück	05.05.
	12,02(+1.9)-5,25(+1.9)-11,35-1,53-57,23			
2.485	Tillmann, Patrick	91 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
	12,03(+0.4)-5,21(+0.3)-9,12-1,44-54,02			
2.467	Scheer, Hendrik	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	12,53(+1.9)-5,34(+0.9)-9,10-1,74-58,70			
2.393	Pahlmann, Carl	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	12,57(+1.3)-5,53(+1.6)-8,90-1,56-57,32			
2.306	Cramer, Luca	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	12,51(+1.3)-5,02(+1.7)-8,11-1,65-57,85			
2.063	Riemann, Johannes	91 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
	12,78(+0.4)-5,23(+0.9)-7,02-1,60-61,66			
1.919	Ostendorf, Jonas	91 BSV Holzhausen	Osnabrück	05.05.
	13,15(+1.9)-4,91(+1.6)-8,39-1,50-62,47			
1.919	Meyer, Johannes	91 TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
	12,7-4,67-9,65-1,56-66,3			
1.856	Hollmann, Florian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	12,94(+1.3)-4,93(+2.1)-8,35-1,47-65,13			

Fünfkampf Mannschaft

Rekord : 14.863 TV Norden 1995

11.769	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	Hellmann, C. 90 -2.607; Scheer, H. 91 -2.467		
	Tillmann, . 91 -2.446; Pahlmann, C. 90 -2.393		
	Hollmann, . 91 -1.856		

Zehnkampf

Rekord : 7.042 Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1995

5.334	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	11,61(+1.3)-6,10(+1.2)-10,31-1,80-53,30			06.05.
	15,63(+0.1)-25,75-2,80-31,49-5:27,85			
5.276	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	11,43(+1.9)-6,43(+2.0)-11,50-1,71-53,38			06.05.
	14,77(-1.2)-30,83-2,50-39,34-aufg.			

5.056	Flohr, Damian	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	12,13(+0.0)-5,98(+2.7)-9,87-1,64-57,97				17.06.
	16,15(+0.4)-27,08-3,30-32,86-5:11,48				
4.933	Schütt, Christian	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	12,41(+1.1)-5,37(+1.4)-12,69-1,71-55,95				06.05.
	19,40(+0.1)-26,65-3,00-40,47-5:03,30				
4.878	Hellmann, Christoph	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	12,31(+1.3)-5,15(+1.1)-10,78-1,68-56,39				06.05.
	17,50(-1.2)-25,07-3,00-38,14-5:00,36				
4.551	Pahlmann, Carl	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	12,57(+1.1)-5,53(+1.6)-8,90-1,56-57,32				06.05.
	19,00(+0.1)-31,18-2,50-36,83-4:53,04				
4.469	Scheer, Hendrik	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	12,53(+1.9)-5,34(+0.9)-9,10-1,74-58,70				06.05.
	17,05(-1.2)-16,14-2,90-33,47-5:10,51				
3.853	Riemann, Johannes	91	OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	12,78(+0.4)-5,23(+0.7)-7,02-1,60-61,66				17.06.
	16,96(+0.4)-21,37-2,40-22,50-5:20,13				

Zehnkampf Mannschaft

Rekord : 18.027 TV Norden 1995

15.543	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	Kösters, J. 90 -5.276; Kösters, S. 90 -5.334		06.05.
	Schütt, C. 90 -4.933		
13.898	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	Hellmann, C. 90 -4.878; Pahlmann, C. 90 -4.551		06.05.
	Scheer, H. 91 -4.469		

Weibliche Jugend B

100 m Lauf

Rekord : 11,5 Krug, Corinna 64 LG Oldenburg 1981

12,08 +0,2	Spelmeyer, Ruth Sophia	90	VfL Oldenburg	Ulm	04.08.
12,2	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Leer	28.04.
12,68 +0,1	Wollherr, Tina	90	LG Osnabrück	Zeven	27.05.
12,77 +0,0	Tappe, Aike	90	LG Wilhelmshaven	Braunschweig	30.06.
12,83 +0,5	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Osnabrück	03.06.
12,89 +1,4	Nögel, Judith	91	TuS Haren	Osnabrück	03.06.
12,98 +2,0	Zaage, Camilla	90	LG Wilhelmshaven	König Wusterhausen	07.07.
13,08 +1,7	Hunfeld, Judith	91	LG Emstal Dörpen	Osnabrück	03.06.
13,14 +2,0	Koop, Alina	90	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.
12,9	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
13,15 +0,8	Harms, Kira	90	VfL Oldenburg	König Wusterhausen	07.07.
13,21 +0,8	Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Zeven	26.05.
13,22 +0,7	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Osnabrück	05.05.
13,23 +1,7	Stockreiter, Farina	91	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
13,27 +1,5	Westerhoff, Sarah	91	BV Garrel	Oldenburg	16.07.
13,28 +0,7	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
13,1	Wedemeyer, Theresa	90	BV Garrel	Molbergen	09.09.
13,36 +0,4	Behrends, Ann-Katrin	91	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
13,45 +1,3	Bendig, Annika	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
13,47 +0,5	Steinbrink, Kirsten	91	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	16.05.

200 m Lauf

Rekord : 23,85 Krug, Corinna 64 LG Oldenburg 1981

24,56 +0,9	Spelmeyer, Ruth Sophia	90	VfL Oldenburg	Potsdam	10.06.
25,81 +2,0	Koop, Alina	90	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
25,98 +1,0	Uhlenbrock, Ricarda	92	LG Osnabrück	Braunschweig	01.07.
26,05 +0,5	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Bremen	16.05.
26,31 +1,0	Wollherr, Tina	90	LG Osnabrück	Braunschweig	01.07.
26,54 -0,1	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Osnabrück	03.06.
26,54 +0,9	Ganita, Aline	92	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
26,67 +2,0	Nögel, Judith	91	TuS Haren	Osnabrück	03.06.
26,78 +2,0	Pszolla, Christina	92	SV Union Meppen	Osnabrück	03.06.
27,18 +0,0	Geburek, Ronja	92	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst	24.08.
27,19 -0,5	Behrends, Ann-Katrin	91	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
27,38 +0,2	Westerhoff, Sarah	91	BV Garrel	Delmenhorst	28.06.
27,39 +1,4	Harms, Kira	90	VfL Oldenburg	Oldenburg	16.07.
27,51 -0,5	Onken, Griet-Mara	90	VfL Germania Leer	Dörpen	13.05.
27,57 -0,2	Blum, Mareike	90	TV Norden	Hannover	16.06.
27,60 +0,7	Hunfeld, Judith	91	LG Emstal Dörpen	Braunschweig	01.07.
27,67 -0,7	Stockreiter, Farina	91	LG Osnabrück	Osnabrück	05.06.
27,74 +0,2	Hahn, Tasja	92	OTB Osnabrück	Delmenhorst	28.06.
27,80 -0,1	Gieseking, Sarah	92	LG Osnabrück	Dörpen	17.08.
27,82 +0,3	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Zeven	27.05.

400 m Lauf

Rekord : 53,6 Bens, Monika 66 1983

57,18	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Papenburg	14.07.
57,58	Koop, Alina	90	LG Osnabrück	Ulm	03.08.
59,1	Spelmeyer, Ruth Sophia	90	VfL Oldenburg	Letter	21.09.
59,27	Behrends, Ann-Katrin	91	LG Emstal Dörpen	Papenburg	14.07.
60,72	Onken, Griet-Mara	90	VfL Germania Leer	Dörpen	13.05.
62,27	Hachmeister, Viktoria	91	MTV Aurich	Papenburg	14.07.
63,71	Konczalla, Leonie	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
64,82	Robbers, Katharina	91	SV Sparta Werlte	Delmenhorst	05.07.
65,59	Schade, Janina	91	Emder Laufgemeinschaft	Osnabrück	03.06.
65,70	Senker, Anna	90	VfL Lingen	Osnabrück	03.06.
66,1	Klus, Simone	90	VfL Lingen	Lingen	26.09.
67,51	Stezka, Rieke	91	Heidmühler FC	Leer	08.09.
70,62	Niermann, Nadja	91	SC Melle 03	Osnabrück	03.06.

800 m Lauf

Rekord : 2:01,29 Bens, Monika 66 1983

2:10,96	Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen	Leverkusen	10.08.
2:17,08	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Dörpen	17.08.
2:18,23	Onken, Griet-Mara	90	VfL Germania Leer	Papenburg	14.07.
2:20,86	Schwill, Sara	90	VfL Germania Leer	Papenburg	14.07.
2:21,25	Stroeve, Mareen	90	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
2:25,37	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	14.07.
2:25,44	Bretschneider, Anne	90	VfL Oldenburg	KönigsWusterhausen	07.07.
2:25,77	Robbers, Katharina	91	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.
2:27,40	Behrends, Ann-Katrin	91	LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.09.
2:30,05	Von Stumberg, Maximili	90	LAV Meppen	Lingen	23.05.
2:33,76	Eissing, Melanie	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
2:35,00	Geissler, Mareike	91	VfL Germania Leer	Osnabrück	03.06.
2:35,88	Konczalla, Leonie	91	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
2:37,33	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	17.06.

2:39,16	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Osnabrück	06.05.
2:39,79	Uhlmannsiek, Janine	90	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
2:41,24	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
2:42,6	Westerhoff, Sarah	91	BV Garrel	Löningen	06.06.
2:43,16	Plock, Maren	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
2:43,2	Stezka, Rieke	91	Heidmühler FC	Schortens	12.06.

1500 m Lauf

Rekord :	4:21,05 Thieke, Stephanie	86	LG Emstal Dörpen		2003
4:22,43	Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen	Utrecht/NED	07.09.
4:49,69	Arling, Katrin	92	LG Emstal Dörpen	Braunschweig	01.07.
4:49,71	Robbers, Katharina	91	SV Sparta Werlte	Braunschweig	01.07.
4:49,97	Stroeve, Mareen	90	LG Emstal Dörpen	Osnabrück	03.06.
4:50,83	Onken, Griet-Mara	90	VfL Germania Leer	Papenburg	15.07.
5:23,64	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Zeven	26.05.
5:28,94	Uhlmannsiek, Janine	90	LG Osnabrück	Braunschweig	01.07.
5:44,11	Gerdes, Daniela	91	LG Papenburg/Aschendorf	Zeven	26.05.
6:43,9	Oelrichs, Christine	90	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.

3000 m Lauf

Rekord :	9:33,29 Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen		2005
9:44,06	Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen	Papenburg	14.07.
11:02,7	Robbers, Katharina	91	SV Sparta Werlte	Löningen	06.06.
11:25,9	Stroeve, Mareen	90	LG Emstal Dörpen	Dörpen	14.04.
12:02,1	Schmitz, Marina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	14.04.
12:21,4	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	14.04.
12:24,9	Lampen, Lena	91	TuS Haren	Dörpen	14.04.
12:29,7	Eissing, Melanie	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	14.04.
12:37,82	Otten, Nadine	91	BV Garrel	Delmenhorst	28.06.
12:53,9	Gerdes, Daniela	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	14.04.
13:33,7	Gerdes, Christin	91	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
14:31,2	Paschier, Lea	91	LAC Emden	Leer	28.04.
14:32,40	Oelrichs, Christine	90	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.

5000 m Lauf

Rekord :	17:21,58 Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen		2005
20:00,14	Dietel, Mona	90	SV Lemwerder	Alfeld	22.04.
20:20,3	Onken, Griet-Mara	90	VfL Germania Leer	Aurich	15.06.
21:28,48	Dietel, Malena	91	SV Lemwerder	Alfeld	22.04.
22:03,84	Schmitz, Marina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
24:17,6	Kurz, Michaela	90	SV Brake	Nordenham	16.06.

10.000 m Lauf

Rekord :	37:39,06 Musekamp, Lea	86	VfL Lingen		2003
45:30,00	Dietel, Mona	90	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
46:19,88	Dietel, Malena	91	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.

10 km Lauf

Rekord :	37:19 Schwennen, Cornelia	87	SV Concordia Emsbüren		2003
42:45	Domininghaus, Franzisk	90	1. TC Oldenburg	Oldenburg	01.09.
42:45	Dietel, Malena	91	SV Lemwerder	Brake	09.09.
42:57	Dietel, Mona	90	SV Lemwerder	Wolfenbüttel	18.03.

45:25	Lampen, Lena	91	TuS Haren	Wolfenbüttel	18.03.
48:31	Otten, Nadine	91	BV Garrel	Moslesfehn	12.05.
50:11	Book, Kerstin	92	TuS Haren	Wolfenbüttel	18.03.
50:54	Janßen, Ilka	92	TuS Aurich Ost	Norden	21.04.
52:15	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	21.10.
52:20	Schmitz, Marina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	21.10.
53:11	Eissing, Melanie	91	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	21.10.
55:15	Veltrup, Heidrun	90	TuS Haren	Wolfenbüttel	18.03.
58:08	Duggen, Julia	91	TuS Eintracht Hinte	Marienhafe	09.04.

10 km Lauf Mannschaft

Rekord : 2:05:09 VfL Lingen 2003

2:30:51	TuS Haren	Wolfenbüttel	18.03.
	Lampen, L. 91 -45:25; Book, K. 92 -50:11		
	Veltrup, H. 90 -55:15		
2:37:46	LG Papenburg/Aschendorf	Oldenburg	21.10.
	Dittmar, A. 90 -52:15; Schmitz, M. 91 -52:20		
	Eissing, M. 91 -53:11		

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:30:40 Dietel, Mona 90 SV Lemwerder 2007

1:30:40	Dietel, Mona	90	SV Lemwerder	Hannover	06.05.
1:34:01	Dietel, Malena	91	SV Lemwerder	Hannover	06.05.

100 m Hürden 0.762m

Rekord : 13,85 Bartschat, Katrin 70 LG Delmenhorst/Diepholz 1986

14,67 +0,5	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Zeven	26.05.
15,43 -1,5	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Garbsen	01.05.
15,49 +0,9	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Braunschweig	01.07.
15,61 +0,9	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Braunschweig	01.07.
16,30 -1,1	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
16,36 +1,6	Westerhoff, Sarah	91	BV Garrel	Osnabrück	03.06.
17,15 +0,0	Wedemeyer, Theresa	90	BV Garrel	Zeven	26.05.
17,24 +1,6	Jünke, Kerstin	91	LG Uplengen	Osnabrück	03.06.
17,44 +1,8	Korte, Katharina	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
18,03 -1,0	Bischof, Bastienne	91	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
18,89 +0,0	Schmitz, Marina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
18,96 -1,1	Ordemann, Verena	90	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
19,02 +0,0	Brinkmann, Anna	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
19,19 +1,8	Lingemann, Jessica	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
19,26	Agnesmeyer, Maike	90	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.
19,32 +1,8	Ortwerth, Marina	91	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05.
19,45 +1,8	Weymann, Victoria	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
19,96 +1,8	Giesker, Susanne	91	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05.
20,06 +1,8	Folkerts, Christina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
20,56	Veltrup, Heidrun	90	TuS Haren	Papenburg	28.09.

400 m Hürden

Rekord : 57,44 Rieger, Silvia 70 TuS Eintracht Hinte 1987

59,75	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Belgrad/SCG	26.07.
62,83	Wollherr, Tina	90	LG Osnabrück	Schweinfurt	24.06.
72,4	Hachmeister, Viktoria	91	MTV Aurich	Aurich	18.06.
87,66	Niermann, Nadja	91	SC Melle 03	Papenburg	28.09.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 47,33 LG Wilhelmshaven 1978

48,76	LG Wilhelmshaven	KönigsWusterhausen	07.07.
	Jung, W. 92; Zähler, N. 92; Tappe, A. 90; Zaage, C. 90		
49,30	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
	Wollherr, T. 90; Koop, A. 90; Uhlenbrock, R. 92; Gieseking, S. 92		
49,57	VfL Oldenburg	Soltau	15.09.
	Grobe-Fernande, . 92; Harms, K. 90; Bretschneider, A. 90; Spelmeyer, R. 90		
51,72	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
	Bendig, A. 91; Kröner, B. 90; Grummert, H. 90; Lingemann, J. 91		
51,91	TV Norden	Braunschweig	30.06.
	Bakker, A. 91; Klinkenborg, I. 90; Mohr, M. 91; Blum, M. 90		
52,16	Emder Laufgemeinschaft	Osnabrück	03.06.
	Raukuc, A. 90; Schatow, K. 90; Schade, J. 91; Wahren, L. 92		
52,83	OTB Osnabrück II	Wilhelmshaven	12.06.
	Rieck, S. 93; Emminghaus, L. 93; Grummert, H. 90; Hölschermann, M. 91		
53,79	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
	Bloemer, A. 90; Brinkmann, A. 91; Korte, K. 90; Dittmar, A. 90		
54,5	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
	Riemeyer, A. 92; Habben, S. 92; Sinning, L. 92; Bohlken, L. 90		
54,69	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	03.06.
	Becker, . 92; Ortwerth, . 91; Giesker, . 91; Flacke, . 91		

3 x 800 m Staffel

Rekord : 6:27,46 1982

7:16,4	LG Emstal Dörpen	Nordhorn	28.04.
	Arling, K. 92; Behrends, A. 91; Stroeve, M. 90		
7:29,10	LG Papenburg/Aschendorf	Alfeld	20.04.
	Schmitz, M. 91; Eissing, M. 91; Dittmar, A. 90		
7:30,9	VfL Germania Leer	Nordhorn	28.04.
	Onken, G. 90; Schwill, S. 90; Geissler, M. 91		
8:30,2	LG Papenburg/Aschendorf II	Nordhorn	28.04.
	Plock, M. 90; Gerdes, C. 91; Gerdes, D. 91		
8:56,1	TuS Gildehaus	Nordhorn	28.04.
	Nentwig, . 90; Heddendorp, B. 91; Hennig, . 93		

Schweden-Staffel

Rekord : 2:22,8 SG Essen-Garthe-Molbergen 2004

2:25,2	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	12.09.
	Spelmeyer, R. 90; Bretschneider, A. 90; Harms, K. 90; Grobe-Fernande, . 92		

3000 m Bahngehen

Rekord : 14:04,1 Birkemeyer, Sonja 89 LG Osnabrück 2006

16:45,67	Suerbaum, Johanna	90	LG Osnabrück	Ulm 05.08.

Hochsprung

Rekord : 1,86 Wilken, Marlies 59 LG Wilhelmshaven 1976

1,80	Blum, Mareike	90	TV Norden	Garbsen	01.05.
1,72	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	16.06.
1,64	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
1,62	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Osnabrück	05.05.

1,62	Peters, Tomke	91	SV Georgsheil	Wehdel	18.07.
1,56	Nögel, Judith	91	TuS Haren	Lingen	23.05.
1,56	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Osnabrück	03.06.
1,55	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Delmenhorst	24.08.
1,53	Poll, Ann-Kristin	91	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
1,53	Harms, Kira	90	VfL Oldenburg	Osnabrück	03.06.
1,52	Bischof, Bastienne	91	LG Ganderkesee	Stuhr	17.05.
1,50	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
1,50	Thiele, Stephanie	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,50	Weymann, Victoria	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,48	Brinkmann, Anna	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
1,48	Schade, Janina	91	Emder Laufgemeinschaft	Zeven	26.05.
1,48	Raming-Freesen, Nicola	90	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
1,47	Flacke, Leonie	91	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05.
1,47	Plock, Maren	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
1,45	Schwake, Lisa	90	BSV Holzhausen	Osnabrück	03.06.

Stabhochsprung

Rekord : 3,20 Heddendorp, Anne 89 TuS Gildehaus 2005

1,90	Bohlken, Lena	90	Fortuna Wirdum	Leer	28.04.
1,80	Heyken, Mareke	91	Fortuna Wirdum	Leer	28.04.

Weitsprung

Rekord : 6,34 Ganseforth, Annette 70 LG Emstal Dörpen 1987

5,36	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
5,35 +0,0	Blum, Mareike	90	TV Norden	Garbsen	01.05.
5,31	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Osnabrück	06.05.
5,30	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
5,29 +1,4	Nögel, Judith	91	TuS Haren	Braunschweig	30.06.
5,15	Scholübbers, Juliane	91	SV Sparta Werlte	Dörpen	13.05.
5,14 +1,9	Zaage, Camilla	90	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,13 +1,2	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	17.06.
5,06 +0,9	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Wilhelmshaven	05.05.
5,04	Grummert, Hanna	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
5,02	Mohr, Marit	91	TV Norden	Osnabrück	03.06.
4,99 +0,0	Westerhoff, Sarah	91	BV Garrel	Molbergen	09.09.
4,98	Poll, Ann-Kristin	91	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
4,92 +0,0	Stockreiter, Farina	91	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
4,88 -0,6	Bohlken, Lena	90	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
4,79	Gerdes, Christin	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
4,78 +1,3	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	05.05.
4,78	Brinkmann, Anna	91	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
4,77 +0,8	Ordemann, Verena	90	LG Ganderkesee	Stuhr	08.07.
4,68	Plock, Maren	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.

Dreisprung

Rekord : 12,65 Linnenbaum, Eva 89 TuS Neuenhaus 2006

11,53 *	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Nordhorn	11.07.
10,54	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
10,25 -0,1	Nögel, Judith	91	TuS Haren	Papenburg	28.09.
10,15	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Bremen	29.09.
9,82 -0,2	Bohlken, Lena	90	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.05.
9,44	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
9,20	Scholübbers, Juliane	91	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.
9,06 +0,0	Penning, Ammika	91	SC Osterbrock	Papenburg	28.09.

9,01	Lingemann, Jessica	91	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
8,43	Proffen, Silva	91	Blau-Weiß Hollage	Schortens	28.03.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 14,62 Kruse, Sabine 66 LG Nordenham 1983

10,82	Kielmann, Sonka	92	SV BW Emden-Borssum	Braunschweig	30.06.
10,00	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	05.05.
9,89	Nannen, Mareike	90	SV Holtland	Holtland	15.09.
9,79	Claußen, Lisa	91	Hundsmühler TV	Oldenburg	16.07.
9,74	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	16.06.
9,68	Eilers, Janneke	90	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	17.03.
9,25	Velt, Sina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
8,72	Raukuc, Anna	90	Emder Laufgemeinschaft	Wilhelmshaven	05.05.
8,69	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Osnabrück	05.05.
8,29	Blum, Mareike	90	TV Norden	Hannover	16.06.
8,15	Klinkenborg, Insa	90	TV Norden	Hannover	16.06.
8,10	Bischof, Bastienne	91	LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	05.05.
8,02	Fastabend, Sophia	91	VfL Lingen	Dörpen	13.05.
7,90	Warkentin, Katharina	90	SC Osterbrock	Wilhelmshaven	12.06.
7,86	Folkerts, Christina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	03.06.
7,83	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
7,79	Ordemann, Verena	90	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
7,71	Bloemer, Anke	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	03.06.
7,65	Vinke, Wiebke	91	LG Osnabrück	Braunschweig	04.07.
7,51	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 53,22 Galler, Dagmar 61 DSC Oldenburg 1978

34,55	Kielmann, Sonka	92	SV BW Emden-Borssum	Braunschweig	01.07.
32,98	Eilers, Janneke	90	SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven	25.08.
32,49	Rackebrandt, Maren	90	LG Ganderkesee	Osnabrück	03.06.
32,39	Nannen, Mareike	90	SV Holtland	Holtland	15.09.
28,82	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
24,43	Bloemer, Anke	90	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
24,03	Folkerts, Christina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	03.06.
23,96	Bohlken, Lena	90	Fortuna Wirdum	Leer	08.09.
23,60	Heyken, Mareke	91	Fortuna Wirdum	Wirdum	07.10.
23,33	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Papenburg	28.09.
23,28	Velt, Sina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	06.10.
23,19	Den Hertog, Marieke	91	TV Hude	Osnabrück	03.06.
23,14	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
21,62	Meyer, Ines	91	SV Warsingsfehn	Leer	28.04.
21,48	Merscher, Carina	90	SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	14.04.
20,09	Grummert, Hanna	90	OTB Osnabrück	Wunstorf	23.09.
19,95	Pommer, Nina	91	SV Warsingsfehn	Leer	28.04.
18,86	Fastabend, Sophia	91	VfL Lingen	Dörpen	13.05.
17,06	Kremer, Petra	91	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	14.04.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 58,25 Pohl, Daniela 87 SV Holtland 2004

55,10	Nannen, Mareike	90	SV Holtland	Schweinfurt	24.06.
21,55	Kremer, Petra	91	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	14.04.
20,48	Merscher, Carina	90	SV Groß Hesepe	Holtland	21.04.

Speerwurf 600 g

Rekord : 41,66 Büsing, Tomke 80 VfL Germania Leer 1997

35,33	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Braunschweig	04.07.
34,86	Ordemann, Verena	90	LG Ganderkesee	Braunschweig	30.06.
33,56	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
33,21	Leenen, Cassandra	90	LG Ganderkesee	Ganderkesee	24.05.
31,88	Eilers, Janneke	90	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	29.08.
31,87	Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Leer	28.04.
31,75	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Stuhr	08.07.
30,19	Claußen, Lisa	91	Hundsmühler TV	Friedrichsfehn	23.05.
30,05	Plock, Maren	90	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	13.05.
29,75	Vinke, Wiebke	91	LG Osnabrück	Braunschweig	04.07.
29,59	Peters, Tomke	91	SV Georgsheil	Osnabrück	03.06.
28,71	Warkentin, Katharina	90	SC Osterbrock	Lingen	23.05.
28,60	Klinkenborg, Insa	90	TV Norden	Osnabrück	03.06.
27,71	Folkerts, Christina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.
27,11	Meyer, Ines	91	SV Warsingsfehn	Leer	28.04.
26,91	Fastabend, Sophia	91	VfL Lingen	Papenburg	28.09.
26,82	Bakker, Anne	91	TV Norden	Osnabrück	03.06.
26,62	Bloemer, Anke	90	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.
25,61	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	17.06.
25,57	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	06.05.

Vierkampf

Rekord : 3.194 Englisch, Franziska 83 Braker TV 1999

2.846	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	16.06.
	15,62(-0.7)-1,72-9,74-13,45(-0.4)				
2.631	Wolters, Anne	91	TuS Neuenhaus	Osnabrück	05.05.
	16,14(+2.9)-1,62-8,69-13,22(+0.7)				
2.626	Großkopf, Nicole	91	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
	16,30(-1.1)-1,56-9,58-13,07(-1.1)				
2.551	Kröner, Berit	90	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	15,57(+2.4)-1,59-7,83-13,58(+0.5)				
2.439	Dittmar, Anna	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	15,88(+1.8)-1,50-7,51-13,28(+0.7)				
2.096	Jünke, Kerstin	91	LG Uplengen	Osnabrück	05.05.
	16,75(+2.1)-1,44-6,76-14,05(+0.7)				
2.024	Bischof, Bastienne	91	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
	18,03(-1.1)-1,44-7,82-14,05(-1.1)				
1.935	Flacke, Leonie	91	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05.
	18,09(+2.1)-1,47-5,59-13,88(+0.7)				
1.900	Korte, Katharina	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	17,44(+1.8)-1,35-7,11-14,35(+0.7)				
1.882	Brinkmann, Anna	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	18,78(+2.4)-1,47-6,36-14,10(+0.2)				
1.876	Plock, Maren	90	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	18,03(+2.9)-1,47-6,64-14,76(+0.2)				
1.796	Weymann, Victoria	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	19,45(+1.8)-1,50-6,32-14,46(+0.7)				
1.734	Lingemann, Jessica	91	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	19,19(+1.8)-1,26-6,60-13,51(+0.5)				
1.629	Ordemann, Verena	90	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07.
	18,96(-1.1)-1,28-7,79-14,98(-1.1)				
1.613	Giesker, Susanne	91	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05.
	19,96(+1.8)-1,29-6,51-14,00(+0.7)				
1.606	Ortwerth, Marina	91	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05.
	19,32(+1.8)-1,32-5,89-14,34(+0.7)				
1.605	Folkerts, Christina	91	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	20,06(+1.8)-1,35-6,95-14,58(+1.9)				

1.477	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	21,39(+3.1)-1,26-8,83-14,99(+0.7)			
1.121	Gerdes, Daniela	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	23,27(+2.9)-1,20-7,25-15,66(+0.7)			

Vierkampf Mannschaft

Rekord : 12.043 TV Norden 1996

10.163	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
	Kröner, B. 90 -2.487; Grummert, H. 90 -2.165		
	Thiele, S. 91 -1.949; Weymann, V. 91 -1.816		
	Raming-Freesen, N. 90 -1.746		
9.702	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05.
	Dittmar, A. 90 -2.439; Korte, K. 90 -1.900		
	Brinkmann, A. 91 -1.882; Plock, M. 90 -1.876		
	Folkerts, C. 91 -1.605		

Siebenkampf

Rekord : 4.879 Englisch, Franziska 83 Braker TV 1999

4.439	Kortenbrock, Marina	90 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Hannover	16.06/
	15,62(-0.7)-1,72-9,74-13,45(-0.4)			17.06.
	5,13(+1.2)-25,61-2:37,33			
4.184	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	15,57(+2.4)-1,59-7,83-13,58(+0.5)			06.05.
	4,98-32,29-2:41,24			
4.132	Wolters, Anne	91 TuS Neuenhaus	Osnabrück	05.05/
	16,14(+2.9)-1,62-8,69-13,22(+0.7)			06.05.
	5,31-19,15-2:39,16			
4.104	Dittmar, Anna	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	15,88(+1.8)-1,50-7,51-13,28(+0.7)			06.05.
	4,86-25,57-2:25,54			
3.868	Großkopf, Nicole	91 LG Ganderkesee	Stuhr	07.07/
	16,30(-1.1)-1,56-9,58-13,07(-1.1)			08.07.
	4,65(-0.6)-31,75-3:11,51			
3.219	Plock, Maren	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	18,03(+2.9)-1,47-6,64-14,76(+0.2)			06.05.
	4,68-22,30-2:43,16			
3.195	Bischof, Bastienne	91 LG Ganderkesee	Stuhr	07.07/
	18,03(-1.0)-1,44-7,82-14,05(-1.1)			08.07.
	4,64(+0.5)-25,07-3:04,65			
2.929	Flacke, Leonie	91 TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05/
	18,09(+2.1)-1,47-5,59-13,88(+0.7)			06.05.
	4,32-16,35-2:57,47			
2.905	Ordemann, Verena	90 LG Ganderkesee	Stuhr	07.07/
	18,96(-1.1)-1,28-7,79-14,98(-1.1)			08.07.
	4,77(+0.8)-32,51-3:12,96			
2.899	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	18,78(+2.4)-1,47-6,36-14,10(+0.2)			06.05.
	4,57-17,80-3:04,72			
2.890	Lingemann, Jessica	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	19,19(+2.9)-1,26-6,60-13,51(+0.5)			06.05.
	4,49-20,07-2:52,27			
2.811	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	20,06(+1.8)-1,35-6,95-14,58(+1.9)			06.05.
	3,72-27,71-2:44,05			
2.772	Weymann, Victoria	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	19,45(+1.8)-1,50-6,32-14,46(+1.9)			06.05.
	4,19-17,30-2:57,89			
2.719	Giesker, Susanne	91 TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05/
	19,96(+1.8)-1,29-6,51-14,00(+0.7)			06.05.
	4,11-20,02-2:48,05			

2.682	Korte, Katharina	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	17,44(+1.8)-1,35-7,11-14,35(+0.7)			06.05.
	3,92-17,53-3:13,59			
2.420	Ortwerth, Marina	91 TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05/
	19,32(+1.8)-1,32-5,89-14,34(+0.7)			06.05.
	4,02-13,06-3:02,69			
2.224	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	21,39(+3.1)-1,26-8,83-14,99(+0.7)			06.05.
	4,37-16,82-3:32,79			
2.199	Gerdes, Christin	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	31,47-1,23-6,97-15,85(+0.5)			06.05.
	4,79-18,28-2:54,28			
2.090	Gerdes, Daniela	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	23,27(+2.9)-1,20-7,25-15,66(+0.7)			06.05.
	2,96-23,33-2:44,87			

Siebenkampf Mannschaft

Rekord : 12.934 TV Norden 1996

10.222	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	Dittmar, A. 90 -4.104; Plock, M. 90 -3.219		06.05.
	Brinkmann, A. 91 -2.899		
9.968	LG Ganderkesee	Stuhr	07.07/
	Großkopf, N. 91 -3.868; Bischof, B. 91 -3.195		08.07.
	Ordemann, V. 90 -2.905		
9.846	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	Kröner, B. 90 -4.184; Lingemann, J. 91 -2.890		06.05.
	Weymann, V. 91 -2.772		
8.068	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	05.05/
	Flacke, . 91 -2.929; Giesker, . 91 -2.719		06.05.
	Ortwerth, . 91 -2.420		
7.717	LG Papenburg/Aschendorf II	Osnabrück	05.05/
	Folkerts, C. 91 -2.811; Korte, K. 90 -2.682		06.05.
	Velt, S. 91 -2.224		

Schüler B

5 km Lauf Mannschaft

Rekord : 57:07 VfL Germania Leer 1991

1:00:53	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	21.10.
	Hörig, J. 94 -20:02; Horn, B. 94 -20:06		
	Gutjahr, L. 94 -20:45		
1:01:02	VfL Lingen	Lingen	07.10.
	Krämer, . 95 -19:47; Koch, . 94 -20:16		
	Weßling, . 94 -20:59		
1:03:26	VfL Oldenburg	Ofen	03.10.
	Skutella, . 94 -20:40; Bertram, J. 94 -20:30		
	Bertram, A. 95 -22:16		
1:07:15	Vareler TB	Oldenburg	21.10.
	Otholt, . 95 -20:19; Padeken, . 94 -22:19		
	Korzuschnik, . 95 -24:37		
1:17:06	Heidmühler FC	Schortens	18.08.
	Sander, . 95 -23:59; Poppen, . 95 -25:10		
	Gerdes, . 95 -27:57		
1:24:51	TuS Ofen	Ofen	03.10.
	Heye, . 95 -25:53; Raudomat, . 95 -29:17		
	Von Aswege, . 95 -29:41		
1:30:06	Heidmühler FC II	Schortens	18.08.
	Hermesdorf, . 95 -28:03; Okunnek, . 95 -30:10		
	Beutmann, . 95 -31:53		

4 x 75 m Staffel

Rekord : 40,30 LG Oldenburg 2006

40,67	LG Osnabrück I	Osnabrück	23.09.
	Quante, . 95; Augsburg, . 94; Landwehre, . 94; Schruttke, . 94		
41,09	LAC Emden	Papenburg	17.06.
	Möhlmann, . 94; De Vries, . 94; Becker, . 94; Lengen, . 94		
42,24	VfL Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
	Skutella, . 94; Bertram, . 94; Schwabauer, . 94; Niehaus, . 96		
42,78	LG Osnabrück III	Osnabrück	05.06.
	Augsburg, . 94; Mitsotakis, . 94; Röder, . 94; Kaßmann, . 94		
42,84	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.09.
	Damke, . 94; Seeger, . 95; Hartung, . 96; Kieslich, . 94		
42,6	TV Norden	Aurich	07.07.
	Bommer, . 95; Hartmann, . 96; Wellmann, . 95; Thanh, . 95		
43,18	SG Delmenhorst	Delmenhorst	20.05.
	Johannson, . ; Blaschke, . ; Pfefferkorn, . ; Lersch, .		
43,8	SG Essen-Garthe-Molbergen	Molbergen	09.09.
	Niemann, J. 94; Werrelmann, . 95; Werrelmann, S. 95; Budde, . 95		
44,2	SC Osterbrock	Meppen	20.09.
	Jansen, . 94; Büter, . 94; Muke, . 94; Jaske, . 95		
44,8	VfL Lingen	Lingen	22.05.
	Koch, . 94; Krämer, . 95; Plogmann, . 95; Kruse, . 95		

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 9:33,16 BV Garrel 1999

9:47,6	VfL Lingen	Nordhorn	29.09.
	Krämer, . 95; Koch, . 94; Weßling, . 94		
10:08,2	VfL Löningen	Löningen	23.05.
	Beyer, F. 95; Risse, . 95; Brümmer, S. 94		
10:16,6	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	12.09.
	Horn, B. 94; Otten, S. 94; Hörig, J. 94		

10:44,7	VfL Oldenburg		Wilhelmshaven	12.09.
	Bertram, A. 95; Skutella, . 94; Bertram, J. 94			
10:51,7	LG Grafschaft Bentheim		Nordhorn	28.04.
	Stapperfeld, . 94; Bonke, . 95; Tiesmeier, . 94			
11:51,3	SC Osterbrock		Meppen	20.09.
	Jansen, . 95; Büter, . 94; Muke, . 94			
11:55,4	VfL Germania Leer		Leer	16.06.
	Caby, . ; Harms, . ; Bartels, .			
12:06,7	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven	12.09.
	Schäfer, Y. 94; Gutjahr, L. 94; Körber, D. 94			
12:22,2	VfL Löningen		Löningen	23.05.
	Willen, . 95; Hengemühle, . 95; Thie, . 95			

Dreikampf Mannschaft

Rekord : 6.072 VfL Lingen 2003

5.969	LG Osnabrück		Nordhorn	07.07.
	Augsburg, . 94 -1.239; Bieletzki, . 94 -1.238			
	Quante, . 95 -1.219; Schruttke, . 94 -1.178			
	Landwehr, . 94 -1.095			
5.286	LAC Emden		Leer	28.04.
	Lengen, . -1.210; Becker, . -1.098			
	Korteville, . -1.028; De Vries, . -1.099			
	Hummerich, . -851			
5.265	LG Ganderkesee		Ganderkesee	29.06.
	Dietrich, . 94 -1.170; Schönberger, . 94 -1.096			
	Hollmann, . 94 -1.037; Rose, . 94 -983			
	Becker, . 94 -979			
5.250	SC Osterbrock		Meppen	13.07.
	Jansen, . -1.128; Büter, . -1.073			
	Schulte-Huxe, . -1.061; Jaske, . -1.039			
	Sur, . -949			
4.932	VfL Oldenburg		Friedrichsfehn	24.06.
	Niehaus, . 96 -1.081; Bertram, . 94 -1.028			
	Elsner, . 95 -962; Skutella, . 94 -947			
	Schwabauer, . 94 -914			
4.677	TV Norden		Leer	29.09.
	Wellmann, . 95 -1.110; Gerdes, . 95 -1.007			
	Bommer, . 95 -954; Peters, . 95 -894			
	Klinkenborg, . 96 -712			
4.202	LG Ganderkesee II		Ganderkesee	29.06.
	Rößler, . 95 -892; Ludwig, . 95 -869			
	Himmelskamp, . 94 -868; Plate, . 95 -798			
	Schütte, . 94 -775			

Vierkampf Mannschaft

Rekord : 8.522 TV Norden 2002

7.981	LG Osnabrück		Nordhorn	07.07.
	Quante, . 95 -1.688; Augsburg, . 94 -1.687			
	Bieletzki, . 94 -1.600; Schruttke, . 94 -1.562			
	Plemper, . 95 -1.444			
6.608	VfL Oldenburg		Friedrichsfehn	24.06.
	Bertram, . 94 -1.455; Niehaus, . 96 -1.399			
	Skutella, . 94 -1.265; Elsner, . 95 -1.257			
	Schwabauer, . 94 -1.232			
6.337	TV Norden		Leer	29.09.
	Wellmann, . 95 -1.548; Gerdes, . 95 -1.336			
	Peters, . 95 -1.245; Bommer, . 95 -1.237			
	Klinkenborg, . 96 -971			

Blockwettk. Mannschaft

Rekord : 10.547 LG Wilhelmshaven 2004

8.086	VfL Oldenburg	Nordenham	07.07.
	Bertram, . 94 -1.925; Skutella, . 94 -1.773		
	Figge, . 95 -1.537; Bertram, A. 95 -1.498		
	Schwabauer, . 94 -1.353		
8.010	TV Norden	Hinte	12.05.
	Jenssen, . 95 -1.705; Gerdes, . 95 -1.694		
	Wellmann, . 95 -1.637; Bonner, . 95 -1.526		
	Schipper, . 95 -1.448		

DSMM Gruppe 1

Rekord : 5.944 TV Norden 2002

4.760	OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.
4.606	TV Norden	Wilhelmshaven	02.06.

DSMM Gruppe 2

Rekord : 3.581 LG Osnabrück 2007

3.581	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.
3.157	VfL Germania Leer	Leer	22.09.
3.017	LG Osnabrück II	Osnabrück	23.09.
2.975	VfL Lingen	Lingen	22.05.
2.625	LG Osnabrück III	Osnabrück	23.09.
2.584	LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
2.456	LG Osnabrück IV	Osnabrück	23.09.

Schüler M 12

75 m Lauf

Rekord : 9,6 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2003

10,58	Niehaus, Alex	96 VfL Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
10,60	Lersch, Dominik	95 Eintracht Delmenhorst	Hamburg	30.09.
10,63	Quante, Jörn	95 OTB Osnabrück	Osnabrück	23.09.
10,83	Krämer, Niklas	95 VfL Lingen	Papenburg	17.06.
10,6	Krull, Richard	95 MTV Aurich	Aurich	07.07.
10,6	Wellmann, Lyn-Shan	95 TV Norden	Aurich	07.07.
10,6	Fleßner, Heiko	95 VfL Germania Leer	Leer	29.09.
11,00	Plogmann, Rafael	95 VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
10,9	Budde, Robin	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
11,0	Vietor, Marcel	95 TV Hude	Nordenham	07.07.

1000 m Lauf

Rekord : 2:56,3 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 1995

3:12,82	Temmen, Daniel	95 LAV Meppen	Papenburg	17.06.
3:13,02	Krämer, Niklas	95 VfL Lingen	Papenburg	16.09.
3:14,21	Temmen, Christian	95 LAV Meppen	Recklinghausen	06.05.
3:26,6	Krull, Richard	95 MTV Aurich	Aurich	07.07.
3:27,40	Luttermann, Timo	95 TuS Haren	Papenburg	16.09.
3:28,2	Majewski, Tobias	95 BV Garrel	Bad Zwischenahn	05.10.
3:34,7	Budde, Robin	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	06.06.

3:35,15	Plemper, Jonathan	95	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
3:35,3	Hummerich, Niklas	95	LAC Emden	Aurich	07.07.
3:35,9	Bonke, Janek	95	LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus	09.05.

2000 m Lauf

Rekord : 6:30,8 Woltermann, Jan 78 VfL Germania Leer 1990

7:04,1	Temmen, Daniel	95	LAV Meppen	Dörpen	14.04.
7:20,6	Luttermann, Timo	95	TuS Haren	Dörpen	14.04.
7:33,88	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Leer	08.09.
7:34,4	Majewski, Tobias	95	BV Garrel	Löningen	06.06.
7:58,5	Thie, Lukas	95	VfL Löningen	Schortens	17.06.
8:09,8	Diekmann, Sascha	95	Emder Laufgemeinschaft	Moorhusen	29.06.
8:10,9	Steinborn, Marc Kevin	95	VfL Löningen	Schortens	17.06.
8:13,3	Bertram, Albin	95	VfL Oldenburg	Schortens	17.06.
8:28,6	Schipper, Thade	95	TV Norden	Moorhusen	29.06.
10:14,0	Lekat, Fabian	95	SV Lemwerder	Brake	29.09.

5 km Lauf

Rekord : 18:57 Jäger, Timm 85 SV Sigiltra Sögel 1997
18:57 Meyer, Alan 86 SG Essen-Garthe-Molbgn. 1998

19:03	Temmen, Daniel	95	LAV Meppen	Lingen	24.04.
19:07	Temmen, Christian	95	LAV Meppen	Lingen	24.04.
19:47	Krämer, Niklas	95	VfL Lingen	Lingen	07.10.
20:14	Majewski, Tobias	95	BV Garrel	Ofen	03.10.
20:19	Otholt, Chris	95	Vareler TB	Oldenburg	21.10.
20:28	Luttermann, Timo	95	TuS Haren	Lingen	24.04.
20:39	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Norden	21.04.
20:52	Steinborn, Marc-Kevin	95	STV Barßel	Oldenburg	21.10.
21:20	Schirdewan, Jendrik	95	Blexer TB	Nordenham	02.06.
21:36	Bertram, Albin	95	VfL Oldenburg	Löningen	27.10.

60 m Hürden 0.762m

Rekord : 9,2 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1988
9,2 Blessin, Florian 76 Delmenhorster TV 1988

11,18	Lersch, Dominik	95	Eintracht Delmenhorst	Hamburg	30.09.
11,4	Thanh, Luan-Dang	95	TV Norden	Aurich	07.07.
11,73	Quante, Jörn	95	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.
11,6	Jenssen, Bengt	95	TV Norden	Hinte	12.05.
11,8	Fleßner, Heiko	95	VfL Germania Leer	Hinte	12.05.
12,06	Elsner, Lennart	95	VfL Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
12,3	Rohden, Chritopher	95	LAC Emden	Aurich	07.07.
12,3	Krämer, Niklas	95	VfL Lingen	Lingen	18.09.
12,70	Kouyo, Alexander	95	LG Oldenburg	Delmenhorst	05.05.
12,5	Boekholt, Tobias	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
12,5	Strowitzki, Nico	95	Seefelder TV	Nordenham	07.07.
12,5	Vietor, Marcel	95	TV Hude	Nordenham	07.07.

Hochsprung

Rekord : 1,61 Glanz, Manfred 65 TV Dinklage 1977

1,48	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
1,48	Quante, Jörne	95	OTB Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1,45	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Aurich	22.06.
1,43	Harms, Sören	95	VfL Germania Leer	Aurich	07.07.

1,42	Wellmann, Lyn-Shan	95	TV Norden	Leer	29.09.
1,40	Jenssen, Bengt	95	TV Norden	Papenburg	16.09.
1,36	Fleßner, Heiko	95	VfL Germania Leer	Hinte	12.05.
1,33	Rigden, Jamie-ben	95	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
1,32	Peters, Ole	95	TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.

Stabhochsprung

Rekord : 2,10 Stangel, Björn 94 Heidmühler FC 2006

1,50	Ruchay, Marco	96	Heidmühler FC	Bramel	28.05.

Weitsprung

Rekord : 5,53 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2003

4,89	Quante, Jörn	95	OTB Osnabrück	Osnabrück	23.09.
4,52	Wellmann, Lyn-Shan	95	TV Norden	Marienhafe	26.09.
4,40	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Aurich	22.06.
4,32	Wendeln, Lena	95	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
4,27	Plemper, Jonathan	95	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
4,17	Lersch, Dominik	95	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	20.05.
4,15	Seeger, Matthias	95	LG Oldenburg	Delmenhorst	05.05.
4,07	Krämer, Niklas	95	VfL Lingen	Lingen	30.06.
4,06	Jenssen, Bengt	95	TV Norden	Aurich	22.06.
4,05	Temmen, Christian	95	LAV Meppen	Meppen	21.06.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 14,25 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1995

8,56	Flessner, Heiko	95	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
8,35	Quante, Jörn	95	LG Osnabrück	Osnabrück	09.09.
8,23	Gerdes, Dennis	95	TV Norden	Leer	08.09.
8,06	Peters, Ole	95	TV Norden	Wirdum	03.10.
7,73	Figge, Joshua	95	VfL Oldenburg	Wirdum	07.10.
7,59	Pastoor, Hilko	95	TuS Weener	Leer	08.09.
7,56	Harms, Sören	95	VfL Germania Leer	Papenburg	16.09.
7,52	Niehaus, Alexander	96	VfL Oldenburg	Bremerhaven	15.04.
7,43	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Aurich	07.07.
7,26	Dang, Thanh-Luan	95	TV Norden	Papenburg	16.09.

Diskuswurf 750 g

Rekord : 44,10 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1995

28,75	Eilers, Malte	97	TV Norden	Marienhafe	09.05.
24,85	Gerdes, Dennis	95	TV Norden	Wirdum	03.10.
23,13	Lersch, Dominik	95	Eintracht Delmenhorst	Hamburg	30.09.
21,92	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Leer	08.09.
21,28	Peters, Ole	95	TV Norden	Wirdum	03.10.
20,07	Dang, Thanh-Luan	95	TV Norden	Papenburg	16.09.
19,52	Elsner, Lennart	95	VfL Oldenburg	Wirdum	07.10.
18,62	Figge, Joshua	95	VfL Oldenburg	Wirdum	07.10.
15,20	Torno, Edward	95	ATV Rodenkirchen	Nordenham	16.06.
14,80	Weß, Niklas	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.

Speerwurf 400 g

Rekord : 44,18 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1995

30,44	Eilers, Malte	97	TV Norden	Marienhafe	26.09.
27,81	Peters, Ole	95	TV Norden	Leer	28.04.
27,25	Gerdes, Dennis	95	TV Norden	Leer	08.09.
26,68	Seeger, Matthias	95	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.09.
24,88	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Aurich	20.04.
24,80	Lersch, Dominik	95	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	20.05.
24,35	Elsner, Lennart	95	VfL Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
24,24	Dieckmann, Sascha	95	Emder Laufgemeinschaft	Papenburg	16.09.
23,49	Jenssen, Bengt	95	TV Norden	Leer	28.04.
23,36	Harms, Sören	95	VfL Germania Leer	Papenburg	16.09.

Ballwurf 200g

Rekord : 66,50 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1995

48,70	Langlitz, Michael	95	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
45,00	Gerdes, Dennis	95	TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.
45,00	Peters, Ole	95	TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.
45,00	Witte, Mirco	95	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
43,50	Rahe, Felix	95	LG Osnabrück	Osnabrück	09.09.
43,00	Fleßner, Heiko	95	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
41,50	Niehaus, Alex	96	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	05.05.
40,55	Budde, Robin	95	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
40,50	Harms, Sören	95	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
38,50	Heidemann, Eike	95	Seefelder TV	Nordenham	07.07.

Dreikampf

Rekord : 1.482 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2003

1.219	Quante, Jörn 10,93-4,76-37,00	95	OTB Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1.151	Fleßner, Heiko 11,0-4,04-43,00	95	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
1.110	Wellmann, Lyn-Shan 10,8-4,33-29,50	95	TV Norden	Leer	29.09.
1.101	Krull, Richard 11,0-4,11-34,00	95	MTV Aurich	Leer	29.09.
1.082	Harms, Sören 11,4-3,87-40,50	95	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
1.082	Plemper, Jonathan 11,38-4,27-30,50	95	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1.081	Niehaus, Alex 11,0-3,91-34,50	96	VfL Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
1.074	Lersch, Dominik 10,6-3,90-28,50	95	Eintracht Delmenhorst	Schortens	17.06.
1.073	Plogmann, Rafael 11,00-3,89-30,50	95	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
1.073	Seeger, Mathias 11,2-4,02-34,00	95	DSC Oldenburg	Löningen	16.09.

Vierkampf

Rekord : 1.966 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2003

1.688	Quante, Jörne 10,93-4,76-1,48-37,00	95	OTB Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1.548	Wellmann, Lyn-Shan 10,8-4,33-1,42-29,50	95	TV Norden	Leer	29.09.

1.539	Krull, Richard	95	MTV Aurich	Leer	29.09.
	11,0-4,11-1,42-34,00				
1.528	Fleßner, Heiko	95	VfL Germania Leer	Leer	29.09.
	10,6-4,04-1,34-34,50				
1.444	Plemper, Jonathan	95	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	11,38-4,27-1,28-30,50				
1.399	Niehaus, Alex	96	VfL Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
	11,0-3,91-1,20-34,50				
1.392	Lersch, Dominik	95	Eintracht Delmenhorst	Schortens	17.06.
	10,6-3,90-1,20-28,50				
1.382	Rigden, Jamie-ben	95	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
	11,92-3,85-1,33-31,00				
1.361	Seeger, Matthias	95	DSC Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
	11,6-3,98-1,24-32,00				
1.359	Harms, Sören	95	VfL Germania Leer	Leer	29.09.
	12,1-3,64-1,30-38,50				

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.365 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2003

1.837	Fleßner, Heiko	95	VfL Germania Leer	Hinte	12.05.
	10,8-11,8-3,78-1,36-34,50				
1.705	Jenssen, Bengt	95	TV Norden	Hinte	12.05.
	11,3-11,6-3,41-1,39-24,50				
1.657	Vietor, Marcel	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
	11,0-12,5-3,76-1,16-34,50				
1.640	Harms, Sören	95	VfL Germania Leer	Hinte	12.05.
	11,9-13,5-3,37-1,42-38,00				
1.637	Wellmann, Lya- Schan	95	TV Norden	Hinte	12.05.
	11,3-12,9-3,74-1,30-28,50				
1.526	Bonner, Hendrik	95	TV Norden	Hinte	12.05.
	11,3-12,6-3,65-1,15-24,00				
1.444	Boekholt, Tobias	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
	12,3-12,5-3,33-1,19-24,50				
1.373	Thanklung, Luan	95	TV Norden	Hinte	12.05.
	11,8-12,4-3,44-1,05-19,50				

Blockwettk. L

Rekord : 2.064 Galetzka, Cederic 93 Fortuna Wirdum 2005

1.806	Krämer, Niklas	95	VfL Lingen	Lingen	18.09.
	10,8-12,3-3,70-29,00-3:23,4				
1.498	Bertram, Albin	95	VfL Oldenburg	Nordenham	07.07.
	12,2-13,0-3,43-26,50-3:50,5				
1.479	Böseler, Marcel	95	Seefelder TV	Nordenham	07.07.
	11,5-12,7-3,55-30,00-4:42,6				
1.448	Schipper, Thade	95	TV Norden	Hinte	12.05.
	12,6-13,7-3,39-26,50-3:43,1				
1.220	Strowitzki, Nico	95	Seefelder TV	Nordenham	07.07.
	11,4-12,5-3,66-22,00-aufg.				
1.219	Heidemann, Eike	95	Seefelder TV	Nordenham	07.07.
	11,4-13,3-o.L.-38,50-4:22,5				

Blockwettk. W

Rekord : 2.243 Broer, Renke 92 Fortuna Wirdum 2004

1.694	Gerdes, Dennis	95	TV Norden	Hinte	12.05.
	11,5-12,6-3,55-6,92-21,13				
1.537	Figge, Joshua	95	VfL Oldenburg	Nordenham	07.07.
	11,7-13,0-3,24-7,05-15,42				

Schüler M 13

75 m Lauf

Rekord : 8,9 Eilers, Rainer 55 Vareler TB 1968

9,9	Born, Mirco	94	TV Rütenbrock	Meppen	21.06.
9,9	Lengen, Guido	94	LAC Emden	Aurich	07.07.
9,9	Meene, Oliver	94	MTV Aurich	Leer	29.09.
10,31	Schruttke, Conway	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
10,44	Augsburg, Felix	94	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.
10,48	Pamann, Kevin	94	SV Olympia Uelsen	Nordhorn	07.07.
10,3	Pfefferkorn, Tobias	94	Eintracht Delmenhorst	Schortens	17.06.
10,56	Becker, Nils	94	LAC Emden	Papenburg	16.09.
10,57 -1,0	Schrader, Malte	94	BSV Holzhausen	Osnabrück	03.07.
10,4	Deserno, Lukas	94	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
10,4	Gohari, Armin	94	VfL Löningen	Löningen	16.09.

1000 m Lauf

Rekord : 2:50,97 Nauermann, Oliver 91 TV Norden 2004

3:00,52	Brümmer, Steffen	94	VfL Löningen	Papenburg	28.09.
3:05,90	Wessling, Malte	94	VfL Lingen	Lingen	23.05.
3:12,16	Zwigart, Felix	94	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
3:12,7	Koch, Sebastian	94	VfL Lingen	Lingen	26.09.
3:16,47	Muke, Sebastian	94	SC Osterbrock	Papenburg	17.06.
3:16,56	Schrader, Malte	94	BSV Holzhausen	Osnabrück	03.07.
3:17,54	Hörig, Julien	94	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	28.06.
3:20,32	Heermann, Bernd	94	SV Sparta Werlte	Papenburg	17.06.
3:22,5	Muke, Kilian	94	SC Osterbrock	Haren	08.06.
3:22,99	Möllers, Jan	94	SC Melle 03	Papenburg	17.06.

2000 m Lauf

Rekord : 6:27,3 Sandmann, Peter 90 2003

6:46,0	Wessling, Malte	94	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
6:57,7	Hörig, Julien	94	LG Wilhelmshaven	Aurich	13.07.
6:58,5	Brümmer, Steffen	94	VfL Löningen	Schortens	17.06.
7:03,6	Koch, Sebastian	94	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
7:18,1	Anhorn, Dennis	94	LAV Meppen	Dörpen	14.04.
7:18,4	Körber, Dominic	94	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
7:20,99	Skutella, Thomas	94	VfL Oldenburg	Sandkrug	13.10.
7:23,7	Horn, Benjamin	94	LG Wilhelmshaven	Leer	08.09.
7:32,4	Bertram, Jan	94	VfL Oldenburg	Schortens	17.06.
7:38,5	Kostrewa, Dieke	94	TuS Eintracht Hinte	Moorhusen	29.06.

3000 m Lauf

Rekord : 9:56,1 Woltermann, Jan 78 VfL Germania Leer 1991

11:04,71	Brümmer, Steffen	94	VfL Löningen	Papenburg	15.07.

5 km Lauf

Rekord : 17:19 Woltermann, Jan 78 VfL Germania Leer 1991

18:58	Brümmer, Steffen	94	VfL Löningen	Löningen	27.10.
19:19	Hörig, Julien	94	LG Wilhelmshaven	Nordenham	02.06.
19:50	Gutjahr, Lennart	94	LG Wilhelmshaven	Löningen	27.10.

20:06	Horn, Benjamin	94	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	21.10.
20:16	Koch, Sebastian	94	VfL Lingen	Lingen	07.10.
20:30	Bertram, Jan	94	VfL Oldenburg	Ofen	03.10.
20:40	Skutella, Thomas	94	VfL Oldenburg	Ofen	03.10.
20:49	Otten, Sören	94	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
20:59	Wessling, Malte	94	VfL Lingen	Lingen	07.10.
21:09	Körber, Dominik	94	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.

60 m Hürden 0.762m

Rekord : 8,9 Hinrichs, Ingo 78 SV Georgsheil 1991

10,3	Lengen, Guido	94	LAC Emden	Aurich	07.07.
10,60	Surmann, Lasse	94	LG Oldenburg	Stuhr	30.05.
10,80	Deserno, Lukas	94	LG Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
11,00	Bertram, Jan	94	VfL Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
11,14	Bieletzki, Jonas	94	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.
11,16	Eilers, Thore	94	SV Friedrichsfehn	Papenburg	16.09.
11,4	Becker, Nils	94	LAC Emden	Hinte	12.05.
11,74	Stangel, Björn	94	Heidmühler FC	Delmenhorst	20.05.
11,8	Wessling, Malte	94	VfL Lingen	Lingen	18.09.
11,9	Niemann, Jan-Hauke	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Nordenham	07.07.

Hochsprung

Rekord : 1,70 Ewen, Ralf 72 TV Norden 1985

1,46	Möllers, Jan	94	SC Melle 03	Melle	30.06.
1,46	Niemann, Jan-Hauke	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
1,46	Surmann, Lasse	94	LG Oldenburg	Oldenburg	29.09.
1,44	Kim, Michael	94	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
1,44	Augsburg, Felix	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1,42	Schoon, Renko	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
1,40	Bertram, Jan	94	VfL Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
1,40	Bratzke, Cederic	94	Heidmühler FC	Westerstede	30.06.
1,40	Heermann, Bernd	94	SV Sparta Werlte	Werlte	02.09.
1,36	Becker, Nils	94	LAC Emden	Aurich	15.05.
1,36	Pfefferkorn, Tobias	94	Eintracht Delmenhorst	Schortens	17.06.

Stabhochsprung

Rekord : 2,60 Hülsebrock, Moritz 92 OTB Osnabrück 2005

2,50	Stangel, Björn	94	Heidmühler FC	Leer	08.09.
1,80	Fieger, Steffen	94	Heidmühler FC	Leer	08.09.

Weitsprung

Rekord : 5,76 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2004

4,94	Born, Mirco	94	TV Rütenbrock	Meppen	21.06.
4,88	Meene, Oliver	94	MTV Aurich	Leer	29.09.
4,67	Deserno, Lukas	94	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
4,63	Anhorn, Dennis	94	LAV Meppen	Recklinghausen	06.05.
4,63	Koch, Sebastian	94	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
4,61	Bieletzki, Jonas	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
4,58	Bratzke, Cedric	94	Heidmühler FC	Westerstede	30.06.
4,57	Schruttke, Conway	94	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.
4,55	Surmann, Lasse	94	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
4,52	Rathke, Matthis	94	LG Osnabrück	Osnabrück	09.09.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 18,09 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1996

13,82	Eilers, Thore	94	SV Friedrichsfehn	Nordenham	07.07.
12,84	Brunsmann, Kilian	94	TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica	10.06.
9,83	Springer, Dustin	94	TuS Tossens	Nordenham	16.06.
9,30	Deserno, Lukas	94	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
8,88	Surmann, Lasse	94	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
8,83	Stangel, Björn	94	Heidmühler FC	Westerstede	30.06.
8,71	Przijbiljski, Helge	94	OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
8,60	Fiebiger, Max	94	Fortuna Wirdum	Aurich	20.04.
8,35	Wessling, Malte	94	VfL Lingen	Lingen	30.06.
8,35	Lengen, Guido	94	LAC Emden	Aurich	07.07.

Diskuswurf 750 g

Rekord : 59,00 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1996

44,78	Eilers, Thore	94	SV Friedrichsfehn	Wirdum	07.10.
33,57	Brunsmann, Kilian	94	TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica	10.06.
26,73	Stangel, Björn	94	Heidmühler FC	Leer	08.09.
25,58	Deserno, Lukas	94	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
22,14	Springer, Dustin	94	TuS Tossens	Nordenham	16.06.
21,74	Bertam, Jan	94	VfL Oldenburg	Wirdum	07.10.
20,94	Büter, Fabian	94	SC Osterbrock	Groß Hesepe	14.04.
20,71	Jansen, Max	94	SC Osterbrock	Groß Hesepe	06.10.
20,38	Fiebiger, Max	94	Fortuna Wirdum	Aurich	20.04.
19,85	Meene, Oliver	94	MTV Aurich	Leer	08.09.

Hammerwurf 3 kg

Rekord : 50,36 Broer, Renke 92 Fortuna Wirdum 2005

41,50	Brunsmann, Kilian	94	TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica	10.06.
24,40	Springer, Dustin	94	TuS Tossens	Nordenham	30.06.

Speerwurf 400 g

Rekord : 52,56 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1996

35,97	Brunsmann, Kilian	94	TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica	10.06.
33,50	Lengen, Guido	94	LAC Emden	Papenburg	16.09.
31,17	Heermann, Bernd	94	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
31,16	Kieslich, David	94	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.09.
31,06	Jansen, Max	94	SC Osterbrock	Papenburg	16.09.
31,00	Niemann, Jan-Hauke	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst	17.03.
30,94	Meene, Oliver	94	MTV Aurich	Aurich	07.07.
30,57	Bartels, Sönke	94	VfL Germania Leer	Papenburg	16.09.
29,68	Johannson, Björn	94	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	05.05.
26,42	Stangel, Björn	94	Heidmühler FC	Delmenhorst	20.05.

Ballwurf 200g

Rekord : 81,50 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1996

54,00	Springer, Dustin	94	TuS Tossens	Seefeld	15.09.
53,50	Pamann, Kevin	94	SV Olympia Uelsen	Nordhorn	07.07.
50,00	Gohari, Armin	94	VfL Löningen	Molbergen	09.09.
49,00	Heermann, Bernd	94	VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
48,20	Niemann, Jan-Hauke	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
47,50	Röder, Patrick	94	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.

47,00	Augsburg, Felix	94	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.
46,00	Jansen, Max	94	SC Osterbrock	Papenburg	17.06.
44,50	Mitsotakis, Nico	94	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
44,50	Born, Mirco	94	TV Rütenbrock	Meppen	13.07.

Dreikampf

Rekord : 1.532 Hülsebrock, Moritz 92 OTB Osnabrück 2005

1.341	Born, Mirco	94	TV Rütenbrock	Meppen	13.07.
	10,0-4,80-44,50				
1.329	Meene, Oliver	94	MTV Aurich	Leer	29.09.
	9,9-4,88-39,50				
1.325	Pamann, Kevin	94	SV Olympia Uelsen	Nordhorn	07.07.
	10,48-4,40-53,50				
1.250	Koch, Sebastian	94	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
	10,87-4,63-43,00				
1.239	Augsburg, Felix	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	10,64-4,43-41,00				
1.238	Bieletzki, Jonas	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	10,85-4,61-41,00				
1.227	Gohari, Armin	94	VfL Löningen	Löningen	16.09.
	10,4-4,05-46,00				
1.210	Pfefferkorn, Tobias	94	Eintracht Delmenhorst	Schortens	17.06.
	10,3-4,37-36,00				
1.206	Lengen, Guido	94	LAC Emden	Leer	28.04.
	10,1-4,07-37,50				
1.200	Heermann, Bernd	94	SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
	11,16-4,20-47,00				

Vierkampf

Rekord : 2.028 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2004

1.724	Meene, Oliver	94	MTV Aurich	Leer	29.09.
	9,9-4,88-1,34-39,50				
1.687	Augsburg, Felix	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	10,64-4,43-1,44-41,00				
1.687	Pamann, Kevin	94	SV Olympia Uelsen	Nordhorn	07.07.
	10,48-4,40-1,28-53,50				
1.634	Koch, Sebastian	94	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
	10,87-4,63-1,32-43,00				
1.616	Pfefferkorn, Tobias	94	Eintracht Delmenhorst	Schortens	17.06.
	10,3-4,37-1,36-36,00				
1.610	Niemann, Jan-Hauke	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
	11,0-3,91-1,46-45,50				
1.600	Bieletzki, Jonas	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	10,85-4,61-1,28-41,00				
1.579	Surmann, Lasse	94	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,7-4,39-1,32-39,50				
1.562	Schruttke, Conway	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	10,31-4,31-1,32-29,00				
1.556	Deserno, Lukas	94	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
	10,7-4,58-1,32-33,00				

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.433 Siemer, Torben 92 LG Osnabrück 2005

2.091	Surmann, Lasse	94	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
	10,8-10,5-4,44-1,43-40,00				
1.959	Niemann, Jan-Hauke	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Nordenham	07.07.
	11,1-11,9-4,50-1,40-43,00				

1.882	Becker, Nils	94 LAC Emden	Hinte	12.05.
	10,7-11,4-4,03-1,33-33,50			
1.845	Bratzke, Cederic	94 Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
	10,6-12,9-4,39-1,37-33,00			
1.715	Kieslich, David	94 DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
	11,3-12,4-3,98-1,28-32,50			
1.653	Sanders, Jasper	94 LG Uplengen	Hinte	12.05.
	12,0-12,6-3,38-1,33-40,00			
1.633	Schoon, Renko	94 SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	12,2-12,9-3,60-1,42-31,00			
1.242	Antkowiak, Andre	94 SV Georgsheil	Hinte	12.05.
	aufg.-12,9-3,53-1,25-31,00			

Blockwettk. L

Rekord : 2.328 Künnen, Hinnerk 93 VfL Löningen 2006

1.925	Bertram, Jan	94 VfL Oldenburg	Nordenham	07.07.
	10,9-11,3-4,14-35,50-3:34,5			
1.908	Wessling, Malte	94 VfL Lingen	Lingen	18.09.
	10,8-11,8-3,81-38,50-3:26,7			
1.873	Koch, Sebastian	94 VfL Lingen	Lingen	18.09.
	10,9-12,8-4,12-43,50-3:32,9			
1.773	Skutella, Thomas	94 VfL Oldenburg	Nordenham	07.07.
	11,3-12,7-3,83-33,50-3:26,1			
1.662	Bartels, Sönke	94 VfL Germania Leer	Hinte	12.05.
	11,5-12,7-3,56-34,00-3:44,2			
1.198	Bock, Konstantin	94 TV Hude	Nordenham	07.07.
	12,1-12,8-o.L.-27,50-3:52,3			

Blockwettk. W

Rekord : 2.830 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2004

2.446	Eilers, Thore	94 SV Friedrichsfehn	Nordenham	07.07.
	10,7-11,0-4,17-13,82-38,08			
2.193	Deserno, Lukas	94 LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
	10,7-10,6-4,45-9,30-25,58			
1.531	Fiebinger, Max	94 Fortuna Wirdum	Hinte	12.05.
	11,5-14,1-3,44-7,03-16,40			

Schüler A

5 km Lauf
Mannschaft

Rekord : 51:13 SV Sigiltra Sögel 2001

59:53	VfL Oldenburg	Löningen	27.10.
	Behrens, D. 92 -19:54; Wendel, D. 92 -20:13		
	Rivera, L. 92 -19:46		
1:01:28	TV Norden	Norden	21.04.
	De Vries, H. 93 -18:45; Raafati, M. 93 -20:10		
	Lühring, J. 93 -22:33		
1:08:08	Heidmühler FC	Ofen	03.10.
	Bette, D. 92 -20:29; Harms, T. 93 -22:57		
	Gerdes, M. 93 -24:42		

4 x 100 m Staffel

Rekord : 46,04 TV Norden 2004

46,42	Fortuna Wirdum	Papenburg	15.07.
	Fengkohl, D. 92; Broer, R. 92; Bracklo, S. 92; Galetzka, C. 93		
46,81	LG Wilhelmshaven	Papenburg	15.07.
	Röben, B. 92; Moritz, O. 92; Plohr, S. 92; Straus, . 92		
47,08	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
	Bösling, . 92; Siemer, T. 92; Brüggemann, . 92; Reifschneider, D. 93		
47,16	OTB Osnabrück	Papenburg	15.07.
	Marre, S. 93; Hülsebrock, M. 92; Martin, . 92; Wenk, . 92		
50,22	VfL Löningen	Delmenhorst	20.05.
	Brümmer, S. 94; Akkad, J. 93; Künnen, H. 93; Bamstedt, N. 93		
50,25	SV Warsingsfehn	Papenburg	15.07.
	Meyer, . 92; Weber, . 92; Berg, . 93; Krieg, M. 92		
52,73	OTB Osnabrück II	Papenburg	17.06.
	Karsch, D. 92; Hahn, G. 93; Marre, S. 93; Hartmann, Y. 93		
52,7	Heidmühler FC	Westerstede	30.06.
	Fortmann, J. 93; Hasselhorn, M. 93; Held, F. 93; Bratzke, C. 94		
53,48	SV Sparta Werlte	Dörpen	22.09.
	Gerdes, . 93; Hinrichs, T. 93; Hanekamp, L. 93; Heermann, . 94		
54,17	SG Heidmühle / Rastede	Wilhelmshaven	02.06.
	Fortmann, J. 93; Hasselhorn, . 93; Held, F. 93; Bratzke, C. 94		

3 x 1000 m Staffel

9:03,9	VfL Oldenburg	Lingen	10.10.
	Wendel, D. 92; Rivera, L. 92; Behrens, D. 92		
9:15,4	OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Martin, R. 92; Karsch, D. 92; Hahn, G. 93		
9:16,69	VfL Löningen	Alfeld	22.04.
	Künnen, H. 93; Brümmer, S. 94; Akkad, J. 93		
9:51,0	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	12.09.
	Thumann, M. 92; Garcia, J. 92; Brendel, S. 92		
10:11,8	SC Melle 03	Nordhorn	28.04.
	Möller, . 94; Möllers, C. 92; Werding, . 92		
10:15,6	TuS Zetel	Wilhelmshaven	12.09.
	Rothstegge, . 93; Heinrich, . 94; Krostizt, . 92		

Dreikampf Mannschaft

Rekord : 7.310 VfL Lingen 2005

6.135	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
	Martin, . 92 -1.349; Salland, A. 93 -1.277		
	Ego, K. 93 -1.255; Hahn, G. 93 -1.138		
	Torliene, L. 92 -1.116		

Vierkampf Mannschaft

Rekord : 10.496 LG Papenburg/Aschendorf 2005

9.260	LG Oldenburg	Bremen	09.06.
	Surmann, A. 92 -2.338; Pusch, A. 93 -2.051		
	Molde, S. 93 -1.749; Deserno, . 94 -1.589		
	Surmann, L. 94 -1.533		
9.095	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	Hülsebrock, M. 92 -2.171; Ego, K. 93 -1.815		
	Martin, . 92 -1.749; Hahn, G. 93 -1.706		
	Bocktenk, A. 93 -1.654		
8.591	SV Warsingsfehn	Leer	29.09.
	Meyer, R. 92 -1.961; Weber, C. 92 -1.773		
	Berg, A. 93 -1.746; Krieg, M. 92 -1.677		
	Müller, . 93 -1.434		

Achtkampf Mannschaft

Rekord : 12.642 TV Norden 1994

11.502	OTB Osnabrück	Hameln	23.06/
	Hülsebrock, M. 92 -4.394; Marre, S. 93 -3.583		24.06.
	Karsch, M. 92 -3.525		
9.972	SV Sparta Werlte	Osnabrück	05.05/
	Hinrichs, T. 93 -3.459; Hoormann, . 93 -3.409		06.05.
	Hanekamp, L. 93 -3.104		

DSMM Gruppe 1

Rekord : 10.276 OTB Osnabrück 2007

10.276	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
8.986	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	02.06.

DSMM Gruppe 3

Rekord : 6.458 Fortuna Wirdum 2007

6.458	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	02.06.
6.028	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.06.
5.656	SV Warsingsfehn	Wilhelmshaven	02.06.
5.563	VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
5.460	SV Sparta Werlte	Dörpen	22.09.
2.181	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.

Schüler M 14

100 m Lauf

Rekord : 11,85 Hülsebrock, Moritz 92 OTB Osnabrück 2006

11,97	Pusch, Arne	93 LG Oldenburg	Bremen	09.06.
12,10	Spormann, Patrick	93 SV BW Emden-Borssum	Papenburg	14.07.
12,12	Gruber, Ingo	93 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	25.08.
12,27	Galetzka, Cederic	93 Fortuna Wirdum	Papenburg	14.07.
12,29	Akkad, Jamil	93 VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
12,38	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
12,3	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Löningen	Löningen	16.09.
12,79	Salland, Alexander	93 OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
12,93	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Papenburg	28.09.
12,94 +0,0	Heuer, Dominic	93 TSG Dissen	Bad Oeynhausen	28.05.
12,94	Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Bremen	09.06.

300 m Lauf

Rekord : 37,87 Akkad, Jamil 93 VfL Löningen 2007

37,87	Akkad, Jamil	93 VfL Löningen	Papenburg	15.07.
39,52	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Löningen	Papenburg	15.07.
39,57	Spormann, Patrick	93 LAC Emden	Wilhelmshaven	25.08.
40,13	Gruber, Ingo	93 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	25.08.
40,34	Pusch, Arne	93 LG Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
41,09	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
41,32	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Oldenburg	29.09.
42,06	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.06.
42,73	Molde, Steffen	93 LG Oldenburg	Hamburg	29.09.

43,11	Künnen, Hinnerk	93	VfL Löningen	Osnabrück	16.05.

800 m Lauf

Rekord : 2:24,78 Coners, Hannes 93 STV Barßel 2007

2:24,78	Coners, Hannes	93	STV Barßel	Oldenburg	16.07.
2:37,42	Horn, Benjamin	94	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	16.07.

1000 m Lauf

Rekord : 2:35,7 Ulrich, Jens 69 1983

2:50,66	Hahn, Gerrit	93	OTB Osnabrück	Papenburg	14.07.
2:52,80	Molde, Steffen	93	LG Oldenburg	Papenburg	14.07.
2:56,12	Knopp, Felix	93	VfL Lingen	Papenburg	14.07.
2:57,72	Akkad, Jamil	93	VfL Löningen	Papenburg	28.09.
2:57,84	Künnen, Hinnerk	93	VfL Löningen	Papenburg	14.07.
2:58,99	Knoop, Felix	93	VfL Lingen	Papenburg	28.09.
2:59,43	Galetzka, Cederic	93	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	02.06.
3:02,0	De Vries, Holger	93	TV Norden	Aurich	15.05.
3:06,26	Spormann, Patrick	93	LAC Emden	Papenburg	28.09.
3:07,27	Hanekamp, Lars	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.

2000 m Lauf

Rekord : 5:55,2 Mäusner, Frank 65 1979

6:23,47	Akkad, Jamil	93	VfL Löningen	Lage	11.08.
6:49,6	De Vries, Holger	93	TV Norden	Leer	08.09.
6:49,9	Majewski, Michael	93	BV Garrel	Sottrum	16.08.
7:01,67	Hanekamp, Lars	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
7:04,7	Molde, Steffen	93	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
7:07,51	Hoormann, Hendrik	93	SV Sparta Werlte	Hameln	24.06.
7:32,8	Ommen, Wessel	93	SV Holtland	Leer	08.09.
7:38,5	Keiser, Christian	93	SV Holtland	Leer	08.09.
7:38,9	Wellmann, Helge	93	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
8:04,00	Rothstegge, Thimo	93	TuS Zetel	Wilhelmshaven	05.05.

3000 m Lauf

Rekord : 9:20,7 Mäusner, Frank 65 1979

10:29,50	Majewski, Michael	93	BV Garrel	Papenburg	15.07.
10:32,43	Hanekamp, Lars	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	15.07.
10:40,34	De Vries, Holger	93	TV Norden	Wilhelmshaven	05.05.
10:46,54	Hahn, Gerrit	93	OTB Osnabrück	Delmenhorst	28.06.
10:48,9	Brümmer, Steffen	94	VfL Löningen	Löningen	06.06.
10:49,8	Molde, Steffen	93	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
11:11,9	Pusch, Arne	93	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
11:52,10	Rothstegge, Thimo	93	TuS Zetel	Delmenhorst	28.06.
11:53,2	Knoop, Felix	93	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
12:20,2	Ommen, Wessel	93	SV Holtland	Aurich	13.07.

5 km Lauf

Rekord : 17:15 Ohls, Gerriet 85 LG Wilhelmshaven 1999

18:38	De Vries, Holger	93	TV Norden	Emden	02.06.
18:59	Majewski, Michael	93	BV Garrel	Oldenburg	21.10.
19:01	Hahn, Gerrit	93	OTB Osnabrück	Coesfeld	13.10.
19:40	Korzuschnik, Alexander	93	Vareler TB	Schortens	15.04.
20:05	Schmitz, Timo	93	TuS Haren	Lingen	24.04.
20:10	Raafati, Marec	93	TV Norden	Norden	21.04.
20:51	Böning, Malte	93	SV Brake	Brake	09.09.
21:07	Rothstegge, Thimo	93	TuS Zetel	Ofen	03.10.
21:42	Deters, Philipp-Cord	93	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	08.09.
21:42	Thelken, Hendrik	93	STV Barßel	Löningen	27.10.

80 m Hürden 0.840m

Rekord : 10,86 Blessin, Florian 76 1990

11,59	Pusch, Arne	93	LG Oldenburg	Papenburg	15.07.
12,6	De Vries, Holger	93	TV Norden	Leer	16.06.
13,04	Akkad, Jamil	93	VfL Löningen	Lage	11.08.
13,30 +0,4	Hinrichs, Thilo	93	SV Sparta Werlte	Dörpen	13.05.
13,39	Hoormann, Hendrik	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	17.06.
13,90	Künnen, Hinnerk	93	VfL Löningen	Hameln	24.06.
14,21	Marre, Sebastian	93	OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
14,22	Hartmann, Yannik	93	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
14,4	Berg, Andree	93	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
14,5	Dumanski, Michael	93	SV Brake	Nordenham	07.07.
14,5	Molde, Steffen	93	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.

300 m Hürden 0.840m

Rekord : 42,95 Surmann, Arne 92 LG Oldenburg 2006

43,66	Pusch, Arne	93	LG Oldenburg	Stuhr	30.05.
48,21	Hinrichs, Thilo	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.
48,41	Hoormann, Hendrik	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.

Hochsprung

Rekord : 1,84 Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1992

1,77	Spiegelberg, Jakob	93	VfL Rastede	Westerstede	30.06.
1,64	Smemann, Christian	93	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
1,59	Pusch, Arne	93	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
1,59	Hinrichs, Thilo	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
1,56	Akkad, Jamil	93	VfL Löningen	Stuhr	17.05.
1,56	Heuer, Dominic	93	TSG Dissen	Bad Oeynhausen	28.05.
1,56	Künnen, Hinnerk	93	VfL Löningen	Hameln	24.06.
1,56	De Vries, Holger	93	TV Norden	Leer	29.09.
1,54	Hartmann, Yannik	93	OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
1,54	Korte, Tim	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	17.06.

Stabhochsprung

Rekord	: 3,10	Baumann, Karsten	69	DSC Oldenburg	1983
	3,10	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	2006

2,60	Held, Frederic	93 Heidmühler FC	Wilhelmshaven	25.08.
2,40	Marre, Sebastian	93 OTB Osnabrück	Hameln	24.06.
2,20	Ahlfs, André	93 Heidmühler FC	Wilhelmshaven	25.08.
1,90	Hasselhorn, Marc	93 Heidmühler FC	Leer	08.09.
1,80	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	06.05.
1,80	Hoormann, Hendrik	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	06.05.
1,60	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	06.05.

Weitsprung

Rekord	: 6,37	Pagel, Niels	77	LG Oldenburg	1991

5,89	Akkad, Jamil	93 VfL Löningen	Papenburg	14.07.
5,78	Pusch, Arne	93 LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
5,27	Galetzka, Cederic	93 Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.07.
5,20	Gruber, Ingo	93 LG Emstal Dörpen	Dörpen	17.08.
5,18	Hoormann, Hendrik	93 SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
5,07	Spiegelberg, Jakob	93 VfL Rastede	Friedrichsfehn	24.06.
5,04	Korte, Tim	93 VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
5,01	Künnen, Hinnerk	93 VfL Löningen	Stuhr	17.05.
5,00	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Löningen	Dörpen	17.08.
4,91	De Vries, Holger	93 TV Norden	Leer	16.06.
4,91	Spormann, Patrick	93 LAC Emden	Hameln	24.06.

Kugelstoss 4 kg

Rekord	: 16,73	Bergmann, Sven	83	SV Georgsheil	1997

11,65	Eilers, Thore	94 SV Friedrichsfehn	Papenburg	14.07.
11,20	Vinke, Sören	93 LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
11,04	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Papenburg	28.09.
10,69	Spormann, Patrick	93 SV BW Emden-Borssum	Leer	16.06.
10,13	Nimptsch, Florian	93 TuS Tossens	Brake	29.09.
9,92	Korte, Tim	93 VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
9,80	Galetzka, Cederic	93 Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.05.
9,62	Lischewski, Oliver	93 SV BW Emden-Borssum	Delmenhorst	05.05.
9,62	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
9,51	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Dörpen	22.09.

Diskuswurf 1 kg

Rekord	: 59,22	Bergmann, Sven	83	SV Georgsheil	1997

39,06	Eilers, Thore	94 SV Friedrichsfehn	Groß Hesepe	06.10.
33,12	Marre, Sebastian	93 OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
30,45	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Papenburg	28.09.
27,57	Galetzka, Cederic	93 Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.07.
27,49	Coners, Hannes	93 STV Barßel	Holtland	15.09.
26,59	Held, Frederic	93 Heidmühler FC	Leer	08.09.
26,18	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Wilhelmshaven	02.06.
25,42	Salland, Alexander	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
24,87	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	06.05.
24,32	Francksen, Jan-Ole	93 TuS Tossens	Nordenham	16.06.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 48,82 Hemsath, Torben 93 TSG Dissen 2007

48,82	Hemsath, Torben	93 TSG Dissen	Dissen	03.10.
21,42	Nimptsch, Florian	93 TuS Tossens	Nordenham	14.04.

Speerwurf 600 g

Rekord : 59,88 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1997

36,66	Smemann, Christian	93 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	17.06.
36,55	Marre, Sebastian	93 OTB Osnabrück	Papenburg	15.07.
36,45	De Vries, Holger	93 TV Norden	Leer	08.09.
33,72	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
32,57	Fortmann, Jonas	93 Heidmühler FC	Leer	08.09.
32,42	Gerdes, Marcel	93 Heidmühler FC	Leer	08.09.
31,60	Spormann, Patrick	93 SV BW Emden-Borssum	Papenburg	16.09.
31,41	Pusch, Arne	93 LG Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
29,80	Damm, Thorben	93 SV Dornum	Wilhelmshaven	05.05.
29,45	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Nordenham	07.07.

Ballwurf 200g

Rekord : 84,00 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1997

61,00	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
59,00	De Vries, Holger	93 TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.
59,00	Vinke, Sören	93 LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
57,00	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Wilhelmshaven	02.06.
53,00	Hoormann, Hendrik	93 SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
51,00	Francksen, Jan-Ole	93 TuS Tossens	Seefeld	15.09.
50,00	Akkad, Jamil	93 VfL Löningen	Hameln	24.06.
49,00	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Löningen	Wilhelmshaven	02.06.
49,00	Wilkens, Jannes	93 OSC Damme	Lohne	15.09.
47,00	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Delmenhorst	17.03.
47,00	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	02.06.

Dreikampf

Rekord : 1.570 Höckner, Jonas 90 VfL Lingen 2004

1.436	Gruber, Ingo	93 LG Emstal Dörpen	Dörpen	09.06.
	12,57-5,16-46,00			
1.410	Hoormann, Hendrik	93 SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
	13,34-5,18-53,00			
1.397	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
	13,37-4,66-61,00			
1.325	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Löningen	Löningen	16.09.
	12,3-4,48-39,00			
1.317	Wilkens, Jannes	93 OSC Damme	Lohne	15.09.
	13,5-4,80-49,00			
1.277	Salland, Alexander	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
	12,97-4,34-40,00			
1.255	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
	12,81-4,78-28,00			
1.235	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Leer	28.04.
	12,8-4,32-35,00			
1.224	Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
	13,0-4,56-32,00			
1.204	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
	13,4-4,65-32,50			

Vierkampf

Rekord : 2.224 Surmann, Arne 92 LG Oldenburg 2006

2.051	Pusch, Arne	93 LG Oldenburg	Bremen	09.06.
	11,97-5,62-1,52-8,70			
1.975	Akkad, Jamil	93 VfL Löningen	Schortens	17.06.
	12,2-5,60-1,48-8,56			
1.878	Spiegelberg, Jakob	93 VfL Rastede	Friedrichsfehn	24.06.
	13,6-5,07-1,70-7,85			
1.828	De Vries, Holger	93 TV Norden	Leer	29.09.
	13,1-4,74-1,56-8,14			
1.815	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	12,47-4,89-1,32-8,52			
1.800	Smemann, Christian	93 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	13,92-4,54-1,64-8,10			
1.790	Künnen, Hinnerk	93 VfL Löningen	Schortens	17.06.
	13,1-4,96-1,48-7,69			
1.769	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	13,69-4,57-1,48-8,71			
1.749	Molde, Steffen	93 LG Oldenburg	Bremen	09.06.
	13,34-4,64-1,44-7,97			
1.746	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Leer	29.09.
	13,1-4,29-1,28-10,70			

Achtkampf

Rekord : 4.564h Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1992

3.614	Marre, Sebastian	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	14,34-4,46-9,07-1,38			06.05.
	29,62-2,30-32,81-3:23,54			
3.459	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	05.05/
	13,89-4,78-8,80-1,44			06.05.
	24,87-1,80-22,53-3:21,80			
3.409	Hoormann, Hendrik	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	05.05/
	13,99-5,02-7,12-1,38			06.05.
	20,95-1,80-29,21-3:14,99			
3.104	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	05.05/
	16,90-4,29-5,88-1,50			06.05.
	17,35-1,60-25,73-3:14,36			

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.723 Surmann, Arne 92 LG Oldenburg 2006

2.666	Pusch, Arne	93 LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
	12,1-11,7-5,78-1,59-26,26			
2.356	Künnen, Hinnerk	93 VfL Löningen	Hameln	24.06.
	13,32-13,90-4,82-1,56-25,09			
2.329	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Hameln	24.06.
	13,56-13,39-4,70-1,48-27,38			
2.140	Spiegelberg, Jakob	93 VfL Rastede	Nordenham	07.07.
	14,2-15,1-4,97-1,50-19,30			
2.041	Lühring, Jan	93 TV Norden	Hinte	12.05.
	14,9-15,2-4,19-1,45-25,40			
2.021	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Nordenham	07.07.
	14,5-15,4-4,12-1,32-29,45			

Blockwettk. L

Rekord	: 2.527	Akkad, Jamil	93	VfL Löningen		2007
2.527	Akkad, Jamil		93	VfL Löningen	Lage	11.08.
	12,69-13,04-5,29-49,00-6:23,47					
2.328	De Vries, Holger		93	TV Norden	Hameln	24.06.
	13,80-13,54-4,87-53,00-6:52,88					
2.301	Hoormann, Hendrik		93	SV Sparta Werlte	Hameln	24.06.
	13,52-13,75-4,81-52,00-7:07,51					
2.253	Molde, Steffen		93	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
	12,8-14,5-4,73-44,50-7:04,7					
2.018	Wellmann, Helge		93	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
	13,8-15,8-4,38-42,50-7:38,9					
1.963	Gerdes, Marcel		93	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
	14,3-15,7-4,39-46,50-8:10,4					
1.850	Dumanski, Michael		93	SV Brake	Nordenham	07.07.
	13,7-14,5-4,12-36,50-9:44,1					

Blockwettk. W

Rekord	: 2.898	Peters, Derk	91	SV Georgsheil		2005
2.287	Spormann, Patrick		93	LAC Emden	Hameln	24.06.
	12,35-15,97-4,91-9,68-21,92					
2.221	Berg, Andree		93	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	13,7-14,4-4,17-10,06-28,60					
2.112	Held, Frederic		93	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
	13,7-14,7-4,75-8,39-21,87					
1.992	Hasselhorn, Marc		93	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
	14,4-14,8-4,26-7,53-23,99					

Schüler M 15

100 m Lauf

Rekord	: 11,11	Keller, Carsten	69	LG Oldenburg		1984
11,36	Surmann, Arne		92	LG Oldenburg	Wilhelmshaven	25.08.
11,68	Hülsebrock, Moritz		92	OTB Osnabrück	Papenburg	14.07.
11,77	Fengkohl, Dennis		92	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	02.06.
11,85	Rivera, Lazaro		92	VfL Oldenburg	Papenburg	14.07.
12,00	Moritz, Ole		92	LG Wilhelmshaven	Papenburg	14.07.
12,06	Wilke, Matthias		92	TuS Bersenbrück	Borgholzhausen	13.10.
12,07	Stoff, Karsten		92	BV Garrel	Oldenburg	16.07.
12,15	Plohr, Steffen		92	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.08.
12,19	Wenk, Steffen		92	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
12,21	Broer, Renke		92	Fortuna Wirdum	Lage	11.08.

300 m Lauf

Rekord	: 35,78	Caspers, Claas	86	Heidmühler FC		2001
37,4	Wilke, Matthias		92	TuS Bersenbrück	Lingen	26.09.
37,78	Surmann, Arne		92	LG Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
38,01	Rivera, Lazaro		92	VfL Oldenburg	Papenburg	15.07.
39,23	Thyen, Pascal		92	SV Union Meppen	Papenburg	15.07.
40,22	Hülsebrock, Moritz		92	OTB Osnabrück	Bremen	16.05.
40,1	Fengkohl, Dennis		92	Fortuna Wirdum	Leer	16.06.
40,6	Wendel, Daniel		92	VfL Oldenburg	Letter	21.09.
41,42	Stoff, Karsten		92	BV Garrel	Delmenhorst	28.06.

41,69	Janott, Robin	92	OFV Ostercappeln	Osnabrück	05.06.
41,80	Brauner, Pascal	92	BV Garrel	Delmenhorst	28.06.

800 m Lauf

Rekord : 1:59,16 Gruber, Daniel 89 SV Concordia Emsbüren 2004

2:19,97	Janott, Robin	92	OFV Ostercappeln	Osnabrück	03.06.
2:20,49	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Oldenburg	16.07.

1000 m Lauf

Rekord : 2:35,7 Ulrich, Jens 69 1983

2:47,6	Buss, Martin	92	MTV Wittmund	Aurich	15.06.
2:52,58	Thiemens, Maurice	92	SV Emden-Harsweg	Papenburg	15.07.
2:52,68	Krieg, Matthias	92	SV Warsingsfehn	Papenburg	15.07.
2:53,13	Hauptstein, Jannis	92	TSG Dissen	Papenburg	15.07.
2:55,81	Hauptstein, Niklas	92	TSG Dissen	Papenburg	15.07.
2:56,43	Päsler, Robin	92	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
2:57,01	Janott, Robin	92	OFV Ostercappeln	Osnabrück	03.07.
2:57,94	Martin, Romain	92	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
2:59,41	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Papenburg	15.07.
3:00,93	Fritz, Cedrik	92	VfL Lingen	Wilhelmshaven	12.06.

2000 m Lauf

Rekord : 5:47,0 Gruber, Daniel 89 SV Concordia Emsbüren 2004

6:45,6	Brendel, Sebastian	92	LG Wilhelmshaven	Leer	08.09.
6:51,01	Päsler, Robin	92	LG Osnabrück	Osnabrück	16.05.
6:51,4	Krieg, Matthias	92	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
6:58,00	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	05.05.
7:09,0	Pahl, Dominik	92	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
7:17,0	Bette, Dennis	92	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
7:20,00	Thumann, Malte	92	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
7:41,80	Fengkohl, Dennis	92	Fortuna Wirdum	Stuhr	07.07.
7:48,4	Vetter, Axel	92	TuS Norderney	Hinte	12.05.

3000 m Lauf

Rekord : 9:01,0 Mäusner, Frank 65 Adelheider TV 1980

9:24,78	Buss, Martin	92	MTV Wittmund	Papenburg	15.07.
10:13,75	Päsler, Robin	92	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
10:23,7	Krostitz, Aljoscha	92	TuS Zetel	Schortens	12.06.
10:24,22	Brendel, Sebastian	92	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.08.
10:49,0	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Schortens	17.06.
13:59,3	Albers, Simon	92	TuS Tossens	Brake	29.09.

5 km Lauf

Rekord : 15:48 Klingenberg, Sadik 89 LG Emstal Dörpen 2004

16:57	Buss, Martin	92	MTV Wittmund	Schortens	15.04.
18:27	Brendel, Sebastian	92	LG Wilhelmshaven	Löningen	27.10.
19:02	Schwalbe, Patrick	92	SC Melle 03	Neuenkirchen	18.05.
19:13	Karsch, Dustin	92	OTB Osnabrück	Neuenkirchen	13.10.
19:22	Mitsevich, Dennis	92	TuS Emstekerfeld	Ofen	03.10.
19:35	Thiemens, Maurice	92	SV Emden-Harsweg	Emden	02.06.
19:44	Müller, Philipp	92	Heidmühler FC	Schortens	18.08.

19:46	Rivera, Lazaro	92	VfL Oldenburg	Löningen	27.10.
19:54	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Oldenburg	21.10.
20:07	Busalski, Jan	92	Heidmühler FC	Schortens	18.08.

80 m Hürden 0.840m

Rekord : 10,62 Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1993

10,74	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Lage	11.08.
11,23	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
12,27	Darmer, Kai	92	TuS Norderney	Papenburg	15.07.
12,55	Broer, Renke	92	Fortuna Wirdum	Lage	11.08.
12,91	Fengkohl, Dennis	92	Fortuna Wirdum	Stuhr	07.07.
13,30	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Stuhr	20.05.
13,4	Meyer, Ruben	92	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
14,1	Bette, Dennis	92	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
14,39	Torliene, Lukas	92	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
14,3	Krieg, Matthias	92	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.

300 m Hürden 0.840m

Rekord : 40,36 Jochmann, Patrick 90 LG Osnabrück 2005

41,16	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Stuhr	30.05.
47,03	Meyer, Ruben	92	SV Warsingsfehn	Papenburg	28.09.
53,27	Werding, Rasmus	92	SC Melle 03	Papenburg	28.09.

Hochsprung

Rekord : 1,96 Howe, Falk 66 TuS Zetel 1981

1,76	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Hameln	24.06.
1,72	Bösling, Lars Marten	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1,70	Michaelis, Julian	92	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	17.06.
1,66	Bösling, Lars Marten	92	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
1,65	Darmer, Kai	92	TuS Norderney	Aurich	15.05.
1,64	Hummenik, Alexander	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1,64	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Borgholzhausen	13.10.
1,60	Brauner, Pascal	92	BV Garrel	Delmenhorst	20.05.
1,60	Pahl, Dominik	92	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	17.06.
1,60	Dieken, Mathias	92	TV Norden	Leer	08.09.

Stabhochsprung

Rekord : 3,50 Hülsebrock, Moritz 92 OTB Osnabrück 2007

3,50	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
2,00	Karsch, Marvin	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.

Weitsprung

Rekord : 6,68 Pagel, Niels 77 DSC Oldenburg 1992

6,39		Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Wilhelmshaven	25.08.
6,15		Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Papenburg	14.07.
5,95		Fengkohl, Dennis	92	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	12.06.
5,81	-0,2	Michaelis, Julian	92	LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück	03.06.
5,70		Wenk, Steffen	92	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
5,64	-0,4	Bösling, Lars Marten	92	LG Osnabrück	Osnabrück	03.06.
5,64		Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Borgholzhausen	13.10.
5,49		Bösling, Lars Marten	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.

5,47	Stoff, Karsten	92	BV Garrel	Wilhelmshaven	25.08.
5,41	Siemer, Torben	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.

Dreisprung

Rekord : 13,16 Howe, Falk 66 TuS Zetel 1981

11,97	Michaelis, Julian	92	LG Grafschaft Bentheim	Garbsen	01.05.
11,71	Fengkohl, Dennis	92	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	26.08.
10,24	Hoormann, Hendrik	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.
10,22	Karsch, Marvin	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
9,69	Hinrichs, Thilo	93	SV Sparta Werlte	Papenburg	28.09.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 17,47 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2006

15,38	Broer, Renke	92	Fortuna Wirdum	Oldenburg	29.08.
13,39	Siemer, Torben	92	LG Osnabrück	Papenburg	14.07.
13,02	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Papenburg	16.09.
12,92	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
12,31	Holz, Carsten	92	Fortuna Wirdum	Marienhafe	11.07.
12,28	Darmer, Kai	92	TuS Norderney	Leer	16.06.
12,22	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Delmenhorst	05.05.
11,37	Rivera, Lazaro	92	VfL Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
11,36	Moritz, Ole	92	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	12.06.
10,87	Hauptstein, Jannes	92	TSG Dissen	Bad Oeynhausen	28.05.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 59,22 Bergmann, Sven 83 SV Georgsheil 1997

48,50	Broer, Renke	92	Fortuna Wirdum	Papenburg	14.07.
41,78	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Delmenhorst	09.09.
35,88	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
30,78	Holz, Carsten	92	Fortuna Wirdum	Wirdum	07.10.
29,86	Fengkohl, Dennis	92	Fortuna Wirdum	Georgsheil	09.06.
29,28	Rivera, Lazaro	92	VfL Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
28,94	Karsch, Marvin	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
24,20	Gottschlich, Kai	92	SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	06.10.
23,69	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Papenburg	28.09.
23,40	Meyer, Ruben	92	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 48,13 Adami, Benjamin 90 SV Holtland 2005

44,14	Thomas, Eike	92	TSG Dissen	Dissen	03.10.
33,64	Holz, Carsten	92	Fortuna Wirdum	Wirdum	07.10.
31,48	Laumann, Mike	92	TSG Dissen	Dissen	03.10.
30,07	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Delmenhorst	09.09.

Speerwurf 600 g

Rekord : 46,02 Aden, Robin 90 TV Bissendorf-Holte 2005

39,89	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Hameln	24.06.
37,99	Hauptstein, Jannes	92	TSG Dissen	Papenburg	17.06.
37,28	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Delmenhorst	05.05.
35,07	Bette, Dennis	92	Heidmühler FC	Leer	08.09.
34,54	Siemer, Torben	92	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.

33,32	Behrens, Dennis	92	VfL Oldenburg	Sandkrug	13.10.
33,20	Karsch, Marvin	92	OTB Osnabrück	Hameln	24.06.
32,16	Rivera, Lazaro	92	VfL Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
30,57	Päsler, Robin	92	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.
28,70	Lanmann, Mike	92	TSG Dissen	Bad Oeynhausen	28.05.

Ballwurf 200g

Rekord : 88,00 Lohß, Thorsten 77 LG Wilhelmshaven 1992

65,50	Siemer, Torben	92	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
62,50	Rivera, Lazaro	92	VfL Oldenburg	Leer	28.04.
61,00	Pahl, Dominik	92	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	09.06.
59,50	Humennik, Alexander	92	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
59,00	Krieg, Matthias	92	SV Warsingsfehn	Wilhelmshaven	02.06.
58,00	Egbers, Lennart	92	VfL Lingen	Lingen	23.05.
56,00	Broer, Renke	92	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	02.06.
54,00	Darmer, Kai	92	TuS Norderney	Aurich	15.05.
53,00	Brendel, Sebastian	92	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.06.
51,00	Karsch, Marvin	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.
51,00	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Delmenhorst	09.09.

Dreikampf

Rekord : 1.708 Höckner, Jonas 90 VfL Lingen 2005

1.559	Siemer, Torben	92	LG Osnabrück	Osnabrück	06.05.
	12,46-5,30-64,00				
1.547	Rivera, Lazaro	92	VfL Oldenburg	Leer	28.04.
	11,7-4,76-62,50				
1.532	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Bersenbrück	21.09.
	11,9-5,42-51,00				
1.495	Stoff, Karsten	92	BV Garrel	Löningen	16.09.
	11,9-5,40-45,00				
1.436	Fengkohl, Dennis	92	Fortuna Wirdum	Leer	28.04.
	11,8-5,35-35,00				
1.422	Pahl, Dominik	92	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	09.06.
	13,38-4,91-61,00				
1.349	Martin, Romain	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	06.05.
	12,62-4,26-48,00				
1.333	Meyer, Ruben	92	SV Warsingsfehn	Leer	28.04.
	12,5-4,68-40,00				
1.286	Kl. Bornhorst, Christi	92	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
	13,1-5,05-35,00				
1.256	Krieg, Matthias	92	SV Warsingsfehn	Leer	28.04.
	13,4-4,22-48,00				

Vierkampf

Rekord : 2.364 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2006

2.347	Surmann, Arne	92	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
	11,4-6,19-1,68-11,75				
2.236	Wilke, Matthias	92	TuS Bersenbrück	Borgholzhausen	13.10.
	12,06-5,64-1,64-11,84				
2.171	Hülsebrock, Moritz	92	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	11,78-6,03-1,32-12,71				
2.114	Bösling, Lars Marten	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	12,63-5,49-1,72-9,62				
2.099	Siemer, Torben	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	12,41-5,41-1,44-12,41				
2.014	Hummenik, Alexander	92	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
	13,25-4,98-1,64-10,70				

1.961	Meyer, Ruben	92 SV Warsingsfehn	Leer	29.09.
	12,4-5,06-1,56-8,95			
1.828	Bockhorst, Niklas	92 TV Dinklage	Lohne	15.09.
	13,4-4,43-1,48-10,30			
1.803	Flottemesch, Niklas	92 TuS Ofen	Friedrichsfehn	24.06.
	13,7-4,58-1,54-9,20			
1.773	Weber, Christian	92 SV Warsingsfehn	Leer	29.09.
	13,2-4,67-1,48-8,14			

Achtkampf

Rekord : 4.825 Rabenstein, Jens 78 TV Norden 1993

4.394	Hülsebrock, Moritz	92 OTB Osnabrück	Hameln	23.06/
	11,30-6,08-12,44-1,56			24.06.
	26,64-3,40-39,89-3:11,47			
3.525	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Hameln	23.06/
	15,09-4,29-9,02-1,48			24.06.
	26,67-1,90-33,20-3:21,60			

Blockwettk. S/S

Rekord : 3.007 Surmann, Arne 92 LG Oldenburg 2007

3.007	Surmann, Arne	92 LG Oldenburg	Lage	11.08.
	11,54(+0.0)-10,74-6,23-1,72-34,73			

Blockwettk. L

Rekord : 2.680 Jochmann, Patrick 90 LG Osnabrück 2005

2.390	Fengkohl, Dennis	92 Fortuna Wirdum	Stuhr	07.07.
	12,13-12,91-5,26-41,00-7:41,80			
2.239	Bette, Dennis	92 Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
	13,0-14,1-4,53-49,50-7:17,0			
2.172	Krieg, Matthias	92 SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	13,1-14,3-3,93-44,50-6:51,4			
1.932	Vetter, Axel	92 TuS Norderney	Hinte	12.05.
	14,2-16,5-4,40-39,00-7:48,4			

Blockwettk. W

Rekord : 3.061 Peters, Derk 91 SV Georgsheil 2006

2.910	Broer, Renke	92 Fortuna Wirdum	Lage	11.08.
	12,21-12,55-5,32-14,63-42,57			
2.643	Wilke, Matthias	92 TuS Bersenbrück	Stuhr	20.05.
	12,58-13,30-5,25-11,65-35,01			
2.583	Fengkohl, Dennis	92 Fortuna Wirdum	Hameln	24.06.
	11,93-13,11-5,58-9,94-26,63			
2.295	Meyer, Ruben	92 SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	12,6-13,4-4,57-9,23-23,40			
1.943	Sazar, Turgut	92 SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	13,0-15,6-4,00-7,41-17,36			

Schülerinnen B

5 km Lauf Mannschaft

Rekord : 1:02:17 VfL Lingen 2007

1:02:17	VfL Lingen	Lingen	24.04.
	Bernstein, J. 94 -20:35; Bernstein, J. 94 -20:36		
	Bäcker, J. 94 -21:06		
1:12:29	TuS Ofen	Ofen	03.10.
	Baron, J. 94 -21:21; Schang, . 95 -24:09		
	Flottemesch, . 95 -26:59		
1:14:35	SV Brake	Brake	09.09.
	Sinnen, . 95 -22:14; Meeuw, . 94 -25:01		
	Dadfahr, . 95 -27:20		
1:24:41	TV Norden	Norden	21.04.
	Gronewold, . 95 -25:40; Kruse, . 95 -29:28		
	Bieler, . 95 -29:33		
1:32:38	TuS Ofen	Ofen	03.10.
	Tetenborg, . 94 -28:02; Koutonou, H. 94 -29:06		
	Lohse, . 94 -35:30		
1:32:51	VfL Oldenburg	Schortens	15.04.
	Wilcke, . -30:05; Hotes, . -31:07		
	Stührenberg, . -31:39		

4 x 75 m Staffel

Rekord : 39,1 OTB Osnabrück 2000

40,72	VfL Löningen	Delmenhorst	20.05.
	Wilken, L. 95; Otten, A. 94; Schüler, M. 94; Markus, A. 94		
40,99	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	22.09.
	Krause, . 94; Behrends, . 95; Schöppern, . 95; Völker, . 94		
41,10	DSC Oldenburg II	Delmenhorst	05.05.
	Schütte, . 95; Lambertus, . 94; Heil, . 94; Mager, . 95		
41,61	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	16.09.
	Schlagelambers, . 95; Jakobs, . 95; Mellendorf, . 94; Jakobs, N. 94		
41,67	LG Osnabrück I	Papenburg	17.06.
	Kock, . 94; Exeler, . 94; Hengelbrock, . 94; rüterbories, . 94		
41,76	SV Sparta Werlte I	Papenburg	17.06.
	Frese, K. 94; Spille, L. 94; Klumpe, J. 95; Klumpe, E. 95		
41,98	SG Essen-Garthe-Molbergen	Delmenhorst	05.05.
	Westendorf, . ; Wendeln, . ; Kordes, . ; Neuenstein, .		
42,07	LG Oldenburg	Delmenhorst	05.05.
	Lindner, . ; Hüper, . ; Weirauch, . ; Walter, .		
42,09	TV Norden I	Papenburg	16.09.
	Bieler, . 95; Peters, . 95; Gronewold, . 95; Lützen, . 94		
42,30	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
	Gerdes, S. 95; Klumpe, T. 95; Klumpe, E. 95; Klumpe, J. 95		

3 x 800 m Staffel

Rekord : 7:34,9 VfL Lingen 1999

7:54,0	VfL Lingen	Nordhorn	28.04.
	Bernstein, J. 94; Milcarek, . 95; Bernstein, J. 94		
8:10,9	SV Sparta Werlte	Dörpen	05.05.
	Janssen, J. 95; Klumpe, E. 95; Jüngerink, L. 95		
8:29,8	VfL Löningen	Löningen	23.05.
	Otten, A. 94; Köster, H. 94; Aselage, N. 94		
8:40,8	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	05.05.
	Völker, . 94; Schepers, . 95; Abeln, . 95		
8:42,0	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	28.04.
	Stroeve, E. 94; Mellendorf, . 94; Rohlf, . 95		

8:47,9	SC Osterbrock	Meppen	20.09.
	Niermann, V. 96; Berentzen, . 95; Niermann, M. 95		
8:54,7	SV Sparta Werlte	Dörpen	05.05.
	Gerdes, S. 95; Droste, . 95; Klumpe, T. 95		
8:59,7	LG Papenburg/Aschendorf II	Dörpen	05.05.
	Ontijd, . 95; Eissing, . 95; Horstmann, . 94		
9:01,2	MTV Aurich	Moorhusen	07.09.
	Janssen, . 95; Kaun, . 94; Gerken, . 94		
9:08,9	LG Emstal Dörpen	Dörpen	05.05.
	Hüller, . 95; Wacker, . 95; Hoppe, . 94		

Dreikampf Mannschaft

Rekord : 6.788 LG Ganderkesee 2000

6.727	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	Petershofen, . 95 -1.401; Mager, . 95 -1.397		
	Heil, . 94 -1.387; Schmidt, . 94 -1.280		
	Schütte, . 95 -1.262		
6.558	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	Frese, K. 94 -1.387; Spille, . 94 -1.292		
	Klumpe, J. 95 -1.327; Jüngerink, L. 95 -1.269		
	Klumpe, E. 95 -1.283		
6.454	TV Norden	Leer	29.09.
	Fischer, . 94 -1.401; Lützen, . 94 -1.341		
	Bieler, . 95 -1.328; Kruse, . 95 -1.247		
	Gronewold, . 95 -1.137		
6.341	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	Schlagelambers, . 95 -1.416; Jakobs, N. 94 -1.313		
	Gysbers, . 94 -1.210; Widzgowski, . 94 -1.206		
	Rohlfs, . 95 -1.196		
6.315	VfL Löningen	Schortens	17.06.
	Markus, A. 94 -1.337; Wilken, L. 95 -1.302		
	Otten, A. 94 -1.250; Schüler, M. 94 -1.218		
	Köster, H. 94 -1.208		
6.307	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	09.06.
	Völker, . 94 -1.442; Krause, . 94 -1.277		
	Schütter, . 95 -1.206; Kron, . 95 -1.203		
	Schöpper, . 95 -1.179		
6.200	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
	Bäcker, J. 94 -1.417; Bernstein, J. 94 -1.293		
	Bernstein, J. 94 -1.246; Milcarek, . 95 -1.131		
	Hübner, . 95 -1.113		
6.083	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
6.014	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
	Barz, . 94 -1.305; Rathmanner, . 94 -1.233		
	Marquardt, . 94 -1.231; Krause, . 94 -1.203		
	Weymann, . 95 -1.042		
5.728	LG Grafschaft Bentheim II	Nordhorn	07.07.

Vierkampf Mannschaft

Rekord : 8.713 LG Papenburg/Aschendorf 2004

8.639	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	Petershofen, . -1.894; Mager, . -1.791		
	Heil, . -1.755; Schütte, . -1.604		
	Schmidt, . -1.595		
8.572	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	Klumpe, J. 95 -1.771; Spille, L. 94 -1.736		
	Klumpe, E. 95 -1.702; Jüngerink, L. 95 -1.688		
	Frese, K. 94 -1.675		
8.363	TV Norden	Leer	29.09.

Fischer, . 94 -1.820; Lützen, . 94 -1.735
Bieler, . 95 -1.670; Kruse, . 95 -1.641
Neumann, . 95 -1.497

8.176 LG Grafschaft Bentheim Nordhorn 07.07.
Schlagelambers, . -1.860; Jakobs, N. 94 -1.757
Widzgowski, . -1.548; Rohlfs, . -1.511
Jacobs, . -1.500

8.151 LG Osnabrück Nordhorn 07.07.
Rüterbories, . -1.736; Hengelbrock, . -1.686
Aringsmann, . -1.609; Witzger, . -1.581
Jochmann, . -1.539

8.061 VfL Lingen Nordhorn 07.07.
Bäcker, J. 94 -1.861; Bernstein, J. 94 -1.665
Bäcker, J. 94 -1.661; Hübner, . -1.455
Milcarek, . -1.419

7.961 VfL Löningen Löningen 16.09.
Schüler, M. 94 -1.790; Markus, A. 94 -1.732
Otten, A. 94 -1.603; Aselage, N. 94 -1.587
Wöste, . 94 -1.249

7.793 LG Papenburg/Aschendorf Nordhorn 07.07.
Völker, . -1.825; Schöpper, . -1.574
Krohn, . -1.499; Bloemer, . -1.468
Abeln, . -1.427

7.165 LG Grafschaft Bentheim II Nordhorn 07.07.

7.066 SV Warsingsfehn Leer 29.09.
Krieg, . 94 -1.739; De Freese, . 95 -1.523
Luitjens, . 95 -1.465; Schiller, . 94 -1.284
Pollmann, . 95 -1.055

Blockwettk.Mannschaft

Rekord : 11.363 LG Wilhelmshaven 2002

10.897 VfL Löningen Nordenham 07.07.
Wilken, L. 95 -2.346; Markus, A. 94 -2.302
Schüler, M. 94 -2.178; Aselage, N. 94 -2.041
Köster, H. 94 -2.030

10.357 SV Sparta Werlte Hinte 12.05.
Klumpe, E. 95 -2.167; Jüngerink, L. 95 -2.146
Spille, L. 94 -2.057; Klumpe, J. 95 -2.052
Klumpe, T. 95 -1.935

9.662 TV Norden Hinte 12.05.
Lützen, . 94 -2.075; Fischer, . 94 -2.051
Gronewold, . 95 -2.007; Bieler, . 95 -1.860
Taddigs, . 95 -1.669

9.136 SV Warsingsfehn Hinte 12.05.
Peters, . 94 -2.061; Krieg, . 94 -1.963
Meyer, . 94 -1.952; Geuken, . 94 -1.594
Luitjens, . 95 -1.566

8.880 TV Hude Nordenham 07.07.
Schöner, . 95 -1.981; Haverkamp, . 95 -1.874
Hartjen, . 95 -1.741; De Meij, . 95 -1.703
Ramke, . 95 -1.581

7.924 TuS Norderney Hinte 12.05.
Fleßner, . 94 -1.676; Veladzik, . 95 -1.658
Peters, . 96 -1.585; Lengerhuis, . 95 -1.529
Harms, . 95 -1.476

DSMM Gruppe 1

Rekord : 6.654 LG Papenburg/Aschendorf 2005

6.444 SV Sparta Werlte Dörpen 22.09.

6.408 LG Papenburg/Aschendorf Dörpen 22.09.

6.372 DSC Oldenburg Dörpen 22.09.

6.098	VfL Löningen	Dörpen	22.09.
5.963	TV Norden	Wilhelmshaven	02.06.
5.670	OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.

DSMM Gruppe 2

Rekord : 3.976 SV Georgsheil 1998

3.443	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.
3.305	LG Emstal Dörpen	Dörpen	22.09.
3.279	LG Osnabrück II	Osnabrück	23.09.
2.988	LG Osnabrück III	Osnabrück	23.09.
2.861	LG Osnabrück IV	Osnabrück	23.09.
2.718	LG Osnabrück V	Osnabrück	23.09.

Schülerinnen W 12

75 m Lauf

Rekord : 10,06 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2004

10,44	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Werlte	02.09.
10,3	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
10,63	Behrends, Annika	95	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	16.09.
10,4	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Leer	28.04.
10,4	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
10,4	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
10,5	Gronewold, Jana	95	TV Norden	Aurich	07.07.
10,5	Wendeln, Lena	95	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
10,81	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Werlte	02.09.
10,92	Aringsmann, Katrin	95	LG Osnabrück	Osnabrück	05.05.

800 m Lauf

Rekord : 2:27,5 Frers, Birgit 75 LG Uplengen 1987

2:35,76	Lindner, Friederike	95	LG Oldenburg	Oldenburg	29.09.
2:36,7	Jüngerink, Luisa	95	SV Sparta Werlte	Werlte	28.04.
2:36,9	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Werlte	28.04.
2:38,4	Schulte, Sarah	95	SV Grün-Weiß Dersum	Werlte	28.04.
2:38,82	Milcarek, Elise	95	VfL Lingen	Lingen	23.05.
2:39,3	Berentzen, Annika	95	SC Osterbrock	Haren	08.06.
2:40,00	Gronewold, Jana	95	TV Norden	Braunschweig	04.07.
2:40,50	Witzger, Kim-Katrijn	95	LG Osnabrück	Osnabrück	03.07.
2:41,44	Dettmer, Chiara	95	SV Quitt Ankum	Papenburg	16.09.
2:43,6	Sinnen, Vivian	95	SV Brake	Nordenham	07.07.

2000 m Lauf

Rekord : 7:02,3 Heidergott, Andrea 75 SV Concordia Ihrhove 1987

7:16,8	Schulte, Sarah	95	SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	14.04.
7:20,2	Milcarek, Elise	95	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
7:28,70	Lindner, Friederike	95	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
7:47,9	Berentzen, Annika	95	SC Osterbrock	Dörpen	14.04.
7:49,22	Sinnen, Vivien	95	SV Brake	Stuhr	30.05.
8:05,3	Dettmer, Chiara	95	SV Quitt Ankum	Dörpen	14.04.
8:14,99	Hochwald, Anne	95	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
8:15,1	Harms, Neele	95	TuS Ofen	Schortens	17.06.
8:23,8	Duin, Julia	95	SV Holtland	Leer	08.09.
8:24,3	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Dörpen	14.04.

5 km Lauf

Rekord : 18:53 Schweer, Jana 85 LG Osnabrück 1997

19:42	Lindner, Friederike	95	LG Oldenburg	Ofen	03.10.
20:30	Sinnen, Vivien	95	SV Brake	Löningen	27.10.
21:29	Mielcarek, Elise	95	VfL Lingen	Lingen	24.04.
22:56	Eden, Angela	95	TuS Eintracht Hinte	Ofen	03.10.
23:00	Kropik, Merle	95	VfL Lingen	Lingen	24.04.
23:58	Schmack, Kira	95	Heidmühler FC	Ofen	03.10.
24:09	Schang, Katharina	95	TuS Ofen	Ofen	03.10.
24:54	Hinrichs, Kim-Laura	95	OSC Damme	Ofen	03.10.
25:33	Gronewold, Jana	95	TV Norden	Marienhafe	09.04.
26:16	Müller, Friederike	95	SV Brake	Brake	09.09.

60 m Hürden 0.762m

Rekord : 9,5 Münning, Marlis 86 SV Georgsheil 1998

10,3	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
10,81	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Dörpen	22.09.
10,6	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
11,04	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
11,07	Aey, Katharina	95	Vareler TB	Papenburg	16.09.
11,0	Luitjens, Saskia	95	SV Warsingsfehn	Aurich	07.07.
11,1	Jüngerink, Luisa	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
11,42	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	02.06.
11,2	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
11,4	Knust, Insa	95	SV Holtland	Aurich	07.07.

Hochsprung

Rekord : 1,56 Petershofen, Friedelin 95 DSC Oldenburg 2007

1,56	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Dörpen	22.09.
1,48	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
1,44	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Dörpen	17.08.
1,43	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
1,42	Schlagelambers, Ines	95	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	16.09.
1,40	Jüngerink, Luisa	95	SV Sparta Werlte	Dörpen	22.09.
1,40	Klumpe, Theresa	95	SV Sparta Werlte	Dörpen	22.09.
1,38	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
1,37	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Westerstede	30.06.
1,36	Nitze, Laura	95	SV Union Meppen	Meppen	06.09.

Stabhochsprung

Rekord : 2,20 Strauß, Sarah 95 Heidmühler FC 2007

2,20	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Bramel	28.05.
2,00	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Leer	08.09.
1,80	Harms, Geeske	96	Heidmühler FC	Leer	28.04.
1,30	Becker, Jantje	96	Heidmühler FC	Leer	28.04.

Weitsprung

Rekord : 5,16 Linnenbaum, Eva 89 TuS Neuenhaus 2001

4,99	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
4,74	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Dörpen	22.09.
4,73	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
4,73	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Sandkrug	13.10.
4,54	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Nordenham	07.07.

4,51	Schlagelambers, Ines	95	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
4,43	Wendeln, Lena	95	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
4,41	Berentzen, Annika	95	SC Osterbrock	Meppen	21.06.
4,40	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Delmenhorst	20.05.
4,40	Aringsmann, Kathrin	95	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 10,44 Beyer, Inga 74 SV Holtland 1986

8,46	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Marienhafe	11.07.
8,38	Behrens, Annika	95	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
7,93	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Dörpen	17.08.
7,71	Nagel, Mara	95	Blexer TB	Nordenham	30.06.
7,37	Kruse, Katharina	95	TV Norden	Marienhafe	11.07.
7,22	Haverkamp, Pirio	95	TV Hude	Delmenhorst	09.09.
7,08	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	17.06.
6,92	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Westerstede	30.06.
6,68	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Sandkrug	13.10.
6,66	Lengerhuis, Svenja	95	TuS Norderney	Hinte	12.05.

Diskuswurf 750 g

Rekord : 31,36 Redenius, Sonja 82 SV Georgsheil 1994

25,37	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Wirdum	07.10.
18,46	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
18,37	Neumann, Ella	95	TV Norden	Wirdum	03.10.
17,71	Klumpe, Theresa	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
16,95	Kruse, Katharina	95	TV Norden	Marienhafe	11.07.
16,15	Droste, Indra	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
14,98	Lengerhuis, Svenja	95	TuS Norderney	Hinte	12.05.
14,66	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Leer	08.09.
13,73	Wilke, Anna	95	TuS Bersenbrück	Bersenbrück	20.04.
13,71	Jüngerink, Luisa	95	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.

Speerwurf 400 g

Rekord : 31,04 Büsing, Tomke 80 VfL Germania Leer 1992

28,78	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Papenburg	16.09.
26,40	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Sandkrug	13.10.
23,70	Haverkamp, Pirio	95	TV Hude	Delmenhorst	09.09.
22,98	Kruse, Katharina	95	TV Norden	Papenburg	16.09.
21,18	Diekmann, Joana	95	Hundsmühler TV	Leer	28.04.
20,66	Nagel, Mara	95	Blexer TB	Nordenham	16.06.
20,64	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
19,74	Kron, Anita	95	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	16.09.
18,34	Wilke, Jenny	95	VfL Oldenburg	Sandkrug	13.10.
18,18	Schmack, Kira	95	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	05.05.

Schlagball 80g

Rekord : 59,50 Hilbers, Carola 79 1991

47,50	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
47,00	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Wilhelmshaven	02.06.
45,00	Schlagelambers, Ines	95	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	17.06.
45,00	Kruse, Katharina	95	TV Norden	Norden	03.07.
41,00	Neumann, Ella	95	TV Norden	Moorhusen	21.09.
39,00	Fabian, Hannah	95	LG Oldenburg	Okdenburg	08.09.
39,00	Schulhof, Nadine	95	LG Osnabrück	Osnabrück	23.09.

38,50	Schöner, Alica	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
38,00	Behrens, Annika	95	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	02.06.
37,50	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.

Dreikampf

Rekord : 1.507 Linnenbaum, Eva 89 LG Grafschaft Bentheim 2001

1.428	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Leer	28.04.
	10,4-4,49-38,00				
1.416	Schlagelambers, Ines	95	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	11,17-4,51-42,00				
1.407	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,4-4,60-34,50				
1.401	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,4-4,55-34,50				
1.335	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
	10,56-4,73-25,50				
1.328	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Leer	29.09.
	10,8-3,64-42,50				
1.302	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Schortens	17.06.
	10,3-3,96-30,50				
1.283	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	10,91-4,15-30,00				
1.281	Knust, Insa	95	MTV Aurich	Leer	29.09.
	10,8-4,02-32,50				
1.277	Schütte, Annika	95	DSC Oldenburg	Löningen	16.09.
	10,9-4,06-32,50				

Vierkampf

Rekord : 1.940 Linnenbaum, Eva 89 LG Grafschaft Bentheim 2001

1.894	Petershofen, Friedelin	95	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,4-4,55-1,48-34,50				
1.860	Schlagelambers, Ines	95	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	11,17-4,51-1,40-42,00				
1.801	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,4-4,60-1,32-34,50				
1.791	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,5-4,51-1,32-35,50				
1.771	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	10,64-4,68-1,40-26,00				
1.746	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Schortens	17.06.
	10,3-3,96-1,40-30,50				
1.702	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	10,91-4,15-1,36-30,00				
1.688	Jüngerink, Luisa	95	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	11,17-4,06-1,36-32,00				
1.670	Klumpe, Theresa	95	SV Sparta Werlte	Nordhorn	07.07.
	11,27-4,03-1,36-31,50				
1.670	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Leer	29.09.
	10,8-3,64-1,24-42,50				

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.412 Elbert, Julia 92 LG Grafschaft Bentheim 2004

2.404	Hüper, Svea	95	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
	10,4-10,3-4,59-1,40-37,50				
2.346	Wilken, Lisa	95	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	10,3-10,6-4,54-1,40-33,50				
2.167	Klumpe, Elisabeth	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.

		10,6-11,2-3,99-1,38-30,50			
2.115	Strauß, Sarah	95	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
		10,9-11,2-4,39-1,31-28,00			
2.052	Klumpe, Julia	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
		10,4-11,5-3,93-1,35-22,50			
1.982	Schütte, Annika	95	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
		11,1-11,8-3,88-1,25-30,00			
1.981	Schöner, Alica	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
		11,5-13,2-3,95-1,28-38,50			
1.969	Schlüter, Maria	95	Blexer TB	Nordenham	07.07.
		11,3-11,5-3,72-1,31-27,00			
1.935	Klumpe, Theresa	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
		11,1-12,6-3,62-1,26-32,50			
1.874	Haverkamp, Pirio	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
		11,8-13,1-4,06-1,19-34,00			

Blockwettk. L

Rekord : 2.439 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2002

2.358	Mager, Fenja	95	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
		10,5-11,1-4,46-47,50-2:54,9			
2.146	Jüngerink, Luisa	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
		11,1-11,1-3,83-34,00-2:45,4			
2.007	Gronewold, Jana	95	TV Norden	Hinte	12.05.
		10,8-12,0-3,67-27,50-2:50,6			
1.976	Sinnen, Vivian	95	SV Brake	Nordenham	07.07.
		11,0-12,6-3,82-25,00-2:43,6			
1.922	Schmack, Kira	95	Heidmühler FC	Nordenham	07.07.
		11,7-12,5-3,80-30,50-2:56,8			
1.921	Stors, Sophia	95	TSG Hatten-Sandkrug	Nordenham	07.07.
		10,8-13,3-4,16-24,50-3:00,7			
1.822	Janssen, Julia	95	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
		11,7-13,2-3,35-27,50-2:50,7			
1.793	Eden, Angela	95	TuS Eintracht Hinte	Hinte	12.05.
		11,4-13,2-3,34-29,50-3:10,0			
1.741	Hartjen, Annika	95	TV Hude	Nordenham	07.07.
		11,5-13,3-3,44-28,50-3:23,1			
1.658	Veladzik, Ismeta	95	TuS Norderney	Hinte	12.05.
		11,2-13,1-3,32-20,50-3:26,2			

Blockwettk. W

Rekord : 2.374 Saathoff, Lena 92 SV Georgsheil 2004

1.860	Bieler, Sarah	95	TV Norden	Hinte	12.05.
		11,2-13,8-3,85-7,23-20,21			
1.529	Lengerhuis, Svenja	95	TuS Norderney	Hinte	12.05.
		12,8-14,3-3,14-6,66-14,98			

Schülerinnen W 13

75 m Lauf

Rekord : 9,74 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2005

9,8	Koutonou, Hanna	94	TuS Ofen	Westerstede	30.06.
10,1	Markus, Annika	94	VfL Löningen	Leer	28.04.
10,38	Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
10,46	Krause, Hannah	94	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	16.09.
10,56	Lützen, Dina	94	TV Norden	Papenburg	16.09.

10,57	Specker, Lena	94	SV Grün-Weiß Dersum	Werlte	02.09.
10,58	Exeler, Leonie	94	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.
10,4	Schmidt, Thea	94	DSC Oldenburg	Löningen	16.09.
10,4	Westendorf, Anna	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
10,67 +1,0	Hake, Maria	94	TuS Haren	Osnabrück	16.05.

800 m Lauf

Rekord : 2:16,6 Janhsen, Frieda 65 1978

2:27,2	Nikoleit, Pia	94	TuS Eintracht Hinte	Leer	16.06.
2:34,10	Walter, Natalie	94	LG Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
2:35,7	Aselage, Nadine	94	VfL Löningen	Löningen	06.06.
2:37,06	Bernstein, Jennifer	94	VfL Lingen	Papenburg	17.06.
2:37,98	Richter-Rose, Farina	94	LAC Emden	Papenburg	16.09.
2:38,07	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Osnabrück	16.05.
2:38,19	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Papenburg	16.09.
2:38,45	Bernstein, Julia	94	VfL Lingen	Osnabrück	16.05.
2:38,98	Baron, Judith	94	TuS Ofen	Delmenhorst	20.05.
2:39,0	Niermann, Mareike	94	SC Osterbrock	Haren	08.06.

2000 m Lauf

Rekord : 6:50,66 Nußbeck, Sylvia 77 1990

7:12,80	Nikoleit, Pia	94	TuS Eintracht Hinte	Papenburg	15.07.
7:30,0	Bernstein, Jennifer	94	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
7:33,03	Walter, Natalie	94	LG Oldenburg	Papenburg	15.07.
7:35,0	Bernstein, Julia	94	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
7:36,0	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Dörpen	14.04.
7:42,9	Aselage, Nadine	94	VfL Löningen	Schortens	17.06.
7:47,06	Baron, Judith	94	TuS Ofen	Wilhelmshaven	05.05.
7:51,0	Stroeve, Ellen	94	SC Union Emlichheim	Dörpen	14.04.
8:02,0	Niermann, Mareike	94	SC Osterbrock	Dörpen	14.04.
8:30,5	Otten, Alexandra	94	VfL Löningen	Schortens	17.06.

5 km Lauf

Rekord : 19:10 Kock, Maren 90 LG Emstal Dörpen 2003

20:22	Nikoleit, Pia	94	TuS Eintracht Hinte	Emden	02.06.
20:35	Bernstein, Jennifer	94	VfL Lingen	Lingen	24.04.
20:36	Bernstein, Julia	94	VfL Lingen	Lingen	24.04.
21:06	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Lingen	24.04.
21:21	Baron, Judith	94	TuS Ofen	Ofen	03.10.
21:28	Stroeve, Ellen	94	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	08.09.
22:59	Schmedding, Pia	94	TuS Weene	Emden	02.06.
23:08	Aselage, Nadine	94	VfL Löningen	Löningen	27.10.
23:09	Bolle, Wiebke	94	TuS Weene	Emden	02.06.
23:24	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Neuenkirchen	13.10.

60 m Hürden 0.762m

Rekord : 9,1 Münning, Marlis 86 SV Georgsheil 1999

10,2	Schirrmann, Katharina	94	LAC Emden	Aurich	07.07.
10,4	Markus, Annika	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
10,5	Iken, Jana	94	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	07.07.
10,5	Schmidt, Thea	94	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
10,6	Lützen, Dina	94	TV Norden	Aurich	07.07.
10,6	Oortgiese, Marian	94	LAC Emden	Aurich	07.07.
10,87	Krause, Hanna	94	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	16.09.
10,8	Peters, Anna-Lena	94	SV Warsingsfehn	Aurich	07.07.
11,14	Hengelbrock, Wiebke	94	LG Osnabrück	Osnabrück	09.09.
11,0	Meyer, Rena	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.

Hochsprung

Rekord : 1,60 Elbert, Julia 92 LG Grafschaft Bentheim 2005
1,60 Helmers, Elke 64 1977

1,48	Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Hameln	23.06.
1,48	Rüterbories, Lina	94	LG Osnabrück	Nordhorn	07.07.
1,46	Schüler, Maren	94	VfL Löningen	Löningen	16.09.
1,45	Iken, Jana	94	Emder Laufgemeinschaft	Delmenhorst	24.08.
1,44	Krause, Hanna	94	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	22.09.
1,43	Walter, Natalie	94	LG Oldenburg	Delmenhorst	20.05.
1,42	Schirrmann, Katharina	94	LAC Emden	Papenburg	16.09.
1,42	Spille, Luisa	94	SV Sparta Werlte	Papenburg	16.09.
1,42	Westendorf, Anna	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
1,42	Fischer, Imke	94	TV Norden	Moorhusen	21.09.
1,42	Lützen, Dina	94	TV Norden	Moorhusen	21.09.

Weitsprung

Rekord : 5,26 Poll, Ann-Kristin 91 SC Osterbrock 2004

4,99	Schmidt, Thea	94	DSC Oldenburg	Sandkrug	13.10.
4,78	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Lingen	23.05.
4,64	Gerken, Alena	94	MTV Aurich	Leer	29.09.
4,58	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	07.07.
4,55	Niermann, Mareike	94	SC Osterbrock	Braunschweig	04.07.
4,50	Markus, Annika	94	VfL Löningen	Delmenhorst	20.05.
4,48	Freese, Kathrin	94	SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	02.06.
4,47	Westendorf, Anna	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
4,43	Albers, Maria	94	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	09.09.
4,42	Peters, Anna-Lena	94	SV Warsingsfehn	Aurich	07.07.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 12,20 Beyer, Inga 74 SV Holtland 1987

9,54	Oortgiese, Marian	94	LAC Emden	Papenburg	16.09.
8,93	Peters, Anna-Lena	94	SV Warsingsfehn	Aurich	07.07.
8,46	Angermann, Adelheid	94	LAV Meppen	Papenburg	17.06.
8,45	Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück	05.05.
8,25	Heil, Julia	94	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
7,84	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	09.09.
7,74	Koutonou, Hanna	94	TuS Ofen	Westerstede	30.06.
7,72	Rüterbories, Lina	94	LG Osnabrück	Osnabrück	09.09.
7,68	Krieg, Ina	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
7,58	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	14.04.

Diskuswurf 750 g

Rekord : 39,72 Redenius, Sonja 82 SV Georgsheil 1995

25,14	Angermann, Adelheid	94	LAV Meppen	Papenburg	16.09.
22,71	Dirks, Nina	94	SV Holtland	Holtland	15.09.
21,63	Peters, Anna-Lena	94	SV Warsingsfehn	Aurich	07.07.
21,13	Oortgiese, Marian	94	LAC Emden	Hinte	12.05.
20,16	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
19,82	Krieg, Ina	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
19,46	Heil, Julia	94	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
19,39	Fünfstück, Magdalena	94	Heidmühler FC	Leer	08.09.
18,84	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Bersenbrück	20.04.
17,54	Schenk, Franziska	94	TuS Bersenbrück	Bersenbrück	20.04.

Hammerwurf 3 kg

Rekord : 49,64 Dirks, Nina 94 SV Holtland 2007

49,64	Dirks, Nina	94	SV Holtland	Holtland	15.09.
20,47	Kieras, Lena	94	TV Rütenbrock	Groß Hesepe	14.04.

Speerwurf 400 g

Rekord : 38,90 Büsing, Tomke 80 VfL Germania Leer 1995

28,10	Heil, Julia	94	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.09.
27,90	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
24,00	Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Sandkrug	13.10.
23,70	Lützen, Dinah	94	TV Norden	Aurich	07.07.
23,40	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Papenburg	16.09.
23,34	Peters, Anna-Lena	94	SV Warsingsfehn	Aurich	07.07.
22,54	Springmann, Maren	94	LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.05.
22,24	Wawrzyniak, Fenja	94	MTV Aurich	Aurich	07.07.
20,99	Schirrmann, Katharina	94	LAC Emden	Papenburg	16.09.
20,89	Kaun, Marlitt	94	MTV Aurich	Leer	08.09.

Ballwurf 200g

Rekord : 42,00 Eilers, Lisa-Kristin 93 TV Norden 2006

39,50	Von Höven, Kristin	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Wilhelmshaven	02.06.
37,00	Barz, Merle	94	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.06.
36,00	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	09.09.
33,50	Westendorf, Anna	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Wilhelmshaven	02.06.
20,00	Aselage, Nadine	94	VfL Löningen	Wilhelmshaven	12.06.

Schlagball 80g

Rekord : 58,00 Völker, Nadine 94 LG Papenburg/Aschendorf 2007

58,00	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	02.06.
49,00	Frese, Kathrin	94	SV Sparta Werlte	Werlte	02.09.
47,20	Von Höven, Kristin	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	09.09.
46,50	Huning, Kathrin	94	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
46,00	Hoppe, Kristin	94	LG Emstal Dörpen	Dörpen	22.09.
45,50	Heile, Vanessa	94	SV Quitt Ankum	Nordhorn	07.07.
43,00	Fischer, Imke	94	TV Norden	Leer	29.09.
42,00	Oortgiese, Marian	94	LAC Emden	Papenburg	17.06.
42,00	Barz, Merle	94	OTB Osnabrück	Osnabrück	09.09.
41,50	Markus, Annika	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.

Dreikampf

Rekord : 1.627 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2003

1.457	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	07.07.
	11,04-4,58-44,50				
1.417	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
	10,92-4,60-38,50				
1.401	Fischer, Imke	94	TV Norden	Leer	29.09.
	10,7-4,13-43,00				
1.393	Frese, Kathrin	94	SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
	11,06-4,27-41,50				
1.389	Markus, Annika	94	VfL Löningen	Leer	28.04.
	10,1-4,30-33,00				
1.387	Heil, Julia	94	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,5-4,03-40,50				
1.374	Schmidt, Thea	94	DSC Oldenburg	Löningen	16.09.
	10,4-4,62-31,00				
1.364	Spille, Luisa	94	SV Sparta Werlte	Dörpen	09.06.
	11,19-4,40-38,00				
1.359	Westendorf, Anna	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Schortens	17.06.
	10,7-4,31-36,00				
1.351	Hoppe, Kristin	94	LG Emstal Dörpen	Leer	28.04.
	10,6-3,92-39,00				
1.351	Barz, Merle	94	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	11,43-4,38-39,00				

Vierkampf

Rekord : 2.108 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2003

1.861	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Nordhorn	07.07.
	10,92-4,60-1,40-38,50				
1.825	Völker, Nadine	94	LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	07.07.
	11,04-4,58-1,28-44,50				
1.820	Fischer, Imke	94	TV Norden	Leer	29.09.
	10,7-4,13-1,36-43,00				
1.806	Schmidt, Thea	94	DSC Oldenburg	Löningen	16.09.
	10,4-4,62-1,38-31,00				
1.791	Westendorf, Anna	94	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
	10,4-4,27-1,42-31,00				
1.790	Schüler, Maren	94	VfL Löningen	Löningen	16.09.
	10,8-3,82-1,46-38,00				
1.770	Barz, Merle	94	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
	11,43-4,38-1,36-39,00				
1.757	Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	10,38-3,47-1,40-36,00				
1.755	Heil, Julia	94	DSC Oldenburg	Schortens	17.06.
	10,5-4,03-1,28-40,50				
1.739	Krieg, Ina	94	SV Warsingsfehn	Leer	29.09.
	11,0-4,11-1,32-40,00				

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.631 Elbert, Julia 92 LG Grafschaft Bentheim 2005

2.371	Schirrmann, Katharina	94	LAC Emden	Hinte	12.05.
	10,6-10,3-4,22-1,41-40,00				
2.302	Markus, Annika	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	10,6-10,4-4,12-1,31-41,50				
2.178	Schüler, Maren	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	10,9-11,0-3,73-1,40-35,00				
2.152	Schmidt, Thea	94	DSC Oldenburg	Leer	06.10.
	10,5-11,0-4,49-1,26-28,50				

2.075	Lützen, Dina	94	TV Norden	Hinte	12.05.
	10,4-11,6-4,00-1,32-26,00				
2.057	Spille, Luisa	94	SV Sparta Werlte	Hinte	12.05.
	11,3-11,6-3,86-1,35-32,00				
2.051	Fischer, Imke	94	TV Norden	Hinte	12.05.
	11,1-12,4-3,92-1,35-33,50				
2.049	Walter, Natalie	94	LG Oldenburg	Nordenham	07.07.
	11,1-11,6-3,99-1,34-28,50				
1.911	Nikonenko, Christina	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	11,2-12,5-3,59-1,25-31,50				
1.906	Von dem Kneseb, Lea	94	LAC Emden	Hinte	12.05.
	10,8-11,8-3,96-1,20-23,00				

Blockwettk. L

Rekord : 2.762 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2003

2.212	Bäcker, Julia	94	VfL Lingen	Lingen	18.09.
	11,2-11,4-4,65-35,50-2:49,0				
2.041	Aselage, Nadine	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	10,8-12,4-4,11-25,50-2:44,6				
2.030	Köster, Henrike	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	11,0-11,8-3,72-34,00-3:01,4				
1.952	Meyer, Rena	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	11,3-11,0-3,60-31,00-3:18,5				
1.946	Otten, Alexandra	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	11,4-12,1-3,96-25,50-2:54,0				
1.920	Gerken, Alena	94	MTV Aurich	Hinte	12.05.
	10,6-13,6-4,09-23,00-2:55,9				
1.828	Kuhlmann, Ilka	94	TSG Hatten-Sandkrug	Nordenham	07.07.
	10,9-11,1-3,50-21,00-3:27,5				
1.696	Wöste, Christina	94	VfL Löningen	Nordenham	07.07.
	12,5-13,0-3,35-25,50-3:04,7				
1.676	Fleßner, Fatima	94	TuS Norderney	Hinte	12.05.
	12,5-13,2-3,21-33,00-3:26,5				
1.594	Geuken, Jana	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	12,1-14,0-3,41-24,50-3:30,0				

Blockwettk. W

Rekord : 2.443 Saathoff, Lena 92 SV Georgsheil 2005

2.080	Heil, Julia	94	DSC Oldenburg	Nordenham	07.07.
	10,7-11,5-3,97-8,25-19,46				
2.061	Peters, Anna-Lena	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	10,7-11,8-4,19-7,49-20,00				
2.051	Oortgiese, Marian	94	LAC Emden	Hinte	12.05.
	10,8-11,5-3,70-8,07-21,13				
1.963	Krieg, Ina	94	SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	11,1-11,9-3,68-7,68-19,82				
1.758	Kaun, Marlitt	94	MTV Aurich	Hinte	12.05.
	11,0-12,7-3,80-5,34-14,78				
1.730	Roß, Sabrina	94	Fortuna Wirdum	Hinte	12.05.
	11,6-12,6-3,67-5,45-16,73				
1.464	Becker, Malene	94	Fortuna Wirdum	Hinte	12.05.
	12,6-14,9-3,45-5,38-12,96				

Schülerinnen A

5 km Lauf Mannschaft

Rekord : 59:35 VfL Lingen 2001

1:09:02	VfL Lingen I	Lingen	07.10.
	Supritz, F. 93 -21:08; Meyer, F. 93 -22:57		
	Krämer, L. 93 -24:57		
1:10:20	VfL Löningen	Löningen	27.10.
	Ahrens, M. 93 -22:58; Kleene, M. 92 -23:21		
	Otten, A. 94 -24:01		
1:10:24	VfL Lingen	Lingen	24.04.
	Rumpf, . 93 -21:29; Supritz, F. 93 -22:42		
	Fink, F. 93 -26:13		

4 x 100 m Staffel

Rekord : 50,15 OTB Osnabrück 2007

50,15	OTB Osnabrück	Papenburg	15.07.
	Hahn, T. 92; Kleen, J. 92; Rieck, S. 93; Kühnemund, M. 92		
51,06	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
	Uhlenbrock, R. 92; Gieseking, S. 92; Stockreiter, . 93; Holländer, . 93		
51,74	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.06.
	Thikunavukkara, . 93; Jung, W. 92; Zähler, N. 92; Franzmeier, A. 93		
52,27	VfL Löningen	Papenburg	15.07.
	Ludlage, K. 92; Baumann, S. 93; Brümmer, L. 92; Hackstedt, M. 93		
52,5	TuS Ofen	Westerstede	30.06.
	Koutonou, H. 94; Baumann, J. 93; Harms, S. 93; Schang, F. 92		
52,5	SG Essen-Garthe-Molbergen	Molbergen	09.09.
	Haverkamp, M. 93; Domnick, V. 93; Geburek, R. 92; Raker, . 92		
52,7	TV Norden	Leer	16.06.
	Eilers, R. 92; Witte, K. 92; Jenssen, M. 92; Eilers, L. 93		
52,88	OTB Osnabrück II	Wunstorf	29.06.
	Müller, I. 93; Kröner, F. 93; Kröner, L. 92; Zagratzki, L. 92		
53,24	SG DSC Oldenburg/HundsmühlerTV	Delmenhorst	20.05.
	Hungar, C. 93; Kröger, N. 92; Diekmann, L. 93; Schmidt, T. 94		
53,37	MTV Aurich	Papenburg	15.07.
	Knopf, H. 93; Tjards, . 93; Gerken, . 94; Knopf, L. 93		

3 x 800 m Staffel

Rekord : 6:48,3 1979

7:21,93	LAV Meppen	Alfeld	22.04.
	Schulte, A. 93; Niehaus, L. 93; Deters, F. 93		
7:29,46	VfL Löningen	Alfeld	22.04.
	Beyer, J. 93; Kleene, M. 92; Brümmer, L. 92		
7:43,0	SV Union Meppen	Nordhorn	28.04.
	Rolfes, T. 93; Rolfes, A. 93; Pszolla, C. 92		
7:43,90	LAC Emden	Alfeld	22.04.
	Schröder, K. 92; Ukena, K. 93; Gastmann, R. 93		
7:49,9	VfL Lingen	Nordhorn	28.04.
	Pott, M. 93; Rumpf, . 93; Bäcker, J. 94		
7:52,3	OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Müller, I. 93; Zagratzki, L. 92; Hahn, T. 92		
8:03,76	VfL Löningen II	Alfeld	22.04.
	Ahrens, M. 93; Ludlage, K. 92; Baumann, S. 93		
8:06,97	Donnerschweer TV Oldenburg III	Alfeld	22.04.
	Hackstedt, M. 93; Cassellius, I. 93; Otten, A. 94		
8:06,97	VfL Löningen III	Alfeld	22.04.
	Hackstedt, M. 93; Cassellius, I. 93; Otten, A. 94		
8:14,6	TuS Haren	Meppen	20.09.
	Papen, . ; Book, . ; Hüsers, .		

8:15,4	LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	28.04.
	Janßen, . 92; Geers, . 92; Ganita, A. 92		
9:46,0	BV Garrel	Löningen	23.05.
	Pleiter, . 93; Tapken, . 92; Tangemann, . 92		

Dreikampf Mannschaft

Rekord : 7.119 VfL Lingen 2001

7.106	VfL Löningen	Löningen	16.09.
	Kramer, . 92 -1.602; Baumann, S. 93 -1.483		
	Kleene, M. 92 -1.470; Cassellius, I. 93 -1.317		
	Beyer, J. 93 -1.234		
6.881	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
	Rieck, S. 93 -1.563; Hahn, T. 92 -1.284		
	Emminghaus, L. 93 -1.397; Greiwe, P. 93 -1.317		
	Kühnemund, M. 92 -1.320		
6.428	LAC Emden	Leer	28.04.
	Stomberg, S. 92 -1.360; Ukena, K. 93 -1.318		
	Esderts, S. 92 -1.304; Schröder, C. 92 -1.236		
	Loos, J. 93 -1.210		
5.148	TV Hude	Hude	03.10.
	Schütte, I. 92 -1.072; Lau, J. 92 -967		
	Haverkamp, S. 92 -960; Lake, L. 92 -1.317		
	Müller, M. 92 -832		

Vierkampf Mannschaft

Rekord : 9.781 OTB Osnabrück 2007

9.781	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	Kleen, J. 92 -2.224; Rieck, S. 93 -2.019		
	Emminghaus, L. 93 -1.917; Kühnemund, M. 92 -1.877		
	Dieckmann, E. 92 -1.744		
9.136	VfL Löningen	Bremen	09.06.
	Hackstedt, M. 93 -1.928; Baumann, S. 93 -1.822		
	Brümmer, L. 92 -1.821; Ludlage, K. 92 -1.807		
	Kleene, M. 92 -1.758		
8.898	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	Bathke, L. 93 -1.937; Elbert, J. 92 -1.931		
	Spykman, N. 92 -1.798; Heilen, C. 92 -1.766		
	Schlagelambers, . 93 -1.466		
8.835	MTV Aurich	Bremen	09.06.
	Knopf, . 93 -1.823; Ulferts, . 93 -1.797		
	Tjards, . 93 -1.788; Hachmeister, . 93 -1.777		
	Gerken, . 94 -1.650		
8.327	TuS Ofen	Friedrichsfehn	24.06.
	Schang, . 92 -1.915; Baumann, . 93 -1.730		
	Koutonou, . 94 -1.679; Harms, . 93 -1.622		
	Hoppe, . 93 -1.381		
8.215	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	Kröner, L. 92 -1.723; Hahn, T. 92 -1.698		
	Greiwe, . 93 -1.638; Nordmann, . 93 -1.593		
	Kröner, F. 93 -1.563		

Siebenkampf
Mannschaft

Rekord : 10.403 OTB Osnabrück 2007

10.403	OTB Osnabrück	Lage	11.08/
	Kleen, J. 92 -3.727; Rieck, S. 93 -3.525		12.08.
	Kühnemund, M. 92 -3.151		

9.594	VfL Löningen	Hameln	23.06/
	Hackstedt, M. 93 -3.431; Kleene, M. 92 -3.103		24.06.
	Brümmer, L. 92 -3.060		
9.403	LG Grafschaft Bentheim	Hameln	23.06/
	Bathke, L. 93 -3.297; Jakobs, N. 94 -3.156		24.06.
	Spykman, N. 92 -2.950		
8.413	LG Uplengen	Hameln	23.06/
	Schlachter, L. 92 -2.910; Dänekas, . 93 -2.828		24.06.
	Schröder, . 93 -2.675		
8.380	OTB Osnabrück II	Osnabrück	05.05/
	Dieckmann, E. 92 -2.888; Kröner, L. 92 -2.792		06.05.
	Kröner, F. 93 -2.700		

Blockwettk.
Mannschaft

Rekord : 12.339 OTB Osnabrück 2007

12.339	OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
	Kleen, J. 92 -2.702; Rieck, S. 93 -2.535		
	Kühnemund, M. 92 -2.469; Emminghaus, L. 93 -2.462		
	Dieckmann, E. 92 -2.171		
10.738	VfL Löningen	Hameln	23.06.
	Baumann, S. 93 -2.500; Ludlage, K. 92 -2.216		
	Cassellius, I. 93 -2.021; Schüler, M. 94 -2.001		
	Markus, A. 94 -2.000		
10.679	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	28.04.
	Bathke, L. 93 -2.321; Jakobs, N. 94 -2.149		
	Heilen, C. 92 -2.102; Bouws, S. 92 -2.080		
	Spykman, N. 92 -2.027		
10.524	MTV Aurich	Hameln	23.06.
	Knopf, L. 93 -2.305; Tjards, . 93 -2.158		
	Ulferts, . 93 -2.056; Knopf, H. 93 -2.040		
	Hachmeister, . 93 -1.965		
10.516	TV Norden	Hinte	12.05.
	Eilers, L. 93 -2.289; Witte, K. 92 -2.271		
	Szczesny, S. 92 -2.027; Kolbe, F. 93 -1.984		
	Drüke, . 93 -1.945		
10.158	LAC Emden	Hinte	12.05.
	Esderts, S. 92 -2.155; Loos, J. 93 -2.056		
	Schröder, C. 92 -2.042; Stomberg, S. 92 -1.965		
	Ukena, K. 93 -1.940		
9.434	TuS Norderney	Hinte	12.05.
	Neunaber, I. 92 -2.077; Rass, . 92 -1.893		
	Majora, . 92 -1.891; Peters, . 93 -1.843		
	Stange, . 93 -1.730		

DSMM Gruppe 1

Rekord : 8.824 OTB Osnabrück 2007

8.824	OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.
8.668	LAC Emden	Wunstorf	29.09.
7.968	MTV Aurich	Aurich	21.09.

DSMM Gruppe 2

Rekord : 8.068 VfL Löningen 2007

8.068	VfL Löningen	Wunstorf	29.09.
7.936	OTB Osnabrück	Wunstorf	29.09.
7.361	SG DSC Oldenburg/HundsmühlerTV	Wilhelmshaven	02.06.

DSMM Gruppe 3

Rekord : 5.583 SG Essen-Garthe-Molbergen 2004

5.401	SG Essen-Garthe-Molbergen	Wilhelmshaven	02.06.
5.310	LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	02.06.

DSMM Gruppe 4

Rekord : 4.218 LG Wilhelmshaven 2007

4.218	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.06.
2.930	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	22.09.

Schülerinnen W 14

100 m Lauf

Rekord : 12,36 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2006

12,74 +0,3	Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Minden	15.09.
12,96	Eilers, Lisa-Kristin	93	TV Norden	Garbsen	28.07.
13,03	Bröker, Ellen	93	VfL Lingen	Papenburg	17.06.
13,03	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Lage	11.08.
12,8	Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Löningen	16.09.
13,19	Hungar, Constanze	93	Hundsmühler TV	Wilhelmshaven	02.06.
13,25	Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Hameln	23.06.
13,29	Koutonou, Hanna	94	TuS Ofen	Papenburg	14.07.
13,32	Mäsker, Christin	93	LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	25.08.
13,46	Emminghaus, Laura	93	OTB Osnabrück	Hameln	23.06.

300 m Lauf

Rekord : 41,30 Hunfeld, Karina 89 LG Emstal Dörpen 2003

43,23	Kolbeck, Wiebke	93	OSC Damme	Papenburg	15.07.
43,36	Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Delmenhorst	28.06.
43,5	Schulte, Alexandra	93	LAV Meppen	Lingen	26.09.
44,1	Deters, Franziska	93	LAV Meppen	Lingen	26.09.
44,76	Mäsker, Christin	93	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
44,6	Niehaus, Laura	93	LAV Meppen	Lingen	26.09.
44,91	Knopf, Lea	93	MTV Aurich	Papenburg	15.07.
45,3	Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Schortens	12.06.
46,00	Voß, Claudia	93	LAV Meppen	Recklinghausen	06.05.
46,06	Bröker, Ellen	93	VfL Lingen	Dörpen	13.05.

800 m Lauf

Rekord : 2:13,7 Bens, Monika 66 1980

2:21,74	Deters, Franziska	93	LAV Meppen	Recklinghausen	06.05.
2:22,98	Beyer, Jennifer	93	VfL Löningen	Delmenhorst	28.06.
2:24,05	Niehaus, Laura	93	LAV Meppen	Papenburg	28.09.
2:27,98	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Lage	12.08.
2:28,60	Ahrens, Mareike	93	VfL Löningen	Dörpen	17.08.
2:29,98	Supritz, Fiona	93	VfL Lingen	Papenburg	17.06.
2:32,30	Müller, Isabell	93	OTB Osnabrück	Papenburg	14.07.
2:33,33	Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Papenburg	14.07.
2:33,71	Rumpf, Marieke	93	VfL Lingen	Osnabrück	16.05.
2:34,28	Rolfes, Teresa	93	SV Union Meppen	Papenburg	14.07.

2000 m Lauf

Rekord	: 6:23,59	Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen		2004
6:52,21		Beyer, Jennifer	93	VfL Löningen	Papenburg	15.07.
7:00,21		Deters, Franziska	93	LAV Meppen	Papenburg	15.07.
7:01,33		Supritz, Fiona	93	VfL Lingen	Papenburg	15.07.
7:16,60		Ahrens, Mareike	93	VfL Löningen	Wilhelmshaven	25.08.
7:17,0		Niehaus, Laura	93	LAV Meppen	Dörpen	14.04.
7:28,31		Meyer, Franziska	93	VfL Lingen	Papenburg	16.09.
7:33,7		Voß, Claudia	93	LAV Meppen	Dörpen	14.04.
7:39,7		Schulte, Alexandra	93	LAV Meppen	Dörpen	14.04.
7:42,3		Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Leer	08.09.
7:46,6		Harms, Swantje	93	TuS Ofen	Schortens	17.06.

5 km Lauf

Rekord	: 17:50	Kock, Maren	90	LG Emstal Dörpen		2004
20:34		Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Löningen	27.10.
21:08		Supritz, Fiona	93	VfL Lingen	Lingen	07.10.
21:29		Rumpf, Marieke	93	VfL Lingen	Lingen	24.04.
22:18		Müller, Isabell	93	OTB Osnabrück	Ofen	03.10.
22:57		Meyer, Franziska	93	VfL Lingen	Lingen	07.10.
22:58		Ahrens, Mareike	93	VfL Löningen	Löningen	27.10.
23:10		Harms, Swantje	93	TuS Ofen	Nordenham	02.06.
23:16		Abel, Elisabeth	93	TuS Ofen	Ofen	03.10.
23:37		Tholen, Lisa-Marie	93	SV Sigiltra Sögel	Löningen	27.10.
24:57		Krämer, Lena	93	VfL Lingen	Lingen	07.10.

80 m Hürden 0.762m

Rekord	: 12,21	Rieger, Silvia	70	TuS Eintracht Hinte		1984
12,26		Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Papenburg	15.07.
12,40		Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Rhede	29.07.
12,49		Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Rhede	29.07.
13,43		Emminghaus, Laura	93	OTB Osnabrück	Papenburg	15.07.
13,44		Henning, Tanja	93	TuS Gildehaus	Papenburg	17.06.
13,74		Bathke, Liza	93	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	17.06.
13,5		Knopf, Lea	93	MTV Aurich	Leer	16.06.
13,96		Markus, Annika	94	VfL Löningen	Wunstorf	29.06.
13,8		Gatena, Imke	93	LG Uplengen	Leer	16.06.
14,14		Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück	05.05.

300 m Hürden 0.762m

Rekord	: 47,16	Raukuc, Anna	90	LAC Emden		2004
47,54		Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Wilhelmshaven	25.08.
51,81		Knopf, Lea	93	MTV Aurich	Wilhelmshaven	25.08.
52,04		Meyer, Franziska	93	VfL Lingen	Papenburg	28.09.
53,78		Wobbe, Jana	93	Heidmühler FC	Papenburg	28.09.

Hochsprung

Rekord	: 1,69	Schulte, Alexandra	93	LAV Meppen		2007
1,69		Schulte, Alexandra	93	LAV Meppen	Wilhelmshaven	25.08.
1,63		Franzmeier, Anna Carin	93	LG Wilhelmshaven	Papenburg	14.07.
1,58		Emminghaus, Laura	93	OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
1,53		Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.

1,52	Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Friedrichsfehn	21.04.
1,52	Schlömer, Catherine	93	VfL Germania Leer	Papenburg	16.09.
1,51	Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Delmenhorst	05.05.
1,49	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Delmenhorst	20.05.
1,47	Harms, Swantje	93	TuS Ofen	Westerstede	30.06.
1,47	Padeken, Rixta	93	Vareler TB	Westerstede	30.06.

Stabhochsprung

Rekord : 2,70 Heddendorp, Anne 89 TuS Gildehaus 2003

1,72	Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Friedrichsfehn	21.04.

Weitsprung

Rekord : 5,42 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2006

5,27	Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
5,26	Franzmeier, Anna Carin	93	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,21	Eilers, Lisa-Kristin	93	TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.
5,19	Hennig, Tanja	93	TuS Gildehaus	Gildehaus	08.06.
5,05	Diekmann, Lara	93	Hundsmühler TV	Sandkrug	13.10.
4,98	Bathke, Liza	93	LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus	08.06.
4,94	Bröker, Ellen	93	VfL Lingen	Lingen	30.06.
4,91	Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Löningen	16.09.
4,89	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Lage	24.06.
4,88	Emminghaus, Laura	93	OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
4,88	Knopf, Lea	93	MTV Aurich	Papenburg	15.07.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 12,48 Saathoff, Lena 92 SV Georgsheil 2006

10,53	Bathke, Liza	93	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	14.07.
10,51	Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Minden	15.09.
9,64	van Iwaarden, Kristin	93	Delmenhorster TV	Delmenhorst	05.05.
9,58	Bender, Andrea	93	SV Georgsheil	Georgsheil	29.07.
9,43	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Lage	23.06.
9,32	Oortgiese, Marian	94	LAC Emden	Wunstorf	29.09.
9,06	Theisen, Jennifer	93	TuS Tossens	Nordenham	30.06.
9,05	Darmer, Birte	93	TuS Norderney	Aurich	15.05.
8,91	Ulferts, Sandra	93	MTV Aurich	Leer	08.09.
8,90	Friedrichs, Andrea	93	Fortuna Wirdum	Marienhafe	11.07.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 37,74 Bunjes, Andrea 76 SV Holtland 1990

24,10	Burfeind, Levke Jana	93	Heidmühler FC	Leer	08.09.
23,68	Bathke, Liza	93	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	28.09.
22,39	Hachmeister, Charlotte	93	MTV Aurich	Leer	08.09.
21,86	Ulferts, Sandra	93	MTV Aurich	Georgsheil	09.06.
21,47	Angermann, Adelheid	94	LAV Meppen	Holtland	07.06.
20,50	Knopf, Hannah	93	MTV Aurich	Georgsheil	09.06.
19,95	Lengerhuis, Kristina	93	TuS Norderney	Leer	16.06.
19,67	van Iwaarden, Kristin	93	Delmenhorster TV	Delmenhorst	05.05.
19,36	Krieg, Ina	94	SV Warsingsfehn	Holtland	07.06.
18,57	Dänekas, Lisa	93	LG Uplengen	Leer	08.09.

Hammerwurf 3 kg

Rekord	: 51,50 Nannen, Mareike	90 SV Holtland		2004
49,64	Dirks, Nina	94 SV Holtland	Holtland	15.09.
20,47	Kieras, Lena	94 TV Rütenbrock	Groß Hesepe	14.04.
20,21	Bielefeld, Jaqueline	93 SV Brake	Nordenham	14.04.

Speerwurf 600 g

Rekord	: 34,36 Seeger, Johanna	92 SV Friedrichsfehn		2006
31,17	Bathke, Liza	93 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	14.07.
27,24	Eilers, Lisa-Kristin	93 TV Norden	Hinte	12.05.
26,77	Theisen, Jennifer	93 TuS Tossens	Nordenham	16.06.
26,33	Baumann, Sarah	93 VfL Löningen	Dörpen	17.08.
24,61	Hackstedt, Maria	93 VfL Löningen	Dörpen	17.08.
24,48	Kröner, Freya	93 OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
24,18	Diekmann, Lara	93 Hundsmühler TV	Delmenhorst	20.05.
23,93	Dänekas, Lisa	93 LG Uplengen	Leer	28.04.
23,66	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
22,77	Knopf, Lea	93 MTV Aurich	Leer	08.09.

Ballwurf 200g

Rekord	: 53,00 Eilers, Janneke	90 SV Friedrichsfehn		2004
	53,00 Kleen, Johanna	92 OTB Osnabrück		2006
50,00	Steffens, Isabell	93 LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
48,50	Eilers, Lisa-Kristin	93 TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.
41,50	Lammers, Lena	93 SC Osterbrock	Groß Hesepe	06.10.
41,00	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
40,50	Theisen, Jennifer	93 TuS Tossens	Seefeld	15.09.
39,00	Baumann, Sarah	93 VfL Löningen	Molbergen	09.09.
38,50	Cassellius, Insa	93 VfL Löningen	Löningen	16.09.
37,50	Diekmann, Lara	93 Hundsmühler TV	Leer	28.04.
37,50	Dänekas, Lisa	93 LG Uplengen	Leer	28.04.
37,50	Darmer, Birte	93 TuS Norderney	Aurich	15.05.

Dreikampf

Rekord	: 1.634 Kleen, Johanna	92 OTB Osnabrück		2006
1.563	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
	13,4-5,27-41,00			
1.548	Eilers, Lisa-Kristin	93 TV Norden	Leer	28.04.
	12,8-4,89-37,50			
1.483	Baumann, Sarah	93 VfL Löningen	Löningen	16.09.
	12,8-4,91-29,50			
1.463	Mäsker, Christin	93 LG Emstal Dörpen	Dörpen	09.06.
	13,44-4,65-34,50			
1.418	Hungar, Constanze	93 Hundsmühler TV	Leer	28.04.
	13,2-4,44-32,00			
1.407	Diekmann, Lara	93 Hundsmühler TV	Leer	28.04.
	13,6-4,24-37,50			
1.397	Emminghaus, Laura	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
	13,7-4,70-31,00			
1.387	Domnick, Viktoria	93 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
	13,3-4,14-33,50			
1.349	Dänekas, Lisa	93 LG Uplengen	Leer	28.04.
	14,2-4,14-37,50			
1.318	Ukena, Kathrin	93 LAC Emden	Leer	28.04.
	13,9-3,92-34,00			

Vierkampf

Rekord : 2.111 Peters, Mareike 86 SV Georgsheil 2000

2.019	Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	13,04-4,93-1,48-8,89				
1.937	Bathke, Liza	93	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	14,02-4,80-1,40-10,44				
1.928	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Bremen	09.06.
	13,22-4,86-1,40-8,44				
1.917	Emminghaus, Laura	93	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	13,74-4,78-1,56-7,21				
1.915	Franzmeier, Anna Carin	93	LG Wilhelmshaven	Schortens	17.06.
	14,0-4,92-1,60-7,17				
1.854	Hennig, Tanja	93	TuS Gildehaus	Nordhorn	07.07.
	13,47-4,93-1,36-7,66				
1.823	Knopf, Lea	93	MTV Aurich	Bremen	09.06.
	13,78-4,87-1,40-7,13				
1.822	Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Bremen	09.06.
	13,56-4,63-1,48-6,28				
1.797	Ulferts, Sandra	93	MTV Aurich	Bremen	09.06.
	14,31-4,39-1,40-8,66				
1.788	Tjards, Imke	93	MTV Aurich	Bremen	09.06.
	13,71-4,48-1,40-7,19				

Siebenkampf

Rekord : 3.697 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2004

3.535	Hackstedt, Maria	93	VfL Löningen	Lage	11.08/
	12,61-1,44-9,43-13,03				12.08.
	4,89-24,15-2:27,98				
3.525	Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Lage	11.08/
	12,50-1,52-10,03-13,23(+0.0)				12.08.
	5,06(+0.6)-22,60-2:42,46				
3.297	Bathke, Liza	93	LG Grafschaft Bentheim	Hameln	23.06/
	14,22-1,44-9,90-13,99				24.06.
	4,66-28,72-2:48,80				
3.156	Jakobs, Natalie	94	LG Grafschaft Bentheim	Hameln	23.06/
	14,48-1,48-7,79-13,25				24.06.
	4,41-18,77-2:47,36				
2.828	Dänekas, Lisa	93	LG Uplengen	Hameln	23.06/
	14,83-1,32-7,37-14,42				24.06.
	3,97-22,69-3:10,86				
2.700	Kröner, Freya	93	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	15,75-1,29-7,43-15,55				06.05.
	4,02-21,07-3:06,17				
2.675	Schröder, Ann-Kristin	93	LG Uplengen	Hameln	23.06/
	17,03-1,40-5,95-14,58				24.06.
	4,00-16,55-3:01,71				

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.712 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2004

2.552	Rieck, Svenja	93	OTB Osnabrück	Coesfeld	17.05.
	13,16-12,29-5,05-1,44-20,61				
2.500	Baumann, Sarah	93	VfL Löningen	Hameln	23.06.
	13,47-12,79-4,75-1,48-21,98				
2.462	Emminghaus, Laura	93	OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
	13,46-13,60-4,88-1,56-17,23				
2.305	Knopf, Lea	93	MTV Aurich	Hameln	23.06.
	13,83-14,16-4,69-1,40-19,08				
2.289	Eilers, Lisa-Kristin	93	TV Norden	Hinte	12.05.
	13,2-17,8-4,73-1,43-27,24				

2.158	Tjards, Imke	93 MTV Aurich	Hameln	23.06.
	13,97-15,02-4,60-1,40-12,26			
2.139	Hachmeister, Charlotte	93 MTV Aurich	Hinte	12.05.
	14,3-16,3-4,25-1,46-19,49			
2.056	Loos, Jana	93 SV BW Emden-Borssum	Hinte	12.05.
	13,8-16,3-4,16-1,40-13,54			
2.021	Cassellius, Insa	93 VfL Löningen	Hameln	23.06.
	14,72-17,38-4,11-1,40-17,69			
2.001	Schüler, Maren	94 VfL Löningen	Hameln	23.06.
	14,42-16,10-3,70-1,40-14,41			

Blockwettk. L

Rekord : 2.613 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2004

2.074	Meyer, Franziska	93 VfL Lingen	Lingen	18.09.
	14,8-15,9-4,18-30,50-7:56,6			
1.985	Müller, Caroline	93 TV Hude	Nordenham	07.07.
	14,0-14,5-4,19-33,50-11:20,8			
1.798	Djuren, Nadine	93 SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	14,2-16,4-3,66-17,00-9:08,1			
1.730	Stange, Imke	93 TuS Norderney	Hinte	12.05.
	15,1-17,8-3,82-23,00-9:45,2			
1.692	Buss, Hilke	93 SV Warsingsfehn	Hinte	12.05.
	15,1-20,9-3,79-24,00-9:11,7			

Blockwettk. W

Rekord : 2.691 Peters, Mareike 86 SV Georgsheil 2000

2.131	Knopf, Hannah	93 MTV Aurich	Hinte	12.05.
	13,8-14,2-4,26-7,85-17,86			
2.056	Ulferts, Sandra	93 MTV Aurich	Hameln	23.06.
	14,25-15,78-4,30-7,84-17,55			
1.955	Bender, Andrea	93 SV Georgsheil	Hameln	23.06.
	14,59-15,49-3,88-8,49-13,00			
1.685	Lengerhuis, Kristina	93 TuS Norderney	Hinte	12.05.
	17,0-18,7-3,43-8,14-18,94			

Schülerinnen W 15

100 m Lauf

Rekord : 12,12 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2007

12,12	Zähler, Nadine	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.08.
12,48	Uhlenbrock, Ricarda	92 LG Osnabrück	Papenburg	14.07.
12,64	Saathoff, Lena	92 SV Georgsheil	Wilhelmshaven	25.08.
12,91	Ganita, Aline	92 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	17.06.
12,99	Eilers, Rajke	92 TV Norden	Garbsen	28.07.
13,05	Heilen, Carina	92 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	16.09.
13,07 +1,9	Kühnemund, Mareike	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	16.05.
13,09	Geburek, Ronja	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg	28.09.
13,14	Jung, Wiebke	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.06.
12,9	Stolte, Laura	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
12,9	Kramer, Ruth	92 VfL Löningen	Löningen	16.09.

300 m Lauf

Rekord : 39,98 Spelmeyer, Ruth Sophia 90 VfL Oldenburg 2005

41,78	Pszolla, Christina	92	SV Union Meppen	Papenburg	15.07.
42,32	Schmack, Laura	92	Heidmühler FC	Papenburg	15.07.
42,61	Gieseking, Sarah	92	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
42,75	Uhlenbrock, Ricarda	92	LG Osnabrück	Papenburg	15.07.
43,28	Geburek, Ronja	92	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg	15.07.
43,88	Hahn, Tasja	92	OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
44,14	Brümmer, Lena	92	VfL Löningen	Delmenhorst	28.06.
44,24	Spykman, Nele	92	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	15.07.
44,28	Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Papenburg	15.07.
44,1	Wahren, Laura	92	Emder Laufgemeinschaft	Leer	16.06.

800 m Lauf

Rekord : 2:08,33 Bens, Monika 66 1981

2:24,98	Schröder, Katja	92	SV BW Emden-Borssum	Wilhelmshaven	26.08.
2:26,61	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Dörpen	17.08.
2:28,08	Arling, Katrin	92	LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.09.
2:28,38	Brümmer, Lena	92	VfL Löningen	Delmenhorst	20.05.
2:29,20	Stark, Katharina	92	TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	20.05.
2:31,04	Eyüpoglu, Sirin	92	SV Emden-Harsweg	Papenburg	14.07.
2:31,10	Hüsers, Kristina	92	TuS Haren	Papenburg	14.07.
2:33,07	Book, Kerstin	92	TuS Haren	Papenburg	14.07.
2:35,96	Pszolla, Christina	92	SV Union Meppen	Wilhelmshaven	12.06.
2:36,38	Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Hameln	24.06.

2000 m Lauf

Rekord : 6:16,07 Kock, Maren 90 LG Emstal Dörpen 2005

6:50,44	Arling, Katrin	92	LG Emstal Dörpen	Papenburg	15.07.
7:25,9	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Löningen	06.06.
7:31,07	Schröder, Katja	92	SV BW Emden-Borssum	Hameln	23.06.
8:34,2	Pelzer, Laura	92	TuS Haren	Dörpen	14.04.
8:34,56	Lake, Laureen	92	TV Hude	Stuhr	30.05.
10:07,3	Majora, Maria	92	TuS Norderney	Hinte	12.05.

3000 m Lauf

Rekord : 9:33,29 Kock, Maren 90 LG Emstal Dörpen 2005

10:35,38	Arling, Katrin	92	LG Emstal Dörpen	Alfeld	22.04.

5 km Lauf

Rekord : 17:14 Kock, Maren 90 LG Emstal Dörpen 2005

21:29	Zagratzki, Lisa	92	OTB Osnabrück	Ofen	03.10.
22:30	Tholen, Dorien	92	BV Garrel	Oldenburg	21.10.
22:30	Tholen, Ina	92	BV Garrel	Oldenburg	21.10.
22:31	Hahn, Tasja	92	OTB Osnabrück	Coesfeld	13.10.
23:21	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Löningen	27.10.
24:12	Helmin, Katja	92	LG Oldenburg	Oldenburg	21.10.

80 m Hürden 0.762m

Rekord	: 11,80	Raukuc, Anna	90	LAC Emden		2005
11,82		Zähler, Nadine	92	LG Wilhelmshaven	Papenburg	15.07.
12,29		Pollmann, Wiebke	92	SV Quitt Ankum	Papenburg	15.07.
12,34		Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Coesfeld	17.05.
12,1		Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Wehdel	18.07.
12,50		Kramer, Ruth	92	VfL Löningen	Wilhelmshaven	26.08.
12,54		Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Lage	11.08.
12,85		Kühnemund, Mareike	92	OTB Osnabrück	Papenburg	17.06.
12,93		Ganita, Aline	92	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	15.07.
13,13		Uhlenbrock, Ricarda	92	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.
13,23		Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Hameln	23.06.

300 m Hürden 0.762m

Rekord	: 43,70	Raukuc, Anna	90	LAC Emden		2005
48,1		Kühnemund, Mareike	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.
48,40		Pszolla, Christina	92	SV Union Meppen	Papenburg	28.09.
52,7		Dieckmann, Elena	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.

Hochsprung

Rekord	: 1,70	Linnenbaum, Eva	89	TuS Neuenhaus		2004
	1,70	Kortenbrock, Marina	90	SG Essen-Garthe-Molbgn.		2005
1,68		Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Lage	05.05.
1,65		Elbert, Julia	92	LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück	11.09.
1,64		Schang, Franziska	92	TuS Ofen	Schortens	17.06.
1,60		Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Georgsheil	25.06.
1,58		Schröder, Katja	92	SV BW Emden-Borssum	Aurich	15.05.
1,56		Sinning, Lena	92	Fortuna Wirdum	Braunschweig	04.07.
1,54		Schröder, Christina	92	SV BW Emden-Borssum	Delmenhorst	05.05.
1,53		Pollmann, Wiebke	92	SV Quitt Ankum	Osnabrück	05.05.
1,53		Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05.
1,52		Jenssen, Maj-Britt	92	TV Norden	Leer	16.06.
1,52		Ganita, Aline	92	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	17.06.
1,52		Kühnemund, Mareike	92	OTB Osnabrück	Hameln	23.06.

Stabhochsprung

Rekord	: 3,00	Heddendorp, Anne	89	TuS Gildehaus		2004
2,60		Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.
2,40		Schmack, Laura	92	Heidmühler FC	Leer	28.04.
1,90		Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
1,72		Dieckmann, Elena	92	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
1,62		Kröner, Leah	92	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.

Weitsprung

Rekord	: 5,75	Linnenbaum, Eva	89	TuS Neuenhaus		2004
5,51		Pollmann, Wiebke	92	SV Quitt Ankum	Nordhorn	07.07.
5,43	+1,6	Zähler, Nadine	92	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
5,35		Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.
5,20		Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Delmenhorst	05.05.
5,15		Uhlenbrock, Ricarda	92	LG Osnabrück	Papenburg	17.06.

5,13	Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Lage	06.05.
5,05	Pszolla, Christina	92	SV Union Meppen	Lingen	23.05.
5,02	Kramer, Ruth	92	VfL Löningen	Löningen	16.09.
4,99	Schang, Franziska	92	TuS Ofen	Westerstede	30.06.
4,99	Ganita, Aline	92	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	22.09.

Dreisprung

Rekord : 11,01 Wolters, Anne 91 LG Grafschaft Bentheim 2006

10,75	Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Leer	28.04.
10,43	Hennig, Tanja	93	TuS Gildehaus	Papenburg	28.09.
10,40	Kramer, Ruth	92	VfL Löningen	Wilhelmshaven	26.08.
10,25	Witte, Karina	92	TV Norden	Papenburg	15.07.
10,19 -1,8	Habben, Sabine	92	Fortuna Wirdum	Marienhafe	26.09.
10,06	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.
9,93	Spykman, Nele	92	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	11.05.
9,79	Jenssen, Maj-Britt	92	TV Norden	Papenburg	15.07.
9,78	Knopf, Hannah	93	MTV Aurich	Leer	16.06.
9,33	Kühnemund, Mareike	92	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 14,12 Berends, Lina 90 LG Grafschaft Bentheim 2005

12,96	Kielmann, Sonka	92	SV BW Emden-Borssum	Schneverdingen	01.09.
12,13	Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	05.05.
12,13	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Nordhorn	03.10.
11,96	Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Wehdel	18.07.
10,89	Elbert, Julia	92	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	11.07.
10,55	Sinning, Lena	92	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	12.06.
10,17	Huppacz, Vivien	92	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
10,12	Witte, Karina	92	TV Norden	Wilhelmshaven	12.06.
9,70	Lake, Laureen	92	TV Hude	Sandkrug	13.10.
9,61	van Deest, Maike	92	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	22.09.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 37,74 Bunjes, Andrea 76 SV Holtland 1990

37,33	Kielmann, Sonka	92	SV BW Emden-Borssum	Wilhelmshaven	02.06.
36,27	Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Georgsheil	29.07.
33,47	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	25.08.
28,05	Habben, Sabine	92	Fortuna Wirdum	Georgsheil	09.06.
26,34	Lake, Laureen	92	TV Hude	Hude	03.10.
25,49	Huppacz, Vivien	92	LG Ganderkesee	Delmenhorst	20.05.
25,17	Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn	07.01.
22,14	Haverkamp, Solveig	92	TV Hude	Delmenhorst	05.07.
21,65	Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
21,00	Sinning, Lena	92	Fortuna Wirdum	Wirdum	14.04.

Hammerwurf 3 kg

Rekord : 58,01 Nannen, Mareike 90 SV Holtland 2005

26,61	Riemeyer, Anja	92	Fortuna Wirdum	Wirdum	31.03.
23,04	Möhlmamm, Lea	92	Blexer TB	Nordenham	14.04.
19,79	Sinning, Lena	92	Fortuna Wirdum	Marienhafe	26.09.

Speerwurf 600 g

Rekord : 39,37 Homeyer, Denise 89 LG Ganderkesee 2004

35,55	Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Osnabrück	06.05.
34,06	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Papenburg	14.07.
33,56	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
31,77	Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Papenburg	14.07.
29,07	Elbert, Julia	92	LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	28.09.
28,25	Huppacz, Vivien	92	LG Ganderkesee	Delmenhorst	20.05.
26,63	Lake, Laureen	92	TV Hude	Sandkrug	13.10.
26,40	Saathoff, Lena	92	SV Georgsheil	Leer	08.09.
25,08	Jenssen, Maj-Britt	92	TV Norden	Papenburg	16.09.
23,04	Storz, Rieka	92	Emder Laufgemeinschaft	Delmenhorst	24.08.

Ballwurf 200g

Rekord : 54,00 Driemeier, Natalie 92 LG Osnabrück 2007

54,00	Driemeier, Natalie	92	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	12.06.
52,00	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Wunstorf	29.06.
47,50	Kramer, Ruth	92	VfL Löningen	Molbergen	09.09.
44,00	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	10.05.
40,00	Kielmann, Sonka	92	SV BW Emden-Borssum	Aurich	15.05.
39,50	Gargiulo, Vittoria	92	TuS Norderney	Aurich	15.05.
39,00	Stomberg, Saskia	92	LAC Emden	Leer	28.04.
37,50	Agnesmeyer, Lena	92	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	09.06.
37,00	Kröger, Nele	92	Hundsmühler TV	Leer	28.04.
37,00	Kröner, Leah	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	17.07.

Dreikampf

Rekord : 1.698h Büsing, Tomke 80 VfL Germania Leer 1995

1.602	Kramer, Ruth	92	VfL Löningen	Löningen	16.09.
	12,9-5,02-44,00				
1.475	Heilen, Carina	92	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	03.10.
	13,0-4,54-35,50				
1.471	Ganita, Aline	92	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	09.06.
	13,03-4,87-28,50				
1.470	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Löningen	16.09.
	13,4-4,07-46,50				
1.435	Kröger, Nele	92	Hundsmühler TV	Leer	28.04.
	13,4-4,38-37,00				
1.423	Habben, Sabine	92	Fortuna Wirdum	Leer	28.04.
	13,2-4,60-30,50				
1.404	Raker, Wiebke	92	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	16.09.
	13,3-4,35-32,50				
1.391	Ludlage, Katharina	92	VfL Löningen	Leer	28.04.
	13,6-4,65-30,00				
1.360	Stomberg, Saskia	92	LAC Emden	Leer	28.04.
	14,0-4,01-39,00				
1.354	Lohmann, Lisa	92	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
	13,6-4,17-32,00				

Vierkampf

Rekord : 2.224 Kleen, Johanna 92 OTB Osnabrück 2007

2.224	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	13,0-5,23-1,64-11,31				
1.978	Pollmann, Wiebke	92	SV Quitt Ankum	Nordhorn	07.07.
	13,71-5,51-1,48-7,84				
1.931	Elbert, Julia	92	LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	07.07.
	14,06-3,83-1,64-9,57				
1.915	Schang, Franziska	92	TuS Ofen	Friedrichsfehn	24.06.
	13,4-4,56-1,58-7,27				
1.905	Stolte, Laura	92	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	15.09.
	12,9-4,44-1,48-7,71				
1.880	Kröger, Nele	92	Hundsmühler TV	Friedrichsfehn	24.06.
	13,3-4,43-1,42-8,76				
1.877	Kühnemund, Mareike	92	OTB Osnabrück	Bremen	09.06.
	12,9-4,60-1,44-7,24				
1.846	Jung, Wiebke	92	LG Wilhelmshaven	Schortens	17.06.
	13,2-4,47-1,32-9,16				
1.821	Brümmer, Lena	92	VfL Löningen	Bremen	09.06.
	13,6-4,82-1,44-6,80				
1.807	Ludlage, Katharina	92	VfL Löningen	Bremen	09.06.
	13,6-4,82-1,40-7,03				

Siebenkampf

Rekord : 3.807 Raukuc, Anna 90 LAC Emden 2005

3.727	Kleen, Johanna	92	OTB Osnabrück	Lage	11.08/
	12,79-1,68-11,39-13,59(+0.0)				12.08.
	5,03-31,25-2:36,89				
3.672	Seeger, Johanna	92	SV Friedrichsfehn	Lage	11.08/
	12,54-1,52-11,79-13,26(+0.0)				12.08.
	5,13-32,15-2:45,31				
3.273	Bartels, Friederike	92	VfL Germania Leer	Hameln	23.06/
	13,23-1,28-7,98-13,84				24.06.
	4,82-30,60-2:36,38				
3.268	Pollmann, Wiebke	92	SV Quitt Ankum	Osnabrück	05.05/
	12,31-1,53-7,75-13,81				06.05.
	5,05-13,93-2:49,07				
3.222	Kühnemund, Mareike	92	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05/
	12,93-1,50-6,83-13,29				06.05.
	4,64-17,17-2:45,33				
3.171	Ganita, Aline	92	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	05.05/
	13,86-1,50-6,73-13,31				06.05.
	4,56-15,63-2:37,46				
3.103	Kleene, Mareike	92	VfL Löningen	Hameln	23.06/
	15,71-1,28-8,38-14,07				24.06.
	3,95-32,53-2:29,72				
3.060	Brümmer, Lena	92	VfL Löningen	Hameln	23.06/
	14,46-1,36-5,57-13,71				24.06.
	4,58-19,65-2:28,55				
2.958	Heilen, Carina	92	LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück	05.05/
	15,37-1,38-7,45-13,36				06.05.
	4,50-13,00-2:49,89				
2.950	Spykman, Nele	92	LG Grafschaft Bentheim	Hameln	23.06/
	15,21-1,32-6,64-13,34				24.06.
	4,62-13,36-2:40,82				

Blockwettk. S/S

Rekord : 2.793 Kortenbrock, Marina 90 SG Essen-Garthe-Molbgn. 2005

2.702	Kleen, Johanna	92 OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
	13,43-12,54-5,06-1,60-29,93			
2.488	Pollmann, Wiebke	92 SV Quitt Ankum	Hameln	23.06.
	13,52-12,42-5,05-1,48-16,34			
2.469	Kühnemund, Mareike	92 OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
	13,13-12,87-4,55-1,52-16,92			
2.393	Bartels, Friederike	92 VfL Germania Leer	Leer	06.10.
	13,7-13,4-4,43-1,38-30,02			
2.271	Witte, Karina	92 TV Norden	Hinte	12.05.
	13,8-15,2-4,37-1,49-21,12			
2.216	Ludlage, Katharina	92 VfL Löningen	Hameln	23.06.
	13,96-15,16-4,58-1,40-17,37			
2.171	Dieckmann, Elena	92 OTB Osnabrück	Hameln	23.06.
	13,84-14,80-4,29-1,40-14,36			
2.155	Esderts, Sandra	92 SV Emden-Harsweg	Hinte	12.05.
	14,5-14,0-4,10-1,37-19,78			
2.139	Schröder, Christina	92 SV BW Emden-Borssum	Hameln	23.06.
	14,91-15,12-4,11-1,48-17,19			
2.128	Schlachter, Laura	92 LG Uplengen	Hinte	12.05.
	13,8-13,8-3,72-1,28-21,12			

Blockwettk. L

Rekord : 2.576 Dittmar, Anna 90 LG Papenburg/Aschendorf 2005

2.311	Schröder, Katja	92 SV BW Emden-Borssum	Hameln	23.06.
	13,80-15,19-4,32-36,00-7:31,07			
1.891	Majora, Maria	92 TuS Norderney	Hinte	12.05.
	14,7-16,0-3,99-31,00-10:07,3			

Blockwettk. W

Rekord : 2.770 Peters, Mareike 86 SV Georgsheil 2001

2.705	Saathoff, Lena	92 SV Georgsheil	Hameln	23.06.
	12,90-12,86-5,09-11,52-30,96			
2.210	Lake, Laureen	92 TV Hude	Nordenham	07.07.
	13,9-15,1-4,30-8,79-24,64			
2.187	Habben, Sabine	92 Fortuna Wirdum	Hinte	12.05.
	13,7-14,1-4,29-7,67-21,61			
2.119	Sinning, Lena	92 Fortuna Wirdum	Hinte	12.05.
	14,4-15,1-4,04-9,64-19,77			
2.104	Riemeyer, Anja	92 Fortuna Wirdum	Hameln	23.06.
	14,55-14,29-4,22-7,96-18,11			
1.965	Stomberg, Saskia	92 SV Emden-Harsweg	Hinte	12.05.
	14,4-15,9-3,75-8,07-18,23			
1.842	Borries, Cornelia	92 SV Brake	Nordenham	07.07.
	14,3-18,6-4,08-7,12-15,61			

Senioren M 30

100 m Lauf

Rekord	: 10,5	Kampsen, Bernhard	59	OSC Damme	1990
11,36 +1,6	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
11,51 +0,6	Schulte, Ralph	73	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
12,54 +1,4	Müller, Andre	76	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.09.

200 m Lauf

Rekord	: 22,00	Behte, Michael	44	OTB Osnabrück	1977
23,32 -0,2	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
23,57 -0,2	Schulte, Ralph	73	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
24,90 +1,1	Hiller, Jan	73	LG Oldenburg	Oldenburg	16.07.

400 m Lauf

Rekord	: 47,93	Rebbe, Holger	69	OTB Osnabrück	1999
51,74	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
54,04	Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.

800 m Lauf

Rekord	: 1:53,05	Lohse, Hans-Gerold	58	LG Oldenburg	1988
2:06,59	Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
2:11,22	Schleper, Thorsten	77	LAV Meppen	Recklinghausen	28.05.
2:12,98	Sibum, Norbert	75	TV Norden	Hannover	19.05.
2:50,1	Fleetjer, Gerhard	75	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.

1000 m Lauf

Rekord	: 2:29,0	Lohse, Hans-Gerold	58	DSC Oldenburg	1988
3:21,8	Gebhardt, Christian	77	BV Garrel	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord	: 3:56,89	Wollstein, Jost	52	DSC Oldenburg	1984
4:27,89	Sibum, Norbert	75	TV Norden	Hannover	19.05.
5:53,35	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	16.09.

1 Meile

Rekord	: 4:44,00	Pikutzki, Claus	60	OFV Ostercappeln	2000
4:46,0	Waschkau, Jan	77	VfL Germania Leer	Emden	21.09.
5:02,1	De Jonge, Stefan	76	TuS Weene	Emden	21.09.
5:38,08	Budde, Thorsten	73	TV Hude	Bremen	25.08.

3000 m Lauf

Rekord : 8:09,8 Hutmacher, Ulrich 46 VfL Lingen 1976

9:33,0	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	13.07.
10:08,7	Willms, Wilko	75	SC Dunum	Aurich	13.07.
10:12,3	De Jonge, Stefan	76	TuS Weene	Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord : 14:04,0 Hutmacher, Ulrich 46 VfL Lingen 1976

16:27,96	Grigat, Holger	73	VfL Germania Leer	Dörpen	13.05.
16:37,4	Waschkau, Jan	77	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
16:38,18	Mäschig, Michael	77	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	05.08.
17:51,6	De Jonge, Stefan	76	TuS Weene	Leer	08.09.
18:02,8	Schäpker, Egbert	73	SV Evenkamp	Löningen	06.06.
18:06,4	Mühlenbrock, Wilfried	75	Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich	15.06.
18:44,9	Holtkamp, Theo	76	SV Evenkamp	Löningen	06.06.
19:01,0	Albers, Jens	74	TG Wiesmoor	Aurich	15.06.
19:56,5	Schepers, Konni	74	TuS Haren	Haren	08.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 30:19,19 Valentin, Jörg 62 TV Norden 1994

35:18,9	Mühlenbrock, Wilfried	75	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.
35:41,3	Mäschig, Michael	77	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
38:13,3	Düweling, Carsten	74	SV Eintr. Neuenkirchen	Dörpen	14.04.

1 Stunde Lauf

Rekord : 19.082 Hutmacher, Ulrich 46 1976

14.089	Bohmann, Ralf	75	BV Garrel	Molbergen	09.09.

10 km Lauf

Rekord : 30:50 Eckstein, Klaus 67 LC Nordhorn 2001

33:40	Grigat, Holger	73	VfL Germania Leer	Norden	21.04.
33:50	König, Tammo	77	1. TC Oldenburg	Ofen	03.10.
34:06	Waschkau, Jan	77	VfL Germania Leer	Ofen	03.10.
34:31	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Upjever	24.08.
34:43	Förster, Tim Henning	76	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
35:27	Mäschig, Michael	77	LG Wilhelmshaven	Schortens	18.08.
35:42	Mühlenbrock, Wilfried	75	Lauf-Gem. Ostfriesland	Schortens	18.08.
35:47	Düser, Bastian	73	Team Laufrausch	Ofen	03.10.
36:00	Schwietert, Daniel	77	LG Wilhelmshaven	Garrel	15.09.
36:14	Vogt, Christian	74	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	18.05.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:07:00 Valentin, Jörg 62 TV Norden 1994

1:11:03	Bucchioni, Nico	74	VfL Löningen	Löningen	23.06.
1:17:17	Grigat, Holger	73	VfL Germania Leer	Dunum	31.03.
1:17:49	Förster, Tim Henning	76	LC Nordhorn	Spelle	17.08.
1:18:09	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
1:19:08	Schwietert, Daniel	77	LG Wilhelmshaven	Bad Liebenzell	02.09.
1:19:36	Vogt, Christian	74	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.

1:20:32	Gerdelmann, Frank	75	TuS Haren	Spelle	17.08.
1:22:16	Willms, Wilko	73	SC Dunum	Neuenkirchen	13.10.
1:25:08	Holtkamp, Theo	76	SV Evenkamp	Löningen	27.10.

Halbmarathonlauf Mannschaft

Rekord : 3:46:20 TV Norden 2003

4:07:02	TV Georgsmarienhütte	Spelle	17.08.
	Igelbrink, H. 63 -1:20:47; Seker, F. 69 -1:23:02		
	Frankenberg, R. 68 -1:23:13		

Marathonlauf

Rekord : 2:19:44 Ollesch, Hartmut 54 Heidmühler FC 1986

2:52:10	Vogt, Christian	74	TuS Bersenbrück	Frankfurt	28.10.
2:54:25	Förster, Tim Henning	76	LC Nordhorn	Köln	07.10.
2:54:56	Schäpker, Egbert	73	SV Evenkamp	Bremen	30.09.
2:57:00	Gerdelmann, Frank	75	TuS Haren	Hannover	06.05.
2:57:35	Fleßner, Hermann	74	Emder Laufgemeinschaft	Köln	07.10.
2:59:31	Schwietert, Daniel	77	LG Wilhelmshaven	Löningen	23.06.
3:06:05	Pöling, Jochen	75	TV Georgsmarienhütte	Berlin	30.09.
3:09:05	Last, Jan-Christop	76	SC Melle 03	Hamburg	29.04.

110 m Hürden 1.067m

Rekord : 14,2 Peselmann, Friedhelm 52 OTB Osnabrück 1982

16,42 +0,6	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.

400 m Hürden 0.914m

Rekord : 52,15 Lescow, Kilian 66 OTB Osnabrück 1997

55,25	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Zittau	08.07.
63,53	Thomsen, Axel	77	TV Norden	Hannover	19.05.

3000 m Hindernis

Rekord : 9:27,2 Thienemann, Günter 38 LG Wilhelmshaven 1969

11:43,51	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 43,69 OTB Osnabrück 1996

46,97	SG Grafschaft/OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
	Wilhelms, M. 74; Nolte, G. 63; Kanne, C. 65; Strauß, M. 71		
52,7	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
	Hildebrandt, . ; Reinert, . ; Meyer, H. 55; Folkers, .		
53,0	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
	Frühling, . 69; De Boer, . 61; Fleetjer, G. 75; Giesselmann, B. 68		
58,4	VfL Lingen	Lingen	19.06.
	Frericks, R. 69; Schröer, C. 71; Hecht, A. 60; Fockers, A. 59		

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 7:36,48 LG Oldenburg 1989

9:47,6	BV Garrel	Löningen	23.05.
	Wiese, L. 55; Schäfer, M. 64; Dicke, F. 70		
9:59,6	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Faßhauer, A. 68; Broer, . 70; Sanders, A. 61		

Hochsprung

Rekord : 2,00 Klose, Jörg 65 TV Norden 1997

1,95	Hiller, Jan	73	LG Oldenburg	Delmenhorst	05.08.
1,77	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
1,48	Fleetjer, Gerhard	75	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.

Stabhochsprung

Rekord : 4,70 Müller, Frank 68 TV Norden 1998

2,70	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.

Weitsprung

Rekord : 7,16 Heimermann, Detlev 45 DSC Oldenburg 1975

6,14	Schulte, Ralph	73	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.
6,13 +1,2	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
5,78 -1,3	Müller, Andre	76	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.

Dreisprung

Rekord : 15,72 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme 1997

11,68	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Friedrichsfehn	21.04.

Kugelstoss 7.26kg

Rekord : 16,47 Spiller, Peter 41 LG Papenburg/Aschendorf 1980

12,22	Regner, Mathias	76	SV Dornum	Marienhafe	09.05.
10,38	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
9,18	Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Lehrte	03.10.
9,17	Müller, Andre	76	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.

Diskuswurf 2 kg

Rekord : 57,52 Isenecker, Roland 72 TV Norden 2003

30,65	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.
20,82	Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Lehrte	03.10.

Hammerwurf 7.26kg

Rekord : 56,61 Hein, Karl 08 1941

18,75	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.

Speerwurf 800 g

Rekord	: 67,22	Bieck, Marcus	69	TV Norden	1989
48,32		Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück 05.05.
39,29		Regner, Mathias	76	SV Dornum	Marienhafe 09.05.
37,96		Budde, Thorsten	73	TV Hude	Delmenhorst 09.09.
29,82		Wilhelms, Marc	74	OTB Osnabrück	Lehrte 03.10.

Fünfkampf

Rekord	: 3.333	Voß, Wolfgang	46	TuS Pewsum	1976
2.467		Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Wilhelmshaven 16.09.
		5,99(-0.4)-43,75-24,29(+1.9)-28,11-5:53,35			

Fünfkampf Mannschaft

Rekord	: 7.259	OTB Osnabrück			2005
5.920		LC Nordhorn			Wilhelmshaven 16.09.
		Müller, C. 64 -2.191; Johannink, H. 70 -1.896			
		Gellink, H. 70 -1.833			

Seniorinnen W 30

100 m Lauf

Rekord	: 12,0	Wandscher, Elke	43	VfL Oldenburg	1975
14,80		Marbach, Inga	73	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen 16.06.

200 m Lauf

Rekord	: 25,01	Wandscher, Elke	43	VfL Oldenburg	1979
27,26 +1,7		Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Zittau 08.07.

400 m Lauf

Rekord	: 57,16	Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	2007
57,16		Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Zittau 07.07.

800 m Lauf

Rekord	: 2:08,70	Koop, Annette	58	LG Emstal Dörpen	1996
2:16,92		Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Hamburg 23.06.
3:09,14		Marbach, Inga	73	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen 16.06.

1500 m Lauf

Rekord	: 4:22,71	Koop, Annette	58	LG Emstal Dörpen	1996
5:07,80		Kuhlmann, Sarah	77	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen 28.05.

3000 m Lauf

Rekord	: 9:58,2	Kahmann, Kerstin	73 OFV Ostercappeln		2004
11:39,98	Kuhlmann, Sarah	77 LG Osnabrück		Telgte	24.08.
11:50,7	Hoogestraat, Sonja	76 Emder Laufgemeinschaft		Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord	: 17:16,20	Brandenburg, Barbara	67 LG Osnabrück		1997
17:52,90	Willcox-Heidne, Victor	73 LG Wilhelmshaven		Borgholzhausen	10.08.
19:48,6	Hoogestraat, Sonja	76 Emder Laufgemeinschaft		Aurich	15.06.

10.000 m Lauf

Rekord	: 35:54,20	Brandenburg, Barbara	67 LG Osnabrück		1997
41:02,5	Hoogestraat, Sonja	76 Emder Laufgemeinschaft		Emden	04.11.

1 Stunde Lauf

Rekord	: 15.680	Bussmann, Elke	66 OSC Damme		2002
14.281	Hoogestraat, Sonja	76 Emder Laufgemeinschaft		Emden	04.11.
11.946	Gardevin, Petra	75 BV Garrel		Molbergen	09.09.
11.865	Mersch, Juliane	77 SV Lengerich-Handrup		Börger	31.08.

10 km Lauf

Rekord	: 36:10	Bussmann, Elke	66 OSC Damme		2003
36:44	Willcox-Heidne, Victor	73 LG Wilhelmshaven		Versmold	22.06.
38:46	Lüken, Kerstin	76 Emder Laufgemeinschaft		Norden	21.04.
40:57	Hoogestraat, Sonja	76 Emder Laufgemeinschaft		Garrel	15.09.
43:51	Bleek, Claudia	73 LG Wilhelmshaven		Ofen	03.10.
44:15	Reumann, Nadja	73 TSG Hatten-Sandkrug		Ofen	03.10.
44:18	Kuhlmann, Sarah	77 LG Osnabrück		München	08.09.
45:49	Buurmann, Astrid	74 Emder Laufgemeinschaft		Emden	02.06.
47:33	Mütz, Etta	74 SV Concordia Ihrhove		Ofen	03.10.
48:22	Pokern, Sandra	76 SV Brake		Lemwerder	13.07.
49:43	Gardewin, Petra	75 BV Garrel		Garrel	15.09.

Halbmarathonlauf

Rekord	: 1:20:18	Karsch, Jutta	61 SC Herringhausen		1997
1:28:12	Lüken, Kerstin	76 Emder Laufgemeinschaft		Steinfurt	17.03.
1:28:29	Albrecht, Nicola	75 1. TC Oldenburg		Wilhelmshaven	20.05.
1:30:37	Hoogestraat, Sonja	76 Emder Laufgemeinschaft		Neuenkirchen	13.10.
1:37:44	Bleek, Claudia	73 LG Wilhelmshaven		Neuenkirchen	13.10.
2:01:41	Janssen, Imke	76 TuS Aurich Ost		Dunum	31.03.

Marathonlauf

Rekord	: 2:53:17	Bussmann, Elke	66 OSC Damme		2002
3:10:15	Willcox-Heidne, Victor	73 LG Wilhelmshaven		Essen	14.10.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 51,48 LG Osnabrück 1998

58,76	LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.07.
	Garde, D. 70; Braunisch, S. 59; Marbach, I. 73; Hezemans, C. 64		
65,8	VfL Lingen	Lingen	19.06.

Hochsprung

Rekord : 1,62 Behte, Gaby 57 Blau-Weiß Hollage 1987

1,40	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
1,36	Marbach, Inga	73	LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	16.09.
1,24	Giesselmann, Michaela	73	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.

Weitsprung

Rekord : 6,01 Wieting, Elke 45 LG Wilhelmshaven 1976

4,17	Marbach, Inga	73	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 14,01 Selzam, Ute 73 LG Osnabrück 2003

13,24	Rensen, Sandra	76	LG Emstal Dörpen	Braunschweig	30.06.
10,51	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
8,65	Marbach, Inga	73	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
8,02	Tiben, Sylvia	76	TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
7,64	Giesselmann, Michaela	73	Fortuna Wirdum	Wirdum	07.10.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 44,91 Sonneck, Karen 28 1958

32,35	Rensen, Sandra	76	LG Emstal Dörpen	Papenburg	28.09.
27,60	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Delmenhorst	05.08.
20,98	Tiben, Sylvia	76	TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
19,44	Giesselmann, Michaela	73	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 43,71 Bewarder, Stephanie 74 TSG Dissen 2006

42,10	Bewarder, Stephanie	74	TSG Dissen	Dissen	03.10.
36,85	Tiben, Sylvia	76	TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.
25,99	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Bad Oeynhausen	28.07.

Speerwurf 600 g

Rekord : 48,54 Breithaupt, Inge 52 LG Ganderkesee 1984

41,96	Gnoth, Kirstin	73	TuS Gildehaus	Ibbenbühren	20.05.
35,32	Rotkehl, Birte	73	SC Melle 03	Zittau	08.07.
14,75	Tiben, Sylvia	76	TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.

Senioren M 35

100 m Lauf

Rekord : 10,7 Behte, Michael 44 1979

12,6	+1,1	Hildebrand, Frank	70	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
13,09	+0,2	Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
13,1		Schröer, Carsten	71	VfL Lingen	Lingen	19.06.
13,1	+1,1	Reinert, Thomas	70	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
13,2		Frericks, Reinhard	69	VfL Lingen	Lingen	19.06.
13,4	+0,4	Frühling, Uwe	69	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
14,22	+0,9	Dicke, Frank	70	BV Garrel	Oldenburg	16.07.
14,3		Niemöller, Edgar	69	TuS Ofen	Ofen	08.09.
14,97	+0,0	Donner-Niemann, Andrea	68	OSC Damme	Papenburg	28.09.

200 m Lauf

Rekord : 22,39 Meyer, Werner 50 TV Cloppenburg 1985

27,05	+0,3	Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
27,66	+0,3	Gellink, Holger	70	LC Nordhorn	Delmenhorst	05.08.
27,77	-0,4	Johannink, Hartmut	70	LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.
27,8		Blömer, Markus	68	TV Dinklage	Lohne	15.09.
28,10	+0,0	Bormann, Nils	68	TV Hude	Delmenhorst	24.08.
27,9		Frericks, Reinhard	69	VfL Lingen	Nordhorn	28.04.

400 m Lauf

Rekord : 49,74 Meyer, Werner 50 TV Cloppenburg 1985

56,59	Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
58,08	Wallraven, Torsten	69	TuS Haren	Leer	08.09.
61,02	Dicke, Frank	70	BV Garrel	Delmenhorst	05.08.
62,3	Giesselmann, Bernd	68	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.

800 m Lauf

Rekord : 1:59,56 Lohse, Hans-Gerold 58 LG Oldenburg 1994

2:13,99	Wallraven, Torsten	69	TuS Haren	Osnabrück	03.06.
2:14,20	Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg	Delmenhorst	05.08.
2:18,50	Dicke, Frank	70	BV Garrel	Oldenburg	16.07.
2:19,44	Schöpp, Timo	72	TV Norden	Delmenhorst	28.06.
2:23,5	Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
2:33,6	Frühling, Uwe	69	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
2:53,16	Haake, Thorben	72	TuS Emstekerfeld	Delmenhorst	28.06.
2:53,63	Siemer, Albert	70	BV Garrel	Oldenburg	16.07.

1000 m Lauf

Rekord : 2:32,3 Heinrich, Reinhard 48 OSC Damme 1983

2:54,06	Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
2:59,10	Wallraven, Torsten	69	TuS Haren	Dörpen	17.08.
3:00,4	Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
3:00,6	Dicke, Frank	70	BV Garrel	Löningen	06.06.
3:15,5	Frericks, Reinhard	69	VfL Lingen	Lingen	26.09.
3:42,1	Koopmann, Clemens	69	BV Garrel	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord	:	3:57,61	Heinrich, Reinhard	48	OSC Damme		1983
4:31,79		Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden		Hannover	19.05.
4:57,8		Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven	26.09.
5:25,5		Frericks, Reinhard	69	VfL Lingen		Nordhorn	28.04.
5:49,79		Johannink, Hartmut	70	LC Nordhorn		Wilhelmshaven	16.09.
5:54,6		Blömer, Markus	68	TV Dinklage		Lohne	15.09.
5:55,78		Gellink, Holger	70	LC Nordhorn		Wilhelmshaven	16.09.

1 Meile

Rekord	:	4:44,00	Pikutzki, Claus	60	OFV Ostercappeln		2000
5:01,1		Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden		Emden	21.09.
5:06,4		Harms, Stephan	70	Emder Laufgemeinschaft		Emden	21.09.
5:37,8		Pannenborg, Olaf	70	TuS Ofen		Bad Zwischenahn	05.10.
7:51,9		Leeling, Michael	68	Emder Laufgemeinschaft		Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord	:	8:38,2	Ollesch, Hartmut	54	Heidmühler FC		1989
10:05,3		Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden		Aurich	13.07.
10:19,98		Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven		Oldenburg	29.08.
10:22,7		Meyer, Arnt	70	SV Evenkamp		Löningen	06.06.
10:46,50		Eichhorn, Michael	68	DSC Oldenburg		Oldenburg	16.07.
10:52,9		Sigl, Holger	70	TuS Aurich Ost		Aurich	13.07.
11:47,19		Wolf, Markus	68	TSG Hatten-Sandkrug		Oldenburg	29.08.

5000 m Lauf

Rekord	:	15:02,6	Frense, Horst	41	VfL Oldenburg		1980
		15:02,6	Valentin, Jörg	62	TV Norden		1998
16:13,10		Steinke, Peter	70	TV Norden		Hannover	19.05.
17:20,83		Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden		Hannover	19.05.
17:54,8		Brunkhorst, Jörg	69	SV Nordenham		Nordenham	25.08.
18:07,03		Hanekamp, Klaus	69	SV Sparta Werlte		Dörpen	13.05.
18:07,29		Heidergott, Enno	71	VfL Germania Leer		Papenburg	28.09.
18:57,7		Sigl, Holger	70	TuS Aurich Ost		Aurich	15.06.
19:07,0		Grest, Jens-Peter	71	SV Warsingsfehn		Leer	08.09.
20:44,60		Gloystein, Jens	69	SV Brake		Delmenhorst	05.08.
21:19,6		Frühling, Uwe	69	Fortuna Wirdum		Emden	23.09.
21:32,78		Bormann, Nils	68	Eintracht Delmenhorst		Delmenhorst	05.08.

10.000 m Lauf

Rekord	:	30:47,50	Valentin, Jörg	62	TV Norden		1998
38:36,9		Reents, Jürgen	71	LG Wilhelmshaven		Schortens	12.06.
38:56,5		Dicke, Frank	70	BV Garrel		Schortens	12.06.
39:37,4		Grest, Jens-Peter	71	SV Warsingsfehn		Warsingsfehn	29.08.
40:51,9		Fleßner, Heiko	68	TV Marienhafe		Aurich	28.04.
40:54,6		Reinert, Thomas	70	LG Papenburg/Aschendorf		Dörpen	14.04.
41:17,6		Niemöller, Edgar	69	TuS Ofen		Schortens	12.06.
41:18,8		Westerkamp, Martin	68	SC Melle 03		Osnabrück	23.06.

1 Stunde Lauf

Rekord	: 18.038	Valentin, Jörg	62	TV Norden	2000
17.070	Groenhagen, Achim	68	SC Dunum	Emden	04.11.
14.578	Westerkamp, Martin	68	SC Melle 03	Osnabrück	20.06.
14.140	Niemöller, Edgar	69	TuS Ofen	Schortens	12.06.
13.320	Meyer, Volker	68	VfL Kloster Oesede	Osnabrück	23.06.
13.004	Koopmann, Clemens	69	BV Garrel	Molbergen	09.09.
11.940	Dicke, Frank	70	BV Garrel	Molbergen	09.09.

10 km Lauf

Rekord	: 31:24	Valentin, Jörg	62	TV Norden	1999
33:23	Steinke, Peter	70	TV Norden	Norden	21.04.
33:36	Groenhagen, Achim	68	SC Dunum	Hamburg	09.09.
34:25	Nowak, Jens	71	1. TC Oldenburg	Oldenburg	21.10.
34:45	Radke, Andreas	69	1. TC Oldenburg	Moslesfehn	12.05.
34:45	Schwengels, Stefan	69	TuS Westerloy	Garrel	15.09.
35:40	Rolfes, Dieter	72	SV Germania Twist	Lingen	12.05.
35:50	Josch, Michail	71	Haselünner SV	Oldenburg	21.10.
35:55	Klus-Brauner, Michael	71	TV Norden	Emden	02.06.
35:55	Taube, Ralf	69	VfL Germania Leer	Emden	02.06.
36:01	Pistoor, Thomas	70	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg	21.10.

Halbmarathonlauf

Rekord	: 1:09:48	Valentin, Jörg	62	TV Norden	1999
1:14:32	Groenhagen, Achim	68	SC Dunum	Neuenkirchen	13.10.
1:15:01	Amt, Jörg	68	SG Bad Bentheim	Löningen	23.06.
1:17:06	Schwengels, Stefan	69	TuS Westerloy	Neuenkirchen	13.10.
1:17:46	Heyen, Michael	69	LG Wilhelmshaven	Schortens	15.04.
1:18:08	Radke, Andreas	69	1. TC Oldenburg	Wilhelmshaven	20.05.
1:19:33	Steinke, Peter	70	TV Norden	Neuenkirchen	13.10.
1:20:33	Rolfes, Dieter	72	SV Germania Twist	Bawinkel	07.04.
1:20:44	Geserick, Olaf	68	1. TC Oldenburg	Schortens	15.04.
1:20:50	Küpker, Edu	70	SV Concordia Emsbüren	Bawinkel	07.04.
1:20:55	Pistoor, Thomas	70	TSG Hatten-Sandkrug	Wilhelmshaven	20.05.

Marathonlauf

Rekord	: 2:23:00	Sandau, Horst	47	LG Wilhelmshaven	1983
2:35:59	Steinke, Peter	70	TV Norden	Antalya/TÜR	18.03.
2:40:03	Heyen, Michael	69	LG Wilhelmshaven	Hamburg	29.04.
2:45:28	Amt, Jörg	68	SG Bad Bentheim	Enschede/NED	22.04.
2:47:02	Nyhuis, Elmar	70	OSC Damme	Berlin	30.09.
2:47:29	Taube, Ralf	69	VfL Germania Leer	Hamburg	29.04.
2:52:39	Lackmann, Andreas	70	LG Osnabrück	Hamburg	29.04.
2:54:14	Ringering, Onno	68	Emder Laufgemeinschaft	Köln	07.10.
2:57:31	Tycner, Holger	70	TSG Hatten-Sandkrug	Löningen	23.06.
2:59:05	Harms, Stephan	70	Emder Laufgemeinschaft	Berlin	30.09.
2:59:24	Rolfes, Dieter	72	SV Germania Twist	Steinfurt	17.03.

Hochsprung

Rekord	: 1,85	Zander, Robert	68	TV Norden	2004
	1,85	Klose, Jörg	65	TV Norden	1989
1,75	Zander, Robert	68	TV Norden	Hannover	19.05.
1,70	Giesselmann, Bernd	68	Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.08.
1,50	Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.

Weitsprung

Rekord : 6,90 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme 1997

5,66	-0,8	Alberts-Tammen, Udo	68	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
5,37		Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Dörpen	13.05.
5,29	-1,5	Hildebrand, Frank	70	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
5,22		Frericks, Reinhard	69	VfL Lingen	Lingen	19.06.
4,88	-0,1	Gellink, Holger	70	LC Nordhorn	Delmenhorst	05.08.
4,77		Schröer, Carsten	71	VfL Lingen	Lingen	19.06.
4,70		Blömer, Markus	68	TV Dinklage	Lohne	15.09.
4,65	-2,0	Johannink, Hartmut	70	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
4,63		Frühling, Uwe	69	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
4,43		Niemöller, Edgar	69	TuS Ofen	Ofen	08.09.

Kugelstoss 7.26kg

Rekord : 16,47 Spiller, Peter 41 LG Papenburg/Aschendorf 1980

14,81		Isenecker, Roland	72	TSV Langeoog	Bremen	02.06.
14,65		Frühling, Heiko	72	SV Georgsheil	Marienhafe	11.07.
12,84		Meding, Alexander	72	MTV Aurich	Holtland	07.06.
12,21		Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	05.08.
12,14		Zander, Robert	68	TV Norden	Hannover	19.05.
11,90		Gellink, Holger	70	LC Nordhorn	Delmenhorst	05.08.
11,75		Arjes, Michael	71	MTV Aurich	Meppen	28.04.
11,23		Giesselmann, Bernd	68	Fortuna Wirdum	Wirdum	07.10.
10,54		Krone, Ulrich	71	SC Osterbrock	Groß Hesepe	14.04.
10,50		Suelmann, Gerd	70	TV Rütenbrock	Meppen	18.08.

Diskuswurf 2 kg

Rekord : 50,50 Bergmann, Wilfried 43 SV Georgsheil 1980

50,03		Isenecker, Roland	72	TSV Langeoog	Wehdel	28.04.
45,26		Frühling, Heiko	72	SV Georgsheil	Hamburg	23.06.
37,76		Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Groß Hesepe	14.04.
37,69		Meding, Alexander	72	MTV Aurich	Holtland	07.06.
36,75		Müller, Frank	68	TV Norden	Hannover	19.05.
36,46		Gellink, Holger	70	LC Nordhorn	Delmenhorst	05.08.
35,92		Arjes, Michael	71	MTV Aurich	Meppen	28.04.
33,98		Giesselmann, Bernd	68	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.
32,74		Suelmann, Gerd	70	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
30,15		Krone, Ulrich	71	SC Osterbrock	Dörpen	13.05.

Hammerwurf 7.26kg

Rekord : 55,94 Bury, Wilfried 54 TSG Dissen 1990

42,94		Pahl, Ralf	68	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	09.09.
40,41		Krone, Ulrich	71	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
38,19		Meding, Alexander	72	MTV Aurich	Holtland	07.06.
35,02		Suelmann, Gerd	70	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
32,63		Arjes, Michael	71	MTV Aurich	Meppen	28.04.

Speerwurf 800 g

Rekord : 63,58 Tholen, Heiner 48 TV Cloppenburg 1987

59,95		Bieck, Marcus	69	TV Norden	Hamburg	24.06.
55,31		Strauß, Matthias	71	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
52,70		Müller, Frank	68	TV Norden	Hannover	19.05.

44,40	Arjes, Michael	71 MTV Aurich	Meppen	28.04.
42,59	Meding, Alexander	72 MTV Aurich	Meppen	28.04.
42,03	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.
41,58	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Osnabrück	03.06.
39,70	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.
38,52	Johannink, Hartmut	70 LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.
37,77	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Meppen	28.04.

Gewichtswurf

Rekord : 13,11 Arjes, Michael 71 MTV Aurich 2006

12,46	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Meppen	18.08.
12,30	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Meppen	28.04.
12,23	Meding, Alexander	72 MTV Aurich	Meppen	28.04.
11,65	Arjes, Michael	71 MTV Aurich	Meppen	28.04.
10,59	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Bad Oeynhausen	28.07.

Fünfkampf

Rekord : 3.165 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme 1997

1.896	Johannink, Hartmut	70 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	4,65(-2.0)-38,52-27,77(-0.4)-29,65-5:49,79			
1.833	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	4,43(-2.0)-38,32-29,33-35,02-5:55,78			
1.678	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Nordhorn	28.04.
	4,82-21,74-27,9-24,43-5:25,5			
1.544	Blömer, Markus	68 TV Dinklage	Lohne	15.09.
	4,70-26,45-27,8-21,87-5:54,6			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.817 Arjes, Michael 71 MTV Aurich 2006

2.725	Meding, Alexander	72 MTV Aurich	Meppen	28.04.
	12,23-36,30-36,68-42,59-12,23			
2.653	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Bad Oeynhausen	28.07.
	11,57-35,74-40,56-36,38-12,32			
2.617	Arjes, Michael	71 MTV Aurich	Meppen	28.04.
	11,75-35,92-32,63-44,40-11,65			
2.266	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Groß Hesepe	06.10.
	10,06-28,97-39,26-28,38-11,86			
2.260	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Meppen	18.08.
	10,50-32,55-34,45-34,34-9,90			

Seniorinnen W 35

100 m Lauf

Rekord : 12,20 Wandscher, Elke 43 VfL Oldenburg 1979

13,04		Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
13,38	+1,1	Garde, Diana	70 LG Ganderkesee	Salzgitter	10.06.
13,50		Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
13,86	-1,4	Hoffmann, Kerstin	71 LG Osnabrück	Delmenhorst	05.08.
14,7		Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham	15.06.
15,4	+1,2	Strack, Astrid	70 LG Oldenburg	Emden	23.09.
15,8		Reiners, Annette	70 LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
18,4		Vehmeyer, Doris	71 VfL Lingen	Lingen	19.06.

200 m Lauf

Rekord : 25,01 Wandscher, Elke 43 VfL Oldenburg 1979

26,65 +0,9	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Riccione/ITA 10.09.
28,37 +0,4	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Salzgitter 10.06.

400 m Lauf

Rekord : 58,49 Gröne, Corinne 72 LG Osnabrück 2007

58,49	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Riccione/ITA 14.09.
67,35	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Hamburg 24.06.

800 m Lauf

Rekord : 2:08,70 Koop, Annette 58 LG Emstal Dörpen 1996

2:17,16	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Riccione/ITA 09.09.
2:39,94	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 16.07.
2:41,88	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen 16.06.
2:53,66	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen 16.06.

1500 m Lauf

Rekord : 4:22,71 Koop, Annette 58 LG Emstal Dörpen 1996

5:10,26	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Minden 01.08.
5:40,08	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 05.08.

3000 m Lauf

Rekord : 9:58,81 Koop, Annette 58 LG Emstal Dörpen 1993

11:59,86	Schulz, Manuela	70	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 05.05.
12:21,8	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Aurich 13.07.
12:28,7	Cabrera-Otten, Vidina	70	TuS Zetel	Aurich 13.07.

5000 m Lauf

Rekord : 17:27,6 Karsch, Jutta 61 SC Herringhausen 1997

20:19,56	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Minden 11.07.
23:44,9	Bruns, Jana	69	SV Nordenham	Nordenham 16.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 35:55,07 Karsch, Jutta 61 SC Herringhausen 1997

49:52,4	Avino, Marion	68	Emder Laufgemeinschaft	Warsingsfehn 29.08.
55:34,9	Bode, Sandra	68	Heidmühler FC	Schortens 12.06.
56:23,4	Schmack, Steffi	71	Heidmühler FC	Schortens 12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord : 15.680 Bussmann, Elke 66 OSC Damme 2002

12.470	Ricke, Andrea	69	SV Lengerich-Handrup	Börger 31.08.
11.712	Herrmann, Dörthe	72	BV Garrel	Molbergen 09.09.
10.690	Bode, Sandra	68	Heidmühler FC	Schortens 12.06.
10.680	Schmack, Steffi	71	Heidmühler FC	Schortens 12.06.

10 km Lauf

Rekord : 36:10 Bussmann, Elke 66 OSC Damme 2003

44:31	Lübben, Astrid	71	Lauf-Gem. Ostfriesland	Marienhafe	09.04.
44:38	Pinke, Marion	69	SV Eintr. Neuenkirchen	Garrel	15.09.
45:10	Cabrera-Oten, Vidina	70	TuS Zetel	Nordenham	02.06.
45:22	Horn, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	11.03.
45:37	Schulz, Manuela	70	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
45:46	Kannegießer, Maggy	72	Fortuna Logabirum	Emden	02.06.
46:01	Wittek, Claudia	69	TuS Aurich Ost	Emden	02.06.
46:24	Goesmann, Marion	71	TuS Zetel	Ofen	03.10.
46:51	Reyering, Sandra	69	SV Eintr. Neuenkirchen	Nordhorn	08.09.
48:08	Kerperien, Ebbi	72	SV Union Meppen	Lingen	12.05.
48:08	Friesenborg, Monika	69	Emder Laufgemeinschaft	Oldenburg	21.10.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:20:18 Karsch, Jutta 61 SC Herringhausen 1997

1:40:20	Pinke, Marion	69	SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
1:40:29	Lübben, Astrid	71	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.
1:41:09	Schulz, Manuela	70	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
1:43:16	Reyering, Sandra	69	SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
1:44:10	Lanwert, Ingrid	68	SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
1:48:10	Suhrhoff, Petra	68	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
1:49:34	Langelage, Susanne	70	SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
1:53:14	Haake, Juliana	68	TuS Emstekerfeld	Löningen	27.10.
1:56:55	Waldhaus, Ulrike	72	SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen	13.10.
1:57:32	Stanzel, Christiane	68	TV Norden	Dunum	31.03.

Marathonlauf

Rekord : 2:53:17 Bussmann, Elke 66 OSC Damme 2002

3:30:10	Iken, Sarah	71	TSG Hatten-Sandkrug	Hannover	06.05.

Hochsprung

Rekord : 1,64 Tappe, Marlis 59 LG Wilhelmshaven 1995

1,48	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
1,36	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
1,35	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Nordenham	15.06.
1,32	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.

Weitsprung

Rekord : 5,66 Bethe, Gaby 57 Blau-Weiß Hollage 1992

5,25 -0,7	Suhling, Dagmar	69	LG Osnabrück	Braunschweig	30.06.
5,09	Garde, Diana	70	LG Ganderkesee	Delmenhorst	22.05.
4,60	Gröne, Corinne	72	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
4,39	Reiners, Annette	70	LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
4,13	Nagel, Andrea	70	Blexer TB	Seefeld	15.09.
3,88 -1,7	Strack, Astrid	70	LG Oldenburg	Emden	23.09.
3,35	Ohlebusch, Birgit	71	LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.
3,05	Vehmeyer, Doris	71	VfL Lingen	Lingen	19.06.

Dreisprung

Rekord : 11,39 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2000

11,28 -1,5	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Hamburg	23.06.
9,38	Garde, Diana	70 LG Ganderkesee	Ganderkesee	24.05.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 12,92 Alms, Sabine 42 LG Ganderkesee 1978

11,41	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
10,84	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Meppen	28.04.
9,64	Hoffmann, Kerstin	71 LG Osnabrück	Delmenhorst	05.08.
9,32	Strack, Astrid	70 LG Oldenburg	Emden	23.09.
9,32	Ohlebusch, Birgit	71 LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
9,13	Garde, Diana	70 LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
7,95	Reiners, Annette	70 LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
7,51	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
7,42	Hamel, Karin	69 VfL Germania Leer	Leer	06.10.
7,19	Seep, Nicole	70 TV Dinklage	Lohne	15.09.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 42,34 Alms, Sabine 42 LG Ganderkesee 1980

30,37	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Salzgitter	10.06.
28,30	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Holtland	14.09.
24,47	Hoffmann, Kerstin	71 LG Osnabrück	Delmenhorst	05.08.
23,84	Garde, Diana	70 LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 43,18 Nagel, Andrea 70 Blexer TB 2005

41,33	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Meppen	28.04.
36,00	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	28.07.

Speerwurf 600 g

Rekord : 46,86 Breithaupt, Inge 52 LG Ganderkesee 1980

41,91	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Zittau	06.07.
33,48	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham	15.06.
21,57	Garde, Diana	70 LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.

Gewichtswurf

Rekord : 12,78 Nagel, Andrea 70 Blexer TB 2006

12,74	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Meppen	28.04.
10,37	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Meppen	28.04.

Fünfkampf

Rekord : 3.458 Tappe, Marlis 59 LG Wilhelmshaven 1995

2.023	Garde, Diana	70 LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	16.09.
	14,22(-2.6)-1,32-8,77-4,53(+2.5)-3:29,64			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.898 Nagel, Andrea 70 Blexer TB 2007

2.898	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Meppen	28.04.
	10,84-25,39-41,33-33,14-12,74			
2.726	Suhling, Dagmar	69 LG Osnabrück	Meppen	28.04.
	11,21-24,00-35,89-38,08-10,37			

Senioren M 40

100 m Lauf

Rekord : 10,9 Lammers, Georg 05 SG SW Oldenburg 1947

12,10 +0,3	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
12,18 +0,0	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Osterode	01.09.
12,51 +1,1	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	Hannover	16.06.
12,60 +0,1	Tute, Karsten	65 OTB Osnabrück	Minden	01.08.
13,00 -2,6	Schäfer, Matthias	64 BV Garrel	Delmenhorst	05.08.
13,04 -2,6	Garde, Ulrich	64 LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.08.
13,13 +0,8	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
13,18 +1,5	Kuk, Alexander	66 OSC Damme	Osnabrück	16.05.

200 m Lauf

Rekord : 23,0 Meyer, Werner 50 TV Cloppenburg 1991

24,01 +0,0	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Zittau	08.07.
24,12 -1,2	Lescow, Kilian	66 OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
24,35 +1,1	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Osnabrück	03.06.
25,44 +2,0	Tute, Karsten	65 OTB Osnabrück	Garbsen	28.07.
25,57 +1,1	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Oldenburg	16.07.
25,75 +0,4	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Papenburg	28.09.
26,82 +0,6	Kuk, Alexander	66 OSC Damme	Papenburg	28.09.
26,88 -1,6	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
27,1	Siegl, Alexander	65 TV Dinklage	Lohne	15.09.
32,78 +1,1	Keil, Ralf	64 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	16.09.

400 m Lauf

Rekord : 51,65 Deppe, Gert 64 OTB Osnabrück 2005

52,42	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Riccione/ITA	12.09.
52,83	Lescow, Kilian	66 OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
54,86	Tute, Karsten	65 OTB Osnabrück	Minden	01.08.
55,22	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Delmenhorst	05.08.
56,11	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Osnabrück	03.06.
57,99	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
59,4	Finke, Georg	67 VfL Lingen	Lingen	26.09.
60,10	Dreyer, Rolf	63 LG Papenburg/Aschendorf	Leer	08.09.
60,68	Romdane-Hebbe, Rene	67 SC Melle 03	Delmenhorst	05.08.
61,54	Schäfer, Matthias	64 BV Garrel	Delmenhorst	05.08.

800 m Lauf

Rekord : 2:02,26 Jacobs, Reinhard 50 LG Oldenburg 1990

2:02,77	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Zittau	06.07.
2:12,84	Schneidewind, Uwe	66 DSC Oldenburg	Delmenhorst	28.06.
2:15,26	Dreyer, Rolf	63 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
2:25,32	Romdane-Hebbe, Rene	67 SC Melle 03	Delmenhorst	05.08.

2:26,6	Finke, Georg	67	VfL Lingen	Lingen	26.09.
2:31,33	Schäfer, Matthias	64	BV Garrel	Oldenburg	16.07.

1000 m Lauf

Rekord : 2:38,9 Beitzel, Udo 40 DSC Oldenburg 1982

2:51,55	Dreyer, Rolf	63	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	17.08.
2:58,8	Grotelüschen, Wolfgang	66	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
3:17,5	Schäfer, Matthias	64	BV Garrel	Löningen	06.06.
3:28,3	Langfermann, Frank	66	BV Garrel	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord : 4:14,58 Breeck, Christian 58 SC Melle 03 1998

4:17,52	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Minden	01.08.
4:32,50	Girmann, Dirk	65	SC Herringhausen	Hannover	19.05.
4:35,92	Schneidewind, Uwe	66	DSC Oldenburg	Delmenhorst	05.07.
4:47,06	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
5:01,0	Caspers, Detlef	65	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
5:02,4	Fieger, Andreas	64	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	26.09.
5:47,18	Kuk, Alexander	66	OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.
5:56,96	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
5:57,2	Siegl, Alexander	65	TV Dinklage	Lohne	15.09.
6:58,59	Keil, Ralf	64	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	16.09.

1 Meile

Rekord : 4:43,58 Pohl, Ulrich 66 OSC Damme 2007

4:43,58	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Bremen	25.08.
5:17,2	Schmedding, Dominik	66	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
6:56,8	Geerkwn, Heino	64	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord : 8:48,0 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1981

9:40,36	Pohl, Ulrich	66	OSC Damme	Garbsen	01.05.
10:09,24	Schneidewind, Uwe	66	DSC Oldenburg	Oldenburg	29.08.
10:56,94	Fieger, Andreas	64	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	05.05.
10:57,27	Caspers, Detlef	65	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.
10:57,5	Laufenberg, Josef	65	TuS Aurich Ost	Aurich	13.07.
11:27,26	Ulferts, Andreas	66	TuS Ofen	Wilhelmshaven	05.05.

5000 m Lauf

Rekord : 15:00,72 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1983

17:35,38	Grothelischen, Wolfgan	66	TuWas Wildeshausen	Delmenhorst	28.06.
17:59,6	Achter, Georg	66	TuS Haren	Haren	08.06.
18:09,3	Ibeling, Fred	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich	20.04.
18:28,52	Burunacik, Sait	65	TuS Emstekerfeld	Delmenhorst	28.06.
18:37,9	Schmedding, Christoph	63	MTV Aurich	Aurich	20.04.
18:55,9	Müller, Gustav	65	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen	06.06.
18:57,9	Deters, Jan	64	TuS Neuenhaus	Gildehaus	09.05.
19:02,6	Laufenberg, Josef	65	TuS Aurich Ost	Aurich	15.06.
19:59,0	Weß, Andreas	63	VfL Lingen	Lingen	19.06.
0:19,8	Schweers, Helge	63	SV Nordenham	Nordenham	16.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 31:22,3 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1981

36:57,0	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	07.10.
37:26,1	Landherr, Manfred	64	TG Wiesmoor	Warsingsfehn	29.08.
37:27,4	Schmedding, Christoph	63	MTV Aurich	Warsingsfehn	29.08.
37:46,98	Schneidewind, Uwe	66	DSC Oldenburg	Delmenhorst	24.08.
38:40,66	Müller, Gustav	65	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst	24.08.
39:03,4	Avermann, Jörg	66	SC Herringhausen	Osnabrück	23.06.
39:47,6	Igelbrink, Hans Peter	63	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	23.06.
40:52,8	Rausch, Martin	65	Fortuna Wirdum	Warsingsfehn	29.08.
41:13,4	Ickert, Oliver	67	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	23.06.
41:18,0	Ulferts, Andreas	66	TuS Ofen	Schortens	12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord : 18.018 Keese, Fred 39 LG Osnabrück 1980

16.235	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	07.10.
15.265	Avermann, Jörg	66	SC Herringhausen	Osnabrück	20.06.
15.004	Burunacik, Saet	65	BV Garrel	Molbergen	09.09.
14.949	Igelbrink, Hans Peter	63	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	20.06.
14.510	Busse, Peter	65	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
14.505	Ickert, Oliver	67	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	20.06.
14.261	Dreyer, Rolf	63	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.
13.910	Schmack, Holger	67	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
13.885	Randtke, Renee	64	TSG Hatten-Sandkrug	Schortens	12.06.
13.830	Ulferts, Andreas	66	TuS Ofen	Schortens	12.06.

10 km Lauf

Rekord : 31:25 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1982

35:00	Theis, Holger	66	TuS Bersenbrück	Garrel	15.09.
36:21	Müller, Gustav	65	SG Essen-Garthe-Molbgn.	Garrel	15.09.
36:25	Egger, Arwed	63	1. TC Oldenburg	Lingen	12.05.
36:40	Meyer, Helmut	67	TuS Bersenbrück	Ofen	03.10.
36:43	Bickel, Thorsten	64	1. TC Oldenburg	Ofen	03.10.
36:53	Temming, Winfried	65	TSG Hatten-Sandkrug	Ofen	03.10.
36:55	Birkhölzer, Matthias	66	SV Brake	Brake	09.09.
37:01	Burunacik, Said	65	TuS Emstekerfeld	Cloppenburg	29.09.
37:04	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Nordhorn	08.09.
37:14	Glose, Frank	66	TuS Bersenbrück	Löningen	27.10.

10 km Lauf Mannschaft

Rekord : 1:43:28 OFV Ostercappeln 2000

1:51:10	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	18.05.
	Theis, H. 66 -35:53; Meyer, H. 67 -36:40		
	Glose, F. 66 -38:37		
1:56:02	TuS Eversten	Garrel	15.09.
	Stamereilers, R. 62 -36:51; Gerdes, F. 60 -39:07		
	Lange, R. 62 -40:04		
1:57:41	Emder Laufgemeinschaft	Ofen	03.10.
	Jürrens, H. 57 -35:55; Dietz, R. 52 -40:31		
	Ehrlich, H. 61 -41:15		
2:02:15	Heidmühler FC	Rüstersiel	15.09.
	Stallmann, T. 63 -40:27; Schmack, H. 67 -40:48		
	Völkert, H. 58 -41:00		

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:11:15 Valentin, Jörg 62 TV Norden 2002

1:12:28	Eckstein, Klaus	67	LC Nordhorn	Löningen	23.06.
1:17:22	Theis, Holger	66	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.
1:19:19	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Löningen	27.10.
1:19:58	Ickert, Oliver	67	TV Georgsmarienhütte	Neuenkirchen	13.10.
1:20:47	Igelbrink, Hans Peter	63	TV Georgsmarienhütte	Spelle	17.08.
1:21:18	Temming, Winfried	65	TSG Hatten-Sandkrug	Löningen	27.10.
1:22:38	Meyer, Helmut	67	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.
1:23:23	Glose, Frank	66	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	13.10.
1:23:36	Achter, Georg	66	TuS Haren	Bawinkel	07.04.
1:23:44	Ludwigs, Hanno	67	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.

Halbmarathonlauf Mannschaft

Rekord : 3:51:34 Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland 1994

4:03:23	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	18.05.
	Theis, H. 66 -1:17:22; Meyer, H. 67 -1:22:38		
	Glose, F. 66 -1:23:23		
4:05:54	TV Georgsmarienhütte	Neuenkirchen	18.05.
	Ickert, O. 67 -1:19:58; Igelbrink, H. 63 -1:21:15		
	Leimkühler, J. 65 -1:24:41		
4:11:50	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
	Jürrens, H. 57 -1:19:07; Schmedding, D. 66 -1:23:55		
	Busse, P. 65 -1:28:48		
4:14:08	SC Melle 03	Neuenkirchen	18.05.
	Breeck, C. 58 -1:22:44; Seifert, J. 58 -1:24:48		
	Last, S. 67 -1:26:36		
4:16:03	Team Laufrausch	Löningen	27.10.
	Frerichs, A. 59 -1:22:28; Luhmann, T. 64 -1:24:36		
	Heinzel, D. 63 -1:28:59		
4:25:00	LG Wilhelmshaven	Schortens	15.04.
	Hryziuk, A. 59 -1:20:04; Knoblauch, A. 61 -1:29:33		
	Kieselhorst, K. 59 -1:35:23		

Marathonlauf

Rekord : 2:24:08 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1983

2:53:41	Avermann, Jörg	66	Blau-Weiß Hollage	Hamburg	29.04.
2:54:53	Schmedding, Dominik	66	Emder Laufgemeinschaft	München	14.10.
2:55:59	Wegmann, Heinz-Josef	64	SV Grün-Weiß Dersum	Hamburg	29.04.
2:56:34	Achter, Georg	66	TuS Haren	Hannover	06.05.
2:57:04	Gaida, Rpbert	67	LC Delmenhorst	Bremen	30.09.
2:57:21	Janssen, Herwig	66	TV Hude	Hamburg	29.04.
2:57:22	Girmann, Dirk	65	SC Herringhausen	Hamburg	29.04.
2:57:41	Ludwigs, Hanno	67	Lauf-Gem. Ostfriesland	Hamburg	29.04.
3:00:17	Schmedding, Christoph	63	MTV Aurich	Münster	09.09.
3:01:12	Leimkühler, Jürgen	65	TV Georgsmarienhütte	Berlin	30.09.

110 m Hürden 0.991m

Rekord : 16,0 Nolte, Gerald 63 OTB Osnabrück 2003

19,09 -0,6	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.

400 m Hürden 0.914m

Rekord : 55,63 Lescow, Kilian 66 OTB Osnabrück 2006

56,69	Lescow, Kilian	66 OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
63,23	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
69,32	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.

3000 m Hindernis

Rekord : 9:59,48 Breeck, Christian 58 SC Melle 03 2000

11:50,22	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Papenburg	28.09.
11:54,13	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	25.08.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 44,97 OTB Osnabrück 2005

45,77	SG Grafschaft/OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
	Tute, H. 61; Deppe, G. 64; Lescow, K. 66; Tute, K. 65		
49,65	OSC Damme	Salzgitter	10.06.
	Kähling, . 62; Kuk, . 66; Seelhorst, G. 59; Knabe, W. 59		

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 8:18,46 OFV Ostercappeln 2000

9:50,9	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Hinrichs, A. 64; Ibeling, F. 66; Ludwigs, H. 67		

Hochsprung

Rekord : 1,80 Pfefferkorn, Oliver 62 Delmenhorster TV 2003

1,65	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	Nordhorn	13.07.
1,60	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
1,58	Surmann, Manfred	65 LG Oldenburg	Delmenhorst	05.08.
1,52	Garde, Ulrich	64 LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.08.
1,40	Ahlfs, Manfred	65 Heidmühler FC	Delmenhorst	05.08.

Stabhochsprung

Rekord : 4,50 Hillebrecht, Martin 61 DSC Oldenburg 2004

3,10	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	17.06.

Weitsprung

Rekord : 6,68 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme 2002

5,85		Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	Nordhorn	13.07.
5,55		Riewe, Marco	67 LG Ganderkesee	Delmenhorst	22.05.
5,42		Siegl, Alexander	65 TV Dinklage	Lohne	15.09.
5,33	+0,0	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
5,14	+0,5	Garde, Ulrich	64 LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	16.09.
5,02	+0,0	Decker, Alf	67 LG Oldenburg	Hamburg	24.06.
4,95	+1,9	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Osnabrück	05.05.
4,56		Kuk, Alexander	66 OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
4,43		Hommers, Ulf	65 Seefelder TV	Seefeld	15.09.
4,20		Bolte, Dirk	65 Blexer TB	Seefeld	15.09.

Dreisprung

Rekord : 12,60 Müller, Christoph 64 OTB Osnabrück 2005

12,23 +0,0	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Hannover	19.05.
11,78	Kanne, Clemens	65	TuS Gildehaus	Nordhorn	11.05.
11,14 +0,6	Decker, Alf	67	LG Oldenburg	Hamburg	24.06.
10,24 +0,7	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Jyväskyla/FIN	26.08.

Kugelstoss 7.26kg

Rekord : 16,27 Spiller, Peter 41 LG Papenburg/Aschendorf 1981

13,72	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Huchting	29.04.
10,05	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.
9,30	Decker, Alf	67	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	23.05.
8,54	Seep, Robert	65	TV Dinklage	Lohne	15.09.
8,24	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Hannover	16.06.
8,12	Hommers, Ulf	65	Seefelder TV	Seefeld	15.09.
8,08	Kuhr, Harald	65	SC Osterbrock	Salzgitter	10.06.
7,94	Hackmann, Hubert	65	TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne	28.04.
7,79	Nagel, Uwe	66	Blexer TB	Nordenham	14.04.
6,21	Bolte, Dirk	65	Blexer TB	Seefeld	15.09.

Diskuswurf 2 kg

Rekord : 50,40 Bergmann, Wilfried 43 SV Georgsheil 1983

37,39	Mensing, Axel	67	LC Nordhorn	Salzgitter	10.06.
31,95	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
28,28	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
26,54	Nolte, Gerald	63	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.
25,44	Siegl, Alexander	65	TV Dinklage	Lohne	15.09.
24,76	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
21,22	Kuhr, Harald	65	SC Osterbrock	Meppen	18.08.
20,38	Kuk, Alexander	66	OSC Damme	Delmenhorst	05.08.
19,51	Nagel, Uwe	66	Blexer TB	Holtland	14.09.
18,80	Keil, Ralf	64	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	16.09.

Hammerwurf 7.26kg

Rekord : 55,12 Bury, Wilfried 54 TSG Dissen 1994

37,54	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
34,63	Nagel, Uwe	66	Blexer TB	Nordenham	30.06.
34,63	Wilke, Ralf	65	TuS Bersenbrück	Delmenhorst	09.09.
29,14	Kuhr, Harald	65	SC Osterbrock	Groß Hesepe	14.04.
26,45	Eilers, Ralf	65	TV Norden	Hannover	19.05.

Speerwurf 800 g

Rekord : 57,28 Tholen, Heiner 48 LG Oldenburg 1988

52,81	Surmann, Manfred	65	LG Oldenburg	Salzgitter	10.06.
47,45	Garde, Ulrich	64	LG Ganderkesee	Hamburg	24.06.
43,12	Rektor, Knut	67	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	23.05.
42,89	Müller, Christoph	64	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
41,41	Walter, Jens	64	OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
38,42	Kuk, Alexander	66	OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.
35,27	Siegl, Alexander	65	TV Dinklage	Lohne	15.09.
29,57	Strüber, Heiko	66	OTB Osnabrück	Hannover	17.06.
28,60	Keil, Ralf	64	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	16.09.
28,27	Hackmann, Hubert	65	TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	05.08.

Gewichtswurf

Rekord : 13,78 Kieras, Günther 61 TV Rütenbrock 2005

9,30	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen	28.04.

Fünfkampf

Rekord : 3.239 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 1984

2.191	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	5,79(-1.9)-42,89-26,88(-1.6)-28,28-5:56,96			
1.914	Siegl, Alexander	65 TV Dinklage	Lohne	15.09.
	5,42-35,27-27,1-25,44-5:57,2			
1.717	Kuk, Alexander	66 OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.
	4,42(+0.5)-38,42-27,21(+1.1)-19,97-5:47,18			
928	Keil, Ralf	64 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	16.09.
	4,00(+2.5)-28,60-32,78(+1.1)-18,80-6:58,59			

Fünfkampf
Mannschaft

Rekord : 8.196 VfL Lingen 1994

5.783	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
	Knabe, W. 59 -2.472; Seelhorst, G. 59 -1.696		
	Kuk, A. 66 -1.615		

Zehnkampf

Rekord : 5.043 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 1985

4.320	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Hannover	16.06/
	13,13(+0.8)-5,33(+0.0)-8,24-1,60-57,99			17.06.
	19,09(-0.6)-24,76-3,10-29,57-4:47,06			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.974 Kieras, Günther 61 TV Rütenbrock 2005

1.520	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen	18.08.
	7,77-21,22-28,25-20,25-8,80			

Seniorinnen W 40

100 m Lauf

Rekord : 13,02 Fieger, Birgitta 64 Heidmühler FC 2007

13,02	+1,9	Fieger, Birgitta	64 Heidmühler FC	Zittau	07.07.
13,59	-1,3	Lichte, Urte	67 LG Osnabrück	Salzgitter	09.06.
14,3	+1,2	Koch, Renate	66 LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
15,06	+0,6	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Papenburg	28.09.
15,62	+0,0	Hezemans, Carmen	64 LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.07.
16,0		Bickers, Heike	66 VfL Lingen	Lingen	19.06.
16,0		Brink, Elke	63 VfL Lingen	Lingen	19.06.

200 m Lauf

Rekord	: 26,98	Bischof, Birgit	56	LG Ganderkesee	1999
27,23 -0,2	Fieger, Birgitta		64	Heidmühler FC	Zittau	08.07.

3000 m Lauf

Rekord	: 10:13,2	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	2001
13:07,25	Meier-Wegert, Claudia		67	SC Herringhausen	Verden	19.05.

5000 m Lauf

Rekord	: 17:50,5	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	2001
20:20,09	Beyer, Antonia		66	VfL Löningen	Papenburg	28.09.
20:52,38	Lübbers, Claudia		66	LAV Meppen	Alfeld	22.04.
22:03,3	Bleumer, Marie-Luise		63	TuS Gildehaus	Gildehaus	09.05.
22:33,5	Eichinger, Anke		63	SV Lemwerder	Nordenham	16.06.
23:21,24	Rohner, Judith		63	TuS Ofen	Alfeld	22.04.
25:57,26	Kempendorf, Heike		65	SV Brake	Delmenhorst	05.08.
26:00,0	Sauer Ufkes, Gudrun		65	MTV Aurich	Aurich	15.06.

10.000 m Lauf

Rekord	: 36:56,7	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	2002
41:25,3	Maaß, Almuth		66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.
47:44,9	Rohner, Judith		63	TuS Ofen	Schortens	12.06.
47:47,88	Eichinger, Anke		63	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
51:36,6	Schang, Silvia		67	TuS Ofen	Schortens	12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord	: 14.170	Beyer, Antonia	66	VfL Löningen	2007
14.170	Beyer, Antonia		66	VfL Löningen	Dörpen	07.10.
13.584	Fröhlking, Susanne		64	BV Garrel	Molbergen	09.09.
13.400	Maaß, Almuth		66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	04.11.
12.570	Rohner, Judith		63	TuS Ofen	Schortens	12.06.
11.427	Schang, Silvia		67	TuS Ofen	Schortens	12.06.
11.140	Meyer, Marita		66	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.
10.580	Voßberg, Karin		67	Fortuna Logabirum	Emden	04.11.

10 km Lauf

Rekord	: 37:28	Spallek, Christiane	65	LG Wilhelmshaven	2005
39:09	Spallek, Christiane		65	LG Wilhelmshaven	Garrel	15.09.
39:19	Bussmann, Elke		66	OSC Damme	Münster	10.03.
40:14	Köhne, Manuela		65	LG Osnabrück	Wolfenbüttel	01.05.
41:07	Vedder, Elke		67	SV Germania Twist	Lingen	12.05.
42:00	Fröhlking, Susanne		64	BV Garrel	Cloppenburg	29.09.
42:24	Maaß, Almuth		66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Upjever	24.08.
42:51	Weßling, Bettina		66	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg	21.10.
43:56	Deters, Ute		67	TuS Eversten	Oldenburg	01.09.
44:16	Jünke, Heike		66	LG Uplengen	Upjever	24.08.
44:55	Emigholz, Regina		63	LG Oldenburg	Oldenburg	21.10.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:23:09 Spallek, Christiane 65 LG Wilhelmshaven 2006

1:23:28	Spallek, Christiane	65	LG Wilhelmshaven	Bad Liebenzell	02.09.
1:28:02	Köhne, Manuela	65	LG Osnabrück	Neuenkirchen	13.10.
1:30:29	Felsner, Frauke	67	OTB Osnabrück	Berlin	01.04.
1:33:04	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	24.06.
1:34:33	Fröhlking, Susanne	64	BV Garrel	Löningen	23.06.
1:35:06	Vedder, Elke	67	SV Germania Twist	Bawinkel	07.04.
1:37:13	Mersmann, Maria	66	SV Lengerich-Handrup	Löningen	23.06.
1:39:24	Bleumer, Marie-Luise	63	TuS Gildehaus	Bawinkel	07.04.
1:41:10	Carl, Angelika	63	TSG Hatten-Sandkrug	Löningen	23.06.
1:43:37	Jünke, Heike	66	LG Uplengen	Löningen	23.06.

Marathonlauf

Rekord : 2:56:31 Spallek, Christiane 65 LG Wilhelmshaven 2005

2:59:59	Spallek, Christiane	65	LG Wilhelmshaven	Löningen	23.06.
3:11:30	Köhne, Manuela	65	LG Osnabrück	Palma/ESP	21.10.
3:14:53	Felsner, Frauke	67	OTB Osnabrück	Hamburg	29.04.
3:26:40	Maaß, Almuth	66	Lauf-Gem. Ostfriesland	Bremen	30.09.
3:27:31	Pruhs, Brigitte	63	SV Quitt Ankum	Münster	09.09.
3:30:43	Keil, Kornelia	66	SC Melle 03	Hamburg	29.04.
3:49:42	Völkert, Susanne	63	Heidmühler FC	Münster	09.09.

80 m Hürden 0.762m

Rekord : 12,59 Lichte, Urte 67 LG Osnabrück 2007

12,59 -0,3	Lichte, Urte	67	LG Osnabrück	Salzgitter	09.06.

4 x 100 m Staffel

Rekord : , 2005
, 2005

60,3	LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
	Hezemans, C. 64; Braunisch, S. 59; De Groot, I. 52; Riewe, B. 65		
72,0	Fortuna Wirdum	Moorhusen	07.09.
	Thiele, H. 52; Galetzka, . 62; Broer, H. 57; Gerken, . 65		

Hochsprung

Rekord : 1,42 Vormoor, Andrea 62 LG Osnabrück 2005

1,40	Koch, Renate	66	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
1,25	Hezemans, Carmen	64	LG Ganderkesee	Salzgitter	09.06.

Weitsprung

Rekord : 5,24 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2005

4,48	Walter, Regine	67	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
4,26 -0,4	Koch, Renate	66	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
4,21	Schang, Silvia	67	TuS Ofen	Friedrichsfehn	23.05.
4,12 -0,2	Hezemans, Carmen	64	LG Ganderkesee	Hamburg	23.06.
3,73	Brink, Elke	63	VfL Lingen	Lingen	19.06.
3,65	Bickers, Heike	66	VfL Lingen	Lingen	19.06.
3,56	Heinrichs, Gaby	66	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.

3,51 -2,0	Mrosk, Maria	67	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
3,49	Helms, Insa	64	Seefelder TV	Seefeld	15.09.
3,45	Holst, Britta	66	SV Nordenham	Seefeld	15.09.

Dreisprung

Rekord : 10,86 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2005

10,13 -2,3	Repking, Kirsten	67	LG Osnabrück	Zittau	07.07.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 9,66 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2005

9,56	Walter, Regine	67	LG Oldenburg	Friedrichsfehn	24.06.
8,82	Koch, Renate	66	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
8,51	Büter, Angelika	63	SV DJK Geeste	Groß Hesepe	14.04.
7,72	Mrosk, Maria	67	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
7,44	Neese, Birgit	66	SV Brake	Bremerhaven	23.05.
7,41	Schlömer, Tomke	66	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
7,21	Helms, Insa	64	Seefelder TV	Seefeld	15.09.
6,68	Schang, Silvia	67	TuS Ofen	Friedrichsfehn	23.05.
6,58	Havenga, Jutta	64	LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.
6,50	Brink, Elke	63	VfL Lingen	Lingen	19.06.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 29,14 Grönniger, Renate 65 SV Germania Twist 2006

23,22	Neese, Birgit	66	SV Brake	Bremerhaven	23.05.
21,78	Hezemans, Carmen	64	LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.07.
15,68	Havenga, Jutta	64	LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 33,90 Neese, Birgit 66 SV Brake 2007

33,90	Neese, Birgit	66	SV Brake	Nordenham	30.06.

Speerwurf 600 g

Rekord : 26,28 Beyer, Antonia 66 VfL Löningen 2007

26,28	Beyer, Antonia	66	VfL Löningen	Delmenhorst	05.08.
15,45	Havenga, Jutta	64	LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.

Senioren M 45

100 m Lauf

Rekord : 11,3 Lammers, Georg 05 1951

11,88 +1,6	Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Garbsen	28.07.
12,33 +1,4	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Papenburg	28.09.
12,78 -2,6	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Delmenhorst	05.08.
12,6	Folkers, Matthias	58	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
12,99 +1,4	Kähling, Richard	62	OSC Damme	Papenburg	28.09.
13,00 +0,5	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Salzgitter	10.06.
13,26 +0,8	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Salzgitter	10.06.
13,6	Smemann, Helmut	61	LC Nordhorn	Nordhorn	11.05.
14,2	Menke, Jürgen	62	VfL Rastede	Friedrichsfehn	24.06.

200 m Lauf

Rekord : 23,82 Tute, Heiko 61 OTB Osnabrück 2006

24,00 +0,6	Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
25,68	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
25,96 +1,1	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Wilhelmshaven	12.09.
26,63 +0,6	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Salzgitter	10.06.
27,14 +1,1	Kähling, Richard	62	OSC Damme	Kamen	08.09.
27,60 +2,0	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	05.05.
28,4	Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.

400 m Lauf

Rekord : 52,77 Tute, Heiko 61 OTB Osnabrück 2007

52,77	Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Salzgitter	10.06.
57,38	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Delmenhorst	05.08.
71,90	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Salzgitter	10.06.

800 m Lauf

Rekord : 2:04,19 Freese, Hermann 36 TV Cloppenburg 1989

2:11,80	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Hamburg	24.06.
2:30,48	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Delmenhorst	28.06.
2:38,16	Reinelt, Ulrich	59	TuS Emstekerfeld	Delmenhorst	28.06.
2:46,6	Otten, Detlef	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
2:48,5	Rocker, Rolf	61	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.

1000 m Lauf

Rekord : 2:44,4 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 1990

3:29,32	Reinelt, Ulrich	59	TuS Emstekerfeld	Oldenburg	29.08.
3:30,04	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
3:30,0	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
3:37,4	Synowszik, Michael	61	BV Garrel	Löningen	06.06.
3:46,9	Otten, Detlef	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
3:56,4	Rocker, Rolf	61	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.

1500 m Lauf

Rekord : 4:17,50 Breeck, Christian 58 SC Melle 03 2003

4:32,12	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Hamburg	23.06.
5:01,72	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Bad Oeynhausen	16.06.
5:15,6	Seel, Jürgen	62	Blexer TB	Nordenham	15.06.
5:28,88	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
5:30,7	Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.
5:41,58	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.
5:44,72	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
5:57,1	Otten, Detlef	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
6:14,7	Rocker, Rolf	61	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.
6:52,24	Kähling, Richard	62	OSC Damme	Wilhelmshaven	12.09.

1 Meile

Rekord : 5:19,7 Dietz, Ralf 52 Emder Laufgemeinschaft 2000

5:21,4	Frerichs, Manfred	58	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
5:50,5	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
6:01,4	Harms, Andreas	61	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
7:34,9	Ehrlich, Michael	59	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord : 9:13,7 Jans, Peter 40 Lauf-Gem. Ostfriesland 1985

10:16,59	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Salzgitter	10.06.
10:54,41	Lücht, Arno	62	Laufg.Eddie Eagle Jümme	Oldenburg	16.07.
11:22,4	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Leer	28.04.
11:25,14	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Oldenburg	29.08.
11:38,34	Dieckmann, Edo	59	Hundsmühler TV	Oldenburg	16.07.
11:48,36	Harms, Andreas	61	TuS Ofen	Wilhelmshaven	05.05.

5000 m Lauf

Rekord : 15:28,6 Janssen, Johann 38 Lauf-Gem. Ostfriesland 1983

18:23,34	Weinberg, Norbert	61	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	28.06.
18:26,51	Robbers, Dietmar	61	SV Sparta Werlte	Duderstadt	14.06.
18:43,7	Wessels, Eugen	60	SV Lemwerder	Nordenham	16.06.
18:53,5	Lindemann, Norbert	61	SV Nordenham	Nordenham	16.06.
18:57,4	Meierkord, Fred	62	LC Nordhorn	Gildehaus	09.05.
18:59,6	Seel, Jürgen	62	Blexer TB	Nordenham	25.08.
19:04,7	Gödecke, Holger	59	SV Nordenham	Nordenham	16.06.
19:41,7	Vos, Her,mann	62	LC Nordhorn	Gildehaus	09.05.
19:45,0	Rieken, Helmut	62	VfL Germania Leer	Leer	08.09.
19:57,2	Reinelt, Ulrich	59	TuS Emstekerfeld	Löningen	06.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 32:14,2 Janssen, Johann 38 Lauf-Gem. Ostfriesland 1983

35:59,0	Lammers, Joachim	60	TG Wiesmoor	Warsingsfehn	29.08.
38:13,1	Weinberg, Norbert	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
39:03,7	Knoblauch, Alfred	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
39:39,66	Wessels, Eugen	60	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.
39:52,96	Eilers, Dirk	61	SV Brake	Delmenhorst	24.08.
40:48,5	Völkert, Hermann	58	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
41:12,0	Seifert, Jürgen	58	SC Melle 03	Osnabrück	23.06.
41:23,1	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Schortens	12.06.

41:41,3	Dirkes, Franz-Josef	59	SV Eintr. Neuenkirchen	Dörpen	14.04.
42:33,3	Mäcken, Siegbert	60	MTV Aurich	Aurich	28.04.

1 Stunde Lauf

Rekord : 16.925 Jans, Peter 40 Lauf-Gem. Ostfriesland 1989

15.620	Weinberg, Norbert	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
15.258	Knoblauch, Alfred	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
14.580	Völkert, Hermann	58	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
14.359	Seifert, Jürgen	58	SC Melle 03	Osnabrück	20.06.
14.200	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Schortens	12.06.
13.940	Rocker, Rolf	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
13.200	Vry, Ralf	60	Fortuna Logabirum	Emden	04.11.
13.150	Diekmann, Edo	59	Hundsmühler TV	Schortens	12.06.
12.840	Hallmann, Hermann	62	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
12.822	Weimer, Claus	59	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück	23.06.

10 km Lauf

Rekord : 32:00 Frense, Horst 41 LG Oldenburg 1988

35:47	Frerichs, Arnold	59	Team Laufrausch	Ofen	03.10.
36:01	Stamereilers, Rolf	62	TuS Eversten	Norden	21.04.
36:48	Hryziuk, Andreas	59	LG Wilhelmshaven	Rüstersiel	15.09.
37:39	Seel, Jürgen	62	Blexer TB	Brake	09.09.
38:01	Lindemann, Norbert	61	SV Nordenham	Brake	09.09.
38:09	Barlage, Klaus	58	LC Nordhorn	Spelle	17.08.
38:09	Schweer, Helmut	58	OFV Ostercappeln	Garrel	15.09.
38:15	Ludwig, Reinhard	59	Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	02.06.
38:26	Bruns, Bernd	61	TSV Hesel	Emden	02.06.
38:28	Brandenburg, Matthias	61	Emder Laufgemeinschaft	Emden	02.06.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:14:19 Grabowsky, Klaus-Diete 53 SC Spelle-Venhaus 1999

1:20:04	Hryziuk, Andreas	59	LG Wilhelmshaven	Schortens	15.04.
1:20:11	Stamereilers, Rolf	62	TuS Eversten	Hannover	06.05.
1:21:47	Sanders, Anton	61	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.
1:22:28	Frerichs, Arnold	59	Team Laufrausch	Löningen	27.10.
1:22:44	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
1:23:34	Gerdes, Frank	60	TuS Eversten	Cuxhaven	01.04.
1:24:21	Schweer, Helmut	58	OFV Ostercappeln	Neuenkirchen	13.10.
1:24:32	Gödecke, Holger	59	SV Nordenham	Löningen	27.10.
1:24:48	Seifert, Jürgen	58	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
1:25:11	Fischer, Thorsten	59	LC Delmenhorst	Löningen	23.06.

Marathonlauf

Rekord : 2:26:41 Janssen, Johann 38 Lauf-Gem. Ostfriesland 1983

2:53:31	Hryziuk, Andreas	59	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
2:53:51	Lammers, Joachim	60	TG Wiesmoor	Berlin	30.09.
2:55:12	Seel, Jürgen	62	Blexer TB	Hamburg	29.04.
2:55:25	Lakeberg, Jürgen	58	TSG Hatten-Sandkrug	Bremen	30.09.
2:55:50	Wedig, Thomas	60	SFN Vechta	Hamburg	29.04.
2:58:58	Gerdes, Frank	60	TuS Eversten	Hamburg	29.04.
3:02:45	Seifert, Jürgen	61	SC Melle 03	Hamburg	29.04.
3:03:18	Klüver, Dr. Gerhard	60	Emder Laufgemeinschaft	Berlin	30.09.
3:03:52	Knoblauch, Alfred	61	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
3:04:19	Timmen, Martin	60	TuS Emstekerfeld	Hamburg	29.04.

Marathonlauf
Mannschaft

9:45:11	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
	Hryziuk, A. 59 -2:53:31; Knoblauch, A. 61 -3:03:52		
	Eskuchen, R. 44 -3:47:48		

3000 m Hindernis

Rekord : 10:20,68 Breeck, Christian 58 SC Melle 03 2005

10:47,37	Breeck, Christian	58	SC Melle 03	Riccione/ITA 15.09.

Hochsprung

Rekord : 1,80 Hillebrecht, Martin 61 DSC Oldenburg 2006

1,76	Hillebrecht, Martin	61	DSC Oldenburg	Wunstorf 23.09.
1,52	Ottmann, Dietmar	61	LG Oldenburg	Delmenhorst 05.08.
1,46	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Delmenhorst 05.08.
1,40	Nagel, Hans-Joachim	59	Blexer TB	Nordenham 16.06.
1,35	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Delmenhorst 05.08.
1,24	De Boer, Jürgen	61	Fortuna Wirdum	Emden 23.09.

Stabhochsprung

Rekord : 4,40 Hillebrecht, Martin 61 DSC Oldenburg 2007

4,40	Hillebrecht, Martin	61	DSC Oldenburg	Braunschweig 01.07.

Weitsprung

Rekord : 6,64 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme 2006

6,48 +0,8	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen 16.06.
5,53 +0,6	Folkers, Matthias	58	LG Papenburg/Aschendorf	Emden 23.09.
5,42 +0,5	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Wilhelmshaven 12.09.
5,18	Smemann, Helmut	61	LC Nordhorn	Nordhorn 11.05.
5,11	Logemann, Bernd	60	LG Ganderkesee	Ganderkesee 28.09.
4,97	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Lohne 15.09.
4,96	Menke, Jürgen	62	VfL Rastede	Friedrichsfehn 24.06.
4,86 -0,4	Ottmann, Dietmar	61	LG Oldenburg	Delmenhorst 05.08.
4,85 *	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Hamburg 23.06.
4,59	Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Nordhorn 28.04.

Dreisprung

Rekord : 15,13 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme 2006

14,33 -0,6	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Riccione/ITA 09.09.

Kugelstoss 7.26kg

Rekord : 15,57 Spiller, Peter 41 LG Papenburg/Aschendorf 1990

12,90	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Delmenhorst 05.08.
11,68	Logemann, Bernd	60	LG Ganderkesee	Ganderkesee 06.10.
11,00	Mücher, Michael	54	SV Georgsheil	Wirdum 31.03.
10,50	De Boer, Jürgen	61	Fortuna Wirdum	Delmenhorst 09.09.
10,18	Willms, Eberhard	51	MTV Aurich	Wirdum 07.10.

9,99	Menke, Jürgen	62	VfL Rastede	Friedrichsfehn	24.06.
9,99	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Oldenburg	16.07.
9,60	Angermann, Christian	59	LAV Meppen	Holtland	07.06.
8,81	Hillebrecht, Martin	61	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
8,80	Wilkens, Bernard	55	OSC Damme	Lohne	15.09.

Diskuswurf 2 kg

Rekord : 46,56 Bergmann, Wilfried 43 SV Georgsheil 1988

40,00	Mücher, Michael	54	SV Georgsheil	Wirdum	14.04.
38,93	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Meppen	28.04.
31,68	Willms, Eberhard	51	MTV Aurich	Wirdum	03.10.
29,27	Hillebrecht, Martin	61	DSC Oldenburg	Wunstorf	23.09.
29,18	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Wilhelmshaven	12.09.
28,98	Heemsoth, Claus-Herman	57	SV Friedrichsfehn	Verden	19.05.
28,15	De Boer, Jürgen	61	Fortuna Wirdum	Wirdum	31.03.
27,50	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
26,62	Kaun, Ingo	55	MTV Aurich	Wirdum	07.10.
25,02	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.

Hammerwurf 7.26kg

Rekord : 49,18 Bury, Wilfried 54 TSG Dissen 1999

44,46	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
36,10	Willms, Eberhard	51	MTV Aurich	Wirdum	03.10.
31,70	Nagel, Hans-Joachim	59	Blexer TB	Nordenham	14.04.
29,73	Thomas, Peter	55	OTB Osnabrück	Hannover	19.05.
20,26	De Boer, Jürgen	61	Fortuna Wirdum	Wirdum	31.03.

Speerwurf 800 g

Rekord : 53,32 Logemann, Bernd 60 LG Ganderkesee 2005

51,60	Logemann, Bernd	60	LG Ganderkesee	Salzgitter	10.06.
41,36	Arends, Johann	52	VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
37,61	Knabe, Wolfgang	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
36,62	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Delmenhorst	05.08.
35,44	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Bad Oeynhausen	16.06.
32,60	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.
29,98	Nagel, Hans-Joachim	59	Blexer TB	Nordenham	16.06.
26,26	Wilkens, Bernard	55	OSC Damme	Oldenburg	29.08.
23,27	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
23,00	Kähling, Richard	62	OSC Damme	Bad Oeynhausen	16.06.

Gewichtswurf

Rekord : 13,66 Kieras, Günther 61 TV Rütenbrock 2007

13,66	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Meppen	18.08.

Fünfkampf

Rekord : 3.307 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 1989

2.305	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Wilhelmshaven	12.09.
	5,42(+0.5)-34,10-25,96(+1.1)-29,18-5:09,11				
1.834	Seelhorst, Gerhard	59	OSC Damme	Wilhelmshaven	16.09.
	4,87(+1.9)-32,01-27,15(+1.1)-25,02-5:41,58				
1.485	Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.
	4,59-21,34-28,4-19,89-5:30,7				

1.391	Jeske, Jürgen	60	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	16.09.
	4,64(+1.8)-23,27-28,97(+1.1)-17,57-5:44,72				

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.847 Kieras, Günther 61 TV Rütenbrock 2007

2.847	Kieras, Günther	61	TV Rütenbrock	Meppen	28.04.
	12,78-38,93-42,29-36,26-12,84				

Seniorinnen W 45

100 m Lauf

Rekord : 12,92 Bischof, Birgit 56 LG Ganderkesee 2001

14,11 +1,2	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Oldenburg	16.07.

200 m Lauf

Rekord : 26,51 Bischof, Birgit 56 LG Ganderkesee 2001

29,00 +1,3	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Oldenburg	16.07.

800 m Lauf

Rekord : 2:20,24 Koop, Annette 58 LG Emstal Dörpen 2004

2:23,73	Koop, Annette	58	LG Emstal Dörpen	Riccione/ITA	09.09.
2:46,96	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Oldenburg	16.07.
2:48,0	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn	05.10.
2:55,30	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.
3:43,3	Galetzka, Anne	62	Fortuna Wirdum	Emden	23.09.

1500 m Lauf

Rekord : 4:53,91 Koop, Annette 58 LG Emstal Dörpen 2003

5:00,96	Koop, Annette	58	LG Emstal Dörpen	Riccione/ITA	14.09.
5:50,1	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.09.

3000 m Lauf

Rekord : 10:39,85 Koop, Annette 58 LG Emstal Dörpen 2003

10:43,21	Klostermann, Waltraud	60	TV Norden	Dortmund	03.06.
11:08,29	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	Verden	19.05.
12:02,66	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Wilhelmshaven	05.05.
12:09,51	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	05.05.

5000 m Lauf

Rekord : 18:25,18 Klostermann, Waltraud 60 TV Norden 2007

18:25,18	Klostermann, Waltraud	60	TV Norden	Essen	15.06.
20:58,40	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	28.06.
21:08,49	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Alfeld	22.04.

21:36,18	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.08.
23:33,5	Beckmann, Hildegard	61	VfL Löningen	Löningen	06.06.
23:49,3	Schulte, Rita	62	VfL Löningen	Löningen	06.06.
27:25,14	Eilers, Gudrun	62	SV Brake	Delmenhorst	05.08.

10.000 m Lauf

Rekord : 39:35,51 Ahrens, Sabine 42 Heidmühler FC 1989

44:22,50	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	24.08.
44:49,0	Stepanowicz, Marion	58	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
44:52,1	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Schortens	12.06.
45:52,94	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Delmenhorst	24.08.
52:45,8	Plump, Susanne	60	Heidmühler FC	Schortens	12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord : 13.679 Völkert, Susanne 60 Heidmühler FC 2005

13.612	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Schortens	12.06.
13.044	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Delmenhorst	21.04.
11.400	Austermann, Bettina	62	LG Delmenhorst/Diepholz	Delmenhorst	21.04.
11.130	Brinkmann, Frieda	60	Fortuna Logabirum	Emden	04.11.
11.030	Plump, Susanne	60	Heidmühler FC	Schortens	12.06.

10 km Lauf

Rekord : 38:47 Klostermann, Waltraud 60 TV Norden 2007

38:47	Klostermann, Waltraud	60	TV Norden	Norden	21.04.
41:50	Hartmann, Irmgard	62	TV Norden	Norden	21.04.
42:49	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
43:09	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Oldenburg	01.09.
45:24	Stepanowicz, Marion	58	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	21.10.
45:25	Beckmann, Hildegard	61	VfL Löningen	Cloppenburg	29.09.
46:13	Ringena, Marion	59	Emder Laufgemeinschaft	Moslesfehn	12.05.
46:30	Schöneich, Martina	61	LG Wilhelmshaven	Rüstersiel	15.09.
46:57	Cloppenburg, Eva	58	LG Oldenburg	Oldenburg	21.10.
47:02	Pilney, Bettina	62	SV EMS Jemgum	Oldenburg	21.10.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:29:19 Horst, Hannelore 49 LG Osnabrück 1997

1:35:54	Hörig, Silvia	62	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:39:36	Kuck, Heide	60	TuS Ofen	Löningen	23.06.
1:39:36	Werner, Veronika	58	TuS Ofen	Bremerhaven	21.07.
1:41:10	Niehaus, Hildegard	61	TV Bissendorf-Holte	Spelle	17.08.
1:42:49	Osterkamp, Hiltrud	62	VfL Löningen	Löningen	27.10.
1:43:02	Hovest-Zagretz, Sabine	62	OTB Osnabrück	Berlin	01.04.
1:43:03	Beckmann, Hildegard	61	VfL Löningen	Löningen	27.10.
1:43:32	Stepanowicz, Marion	58	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:43:52	Schöneich, Tina	61	LG Wilhelmshaven	Schortens	15.04.
1:45:35	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Hamburg-Neugraben	01.04.

Marathonlauf

Rekord : 3:07:32 Reinhardt, Mareike 40 TV Norden 1985

3:09:31	Karsch, Jutta	61	SC Herringhausen	Hamburg	29.04.
3:36:07	Hovest-Zagretz, Sabine	62	OTB Osnabrück	Hamburg	29.04.

3:36:36	Waßmuth, Christine	62	SV Eintr. Wiefelstede	Bremen	30.09.
3:37:36	Ringena, Marion	59	Emder Laufgemeinschaft	Hamburg	29.04.
3:41:59	Niehaus, Hildegard	60	TV Bissendorf-Holte	Hamburg	29.04.
3:42:33	Stepanowicz, Marion	58	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
3:42:59	Kramer, Christina	58	OSC Damme	Berlin	30.09.
3:57:04	Pelka, Andrea	61	LC Delmenhorst	Steinfurt	17.03.

Hochsprung

Rekord : 1,41 Braunisch, Silvia 59 LG Ganderkesee 2006

1,40	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	16.06.

Weitsprung

Rekord : 5,01 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2006

4,91 +1,4	Keller, Renate	61	LG Osnabrück	Zittau	06.07.
4,22	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
3,75	Brigant, Karin	58	Hundsmühler TV	Friedrichsfehn	24.06.

Dreisprung

Rekord : 10,55 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2007

10,55 -1,8	Keller, Renate	61	LG Osnabrück	Zittau	07.07.

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 11,03 Alms, Sabine 42 LG Ganderkesee 1987

9,59	Heyen, Angelika	61	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
8,33	Braunisch, Silvia	59	LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
8,15	De Groot, Inga	52	LG Ganderkesee	Ganderkesee	22.09.
8,02	Brigant, Karin	58	Hundsmühler TV	Friedrichsfehn	24.06.
7,75	Pott, Traute	57	VfL Lingen	Lingen	19.06.
7,53	Georgs, Elke	59	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.05.
6,21	Becker, Imke	61	Fortuna Wirdum	Marienhafe	09.05.
5,99	Agnesmeyer, Bernadette	62	SV DJK Geeste	Groß Hesepe	14.04.
5,99	Galetzka, Anne	62	Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 26,50 Keller, Renate 61 LG Osnabrück 2006

25,88	De Groot, Inga	52	LG Ganderkesee	Huchting	03.10.
23,71	Georgs, Elke	59	Fortuna Wirdum	Wirdum	31.03.
21,98	Junker, Christel	54	MTV Aurich	Wirdum	07.10.
21,63	Heyen, Angelika	61	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
15,12	Galetzka, Anne	62	Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 30,81 De Groot, Inga 52 LG Ganderkesee 2007

30,81	De Groot, Inga	52	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
19,40	Georgs, Elke	59	Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Speerwurf 600 g

Rekord : 24,21 De Groot, Inge 52 LG Ganderkesee 2005

23,33	De Groot, Inga	52 LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
19,69	Braunisch, Silvia	59 LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
19,26	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.
13,97	Galetzka, Anne	62 Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Gewichtswurf

Rekord : 8,55 De Groot, Inga 52 LG Ganderkesee 2007

8,55	De Groot, Inga	52 LG Ganderkesee	Huchting	03.10.

Fünfkampf

Rekord : 3.851 Bischof, Birgit 56 LG Ganderkesee 2001

2.024	Braunisch, Silvia	59 LG Ganderkesee	Wilhelmshaven	16.09.
	14,44(-2.6)-1,36-8,00-4,03(+3.2)-3:06,97			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 1.958 De Groot, Inga 52 LG Ganderkesee 2007

1.958	De Groot, Inga	52 LG Ganderkesee	Huchting	03.10.
	7,85-25,88-28,29-21,80-8,55			

Senioren M 50

100 m Lauf

Rekord : 11,9 John, Hinrich 36 LG Wilhelmshaven 1986

13,17	+0,1	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Salzgitter	10.06.
13,4		Leopold, Heinz	53 VfL Lingen	Lingen	19.06.
13,67	+0,1	Fortmann, Ludger	55 LC Nordhorn	Salzgitter	10.06.
14,4		Wilkens, Bernard	55 OSC Damme	Lohne	15.09.
15,1	+1,1	Meyer, Hermann-Jose	55 LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
15,3	+1,4	Velt, Manfred	57 LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.

200 m Lauf

Rekord : 26,03 Allnoch, Dieter 51 OTB Osnabrück 2004

27,97	-0,1	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.
28,3	+1,4	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Buxtehude	07.07.
28,4		Fortmann, Ludger	55 LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.

400 m Lauf

Rekord : 59,25 Onken, Gerhard 49 VfL Germania Leer 2002

64,64	Suhrhoff, Rolf	57 SC Melle 03	Delmenhorst	05.08.
65,62	Schnelle, Peter	53 VfL Löningen	Delmenhorst	05.08.

800 m Lauf

Rekord	: 2:08,53	Aschenbrenner, Erich	42	TV Meppen	1993
2:23,03		Suhrhoff, Rolf	57	SC Melle 03	Hamburg	23.06.
2:30,52		Schnelle, Peter	53	VfL Löningen	Delmenhorst	05.08.

1000 m Lauf

Rekord	: 2:45,06	Aschenbrenner, Erich	42	TV Meppen	1992
3:08,20		Karsch, Dr. Michael	57	SC Herringhausen	Osnabrück	03.07.
3:14,12		Meyer, Hubertus	57	TuS Emstekerfeld	Oldenburg	29.08.
3:15,4		Schnelle, Peter	53	VfL Löningen	Löningen	06.06.
4:05,9		Gerken, Peter	56	BV Garrel	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord	: 4:26,43	Aschenbrenner, Erich	42	TV Meppen	1992
4:48,70		Ulbrich, Horst	55	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.07.
4:56,46		Suhrhoff, Rolf	57	SC Melle 03	Hamburg	24.06.
5:20,14		Bleiker, Detlef	53	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.08.
5:29,47		Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
5:32,28		Meyer, Hermann-Jose	55	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
6:01,5		Remmers, Gerd	55	Heidmühler FC	Buxtehude	07.07.
6:25,25		Kaun, Ingo	55	MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.

1 Meile

Rekord	: 5:15,7	Onken, Gerhard	49	VfL Germania Leer	1999
6:14,1		Siemers, Hermann	56	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
6:26,0		Scholz, Alfred	53	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord	: 9:38,2	Jans, Peter	40	Lauf-Gem. Ostfriesland	1990
10:16,25		Ulbrich, Horst	55	LC Delmenhorst	Stuhr	30.05.
10:44,1		Hunfeld, Norbert	57	LC Nordhorn	Nordhorn	13.07.
10:54,6		Park, Harm	53	TuS Weene	Aurich	13.07.
11:36,80		Grosspietsch, Axel	54	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg	29.08.
12:15,4		Szczesny, Karl-Heinz	56	Fortuna Wirdum	Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord	: 16:19,50	Grabowsky, Klaus-Diete	53	SC Spelle-Venhaus	2004
17:02,72		Karsch, Dr. Michael	57	SC Herringhausen	Hannover	19.05.
17:42,32		Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Dörpen	17.08.
18:27,84		Vogel, Hartmut	56	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	05.08.
18:50,4		Park, Harm	53	TuS Weene	Aurich	15.06.
19:30,68		Feldiek, Georg	56	VfL Germania Leer	Papenburg	28.09.
19:32,80		Bleiker, Detlef	53	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.08.
19:47,6		Baumung, Jürgen	55	VfL Lingen	Haren	08.06.
20:24,78		Blome, Hermann	54	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	05.08.
20:28,23		Meyer, Hermann-Jose	55	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen	17.08.

10.000 m Lauf

Rekord : 34:28,0 Jans, Peter 40 Lauf-Gem. Ostfriesland 1991

37:11,0	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
38:29,3	Park, Harm	53	TuS Weene	Warsingsfehn	29.08.
41:11,18	Bleiker, Detlef	53	LC Delmenhorst	Delmenhorst	24.08.
41:20,1	Vogel, Hartmut	56	SV Quitt Ankum	Dörpen	14.04.
41:50,9	Haskamp, Dr. Clemens	55	VfL Kloster Oesede	Osnabrück	23.06.
42:47,9	Blome, Hermann	54	SV Quitt Ankum	Dörpen	14.04.
43:34,2	Diessel, Dr. Clemens	54	OTB Osnabrück	Osnabrück	23.06.
44:24,4	Weber, Herbert	54	VfL Kloster Oesede	Osnabrück	23.06.
45:37,7	Löwenstein, Robert	53	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.

1 Stunde Lauf

Rekord : 15.714 Jürrens, Harry 57 Emder Laufgemeinschaft 2007

15.714	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Schortens	12.06.
15.105	Park, Harm	53	TuS Weene	Emden	04.11.
14.262	Haskamp, Dr. Clemens	55	VfL Kloster Oesede	Osnabrück	20.06.
13.708	Diessel, Dr. Clemens	54	OTB Osnabrück	Osnabrück	20.06.
13.700	Wiese, Ludger	55	BV Garrel	Molbergen	09.09.
13.368	Weber, Herbert	54	VfL Kloster Oesede	Osnabrück	23.06.
13.100	Weihrauch, Volker	57	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.
13.065	Meyer, Hermann-Jose	55	LG Papenburg/Aschendorf	Börger	31.08.
12.825	Siemers, Hermann	56	Emder Laufgemeinschaft	Emden	04.11.
12.780	Perk, Hermann	55	DJK Spahnharrenstätte	Börger	31.08.

10 km Lauf

Rekord : 33:31 Frense, Horst 41 Heidmühler FC 1994

35:32	Grabowsky, Klaus-Diete	53	SC Spelle-Venhaus	Wolfenbüttel	18.03.
35:40	Ulbrich, Horst	55	LC Delmenhorst	Ofen	03.10.
35:55	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Garrel	15.09.
37:17	Stock, Dr. Volker	56	VfL Lingen	Lingen	12.05.
37:33	Speckmann, Karl-Heinz	57	MTV Aurich	Ofen	03.10.
37:38	Vogel, Hartmut	56	SV Quitt Ankum	Neuenkirchen	18.05.
37:51	John, Peter	54	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
38:07	Park, Harm	53	TuS Weene	Marienhafe	09.04.
38:39	Hunfeld, Norbert	57	LC Nordhorn	Lingen	12.05.
39:20	Bleiker, Detlef	53	LC Delmenhorst	Oldenburg	21.10.

10 km Lauf Mannschaft

Rekord : 1:53:36 LC Delmenhorst 2006

1:56:59	Emder Laufgemeinschaft	Norden	21.04.
	Jürrens, H. 57 -36:15; Dietz, R. 52 -39:56		
	Voss, H. 53 -40:48		
1:58:39	LC Delmenhorst	Wolfenbüttel	18.03.
	Ulbrich, H. 55 -37:11; Bleiker, D. 53 -39:52		
	Becker, J. 50 -41:36		
2:00:14	LC Nordhorn	Nordhorn	08.09.
	John, P. 54 -37:51; Hunfeld, N. 57 -38:51		
	Nykamp, B. 46 -43:32		
2:02:36	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Ofen	03.10.
	Romanowski, A. 46 -39:47; Kruse, F. 56 -41:02		
	Behrendt, U. 51 -41:47		
2:03:54	SV Quitt Ankum	Neuenkirchen	18.05.
	Vogel, H. 56 -37:38; Blome, H. 54 -42:22		
	Többe, D. 52 -43:54		

100 km Lauf

Rekord	: 7:59:16	Tjarks, Eduard	54	Lauf-Gem. Ostfriesland	2004
11:52:58	Liegmann, Günter	55	TV Georgsmarienhütte	Biel/SUI	13.06.

Halbmarathonlauf

Rekord	: 1:15:35	Grabowsky, Klaus-Diete	53	SC Spelle-Venhaus	2004
1:17:07	Grabowsky, Klaus-Diete	53	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen	13.10.
1:19:07	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
1:21:00	Ulbrich, Horst	55	LC Delmenhorst	Neuenkirchen	13.10.
1:24:16	Park, Harm	53	TuS Weene	Dunum	31.03.
1:26:01	Becker, Jochen	54	TV Georgsmarienhütte	Neuenkirchen	13.10.
1:26:20	Feldiek, Georg	56	VfL Germania Leer	Dunum	31.03.
1:26:33	John, Peter	54	LC Nordhorn	Bawinkel	07.04.
1:26:53	Bleiker, Detlef	53	LC Delmenhorst	Neuenkirchen	13.10.
1:28:18	Tjarks, Eduard	54	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.
1:29:35	Voss, Hermann	53	Emder Laufgemeinschaft	Neuenkirchen	13.10.

Halbmarathonlauf
Mannschaft

Rekord	: 4:05:41	VfL Oldenburg	1996
4:19:50	LC Delmenhorst	Neuenkirchen	13.10.
	Ulbrich, H. 55 -1:21:00; Becker, J. 50 -1:31:57		
	Bleiker, D. 53 -1:26:53		
4:20:24	Emder Laufgemeinschaft	Neuenkirchen	13.10.
	Jürrens, H. 57 -1:20:12; Voss, H. 53 -1:29:35		
	Dietz, R. 52 -1:30:37		
4:37:06	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Dunum	31.03.
	Tjarks, E. 54 -1:26:18; Romanowski, A. 46 -1:31:47		
	Kruse, F. 56 -1:39:01		
4:39:31	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
	Arens, M. 51 -1:31:37; Suhrhoff, R. 57 -1:32:38		
	Hakemeyer, G. 53 -1:35:16		

Marathonlauf

Rekord	: 2:38:26	Marken, Georg	37	SV Moslesfehn	1988
2:48:53	Karsch, Dr. Michael	57	SC Herringhausen	Hamburg	29.04.
2:58:41	John, Peter	54	LC Nordhorn	Rom/ITA	18.03.
3:00:08	Jürrens, Harry	57	Emder Laufgemeinschaft	Palma/ESP	21.10.
3:02:51	Park, Harm	53	TuS Weene	Leipzig	22.04.
3:04:16	Haskamp, Dr. Clemens	55	VfL Kloster Oesede	Münster	09.09.
3:10:15	Bleiker, Detlef	53	LC Delmenhorst	Hannover	06.05.
3:14:51	Janßen, Siegfried	55	Lauf-Gem. Ostfriesland	Steinfurt	17.03.
3:17:17	Tjarks, Eduard	54	Lauf-Gem. Ostfriesland	Enschede/NED	22.04.
3:18:21	Igelbrink, Hans-Gerd	56	TV Georgsmarienhütte	Berlin	30.09.
3:21:01	Kramer, Alfred	55	LC Nordhorn	Berlin	30.09.

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 9:39,31 2004

10:14,5	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Tjarks, E. 54; Janßen, S. 55; Kruse, F. 56		
10:15,4	SG Grafschaft/OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Meyering, H. 53; Veelders, B. 49; John, P. 54		
10:23,6	SG Grafschaft/OTB Osnabrück II	Nordhorn	28.04.
	Hunfeld, N. 57; Fortmann, L. 55; Kramer, A. 55		

Hochsprung

Rekord : 1,68 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 1990

1,65	Cordes, Dr. Harald	53	LG Oldenburg	Hamburg	23.06.
1,40	Meyer, Hermann-Jose	55	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
1,25	Gerking, Klaus	55	VfL Germania Leer	Leer	06.10.

Stabhochsprung

Rekord : 2,50 Kaun, Ingo 55 MTV Aurich 2005

2,26	Meyer, Hermann-Jose	55	LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.

Weitsprung

Rekord : 5,78 John, Hinrich 36 LG Wilhelmshaven 1987

5,03 -2,5	Cordes, Dr. Harald	53	LG Oldenburg	Salzgitter	10.06.
4,76 +1,0	Kaun, Ingo	55	MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.
4,70	Leopold, Heinz	53	VfL Lingen	Lingen	19.06.
4,59	Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Nordhorn	28.04.
4,00 -0,9	Meyer, Hermann-Jose	55	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
3,45 -1,0	Velt, Manfred	55	LG Papenburg/Aschendorf	Emden	23.09.
3,37	Wilkens, Bernard	55	OSC Damme	Lohne	15.09.

Kugelstoss 6 kg

Rekord : 13,28 Mücher, Michael 54 SV Georgsheil 2004

12,14	Mücher, Michael	54	SV Georgsheil	Georgsheil	29.07.
10,63	Maaß, Alfred	56	STV Barßel	Delmenhorst	05.08.
9,94	Kaun, Ingo	55	MTV Aurich	Leer	08.09.
9,75	Thomas, Peter	55	OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
9,52	Wilkens, Bernard	55	OSC Damme	Oldenburg	29.08.
9,51	Gerking, Klaus	55	VfL Germania Leer	Leer	06.10.
8,12	Remmers, Gerd	55	Heidmühler FC	Huchting	03.10.

Diskuswurf 1.5 kg

Rekord : 43,61 Mücher, Michael 54 SV Georgsheil 2005

41,72	Mücher, Michael	54	SV Georgsheil	Wirdum	31.03.
37,60	Maaß, Alfred	56	STV Barßel	Salzgitter	10.06.
33,94	Kaun, Ingo	55	MTV Aurich	Wirdum	03.10.
32,90	Remmers, Gerd	55	Heidmühler FC	Huchting	29.04.
28,45	Thomas, Peter	55	OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
23,27	Wilkens, Bernard	55	OSC Damme	Lohne	28.04.
19,63	Fortmann, Ludger	55	LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.

Hammerwurf 6 kg

Rekord : 50,75 Bury, Wilfried 54 TSG Dissen 2006

33,70	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Osnabrück	22.05.
33,23	Mücher, Michael	54 SV Georgsheil	Wirdum	07.10.
26,15	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Wirdum	03.10.

Speerwurf 700 g

Rekord : 45,52 Kaun, Ingo 55 MTV Aurich 2006

42,80	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Salzgitter	10.06.
30,68	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Buxtehude	07.07.
27,91	Meyer, Hermann-Jose	55 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	05.08.
26,34	Fortmann, Ludger	55 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
24,27	Wilkens, Bernard	55 OSC Damme	Lohne	28.04.
23,10	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.

Gewichtswurf

Rekord : 15,70 Willms, Eberhard 51 MTV Aurich 2005

12,25	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.
10,88	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Aurich	22.07.

Fünfkampf

Rekord : 2.271 Kaun, Ingo 55 MTV Aurich 2005

1.831	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.
	4,76(+1.0)-40,67-27,97(-0.1)-31,45-6:25,25			
1.693	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Buxtehude	07.07.
	4,48(+2.1)-30,68-28,3(+1.4)-31,70-6:01,5			
1.510	Fortmann, Ludger	55 LC Nordhorn	Wilhelmshaven	16.09.
	4,46(+0.9)-26,34-28,98(+0.2)-19,63-5:29,47			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.613 Willms, Eberhard 51 MTV Aurich 2005

2.239	Kaun, Ingo	55 MTV Aurich	Meppen	28.04.
	9,81-32,38-25,35-42,53-10,84			
1.988	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.
	8,94-25,68-33,32-23,10-12,25			

Seniorinnen W 50

100 m Lauf

Rekord	: 13,89	Schnieder, Ortrud	41	OTB Osnabrück	1995
14,93		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Telgte 24.08.

200 m Lauf

Rekord	: 30,78	de Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	2002
32,58 +0,0		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Delmenhorst 05.08.

800 m Lauf

Rekord	: 2:40,2	Häfker, Ingrid	38	Delmenhorster TV	1988
2:47,38		Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Delmenhorst 24.08.
3:43,2		Broer, Heide	57	Fortuna Wirdum	Emden 23.09.

3000 m Lauf

Rekord	: 11:23,5	Häfker, Ingrid	38	Delmenhorster TV	1988
12:10,06		Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Hamburg 23.06.
14:27,2		Brinkmann, Heike	57	TuS Emstekerfeld	Löningen 06.06.

5000 m Lauf

Rekord	: 20:02,0	Steinke, Hilde	45	SV Concordia Neermoor	1996
20:31,86		Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Delmenhorst 05.08.

10.000 m Lauf

Rekord	: 41:22,4	Häfker, Ingrid	38	Delmenhorster TV	1988
44:16,28		Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Delmenhorst 24.08.

10 km Lauf

Rekord	: 41:29	Horst, Hannelore	49	LG Osnabrück	1999
43:30		Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Cloppenburg 29.09.
48:12		Schulz, Evelyn	57	Emder Laufgemeinschaft	Moslesfehn 12.05.
48:34		Kortylack, Gisela	56	Emder Laufgemeinschaft	Wittmind 25.08.
48:42		Laarmann, Martha	55	SC Spelle-Venhaus	Lingen 12.05.
49:11		Emke, Rita	57	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 11.03.
50:35		Mumme, Edeltraut	53	TV Norden	Norden 21.04.
51:38		Peters, Wilma	55	Haselünner SV	Lingen 07.10.
52:27		Mimkes, Ursel	57	TSG Hatten-Sandkrug	Ofen 03.10.
54:15		Rüther, Wiebke	54	Vareler TB	Oldenburg 11.03.
57:45		Broer, Heide	57	Fortuna Wirdum	Marienhafe 09.04.

Halbmarathonlauf

Rekord	: 1:31:31	Steinke, Hilde	45	SV Concordia Neermoor	1996
1:37:58		Harmeling, Marita	55	SV Quitt Ankum	Neuenkirchen 13.10.
1:42:20		Hoveling, Anita	57	OTB Osnabrück	Berlin 01.04.
1:46:40		Laarmann, Martha	55	SC Spelle-Venhaus	Neuenkirchen 13.10.
1:48:03		Schulz, Evelyn	57	Emder Laufgemeinschaft	Dunum 31.03.
1:51:02		Kortylack, Gisela	56	Emder Laufgemeinschaft	Dunum 31.03.

Marathonlauf

Rekord	: 3:11:32	Horst, Hannelore	49	LG Osnabrück	1999
3:42:19		Hoveling, Anita	57	OTB Osnabrück	Hannover 06.05.
3:46:19		Kortylack, Gisela	56	Emder Laufgemeinschaft	Berlin 30.09.
3:52:04		Schulz, Evelyn	57	Emder Laufgemeinschaft	Berlin 30.09.

Hochsprung

Rekord	: 1,28	de Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	2003
1,18		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Bad Oeynhausen 16.06.

Weitsprung

Rekord	: 4,02	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	2006
3,60		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Bad Oeynhausen 16.06.

Kugelstoss 3 kg

Rekord	: 11,95	Alms, Sabine	42	LG Ganderkesee	1993
9,30		Junker, Christel	54	MTV Aurich	Marienhafe 18.07.
8,25		Niehoff, Anna	57	VfL Germania Leer	Leer 06.10.
7,80		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Meppen 28.04.
6,56		Gertjegerdes, Gertrud	54	Seefelder TV	Seefeld 15.09.

Diskuswurf 1 kg

Rekord	: 28,56	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	2005
24,39		Junker, Christel	54	MTV Aurich	Fulda 14.07.
21,17		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Groß hesepe 06.10.

Hammerwurf 3 kg

Rekord	: 36,01	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	2005
32,48		Junker, Christel	54	MTV Aurich	Bad Oeynhausen 28.07.
24,97		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Fulda 14.07.

Speerwurf 500 g

Rekord	: 28,05	De Groot, Inge	52	LG Ganderkesee	2005
18,24		Junker, Christel	54	MTV Aurich	Delmenhorst 05.08.
13,78		Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Meppen 28.04.

Gewichtswurf

Rekord : 11,81 De Groot, Inge 52 LG Ganderkesee 2006

11,02	Junker, Christel	54	MTV Aurich	Aurich	22.07.
9,44	Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Meppen	28.04.

Fünfkampf

1.232	Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Bad Oeynhausen	16.06.
	15,74-1,18-7,37-3,60-o.L.				

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 3.303 De Groot, Inge 52 LG Ganderkesee 2005

2.070	Junker, Christel	54	MTV Aurich	Bad Oeynhausen	28.07.
	8,78-22,84-32,48-14,95-10,91				
1.643	Grummert, Karin	56	OTB Osnabrück	Meppen	28.04.
	7,80-19,66-23,40-13,78-9,44				

Senioren M 55

100 m Lauf

Rekord : 12,5 Harmeling, Alois 48 SV Quitt Ankum 2005

13,10 +0,6	Harmeling, Alois	48	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	24.08.
13,3	Ritz, Michael	51	LC Nordhorn	Nordhorn	13.07.
13,77 +0,1	Velt, Heiner	50	LG Emstal Dörpen	Dörpen	17.08.

200 m Lauf

Rekord : 26,51 Bresser, Lutz 24 OSC Damme 1980

27,08 +0,1	Harmeling, Alois	48	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	24.08.

400 m Lauf

Rekord : 59,7 Bresser, Lutz 24 OSC Damme 1980

64,7	Harmeling, Alois	48	SV Quitt Ankum	Lingen	08.09.

800 m Lauf

Rekord : 2:12,7 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 1997

2:31,0	Grave, Georg	48	VfL Lingen	Lingen	26.09.
2:41,3	Veelders, Bernhard	49	TuS Gildehaus	Nordhorn	13.07.
2:41,3	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.
2:50,58	Nietsche, Hans-Hermann	51	SV Brake	Delmenhorst	21.04.

1000 m Lauf

Rekord : 2:51,07 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 1997

3:31,00	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Oldenburg	29.08.

3:36,2	Veelders, Bernhard	49	TuS Gildehaus	Gildehaus	02.07.
4:29,9	Lübbe, Theo	49	BV Garrel	Löningen	06.06.

1500 m Lauf

Rekord : 4:31,98 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 1997

5:32,7	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	05.10.

1 Meile

Rekord : 5:18,08 Döhmen, Burkhard 50 SC Herringhausen 2005

5:39,3	Dietz, Ralf	52	Emder Laufgemeinschaft	Emden	21.09.
5:55,5	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Emden	21.09.

3000 m Lauf

Rekord : 10:10,0 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer 1995

11:10,4	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Leer	28.04.
11:22,8	Onken, Gerhard	49	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
12:10,3	Siemens, Karl	51	MTV Wittmund	Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord : 17:05,08 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2003

19:22,3	Grave, Georg	48	VfL Lingen	Gildehaus	09.05.
19:22,87	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Alfeld	22.04.
22:08,3	Siemens, Karl	51	MTV Wittmund	Aurich	15.06.
22:35,6	Veltrup, Hermann	51	TuS Haren	Haren	08.06.

10.000 m Lauf

Rekord : 35:52,50 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1996

39:59,8	Grave, Georg	48	VfL Lingen	Lingen	24.04.
40:47,3	Henze, Friedhelm	52	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
44:07,4	Von Kentzinsky, Roland	48	TG Wiesmoor	Warsingsfehn	29.08.
44:58,6	Siemens, Karl	51	MTV Wittmund	Aurich	28.04.
48:02,58	Winkler, Horst	50	SV Lemwerder	Delmenhorst	24.08.

1 Stunde Lauf

Rekord : 14.680 Henze, Wolfgang 50 SV Germania Helmstedt 2007

14.680	Henze, Wolfgang	50	SV Germania Helmstedt	Schortens	12.06.
14.020	Behrendt, Ulrich	51	Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	04.11.
12.750	Veltrup, Hermann	51	TuS Haren	Börger	31.08.
12.580	Severiens, Gerold	48	Fortuna Logabirum	Emden	04.11.
11.692	Alde, Wolfgang	51	VfL Löningen	Molbergen	09.09.
11.010	Everts, Gerhard	52	TV Marienhafe	Emden	04.11.
10.537	Lübbe, Theo	49	BV Garrel	Molbergen	09.09.

10 km Lauf

Rekord : 35:02 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1996

38:39	Ricke, Karl-Heinz	51	VfL Lingen	Spelle	17.08.
38:59	Henze, Friedhelm	52	LG Wilhelmshaven	Ofen	03.10.
39:19	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Garrel	15.09.
39:56	Dietz, Ralf	52	Emder Laufgemeinschaft	Norden	21.04.
40:34	Ippen, Folkert	48	TV Norden	Norden	21.04.
41:05	Behrendt, Ulrich	51	Lauf-Gem. Ostfriesland	Norden	21.04.
41:06	Lake, Rolf	50	TuS Zetel	Norden	21.04.
41:36	Becker, Joachim	50	LC Delmenhorst	Wolfenbüttel	18.03.
41:55	Stroeve, Heinz	49	SC Union Emlichheim	Nordhorn	08.09.
43:08	Weidner, Helmut	49	TV Georgsmarienhütte	Spelle	17.08.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:17:01 Frense, Horst 41 VfL Oldenburg 1996

1:22:45	Bandelt, Hans-Jürgen	51	1. TC Oldenburg	Löningen	27.10.
1:26:19	Henze, Friedhelm	52	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen	13.10.
1:28:46	Gerwien, Peter	50	SuS Darme	Berlin	01.04.
1:30:37	Dietz, Ralf	52	Emder Laufgemeinschaft	Neuenkirchen	13.10.
1:31:31	Becker, Joachim	50	LC Delmenhorst	Hamburg-Neugraben	01.04.
1:33:47	Weidner, Helmut	49	TV Georgsmarienhütte	Hamburg-Neugraben	01.04.
1:34:00	Lake, Rolf	50	TuS Zetel	Schortens	15.04.
1:35:50	Arens, Manfred	51	SC Melle 03	Spelle	17.08.
1:37:35	Künstle, Dieter	52	Vareler TB	Schortens	15.04.
1:42:03	Behrendt, Ulrich	51	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.

Marathonlauf

Rekord : 2:49:39 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer 1995

3:10:09	Henkes, Peter	49	TuS Norderney	Bad Füssing	04.02.
3:16:33	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Bremen	30.09.
3:16:35	Weidner, Helmut	49	TV Georgsmarienhütte	Mainz	06.05.
3:18:52	De Buhr, Johann	52	VfL Oldenburg	Bremen	30.09.
3:24:30	Meyer, Franz	52	LG Osnabrück	Berlin	30.09.
3:25:50	Boden, Klaus	52	TuS Eversten	Bremen	30.09.
3:31:01	Dietz, Ralf	52	Emder Laufgemeinschaft	Steinfurt	17.03.
3:40:06	Lake, Rolf	50	TuS Zetel	Wilhelmshaven	20.05.
3:41:03	Strecker, Manfred	52	TuS Norderney	Löningen	23.06.
3:45:46	Kerkhoff, Dr. Helmund	48	Emder Laufgemeinschaft	Hamburg	29.04.

Hochsprung

Rekord : 1,68 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 1997

1,43	Buss, Heinz	50	VfL Lingen	Lingen	08.09.
1,41	Velt, Heiner	50	LG Emstal Dörpen	Dörpen	17.08.

Weitsprung

Rekord : 5,45 Ritz, Michael 51 LC Nordhorn 2006

5,02	Ritz, Michael	51	LC Nordhorn	Nordhorn	13.07.
4,53 -0,8	Velt, Heiner	50	LG Emstal Dörpen	Dörpen	17.08.
4,15	Onken, Gerhard	49	VfL Germania Leer	Leer	06.10.

Kugelstoss 6 kg

Rekord : 11,50 Willms, Eberhard 51 MTV Aurich 2007

11,50	Willms, Eberhard	51 MTV Aurich	Meppen	28.04.
11,31	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
10,60	Darmer, Wilfried	51 TuS Norderney	Fulda	14.07.
9,86	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Holtland	07.06.
8,09	Harmeling, Alois	48 SV Quitt Ankum	Bersenbrück	20.04.
7,86	Onken, Gerhard	49 VfL Germania Leer	Leer	06.10.
7,02	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Aurich	22.07.
6,60	Ifsen, Gerold	48 TV Waddens	Seefeld	15.09.

Diskuswurf 1.5 kg

Rekord : 41,27 Voß, Wolfgang 46 SV Georgsheil 2006

38,74	Willms, Eberhard	51 MTV Aurich	Wirdum	14.04.
35,03	Voß, Wolfgang	46 SV Georgsheil	Marienhafe	09.05.
34,71	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Bad Oeynhausen	28.07.
28,14	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Delmenhorst	05.08.
23,81	Harmeling, Alois	48 SV Quitt Ankum	Bersenbrück	20.04.
15,60	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Delmenhorst	05.08.

Hammerwurf 6 kg

Rekord : 42,42 Beyer, Klaus 42 SV Holtland 1997

38,57	Willms, Eberhard	51 MTV Aurich	Holtland	07.06.
35,95	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Hamburg	23.06.
27,60	Buss, Heinz	50 VfL Lingen	Lingen	08.09.
26,54	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Holtland	14.09.
20,97	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Nordenham	30.06.

Speerwurf 700 g

Rekord : 43,48 Meiners, Bernhard 47 DJK Spahnharrenstätte 2006

41,85	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Salzgitter	10.06.
38,59	Darmer, Wilfried	51 TuS Norderney	Salzgitter	10.06.
27,50	Willms, Eberhard	51 MTV Aurich	Meppen	28.04.
16,31	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Aurich	22.07.

Gewichtswurf

Rekord : 15,07 Willms, Eberhard 51 MTV Aurich 2007

15,07	Willms, Eberhard	51 MTV Aurich	Meppen	28.04.
13,56	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Bad Oeynhausen	28.07.
7,63	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Groß hesepe	06.10.

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.647 Berenzen, Siegfried 49 SV Groß Hesepe 2005

2.579	Willms, Eberhard	51 MTV Aurich	Meppen	28.04.
	11,50-33,15-37,61-27,50-15,07			
2.505	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Bad Oeynhausen	28.07.
	11,04-34,71-35,21-30,89-13,56			
1.096	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Aurich	22.07.
	7,02-15,03-19,85-16,31-7,34			

Seniorinnen W 55

100 m Lauf

Rekord	: 14,7	Jatho, Renate	41	VfL Oldenburg	1996
15,61 +1,3	De Groot, Inge		52	LG Ganderkesee	Salzgitter	09.06.
17,72 -1,4	Thiele, Helmi		52	Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.08.

200 m Lauf

Rekord	: 35,58	Hundt, Hildegard	33	LG Oldenburg	1990
37,74 +0,0	Thiele, Helmi		52	Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.08.

5000 m Lauf

Rekord	: 21:48,36	Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	1991
24:52,4	Alde, Hildegard		50	VfL Löningen	Löningen	06.06.

10.000 m Lauf

Rekord	: 43:55,3	Steinke, Hilde	45	SV Concordia Neermoor	2002
50:13,7	Schneider, Christine		48	Emder Laufgemeinschaft	Warsingsfehn	29.08.
53:57,8	Engelbarts, Foline		49	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	28.04.

1 Stunde Lauf

Rekord	: 11.440	Alde, Hildegard	50	VfL Löningen	2007
11.440	Alde, Hildegard		50	VfL Löningen	Molbergen	09.09.

10 km Lauf

Rekord	: 43:19	Schellenberg, Waltraut	47	LG Wilhelmshaven	2002
47:06	Kohlenberg, Inse		50	TuS Zetel	Upjever	24.08.
49:55	Schneider, Christine		48	Emder Laufgemeinschaft	Moslesfehn	12.05.
51:39	Ude, Anne		50	SG Bramsche	Spelle	17.08.
52:50	Engelbarts, Foline		49	Emder Laufgemeinschaft	Moslesfehn	12.05.
53:08	Köhler, Ulla		52	Vareler TB	Oldenburg	01.09.
55:49	Alde, Hildegard		50	VfL Löningen	Oldenburg	11.03.
56:40	Klinkenborg, Margret		52	TV Norden	Marienhafe	09.04.
57:38	Lehning, Jutta		51	SV Brake	Oldenburg	11.03.

Halbmarathonlauf

Rekord	: 1:36:36	Schellenberg, Waltraut	47	LG Wilhelmshaven	2002
1:55:04	Alde, Hildegard		50	VfL Löningen	Löningen	27.10.
2:00:39	Lauxtermann, Annelie		49	LG Osnabrück	Neuenkirchen	13.10.
2:03:01	Markowski, Sabine		51	TuS Emstekerfeld	Löningen	27.10.
2:05:46	Engelbarts, Foline		49	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.

Hochsprung

Rekord : 1,25 Hundt, Hildegard 33 LG Oldenburg 1989

1,15	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Ganderkesee	28.09.

Weitsprung

Rekord : 4,23 Hoppe, Ute 38 TuS Blau-Weiß Lohne 1994

3,88 +1,0	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Fulda	13.07.
3,22 +0,4	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Delmenhorst	05.08.

Kugelstoss 3 kg

Rekord : 11,32 Alms, Sabine 42 LG Ganderkesee 1999

9,00	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.08.
7,91	Siemer, Insa	52 VfL Germania Leer	Leer	06.10.
6,35	Murawski, Irmtraut	51 SV Brake	Nordenham	14.04.
6,23	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 34,16 Alms, Sabine 42 LG Ganderkesee 1997

28,16	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Salzgitter	09.06.
12,34	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Marienhafe	18.07.

Hammerwurf 3 kg

Rekord : 35,30 De Groot, Inge 52 LG Ganderkesee 2007

35,30	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Delmenhorst	05.08.
21,03	Murawski, Irmtraut	51 SV Brake	Nordenham	14.04.

Speerwurf 500 g

Rekord : 26,63 Alms, Sabine 42 LG Ganderkesee 1999

25,49	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Düsseldorf	24.02.

Gewichtswurf

Rekord : 11,25 De Groot, Inge 52 LG Ganderkesee 2007

11,25	De Groot, Inge	52 LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	28.07.

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.404 De Groot, Inge 52 LG Ganderkesee 2007

2.404	De Groot, Inge 8,77-27,68-34,77-24,32-11,25	52 LG Ganderkesee	Bad Oeynhausen	28.07.

Senioren M 60

100 m Lauf

Rekord : 12,7 Wiemer, Heinz 29 LG Oldenburg 1991

14,41 +0,2	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Oldenburg	29.08.
14,82 -0,4	Borchers, Enno	44	VfL Rastede	Delmenhorst	05.08.
15,6	Steen, Ulrich	43	VfL Lingen	Lingen	19.06.
15,7	Kügler, Christian	45	VfL Lingen	Lingen	19.06.
16,28 -0,4	Meiners, Bernhard	47	DJK Spahnharrenstätte	Delmenhorst	05.08.

200 m Lauf

Rekord : 26,8 Wiemer, Heinz 29 LG Oldenburg 1989

30,04 -1,9	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.
31,07 -1,9	Brüggemann, Kurt	46	ATV Rodenkirchen	Wilhelmshaven	16.09.

400 m Lauf

Rekord : 62,9 Bresser, Lutz 24 OSC Damme 1987

67,40	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Winsen/Luhe	08.09.

800 m Lauf

Rekord : 2:17,95 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 2002

2:45,86	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Hamburg	23.06.

1000 m Lauf

Rekord : 3:01,54 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 2002

3:27,2	Schmidt, Karl-Heinz	45	VfL Lingen	Lingen	26.09.
3:27,50	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Oldenburg	29.08.

1500 m Lauf

Rekord : 4:42,70 Aschenbrenner, Erich 42 TV Meppen 2002

5:41,94	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.
6:16,03	Brüggemann, Kurt	46	ATV Rodenkirchen	Wilhelmshaven	16.09.

3000 m Lauf

Rekord : 10:09,09 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2003

11:27,66	Ortwig, Klaus	47	VfL Oldenburg	Oldenburg	29.08.
11:42,8	Schmidt, Karl-Heinz	45	VfL Lingen	Lingen	19.06.
13:51,6	Kamphuis, Horst	44	VfL Lingen	Lingen	19.06.
14:32,7	Janssen, Günther	43	MTV Aurich	Aurich	13.07.

5000 m Lauf

Rekord : 17:05,08 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2003

19:41,81	Ostendorf, Manfred	43	VfL Oldenburg	Hamburg	23.06.
19:45,8	Romanowski, Arnold	46	Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich	20.04.
20:16,70	Schmidt, Günter	46	VfL Oldenburg	Alfeld	22.04.
20:17,62	van Velden, Johannes	46	SV Brake	Delmenhorst	05.08.
20:32,7	Schmidt, Karl-Heinz	45	VfL Lingen	Gildehaus	09.05.
20:50,24	Schlonski, Walter	45	SC Melle 03	Delmenhorst	05.08.
21:18,4	Nykamp, Berthold	46	LC Nordhorn	Gildehaus	09.05.
21:32,20	Rebensburg, Manfred	47	TuWas Wildeshausen	Delmenhorst	28.06.
22:48,8	Meier-Kay, Walter	45	Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich	20.04.
23:05,0	Gerken, Theo	44	Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich	20.04.

10.000 m Lauf

Rekord : 36:34,06 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2003

39:52,1	Romanowski, Arnold	46	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.
42:08,0	Schmidt, Karl-Heinz	45	VfL Lingen	Lingen	24.04.
42:52,6	van Velden, Johannes	46	SV Brake	Schortens	12.06.
43:19,27	Schlonski, Walter	45	SC Melle 03	Fulda	13.07.
44:41,6	Gippert, Hans-Jürgen	44	TG Wiesmoor	Warsingsfehn	29.08.
46:57,2	Eiben, Eibo	43	SC Dunum	Warsingsfehn	29.08.
47:00,6	Gerken, Theo	44	Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	29.08.
47:05,8	Eskuchen, Rolf	44	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
47:47,7	Feil, Wilfried	43	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
53:17,7	Benthien, Uwe	45	TuS Aurich Ost	Aurich	28.04.

1 Stunde Lauf

Rekord : 15.175 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2006

14.440	Romanowski, Arnold	46	Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	04.11.
13.778	van Velden, Johannes	46	SV Brake	Schortens	12.06.
12.623	Eskuchen, Rolf	44	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
12.320	Feil, Wilfried	43	LG Wilhelmshaven	Schortens	12.06.
12.030	Eiben, Eibo	43	SC Dunum	Emden	04.11.
11.660	Janssen, Eilert	45	TV Marienhafe	Emden	04.11.

10 km Lauf

Rekord : 35:47 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2003

39:47	Romanowski, Arnold	46	Lauf-Gem. Ostfriesland	Ofen	03.10.
40:25	Ortwig, Klaus	47	VfL Oldenburg	Wolfenbüttel	18.03.
40:54	Osterfeld, Hannes	46	TuS Bersenbrück	Neuenkirchen	18.05.
41:02	Mohnsame, Klaus	43	VfL Oldenburg	Oldenburg	01.07.
41:41	Schmidt, Karl-Heinz	45	VfL Lingen	Haren	20.07.
41:56	van Velden, Johannes	46	SV Brake	Lemwerder	13.07.
42:18	Schlonski, Walter	45	SC Melle 03	Wolfenbüttel	18.03.
42:37	Ostendorf, Manfred	43	VfL Oldenburg	Oldenburg	01.07.
43:15	Meyer, Wilhelm	46	VfL Oldenburg	Cloppenburg	29.09.
43:20	Meints, Harm	46	TuS Aurich Ost	Norden	21.04.

10 km Lauf
Mannschaft

Rekord : 1:57:48 VfL Oldenburg 2005

2:19:50	VfL Oldenburg	Wolfenbüttel	18.03.
	Ortwig, K. 47 -40:25; Schmidt, G. 46 -43:32		
	Sager, B. 41 -55:53		

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:20:49 Ostendorf, Manfred 43 VfL Oldenburg 2003

1:29:32	Romanowski, Arnold	46	Lauf-Gem. Ostfriesland	Neuenkirchen	13.10.
1:32:14	Schlonski, Walter	45	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
1:34:38	Wilke, Reiner	46	Team Laufrausch	Löningen	27.10.
1:36:25	Ortwig, Klaus	47	VfL Oldenburg	Neuenkirchen	13.10.
1:37:32	Meints, Harm	46	TuS Aurich Ost	Dunum	31.03.
1:44:11	Wilken, Herbert	43	SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
1:46:37	Schmidt, Günter	46	VfL Oldenburg	Neuenkirchen	13.10.
1:48:08	Meier-Kay, Walter	45	Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	31.03.

Marathonlauf

Rekord : 3:02:55 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer 1999

3:47:48	Eskuchen, Rolf	44	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.
3:56:18	Grothaus, Hubert	46	TV Georgsmarienhütte	Berlin	30.09.

300 m Hürden 0.762m

Rekord : 52,31 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 2005

53,99	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Fulda	15.07.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 60,8 VfL Oldenburg 2003

66,6	VfL Lingen	Lingen	19.06.
	Kügler, C. 45; Steen, U. 43; Richtering, B. 41; Remling, D. 42		

3 x 1000 m Staffel

Rekord : 10:28,1 1997

11:57,3	SG Grafschaft/OTB Osnabrück	Nordhorn	28.04.
	Engelhardt, L. 41; Abel, H. 39; Nykamp, B. 46		
12:12,4	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Moorhusen	07.09.
	Meier-Kay, W. 45; Gerken, T. 44; Romanowski, A. 46		

Hochsprung

Rekord : 1,36 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 2005

1,32	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Winsen/Luhe	08.09.
1,18	Borchers, Enno	44	VfL Rastede	Delmenhorst	05.08.

Stabhochsprung

Rekord : 2,50 Wolterink, Johann 42 Fortuna Wirdum 2006

2,36	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Delmenhorst	05.08.

Weitsprung

Rekord : 4,72 Borchers, Enno 44 VfL Rastede 2006

4,30 -1,0	Borchers, Enno	44	VfL Rastede	Delmenhorst	05.08.
4,22	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Bad Oeynhausen	16.06.
4,09 +0,3	Brüggemann, Kurt	46	ATV Rodenkirchen	Wilhelmshaven	16.09.
3,76	Steen, Ulrich	43	VfL Lingen	Lingen	19.06.
3,45 -1,0	Meiners, Bernhard	47	DJK Spahnharrenstätte	Delmenhorst	05.08.
3,36	Kügler, Christian	45	VfL Lingen	Lingen	19.06.

Dreisprung

Rekord : 9,25 Borchers, Enno 44 VfL Rastede 2006

8,61 +0,0	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Papenburg	28.09.
7,93 -0,5	Borchers, Enno	44	VfL Rastede	Hamburg	23.06.

Kugelstoss 5 kg

Rekord : 11,75 Keck, Heinz 41 SC Schölerberg 2005

10,97	Gellink, Heinz-Jürgen	47	LC Nordhorn	Groß Hesepe	06.01.
10,93	Schuster, Hans-Günther	46	Emder Laufgemeinschaft	Papenburg	28.09.
9,75	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Wirdum	03.10.
9,67	Brüggemann, Kurt	46	ATV Rodenkirchen	Huchting	03.10.
9,59	Meiners, Bernhard	47	DJK Spahnharrenstätte	Groß Hesepe	06.01.
8,80	Kügler, Christian	45	VfL Lingen	Lingen	19.06.
7,85	Steen, Ulrich	43	VfL Lingen	Lingen	19.06.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 45,31 Voß, Wolfgang 46 SV Georgsheil 2006

45,05	Voß, Wolfgang	46	SV Georgsheil	Wirdum	14.04.
40,23	Schuster, Hans-Günther	46	Emder Laufgemeinschaft	Wirdum	14.04.
37,36	Brüggemann, Kurt	46	ATV Rodenkirchen	Wilhelmshaven	16.09.
35,14	Gellink, Heinz-Jürgen	47	LC Nordhorn	Gildehaus	20.04.
34,18	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Bad Oeynhausen	16.06.
30,45	Meiners, Bernhard	47	DJK Spahnharrenstätte	Groß Hesepe	06.01.

Hammerwurf 5 kg

Rekord : 42,03 Beyer, Klaus 42 SV Holtland 2005

30,86	Voß, Wolfgang	46	SV Georgsheil	Wirdum	14.04.
29,78	Brüggemann, Kurt	46	ATV Rodenkirchen	Huchting	03.10.
23,81	Kolbow, Hans-Jürgen	44	MTV Aurich	Holtland	07.06.
23,47	Schuster, Hans-Günther	46	Emder Laufgemeinschaft	Holtland	21.04.
22,46	Meiners, Bernhard	47	DJK Spahnharrenstätte	Meppen	28.04.

Speerwurf 600 g

Rekord : 43,40 Meiners, Bernhard 47 DJK Spahnharrenstätte 2007

43,40	Meiners, Bernhard	47 DJK Spahnharrenstätte	Salzgitter	09.06.
33,24	Brüggemann, Kurt	46 ATV Rodenkirchen	Wilhelmshaven	16.09.
31,42	Kolbow, Hans-Jürgen	44 MTV Aurich	Meppen	18.08.
24,75	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Groß Hesepe	06.01.

Gewichtswurf

Rekord : 12,49 Keck, Heinz 41 SC Schölerberg 2005

12,01	Brüggemann, Kurt	46 ATV Rodenkirchen	Huchting	03.10.
11,26	Meiners, Bernhard	47 DJK Spahnharrenstätte	Meppen	28.04.
10,63	Kolbow, Hans-Jürgen	44 MTV Aurich	Meppen	18.08.

Fünfkampf

Rekord : 1.853 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 2005

1.642	Kolbow, Hans-Jürgen	44 MTV Aurich	Wilhelmshaven	16.09.
	4,09(+0.5)-29,60-30,04(-1.9)-33,67-5:41,94			
1.572	Brüggemann, Kurt	46 ATV Rodenkirchen	Wilhelmshaven	16.09.
	4,09(+0.3)-33,24-31,07(-1.9)-37,36-6:16,03			

Zehnkampf

Rekord : 6.174 Kolbow, Hans-Jürgen 44 MTV Aurich 2004

2.953	Kolbow, Hans-Jürgen	44 MTV Aurich	Winsen/Luhe	08.09/
	14,42(+0.9)-4,14(+0.2)-9,05-1,32-67,40			09.09.
	20,65(+3.0)-31,99-2,00-30,58-5:44,58			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.505 Keck, Heinz 41 SC Schölerberg 2005

2.203	Brüggemann, Kurt	46 ATV Rodenkirchen	Huchting	03.10.
	9,67-32,67-29,78-30,64-12,01			
2.070	Meiners, Bernhard	47 DJK Spahnharrenstätte	Meppen	28.04.
	8,88-27,50-22,46-42,67-11,26			
2.014	Kolbow, Hans-Jürgen	44 MTV Aurich	Meppen	18.08.
	9,45-32,32-23,34-31,42-10,63			

Seniorinnen W 60

10.000 m Lauf

Rekord : 44:32,3 Steinke, Hilde 45 SV Concordia Neermoor 2005

47:52,7	Steinke, Hilde	45 SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn	29.08.

10 km Lauf

Rekord	:	46:06	Fehlberg, Jutta	45	LC Delmenhorst		2005
46:55			Steinke, Hilde	45	SV Concordia Neermoor	Upjever	24.08.
53:47			Henner, Ursel	47	LG Oldenburg	Oldenburg	01.09.
61:01			Raadersma, Karin	44	TuRa Oldenburg-Osternb.	Oldenburg	21.10.
63:59			Wiese, Erika	43	SV Brake	Oldenburg	11.03.

Kugelstoss 3 kg

Rekord	:	9,09	Alms, Sabine	42	LG Ganderkesee		2005
6,75			Büsing, Christa	46	VfL Germania Leer	Leer	06.10.

Senioren M 65

100 m Lauf

Rekord	:	13,0	Bresser, Lutz	24	OSC Damme		1989
13,65	+0,7		Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Riccione/ITA	04.09.
15,12	+1,0		Drewes, Dieter	40	Delmenhorster TV	Delmenhorst	05.07.
15,24	-1,0		Renzenbrink, Fritz	39	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	05.08.
15,74	-1,4		Wolterink, Johann	42	Fortuna Wirdum	Salzgitter	09.06.
17,10	+1,0		Zawacki, Alwin	41	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.07.
17,0			Richtering, Bernhard	41	VfL Lingen	Lingen	19.06.

200 m Lauf

Rekord	:	28,06	Bresser, Lutz	24	OSC Damme		1989
28,15	-0,3		Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Riccione/ITA	09.09.
31,20	-0,2		Drewes, Dieter	40	Delmenhorster TV	Delmenhorst	05.08.

400 m Lauf

Rekord	:	63,50	Keck, Heinz	41	SC Schölerberg		2007
63,50			Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Riccione/ITA	13.09.
79,74			Zawacki, Alwin	41	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.07.

800 m Lauf

Rekord	:	2:54,8	Schlüter, Ewald	31	TuRa Melle		2000
3:11,36			Zawacki, Alwin	41	LC Delmenhorst	Delmenhorst	28.06.

1000 m Lauf

Rekord	:	3:29,2	Liliensiek, Horst	37			2002
4:08,1			Abel, Hartmut	39	TuS Gildehaus	Gildehaus	02.07.

1500 m Lauf

Rekord	: 5:26,6	Liliensiek, Horst	37		2002
5:54,4	Remling, Dr. Ludwig	42	VfL Lingen	Lingen	08.09.
6:18,98	Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Riccione/ITA	05.09.

3000 m Lauf

Rekord	: 11:11,1	Liliensiek, Horst	37		2002
12:24,3	Werner, Reiner	42	TSV Friesenstolz Riepe	Aurich	13.07.
12:49,5	Sprick, Wilhelm	42	VfL Oldenburg	Leer	28.04.
12:49,6	Remling, Dr. Ludwig	42	VfL Lingen	Lingen	19.06.

5000 m Lauf

Rekord	: 19:31,3	Liliensiek, Horst	37		2002
21:44,5	Werner, Reiner	42	TSV Friesenstolz Riepe	Aurich	15.06.
21:56,0	Sprick, Wilhelm	42	VfL Oldenburg	Aurich	15.06.
22:25,1	Remling, Dr. Ludwig	42	VfL Lingen	Haren	08.06.
22:37,4	Jans, Peter	40	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	15.06.
24:12,00	Zawacki, Alwin	41	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.08.
25:27,97	Sager, Bernhard	41	VfL Oldenburg	Alfeld	22.04.
25:34,98	Blauhut, Rolf	40	LC Delmenhorst	Delmenhorst	05.08.

10.000 m Lauf

Rekord	: 39:48,4	Liliensiek, Horst	37		2002
43:39,5	Werner, Reiner	42	TSV Friesenstolz Riepe	Warsingsfehn	29.08.
44:40,2	Sprick, Wilhelm	42	VfL Oldenburg	Sottrum	19.04.
46:47,8	Jans, Peter	40	Emder Laufgemeinschaft	Aurich	28.04.
54:26,9	Steinke, Dietrich	41	SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn	29.08.

1 Stunde Lauf

Rekord	: 12.902	Blauhut, Rolf	40	LC Delmenhorst	2006
12.072	Blauhut, Rolf	40	LC Delmenhorst	Delmenhorst	21.04.

10 km Lauf

Rekord	: 40:07	Liliensiek, Horst	37		2002
41:23	Frense, Horst	41	VfL Oldenburg	Oldenburg	21.10.
42:38	Aschenbrenner, Erich	42	TV Meppen	Norden	21.04.
44:15	Werner, Reiner	42	TSV Friesenstolz Riepe	Schortens	18.08.
44:53	Smidt, Ernst	40	Emder Laufgemeinschaft	Moslesfehn	12.05.
45:32	Sprick, Wilhelm	42	VfL Oldenburg	Moslesfehn	12.05.
46:20	Jans, Peter	40	Emder Laufgemeinschaft	Marienhafe	09.04.
47:22	Glüsenkamp, Friedel	40	OTB Osnabrück	Neuenkirchen	18.05.
50:09	Daniel, Wolf-Dieter	42	SV Eintr. Neuenkirchen	Spelle	17.08.
50:50	Sager, Bernhard	41	VfL Oldenburg	Rüstersiel	15.09.
52:12	Allmers, Hermann	40	TuS Eversten	Ofen	03.10.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:28:07 Liliensiek, Horst 37 2002

1:34:14	Albers, Franz	38	VfL Germania Leer	Cuxhaven	01.04.
1:35:09	Frense, Horst	41	VfL Oldenburg	Neuenkirchen	13.10.
1:35:29	Fuchs, Helmut	40	VfL Oldenburg	Neuenkirchen	13.10.
1:38:10	Werner, Reiner	42	TSV Friesenstolz Riepe	Dunum	31.03.
1:39:11	Sprick, Wilhelm	42	VfL Oldenburg	Löningen	27.10.
1:41:14	Smidt, Ernst	40	Emder Laufgemeinschaft	Dunum	31.03.
1:42:14	Remling, Dr. Ludwig	42	VfL Lingen	Spelle	17.08.
1:45:37	Böll, Dieter	38	SC Schölerberg	Spelle	17.08.
1:47:20	Blauhut, Rolf	40	LC Delmenhorst	Hamburg-Neugraben	01.04.
1:51:49	Scheepers, Norbert	41	VfL Lingen	Spelle	17.08.

Marathonlauf

Rekord : 3:14:36 Liliensiek, Horst 37 2002

3:29:17	Werner, Reiner	42	TSV Friesenstolz Riepe	Düsseldorf	06.05.
3:38:59	Sprick, Wilhelm	42	VfL Oldenburg	Bremen	30.09.
3:48:10	Smidt, Ernst	40	Emder Laufgemeinschaft	Hamburg	29.04.
3:57:55	Böll, Dieter	38	SC Schölerberg	Steinfurt	17.03.
4:09:56	Dawoud, Fadel	39	LC Delmenhorst	Hannover	06.05.

100 m Hürden 0.840m

Rekord : 21,47 Keck, Heinz 41 SC Schölerberg 2007

21,47 +0,0	Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Osnabrück	06.05.

10 km Str.-Gehen

Rekord : 62:05 Lersch, Heiko 39 SV Brake 2005

63:47	Lersch, Heiko	39	SV Brake	Regensburg	18.05.

Hochsprung

Rekord : 1,57 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 2005

1,44	Gnoth, Siegbert	40	TuS Gildehaus	Riccione/ITA	13.09.
1,25	Wolterink, Johann	42	Fortuna Wirdum	Fulda	15.07.
1,20	Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Osnabrück	05.05.

Stabhochsprung

Rekord : 3,20 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 2005

3,10	Gnoth, Siegbert	40	TuS Gildehaus	Gladbeck	02.09.
2,30	Wolterink, Johann	42	Fortuna Wirdum	Salzgitter	09.06.
2,00	Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Riccione/ITA	05.09.

Weitsprung

Rekord : 4,46 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 2006

4,37 +0,0	Gnoth, Siegbert	40	TuS Gildehaus	Osnabrück	05.05.
4,22	Keck, Heinz	41	SC Schölerberg	Bad Oeynhausen	17.06.
4,13 -0,8	Renzenbrink, Fritz	39	SV Quitt Ankum	Delmenhorst	05.08.
3,95 -1,0	Wolterink, Johann	42	Fortuna Wirdum	Salzgitter	09.06.
3,20	Richtering, Bernhard	41	VfL Lingen	Lingen	19.06.

Dreisprung

Rekord : 10,24 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 2007

10,24	Gnoth, Siegbert	40 TuS Gildehaus	Nordhorn	03.10.
7,69 +0,4	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Fulda	15.07.

Kugelstoss 5 kg

Rekord : 11,76 Riep, Kurt 38 TV Hude 2005

11,58	Riep, Kurt	38 TV Hude	Bremerhaven	04.07.
10,60	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Holtland	07.06.
10,43	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Groß hesepe	06.10.
9,95	Beyer, Klaus	42 SV Holtland	Meppen	28.04.
9,50	Gnoth, Siegbert	40 TuS Gildehaus	Osnabrück	05.05.
8,80	Schneider, Martin	37 VfL Lingen	Lingen	19.06.
8,68	Gertjegerdes, Klaus	41 Seefelder TV	Seefeld	15.09.
8,41	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Marienhafe	26.09.
8,30	Ahlhorn, Horst	39 TV Waddens	Seefeld	15.09.
8,02	Theißen, Jan	42 TuS Gildehaus	Gildehaus	20.04.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 46,82 Riep, Kurt 38 TV Hude 2005

45,73	Riep, Kurt	38 TV Hude	Bremerhaven	09.05.
35,67	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Groß Hesepe	06.10.
35,53	Fleßner, Ekke	42 TuS Weener	Wirdum	07.10.
35,42	Beyer, Klaus	42 SV Holtland	Wirdum	31.03.
33,78	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Riccione/ITA	05.09.
30,10	Schneider, Martin	37 VfL Lingen	Lingen	19.06.
25,20	Vössing, Manfred	32 VfL Lingen	Lingen	19.06.
22,32	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Marienhafe	26.09.

Hammerwurf 5 kg

Rekord : 40,57 Beyer, Klaus 42 SV Holtland 2007

40,57	Beyer, Klaus	42 SV Holtland	Groß Hesepe	14.04.
31,09	Riep, Kurt	38 TV Hude	Bremerhaven	18.07.
28,99	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Groß Hesepe	06.10.
28,22	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Riccione/ITA	14.09.
21,46	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Wirdum	03.10.

Speerwurf 600 g

Rekord : 43,63 Gnoth, Siegbert 40 TuS Gildehaus 2007

43,63	Gnoth, Siegbert	40 TuS Gildehaus	Fulda	15.07.
35,51	Beyer, Klaus	42 SV Holtland	Meppen	28.04.
31,67	Riep, Kurt	38 TV Hude	Meppen	28.04.
29,63	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Osnabrück	07.08.
24,66	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Riccione/ITA	14.09.

Gewichtswurf

Rekord : 14,02 Beyer, Klaus 42 SV Holtland 2007

14,02	Beyer, Klaus	42 SV Holtland	Meppen	28.04.
12,91	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Meppen	18.08.

12,32	Riep, Kurt	38 TV Hude	Bremerhaven	04.07.
11,46	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Osnabrück	07.08.

Fünfkampf

Rekord : 3.218 Wiemer, Heinz 29 Eintracht Delmenhorst 1994

1.419	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Bad Oeynhausen	16.06.
	4,22-29,05-28,74-27,04-6:29,74			

Zehnkampf

Rekord : 2.932 Keck, Heinz 41 SC Schölerberg 2007

2.932	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Riccione/ITA	04.09/
	13,65(+0.7)-4,11(-1.1)-9,97-1,18-65,05			05.09.
	21,14(+4.1)-33,78-2,00-29,39-6:18,98			

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.658 Riep, Kurt 38 TV Hude 2005

2.576	Beyer, Klaus	42 SV Holtland	Meppen	28.04.
	9,95-33,09-39,93-35,51-14,02			
2.542	Riep, Kurt	38 TV Hude	Bremerhaven	04.07.
	11,58-43,36-29,56-30,20-12,32			
2.180	Keck, Heinz	41 SC Schölerberg	Osnabrück	07.08.
	10,16-31,20-27,65-29,63-12,46			
2.136	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Riccione/ITA	14.09.
	10,22-35,28-28,22-24,66-11,23			

Seniorinnen W 65

100 m Lauf

Rekord : 16,04 Hoppe, Ute 38 TuS Blau-Weiß Lohne 2003

18,7	Seggermann, Ulla	39 SV Lemwerder	Nordenham	25.08.

10 km Lauf

Rekord : 49:08 Willerts, Elfriede 36 LG Wilhelmshaven 2002

57:31	Badtke, Irene	41 LG Wilhelmshaven	Rüstersiel	15.09.

Halbmarathonlauf

Rekord : 1:51:40 Willerts, Elfriede 36 LG Wilhelmshaven 2003

2:01:04	Kupke, Ingrid	42 SC Melle 03	Neuenkirchen	13.10.
2:18:53	Badtke, Irene	41 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.05.

Weitsprung

Rekord : 3,00 Böning, Winfriede 40 Seefelder TV 2005

2,93	Seggermann, Ulla	39 SV Lemwerder	Nordenham	25.08.

Kugelstoss 3 kg

Rekord	: 9,22	Alms, Sabine	42 LG Ganderkesee		2007
9,22		Alms, Sabine	42 LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
7,29		Hoppe, Ute	38 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	24.08.
6,55		Böning, Winfriede	40 Seefelder TV	Seefeld	15.09.
6,49		Seggermann, Ulla	39 SV Lemwerder	Seefeld	15.09.

Diskuswurf 1 kg

Rekord	: 23,12	Hoppe, Ute	38 TuS Blau-Weiß Lohne		2003
18,18		Hoppe, Ute	38 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	24.08.

Senioren M 70

100 m Lauf

Rekord	: 14,34	Wiemer, Heinz	29 Eintracht Delmenhorst		1999
16,34 -0,3		Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Delmenhorst	24.08.

200 m Lauf

Rekord	: 29,77	Wiemer, Heinz	29 Delmenhorster SC		1999
34,92 +0,1		Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Hamburg	23.06.

400 m Lauf

Rekord	: 83,18	Kohn, Gottfried	25 Eintracht Delmenhorst		1997
84,24		Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.08.

800 m Lauf

Rekord	: 2:51,42	Weichbrodt, Heinz-Geor	33 LG Wilhelmshaven		2003
3:46,1		Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Nordenham	25.08.

1000 m Lauf

Rekord	: 3:53,38	Weichbrodt, Heinz-Geor	33 LG Wilhelmshaven		2003
4:33,4		Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Leer	06.10.

5000 m Lauf

Rekord	: 20:47,08	Winter, Heinz	36 TV Georgsmarienhütte		2006
21:42,72		Winter, Heinz	36 TV Georgsmarienhütte	Alfeld	22.04.

10.000 m Lauf

Rekord	: 42:16,93	Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	2006
44:43,26		Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	Fulda	13.07.
51:13,5		Wenninga, Otto	36	Heidmühler FC	Schortens	12.06.

1 Stunde Lauf

Rekord	: 13.625	Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	2006
12.040		Firschau, Alfred	35	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	21.04.
11.540		Wenninga, Otto	36	Heidmühler FC	Schortens	12.06.
11.340		Onoriss, Vasilios	37	Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	21.04.

10 km Lauf

Rekord	: 41:21	Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	2006
43:20		Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	Wolfenbüttel	18.03.
48:11		Weichbrodt, Heinz-Geor	33	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	21.10.
50:21		Ungemach, Andreas	33	TV Georgsmarienhütte	Neuenkirchen	18.05.
53:01		Bülow, Erhard	36	VfL Löningen	Oldenburg	11.03.
53:30		Witte, Günter	34	1. TC Oldenburg	Ofen	03.10.
56:44		Zech, Arno	35	TuS Eversten	Garrel	15.09.
57:26		Jungenkrüger, Georg	36	TSV Friesenstolz Riepe	Emden	02.06.
57:48		Brechters, Horst	33	Emder Laufgemeinschaft	Emden	02.06.
58:52		Lösche, Günter	36	Vareler TB	Oldenburg	21.10.
59:14		Badtke, Gerhard	34	LG Wilhelmshaven	Oldenburg	11.03.

Halbmarathonlauf

Rekord	: 1:35:42	Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	2006
1:36:57		Winter, Heinz	36	TV Georgsmarienhütte	Neuenkirchen	13.10.
1:53:21		Rackow, Günter	34	VfL Lingen	Löningen	27.10.
1:55:00		Ungemach, Andreas	33	TV Georgsmarienhütte	Spelle	17.08.

Hochsprung

Rekord	: 1,32	Sauerbaum, Ernst	30	SV Nordenham	2000
1,21		Foellger, Friedhelm	37	VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.08.
1,15		Schneider, Martin	37	VfL Lingen	Salzgitter	09.06.

Stabhochsprung

Rekord	: 1,82	Foellger, Friedhelm	37	VfL Germania Leer	2007
1,82		Foellger, Friedhelm	37	VfL Germania Leer	Minden	05.05.

Weitsprung

Rekord	: 4,38	Thaden, Thade	33	ATV Rodenkirchen	2004
3,78		Schneider, Martin	37	VfL Lingen	Lingen	19.06.
3,70 +0,4		Foellger, Friedhelm	37	VfL Germania Leer	Minden	01.08.

Kugelstoss 4 kg

Rekord	: 10,74	Dreger, Edgar	31	SV Holtland		2005
9,41	Schneider, Martin		37	VfL Lingen	Salzgitter	09.06.
8,78	Willkomm, Hermann-Jose		37	SV Holtland	Delmenhorst	05.08.
8,40	Foellger, Friedhelm		37	VfL Germania Leer	Delmenhorst	05.08.
8,28	Peltzer, Alex		34	TuS Frisia Goldenstedt	Lohne	28.04.
7,81	Thaden, Thade		33	ATV Rodenkirchen	Seefeld	15.09.
7,53	Böning, Reiner		36	Seefelder TV	Seefeld	15.09.
6,71	Gawrych, Walter		34	OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.

Diskuswurf 1 kg

Rekord	: 38,34	Bux, Ernst	36	Heidmühler FC		2007
38,34	Bux, Ernst		36	Heidmühler FC	Bremerhaven	02.05.
34,90	Schneider, Martin		37	VfL Lingen	Lingen	08.09.
24,79	Gawrych, Walter		34	OTB Osnabrück	Osnabrück	24.03.
23,12	Willkomm, Hermann-Jose		37	SV Holtland	Holtland	14.09.
20,92	Peltzer, Alex		34	TuS Frisia Goldenstedt	Lohne	28.04.

Hammerwurf 4 kg

Rekord	: 39,13	Dreger, Edgar	31	SV Holtland		2005
33,15	Willkomm, Hermann-Jose		37	SV Holtland	Delmenhorst	05.08.
27,17	Schneider, Martin		37	VfL Lingen	Salzgitter	09.06.
20,54	Gawrych, Walter		34	OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.

Speerwurf 500 g

Rekord	: 35,05	Bux, Ernst	36	Heidmühler FC		2006
29,44	Bux, Ernst		36	Heidmühler FC	Delmenhorst	05.08.
21,70	Podleschny, Werner		34	LG Ganderkesee	Ganderkesee	06.10.
19,95	Foellger, Friedhelm		37	VfL Germania Leer	Leer	28.04.
16,18	Willkomm, Hermann-Jose		37	SV Holtland	Aurich	22.07.

Gewichtswurf

Rekord	: 14,18	Dreger, Edgar	31	SV Holtland		2005
13,90	Willkomm, Hermann-Jose		37	SV Holtland	Meppen	18.08.

Werfer-Fünfkampf

Rekord	: 2.220	Dreger, Edgar	31	SV Holtland		2005
1.811	Willkomm, Hermann-Jose		37	SV Holtland	Meppen	18.08.
	8,41-22,50-30,64-12,89-13,90					

Seniorinnen W 70

10 km Lauf

Rekord :	53:01	Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	2006
55:19		Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	Emden 02.06.
63:17		König, Käthe	36	Emder Laufgemeinschaft	Oldenburg 21.10.

Halbmarathonlauf

Rekord :	1:58:47	Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	2006
1:59:56		Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen 13.10.

Senioren M 75

1000 m Lauf

Rekord :	5:00,0	Meyer, Dieter	31	VfL Germania Leer	2007
5:00,0		Meyer, Dieter	31	VfL Germania Leer	Leer 06.10.

5000 m Lauf

Rekord :	26:16,68	Schlüter, Ewald	31	SC Melle 03	2007
26:16,68		Schlüter, Ewald	31	SC Melle 03	Delmenhorst 05.08.

Marathonlauf

Rekord :	5:27:28	Vogel, Siegfried	32	Eintracht Delmenhorst	2007
5:27:28		Vogel, Siegfried	32	Eintracht Delmenhorst	Berlin 30.09.

Kugelstoss 4 kg

Rekord :	11,60	Korte, Ernst	04	VfL Lingen	1981
10,18		Bielefeld, Ernst	32	SV Brake	Delmenhorst 05.08.
8,59		Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	Osnabrück 07.08.

Diskuswurf 1 kg

Rekord :	35,18	Dreger, Edgar	31	SV Holtland	2006
27,67		Bielefeld, Ernst	32	SV Brake	Bremerhaven 09.05.
24,34		Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	Osnabrück 09.10.

Hammerwurf 4 kg

Rekord :	37,78	Dreger, Edgar	31	SV Holtland	2006
32,63		Bielefeld, Ernst	32	SV Brake	Nordenham 14.04.
29,92		Dreger, Edgar	31	SV Holtland	Delmenhorst 17.03.
26,04		Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica 10.06.

Speerwurf 500 g

Rekord : 26,50	Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	2007
26,50	Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica 10.06.
20,98	Bielefeld, Ernst	32	SV Brake	Nordenham 25.08.

Gewichtswurf

Rekord : 12,32	Dreger, Edgar	31	SV Holtland	2006
11,57	Bielefeld, Ernst	32	SV Brake	Bremerhaven 09.05.
10,96	Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	Osnabrück 09.10.

Werfer-Fünfkampf

Rekord : 2.084	Dreger, Edgar	31	SV Holtland	2006
1.929	Bielefeld, Ernst	32	SV Brake	Meppen 28.04.
	9,99-25,07-31,70-19,73-11,56			
1.749	Löhr, Hermann	32	TV Bissendorf-Holte	Osnabrück 07.08.
	8,59-22,85-25,04-26,48-10,88			

Senioren M 80

Kugelstoss 4 kg

Rekord : 10,63	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	2006
9,15	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	Osnabrück 22.05.
7,20	Kitzel, Joachim	23	Delmenhorster TV	Delmenhorst 05.08.

Diskuswurf 1 kg

Rekord : 24,15	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	2006
20,82	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	Osnabrück 09.10.
12,02	Kitzel, Joachim	23	Delmenhorster TV	Holtland 14.09.

Hammerwurf 4 kg

Rekord : 28,66	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	2006
26,98	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	Osnabrück 22.05.
24,98	Kitzel, Joachim	23	Delmenhorster TV	Porta Westfalica 10.06.

Speerwurf 400 g

Rekord : 22,40	Kitzel, Joachim	23	Delmenhorster TV	2007
22,40	Kitzel, Joachim	23	Delmenhorster TV	Huchting 29.04.
17,89	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	Osnabrück 09.10.

Gewichtswurf

Rekord : 12,50	Wildenhayn, Wolfgang	26	OTB Osnabrück	2006
10,56	Meyer, Heinz	26	OTB Osnabrück	Osnabrück 09.10.

Werfer-Fünfkampf

Rekord	: 1.619	Meyer, Heinz	26 OTB Osnabrück	2007

1.619	Meyer, Heinz	26 OTB Osnabrück	Osnabrück	09.10.

8,98-20,82-26,29-17,89-10,56

Senioren M 85

Diskuswurf 1 kg

Rekord	: 15,38	Kellner, Walter	18 VfL Lingen	2007

15,38	Kellner, Walter	18 VfL Lingen	Groß Hesepe	14.04.