

Anmerkungen zur Bestenliste 2009

Wie in jedem Jahr habe ich versucht, die Bestenlisten möglichst vollständig zu erstellen. Auch in diesem Jahr werden wieder Leistungen fehlen, weil mir Ergebnislisten nicht zugesandt wurden bzw. diese nicht veröffentlicht wurden. Zudem kann es natürlich auch sein, dass ich Leistungen nicht erfasst habe, weil ich sie übersehen habe. Ich bitte diese Fehler zu entschuldigen.

Die Rekordlisten müssen noch überarbeitet werden. Deshalb bitte ich, mir Rekordleistungen, die in der Liste fehlen, mitzuteilen.

Harry Jürrens

Email: hjuerrens@t-online.de

Männer

100 m Lauf

10,94	+0,0	Röttger, Stephan	87	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	01.06.
10,98	+1,6	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Wilhelmshaven	25.04.
11,07	+0,9	Eilers, Saarko	89	TV Norden	Wilhelmshaven	20.06.
11,27	+0,2	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Koln	24.05.
11,27	+2,0	Karn, Julien	86	TV Norden	Garbsen	25.07.
11,35	-0,4	Hess, Adham	86	VfL Oldenburg	Papenburg	25.09.
11,2		Kohne, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	12.05.
11,45	+1,2	Scheutwinkel, Wilke	89	TV Norden	Zeven	30.05.
11,46	+0,8	Riesenbeck, David	86	TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	03.07.
11,51	+0,8	Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	27.05.
11,56	+0,0	Vöhrs, Sören	84	TV Norden	Garbsen	01.05.
11,57	+0,5	Gruber, Timo	84	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	20.06.
11,58	+1,6	Caspers, Claas	86	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	25.04.
11,66	+0,5	Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Verden	16.05.
11,75	+0,0	Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	07.07.
11,77	+1,6	Nitschke, Claas	84	DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	25.04.
11,88	-1,0	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
11,96	+0,2	Jürjens, Jann-Erik	86	SV Friedrichsfehn	Winsen	12.09.
12,00	-1,1	Raschka, Uwe	89	DSC Oldenburg	Verden	16.05.
12,00	*	Bode, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	20.05.

200 m Lauf

22,26	+2,0	Goldenstein, Carsten	88	TV Norden	Wilhelmshaven	25.04.
22,40	+1,0	Scheutwinkel, Wilke	89	TV Norden	Delmenhorst	05.06.
22,76	+0,0	Eilers, Saarko	89	TV Norden	Wilhelmshaven	21.06.
22,78	+0,3	Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Wilhelmshaven	21.06.
22,83	+0,0	Hess, Adham	86	VfL Oldenburg	Papenburg	25.09.
22,88	+0,0	Röttger, Stephan	87	LG Osnabrück	Bad Oeynhausen	01.06.
23,22	-0,5	Gruber, Torsten	84	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	21.06.
23,23	+0,6	Karn, Julien	86	TV Norden	Lübeck	19.07.
23,23	+0,0	Riesenbeck, David	86	TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	25.09.
23,32	+0,0	Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	Ahlen	13.06.
23,35	+0,1	Vöhrs, Sören	84	TV Norden	Hannover	06.09.
23,66	*	Buß, Ingo	89	TuS Blau-Weiß Lohne	Minden	22.07.
23,73	+0,0	Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
23,80	+1,6	Kohne, Christian	89	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	04.06.
24,21	+0,1	Maaß, Hauke Michae	89	STV Barßel	Stade	03.05.
24,27	+0,1	Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Hannover	06.06.
24,36	+0,0	Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
24,43	-0,1	Deppe, Gert	64	OTB Osnabrück	St. Wendel	28.06.
24,51	+1,0	Dittrich, Arne	89	TV Norden	Delmenhorst	05.06.
24,53	+0,1	Tute, Max	88	OTB Osnabrück	Hannover	06.06.

400 m Lauf

47,73		Onken, Jan-Gerhard	88	VfL Germania Leer	Cuxhaven	22.07.
50,97		Gruber, Torsten	84	LG Osnabrück	Wilhelmshaven	20.06.
51,36		Gerlee, Sascha	75	OTB Osnabrück	St. Wendel	27.06.
51,49		Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	27.05.
52,00		Gruber, Daniel	89	LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	17.05.
52,59		Rasper, Tobias	87	LG Osnabrück	Osnabrück	07.07.
53,05		Riesenbeck, David	86	TuS Blau-Weiß Lohne	Osnabrück	07.07.
53,37		Petersen, Jens	65	OTB Osnabrück	Kiel	14.06.
53,72		Deppe, Gert	64	OTB Osnabrück	Hannover	06.06.
53,80		Tute, Heiko	61	OTB Osnabrück	Uslar	01.08.
54,24		Kühling, Fabian	88	BV Garrel	Blumenthal	25.06.

54,43	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
54,43	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Winsen	12.09.
54,48	Nerkamp, Jens	89 BV Garrel	Garrel	13.08.
54,54	Hardt, Simon	87 TuS Gildehaus	Gladbeck	30.05.
54,78	Vöhrs, Sören	84 TV Norden	Wilhelmshaven	20.06.
54,99	Beintken, Jens	81 SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	27.05.
55,06	Raschka, Uwe	89 DSC Oldenburg	Verden	16.05.
55,20	Buß, Ingo	89 TuS Blau-Weiß Lohne	Stuhr	06.05.
55,25	Onken, Heinz-Helmut	87 VfL Germania Leer	Osnabrück	07.07.

800 m Lauf

1:48,33	Onken, Jan-Gerhard	88 VfL Germania Leer	Leverkusen	31.07.
1:52,00	Gruber, Daniel	89 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	20.06.
1:53,66	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Lübeck	18.07.
1:57,42	Rasper, Tobias	87 LG Osnabrück	Lübeck	18.07.
1:57,48	Nerkamp, Jens	89 BV Garrel	Zeven	31.05.
1:57,89	Wiechmann, Steffen	88 VfL Germania Leer	Hannover	06.06.
1:58,97	Kühling, Fabian	88 BV Garrel	Zeven	31.05.
2:02,86	Scheiter, Sebastian	80 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
2:04,82	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	St. Wendel	27.06.
2:04,88	Onken, Heinz-Helmut	87 VfL Germania Leer	Zeven	31.05.
2:09,09	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
2:09,34	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Delmenhorst	03.07.
2:10,6	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
2:12,19	Fuchs, Christian	85 SV Friedrichsfehn	Verden	16.05.
2:13,00	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Delmenhorst	05.06.
2:13,87	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Wunstorf	24.05.
2:14,07	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Celle	20.09.
2:16,11	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Osnabrück	20.05.
2:16,59	Suhrhoff, Rolf	57 SC Melle 03	Osnabrück	20.05.
2:16,8	Onkelbach, Jan	89 TuS Ofen	Großenkneten	30.08.

1000 m Lauf

2:26,29	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Leverkusen	31.07.
2:31,52	Rasper, Tobias	87 LG Osnabrück	Leverkusen	31.07.
2:32,52	Wollherr, Maik	85 LG Osnabrück	Minden	01.07.
2:32,8	Nerkamp, Jens	89 BV Garrel	Barsinghausen	07.08.
2:44,48	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Minden	01.07.
2:50,25	Behrendt, Christian	82 LG Osnabrück	Osnabrück	02.06.
2:53,61	Schröder, Hendrik	85 SV Friedrichsfehn	Garbsen	25.07.
2:55,49	Tute, Max	88 OTB Osnabrück	Uslar	01.08.
2:56,8	Olesch, Dominik	87 OTB Osnabrück	Melle	02.09.
2:59,59	Dicke, Frank	70 BV Garrel	Papenburg	25.09.
3:04,0	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Lingen	15.09.
3:06,30	Gebhardt, Christian	77 BV Garrel	Papenburg	25.09.
3:08,0	Bertram, Thomas	65 VfL Oldenburg	Sottrum	14.05.
3:18,2	Niehaus, Ralf	77 VfL Lingen	Lingen	15.09.
3:19,5	Baumung, Jürgen	55 VfL Lingen	Lingen	15.09.
3:21,1	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Sottrum	14.05.
3:21,6	Grave, Georg	48 VfL Lingen	Lingen	15.09.
3:24,0	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
3:54,3	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Lingen	15.09.

1500 m Lauf

3:44,76	Pehrs, Florian	89 TuS Gildehaus	Leverkusen	31.07.
3:48,14	Gruber, Daniel	89 LG Emstal Dörpen	Leverkusen	31.07.
3:53,21	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Cuxhaven	22.07.
3:58,78	Nerkamp, Jens	89 BV Garrel	Bremen	24.05.

4:01,47	Wiechmann, Steffen	88 VfL Germania Leer	Lübeck	19.07.
4:01,48	Rasper, Tobias	87 LG Osnabrück	Zeven	30.05.
4:10,11	Kühling, Fabian	88 BV Garrel	Garrel	13.08.
4:16,36	Wollherr, Maik	85 LG Osnabrück	Minden	12.08.
4:20,57	Waschkau, Jan	77 VfL Germania Leer	Koln	24.05.
4:21,58	Sonnenberg, Andrej	83 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
4:25,86	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Verden	16.05.
4:26,0	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Melle	26.08.
4:28,05	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
4:30,76	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Ahlen	13.06.
4:30,7	Schröder, Hendrik	85 SV Friedrichsfehn	Großenkneten	30.08.
4:31,72	Klus-Brauner, Michael	71 VfL Germania Leer	Koln	24.05.
4:31,9	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
4:32,49	Ihle, Norman	80 DSC Oldenburg	Verden	16.05.
4:35,72	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Vaterstetten	12.07.
4:36,81	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Delmenhorst	27.05.

1 Meile

4:19,94	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Osnabrück	07.07.
4:58,5	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn	09.10.
5:06,88	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Osnabrück	07.07.
5:08,2	Klus-Brauner, Michael	71 VfL Germania Leer	Emden	23.08.
5:17,9	Krawietz, Leander	71 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	23.08.
5:25,3	Bojunga, Sören	88 Fortuna Wirdum	Emden	23.08.
5:28,6	Onkelbach, Jan	89 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	09.10.
5:37,5	Sigl, Holger	70 LAC Emden/Aurich	Emden	23.08.
5:40,2	Schäfer, Thomas	68 LG Wilhelmshaven	Emden	23.08.
5:40,9	Pelleter, Timo	70 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	23.08.
5:50,5	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden	23.08.
5:52,3	Böseler, Jürgen	60 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	09.10.
5:54,5	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Sottrum	11.06.
6:03,6	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Emden	23.08.
6:35,2	Scholz, Alfred	53 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	23.08.
6:42,4	Schardt, Michael	54 SG SW Oldenburg	Bad Zwischenahn	09.10.
7:13,6	Kortylack, Michael	48 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	23.08.

3000 m Lauf

8:18,30	Pehrs, Florian	89 TuS Gildehaus	Wattenscheid	02.08.
8:30,93	Wollherr, Maik	85 LG Osnabrück	Dortmund	14.05.
8:48,84	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Dortmund	14.05.
8:59,94	Keil, Axel	82 SC Melle 03	Minden	01.07.
9:04,13	Scheiter, Sebastian	80 LG Osnabrück	Dortmund	14.05.
9:17,40	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Minden	01.07.
9:26,32	Behrendt, Christian	82 LG Osnabrück	Minden	01.07.
9:29,43	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Wunstorf	24.05.
9:38,9	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Aurich	07.08.
9:49,40	Mäschig, Michael	77 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
10:06,3	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Melle	26.08.
10:12,06	Drees, Heinrich	69 VfL Lönningen	Lönningen	20.05.
10:16,8	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Aurich	07.08.
10:21,9	Vlaardingerbro, Kurt	68 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen	24.06.
10:26,5	Surhoff, Rolf	57 SC Melle 03	Melle	26.08.
10:27,5	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen	24.06.
10:28,4	Last, Stefan	67 SC Melle 03	Melle	27.05.
10:29,67	Reents, Jürgen	71 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
10:30,68	Lambertus, Dietmar	63 VfL Oldenburg	Wunstorf	24.05.
10:38,57	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Lönningen	20.05.

5000 m Lauf

14:24,96	Pehrs, Florian	89 TuS Gildehaus	Baunatal	05.06.
14:52,08	Nerkamp, Jens	89 BV Garrel	Koblenz	20.05.
15:53,06	Sonnenberg, Andrej	83 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
15:57,75	Schumann, Timo	85 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	20.06.
16:09,06	Brinkmann, Max Philipp	88 VfL Germania Leer	Koln	24.05.
16:11,5	Eichinger, Christian	89 SV Lemwerder	Großenkneten	30.08.
16:14,15	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	20.06.
16:14,92	Keil, Axel	82 SC Melle 03	Lübeck	18.07.
16:15,1	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Großenkneten	30.08.
16:17,08	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Wilhelmshaven	20.06.
16:20,75	Wiechmann, Steffen	88 VfL Germania Leer	Leer	05.09.
16:24,82	Meyer, Dennis	89 VfL Germania Leer	Papenburg	25.09.
16:33,34	Ihle, Norman	80 DSC Oldenburg	Verden	16.05.
16:46,02	Behrendt, Christian	82 LG Osnabrück	Minden	22.07.
16:50,0	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Gildehaus	13.05.
16:53,2	Trudrung, Waldemar	89 SV Lemwerder	Nordenham	08.05.
17:03,33	Grabowsky, Klaus-Diete	53 SC Spelle-Venhaus	Bremen	26.04.
17:09,7	Klus-Brauner, Michael	71 VfL Germania Leer	Aurich	19.06.
17:10,57	Brunkhorst, Jörg	69 SV Nordenham	Delmenhorst	31.07.
17:15,73	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	31.07.

10.000 m Lauf

32:42,66	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Bremen	26.04.
34:38,12	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Bremen	02.05.
34:38,5	Mäschig, Michael	77 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
34:46,03	Keil, Axel	82 SC Melle 03	Bremen	26.04.
34:50,10	Eichinger, Christian	89 SV Lemwerder	Bremen	26.04.
35:10,47	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Bremen	26.04.
35:17,4	Düweling, Carsten	74 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle	02.09.
35:30,1	Knappeide, Mark	79 TV Georgsmarienhütte	Melle	02.09.
36:23,74	Trudrung, Waldemar	89 SV Lemwerder	Bremen	26.04.
36:44,6	Taube, Ralf	69 VfL Germania Leer	Warsingsfehn	04.08.
37:02,0	Vlaardingerbro, Kurt	68 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	04.08.
37:10,4	Jürrens, Harry	57 Emder Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
37:22,3	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Warsingsfehn	04.08.
37:25,6	Sanders, Anton	61 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	04.08.
37:27,2	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn	04.08.
38:06,0	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
38:17,3	Schweer, Helmut	58 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle	02.09.
38:20,7	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Aurich	25.04.
38:53,0	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Garrel	11.06.
38:55,8	Lambertus, Dietmar	63 VfL Oldenburg	Aurich	25.04.

1 Stunde Lauf

16.070	Wegmann, Heinz-Josef	64 SV Grün-Weiß Dersum	Börger	07.08.
15.930	Kukjan, Jakob	83 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
15.910	Jürrens, Harry	57 Emder Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
15.715	Krawietz, Leander	71 Emder Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
15.380	Bergfeld, Peter	66 LG Papenburg/Aschendorf	Börger	07.08.
15.326	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Garrel	11.06.
15.320	Robbers, Dietmar	61 SV Sparta Werlte	Börger	07.08.
15.067	Reents, Jürgen	71 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	18.04.
14.975	Busse, Peter	65 Emder Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
14.960	Schulte, Hans-Theo	64 SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	04.10.
14.843	Sandker, Frank	75 TuS Emstekerfeld	Garrel	11.06.
14.560	Sigl, Holger	70 LAC Emden/Aurich	Emden	01.11.
14.430	Schmack, Holger	67 Heidmühler FC	Schortens	09.06.

14.420	Völkert, Hermann	58 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
14.243	Wiese, Ludger	55 BV Garrel	Garrel 11.06.
14.231	Meinen, Sven	89 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 18.04.
14.200	Niemöller, Edgar	69 TuS Ofen	Schortens 09.06.
14.190	Hallmann, Hermann	62 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.
14.091	Raschke, Maik	73 TuS Zetel	Schortens 09.06.
14.060	Becker, Axel	60 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.

10 km Lauf

31:11	Nerkamp, Jens	89 BV Garrel	Otterndorf 12.09.
31:17	Immega, Stephan	84 LG Harlingerland	Oldenburg 18.10.
31:42	Otting, Thomas	87 SV Concordia Emsbüren	Lingen 13.06.
31:43	Hartger, Gerold	80 LC Nordhorn	Nordhorn 12.09.
31:57	König, Tammo	77 1. TC Oldenburg	Oldenburg 18.10.
32:07	Pupkes, Eike	84 Vareler TB	Oldenburg 18.10.
32:31	Groenhagen, Achim	68 LG Harlingerland	Oldenburg 18.10.
33:08	Schumann, Timo	85 DSC Oldenburg	Lemwerder 22.03.
33:21	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Barßel 21.08.
33:36	Domnick, Christoph	85 LC Nordhorn	Nordhorn 12.09.
33:44	Theilmann, Oliver	79 1. TC Oldenburg	Oldenburg 18.10.
33:51	Wiechmann, Steffen	88 VfL Germania Leer	Ofen 03.10.
34:00	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Emlichheim 29.05.
34:02	Mäschig, Michael	77 LG Wilhelmshaven	Emlichheim 29.05.
34:03	Eichinger, Christian	89 SV Lemwerder	Lemwerder 12.06.
34:17	Waschkau, Jan	77 VfL Germania Leer	Emden 06.06.
34:22	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.
34:24	Beewen, Rainer	66 TSV Großenkneten	Lemwerder 22.03.
34:26	Trudrung, Waldemar	89 SV Lemwerder	Oldenburg 18.10.
34:30	Mülstegen, Jörg	79 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.

10 km Lauf Mannschaft

1:40:02	LC Nordhorn I Hartger, G. 80 -31:43; Domnick, C. 85 -33:36 Mülstegen, J. 79 -34:43		Nordhorn 12.09.
1:41:53	LG Harlingerland I Immega, S. 84 -32:02; Groenhagen, A. 68 -33:04 Willms, W. 73 -36:47		Hamburg 06.09.
1:42:37	DSC Oldenburg Schumann, T. 85 -33:08; Ihle, N. 80 -34:31 Struß, G. 67 -34:58		Lemwerder 22.03.
1:44:49	BV Garrel Nerkamp, J. 89 -32:49; Kühling, F. 88 -35:03 Schwietert, D. 77 -36:57		Lemwerder 22.03.
1:46:15	SV Lemwerder Trudrung, W. 89 -34:26; Eichinger, C. 89 -34:28 Ammermann, K. 88 -37:21		Oldenburg 18.10.
1:46:39	VfL Germania Leer II Wiechmann, S. 88 -33:51; Wolzen, G. 83 -36:05 Klus-Brauner, M. 71 -36:43		Ofen 03.10.
1:47:46	LG Wilhelmshaven Kukjan, J. 83 -34:48; Klein, A. 70 -35:43 Reents, J. 71 -37:15		Oldenburg 18.10.
1:48:03	VfL Germania Leer Steinke, P. 70 -34:50; Dirksen, J. 85 -36:25 Janssenn, I. 85 -36:48		Lemwerder 22.03.
1:48:36	TSV Großenkneten Beewen, R. 66 -34:24; Menkens, U. 69 -36:33 Jürgens, D. 65 -37:39		Lemwerder 22.03.

1:48:37 TuS Haren Lemwerder 22.03.
 Gerdelmann-Koo, F. 75 -36:00; Gerdelmann, D. 79 -36:30
 Wessels, T. 86 -36:07

Halbmarathonlauf

1:11:24	König, Tammo	77 1. TC Oldenburg	Oldenburg 01.11.
1:11:40	Paetzke, Christoph	83 DSC Oldenburg	Zeven 04.10.
1:12:06	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Zeven 04.10.
1:12:08	Groenhagen, Achim	68 LG Harlingerland	Oldenburg 01.11.
1:14:22	Trudrung, Waldemar	89 SV Lemwerder	Oldenburg 01.11.
1:14:59	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Steinfurt 21.03.
1:15:17	Nowak, Peter	78 LG Osnabrück	Paderborn 11.04.
1:15:23	Tammen, Marco	75 SV Teutonia Stapelmoor	Zeven 04.10.
1:15:54	Bruns, Thomas	78 SV Union Meppen	Bawinkel 11.04.
1:16:07	Schumann, Timo	85 DSC Oldenburg	Zeven 04.10.
1:16:12	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Zeven 04.10.
1:16:23	Eichinger, Christian	89 SV Lemwerder	Zeven 04.10.
1:16:30	Schwengels, Stefan	69 TuS Westerloy	Oldenburg 01.11.
1:17:05	Beewen, Rainer	66 TSV Großenkneten	Oldenburg 01.11.
1:17:26	Wegmann, Heinz-Josef	64 SV Grün-Weiß Dersum	Oldenburg 01.11.
1:18:24	Ihle, Norman	80 DSC Oldenburg	Zeven 04.10.
1:18:42	Jürrens, Harry	57 Emdener Laufgemeinschaft	Zeven 04.10.
1:19:07	Sibum, Norbert	75 TV Norden	Marienhafen 14.08.
1:19:19	Igelbrink, Hans Peter	63 TV Georgsmarienhütte	Zeven 04.10.
1:19:29	Maschmeyer, Sebastian	78 SC Herringhausen	Oldenburg 01.11.

Halbmarathonlauf

Mannschaft

3:43:59	DSC Oldenburg	Zeven 04.10.
	Paetzke, C. 83 -1:11:40; Schumann, T. 85 -1:16:07 Struß, G. 67 -1:16:12	
3:53:08	SV Lemwerder	Hannover 03.05.
	Eichinger, C. 89 -1:14:37; Trudrung, W. 89 -1:15:45 Ammermann, K. 88 -1:22:46	
3:59:23	TSV Großenkneten	Oldenburg 01.11.
	Beewen, R. 66 -1:17:05; Reise, M. 68 -1:20:17 Menkens, U. 69 -1:22:01	
3:59:34	TV Georgsmarienhütte	Zeven 04.10.
	Igelbrink, H. 63 -1:19:19; Ickert, O. 67 -1:19:56 Duda, I. 69 -1:20:19	
4:08:55	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland	Marienhafen 14.08.
	Vlaardingerbro, K. 68 -1:21:48; Sanders, A. 61 -1:23:10 Ludwig, R. 59 -1:23:57	
4:10:19	Team Laufrusch	Bremerhaven 11.07.
	Karczmarzyk, M. 72 -1:22:52; Luhmann, T. 64 -1:23:41 Frerichs, A. 59 -1:23:46	
4:13:27	TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 01.11.
	Schönefeldt, T. 69 -1:21:11; Temming, W. 65 -1:21:49 Linse, K. 68 -1:30:27	
4:14:48	LC Nordhorn	Hamburg 26.04.
	Amt, J. 68 -1:17:33; Beckemper, I. 68 -1:28:26 Holboer, J. 69 -1:28:49	
4:17:41	TV Norden	Dunum 28.03.
	Weidanz, . 69 -1:25:03; Hüls, . 63 -1:25:27 Poguntke, . 63 -1:27:11	
4:26:06	TuS Haren	Bawinkel 11.04.
	Achter, G. 66 -1:26:05; Gerdelmann, D. 79 -1:26:38 Gerdelmann-Koo, F. 75 -1:33:23	

Marathonlauf

2:31:35	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Lönningen 27.06.
2:37:19	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Frankfurt 25.10.
2:37:58	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Hamburg 26.04.
2:38:25	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Hannover 03.05.
2:40:37	Hempfen, Ansgar	80 TV Georgsmarienhütte	Berlin 20.09.
2:42:22	Beewen, Rainer	66 TSV Großenkneten	Kassel 10.05.
2:45:57	Heyen, Michael	69 LG Wilhelmshaven	Lönningen 27.06.
2:46:23	Hryziuk, Andreas	59 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
2:50:04	Küpker, Eduard	70 SV Concordia Emsbüren	Hamburg 26.04.
2:50:39	Lüesse, Peter	75 TV Dinklage	Münster 13.09.
2:50:52	Reise, Michael	68 TSV Großenkneten	Bremen 04.10.
2:54:24	Schwietert, Daniel	77 BV Garrel	Lönningen 27.06.
2:54:58	Brunkhorst, Jörg	69 SV Nordenham	Frankfurt 25.10.
2:55:04	Igelbrink, Hans Peter	63 TV Georgsmarienhütte	Drebber 20.06.
2:55:29	Ickert, Oliver	67 TV Georgsmarienhütte	Münster 13.09.
2:56:40	Nowak, Jens	71 1. TC Oldenburg	Berlin 20.09.
2:57:12	Neitemeier, Ralf	69 TuS Aurich Ost	Frankfurt 25.10.
2:57:31	Broers, Geart	69 TSG Hatten-Sandkrug	Hannover 03.05.
2:57:57	Sandker, Frank	75 TuS Emstekerfeld	Köln 04.10.
2:58:38	Wiesenmüller, Dr. Jens	65 TV Georgsmarienhütte	Münster 13.09.

Marathonlauf Mannschaft

8:50:56	LC Nordhorn		Hamburg 26.04.
	Amt, J. 68 -2:37:58; Holboer, J. 69 -3:04:09		
	Beckemper, I. 68 -3:08:49		
8:59:21	TV Georgsmarienhütte		Münster 13.09.
	Ickert, O. 67 -2:55:29; Wiesenmüller, D. 65 -2:58:38		
	Gerwe, T. 66 -3:05:14		
9:59:15	SC Herringhausen		Münster 13.09.
	Maschmeyer, S. 78 -3:00:59; Köll, S. 71 -3:28:36		
	Girmann, D. 65 -3:29:40		
10:28:28	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland		Bremen 04.10.
	Wilts, M. 72 -3:11:45; Ludwig, R. 59 -3:16:46		
	Meyerhoff, H. 62 -3:59:57		
11:21:08	TuS Zetel		Cuxhaven 05.04.
	Raschke, M. 73 -3:26:25; Ehlers, H. 61 -3:57:21		
	Hinrichs, J. 61 -3:57:22		

110 m Hürden 1.067m

14,83 +0,0	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven 21.06.
15,11 +0,0	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
15,41 -0,1	Küter, Stefan	85 TV Norden	Köln 24.05.
15,68 -1,1	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
16,00 +0,5	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
16,21 -1,1	Ostner, Mathias	87 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
16,43 -1,1	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
16,66 +0,5	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
16,70 +0,9	Jürjens, Jann-Erik	86 SV Friedrichsfehn	Winsen 13.09.
16,94 -0,6	Tjarks, Enno	86 VfL Germania Leer	Delmenhorst 17.05.
17,12 -0,6	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 17.05.
18,53 -0,3	Pasenau, Maximilian	84 TV Norden	Köln 24.05.
19,96 +0,6	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 13.09.
20,24 +1,4	Buss, Soeren	87 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 26.04.

400 m Hürden 0.914m

54,50	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	St. Wendel 28.06.
55,81	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven 20.06.
57,51	Tute, Max	88 OTB Osnabrück	Zeven 31.05.
58,15	Vöhrs, Sören	84 TV Norden	Koln 24.05.
58,86	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	St. Wendel 28.06.
62,19	Goldenstein, Carsten	88 TV Norden	Koln 24.05.
65,56	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
65,82	Moseev, Anton	89 TV Norden	Koln 24.05.
72,80	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.

3000 m Hindernis

9:10,10	Pehrs, Florian	89 TuS Gildehaus	Papenburg 28.08.
9:24,66	Kuk, Viktor	89 OSC Damme	Göttingen 28.06.
9:27,41	Wollherr, Maik	85 LG Osnabrück	Dessau 02.06.
10:02,54	Scheiter, Sebastian	80 LG Osnabrück	Zeven 31.05.
10:07,70	Hardt, Matthias	90 TuS Gildehaus	Papenburg 28.08.
10:11,81	Keil, Axel	82 SC Melle 03	Zeven 31.05.
11:58,30	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.

4 x 100 m Staffel

42,48	StG TV Norden - VfL Leer	Koln 24.05.
	Goldenstein, C. 88; Scheutwinkel, W. 89; Eilers, S. 89; Nordmann, D. 90	
43,27	LG Osnabrück	Wilhelmshaven 20.06.
	Okpure, J. 91; Jochmann, P. 90; Gruber, T. 84; Röttger, S. 87	
44,21	OTB Osnabrück	Verden 16.05.
	Gerlee, S. 75; Sonnenberg, S. 84; Flohr, D. 91; Kähler, H. 91	
44,51	StG DSC/BTB Oldenbg/SV Fr.fehn	Verden 16.05.
	Raschka, U. 89; Nitschke, C. 84; Kinast, V. 90; Tönjes, M. 83	
45,31	Blau-Weiß Hollage	Osnabrück 02.06.
	Kohne, C. 89; Geers, J. 89; Bode, C. 89; Schwarzwald, J. 90	
45,33	StG TV Norden - VfL Leer II	Köln 24.05.
	Pasenau, M. 84; Vöhrs, S. 84; Karn, J. 86; Graventein, T. 90	
45,91	StG OTB-Nordhorn	St. Wendel 27.06.
	Tute, H. 61; Nolte, G. 63; Deppe, G. 64; Tute, K. 65	
46,59	OTB Osnabrück II	Hannover 06.06.
	Tute, H. 61; Nolte, G. 63; Deppe, G. 64; Tute, K. 65	
47,2	LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
	Westphal, C. 87; Meyer, D. 87; Meyer, A. 87; Schmidt, N. 90	
47,81	TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 17.05.
	Kampers, C. 87; Buß, I. 89; Riesenbeck, D. 86; Meyer, J. 91	

4 x 400 m Staffel

3:26,08	StG TV Norden - VfL Leer	Göttingen 28.06.
	Goldenstein, C. 88; Onken, J. 88; Eilers, S. 89; Nordmann, D. 90	

4 x 800 m Staffel

11:12,06	VfL Oldenburg	Delmenhorst 31.07.
	Ostendorf, M. 43; Schmidt, G. 46; Jeske, J. 60; Meincke, M. 68	

3 x 1000 m Staffel

7:51,71	VfL Germania Leer	Bremen 26.04.
	Wiechmann, S. 88; Onken, H. 87; Onken, J. 88	
7:59,78	TuS Gildehaus	Osnabrück 18.04.
	Hardt, M. 90; Hardt, S. 87; Pehrs, F. 89	

9:47,2	TuS Ofen Onkelbach, J. 89; Ulferts, A. 66; Böseler, J. 60	Wilhelmshaven 23.09.
11:21,2	VfL Oldenburg Fuchs, P. 54; Skutella, F. 53; Damke, D. 54	Wilhelmshaven 23.09.

5 x 10 km Staffel

3:15:50	Team Laufrausch Siebert-Dierin, M. 68; Plugge, . 73 Gabler, D. 79; Luhmann, T. 64 Karczmarzyk, M. 72	Oldenburg 23.08.
3:34:10	VfL Oldenburg Lambertus, D. 63; Fuchs, H. 40 Meincke, M. 68; De Buhr, . 51 Bertram, T. 65	Oldenburg 23.08.
3:40:36	SV Brake Gloystein, . 69; Wahner, . 73 Büsing, . 62; Minge, . 65 Eilers, . 61	Oldenburg 23.08.
3:46:55	VfL Oldenburg Frense, H. 41; Scholz, W. 43 Mohnsame, . 43; Fuchs, H. 40 Schmidt, G. 46	Oldenburg 23.08.
3:57:18	Team Laufrausch Arndt, . 78; Dopp, . Rosenhöfel, . 75; Hain, . 60 Wilke, . 46	Oldenburg 23.08.
4:09:44	SV Brake II	Oldenburg 23.08.

5000 m Bahngehen

31:59,52	Lersch, Heiko	39 SV Brake	Dessau 06.06.
----------	---------------	-------------	---------------

10 km Str.-Gehen

67:41	Lersch, Heiko	39 SV Brake	Zittau 25.04.
-------	---------------	-------------	---------------

Hochsprung

1,99	Tjarks, Enno	86 VfL Germania Leer	Koln 24.05.
1,89	Küter, Stefan	85 TV Norden	Garbsen 01.05.
1,89	Hiller, Jan	73 BTB Oldenburg	Delmenhorst 03.07.
1,86	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,85	Branscheidt, Fredrik	83 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
1,85	Jürjens, Jann-Erik	86 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
1,85	Geers, Joscha	89 Blau-Weiß Hollage	Wilhelmshaven 20.06.
1,81	Kruth, Hannes	74 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
1,80	Hollmann, Markus	88 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
1,77	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,76	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Winsen 12.09.
1,75	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 17.05.
1,75	Hillebrecht, Martin	61 DSC Oldenburg	Oldenburg 05.08.
1,75	Knief, Martin	75 SC Osterbrock	Delmenhorst 26.09.
1,74	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,72	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Winsen 12.09.
1,68	Ostner, Mathias	87 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,68	Buschermöhle, Jens	75 BV Garrel	Lindern 10.06.
1,65	Kock, Christofer	88 SV Schwarz-Weiß Lindern	Lindern 10.06.
1,65	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 03.07.

Stabhochsprung

4,90	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Bremen	24.05.
4,50	Küter, Stefan	85 TV Norden	Koln	24.05.
4,20	Pasenau, Maximilian	84 TV Norden	Koln	24.05.
4,10	Hillebrecht, Martin	61 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.
3,70	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Verden	16.05.
3,60	Ostner, Mathias	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
3,00	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED	12.09.
3,00	Lutz, Arthur	83 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
2,90	Buss, Soeren	87 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
2,90	Jürjens, Jann-Erik	86 SV Friedrichsfehn	Winsen	13.09.
2,80	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
2,80	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
2,80	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Winsen	13.09.
2,40	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Wilhelmshaven	25.04.

Weitsprung

6,95	+0,0	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
6,74	-0,3	Karn, Julien	86 TV Norden	Uslar	01.08.
6,71		Hollmann, Markus	88 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
6,71	+1,9	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Lemgo	05.07.
6,65	+0,2	Goldenstein, Carsten	88 TV Norden	Garbsen	01.05.
6,45	-0,3	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	St. Wendel	27.06.
6,42	+0,2	Riesenbeck, David	86 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	05.06.
6,40	-0,2	Branscheidt, Fredrik	83 OTB Osnabrück	Zeven	30.05.
6,25	+1,3	Beintken, Jens	81 SV Friedrichsfehn	Verden	16.05.
6,15		Czech, Henning	88 Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	12.05.
6,10		Geers, Joscha	89 Blau-Weiß Hollage	Osnabrück	12.05.
6,06	+0,0	Ostner, Mathias	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
6,05	+0,0	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
6,03	-0,9	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Winsen	12.09.
6,02	+0,7	Vöhrs, Sören	84 TV Norden	Hannover	06.09.
6,01	+0,3	Tute, Max	88 OTB Osnabrück	Garbsen	25.07.
5,99	+0,3	Tjarks, Enno	86 VfL Germania Leer	Delmenhorst	17.05.
5,95	+1,8	Jürjens, Jann-Erik	86 SV Friedrichsfehn	Verden	16.05.
5,95	+0,0	Küter, Stefan	85 TV Norden	Hannover	06.09.
5,86	+0,0	Buss, Soeren	87 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.

Dreisprung

14,44	+0,0	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	Lübeck	18.07.
14,35	+0,4	Branscheidt, Fredrik	83 OTB Osnabrück	Zeven	31.05.
13,62	-1,1	Küter, Stefan	85 TV Norden	Koln	24.05.
13,36	+0,5	Tjarks, Enno	86 VfL Germania Leer	Koln	24.05.
13,31	+0,3	Karn, Julien	86 TV Norden	Lübeck	18.07.
13,16	+0,4	Hollmann, Markus	88 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	20.06.
12,11	+0,0	Czech, Henning	88 Blau-Weiß Hollage	Papenburg	25.09.
12,10	-1,9	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	St. Wendel	28.06.
11,01	+0,5	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Papenburg	28.08.
10,90	+0,1	Decker, Alf	67 BTB Oldenburg	Wunstorf	24.05.
9,90		Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED	12.09.

Kugelstoss 7.26kg

17,35		Brüning, Wolfgang	62 TuS Schwei	Nordenham	08.05.
14,36		Schaa, Wilko	82 SV Georgsheil	Wilhelmshaven	25.04.
13,78		Sjoerds, Peter Johan	76 VfL Lingen	Wunstorf	24.05.
13,27		Peters, Johannes	83 TV Norden	Wirdum	03.10.
13,23		Garde, Ulrich	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	17.05.

13,02	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Meppen 16.08.
12,91	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Papenburg 09.05.
12,51	Küter, Stefan	85 TV Norden	Wunstorf 25.04.
12,34	Zander, Robert	68 TV Norden	Koln 24.05.
12,15	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Alfeld 11.07.
12,07	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
12,02	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.
11,99	Pfingsten, Patrick	78 TV Norden	Koln 24.05.
11,90	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
11,79	Schnieder, Tim	81 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
11,62	Bergmann, Sven	83 SV Georgsheil	Wilhelmshaven 25.04.
11,61	Plöger, Holger	88 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe 10.10.
11,51	Beintken, Jens	81 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
11,32	Maaß, Hauke Michae	89 STV Barßel	Stade 03.05.
11,24	Obermüller, Andreas	74 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 09.05.

Diskuswurf 2 kg

41,93	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Groß Hesepe 10.10.
41,44	Küter, Stefan	85 TV Norden	Wilhelmshaven 20.06.
40,30	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Meppen 16.08.
39,90	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
39,84	Dittrich, Arne	89 TV Norden	Delmenhorst 17.05.
39,71	Kremer, Stefan	86 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 04.04.
37,72	Lutz, Arthur	83 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.
37,70	Sjoerds, Peter Johan	76 VfL Lingen	Wunstorf 24.05.
37,69	Mensing, Axel	67 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.
37,05	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Wunstorf 24.05.
36,93	Pfingsten, Patrick	78 TV Norden	Koln 24.05.
36,68	Plöger, Holger	88 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
36,08	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.
35,17	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Papenburg 09.05.
34,67	Peters, Johannes	83 TV Norden	Wirdum 03.10.
34,09	Caspers, Jan	84 VfL Oldenburg	Oldenburg 24.06.
33,60	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Winsen 13.09.
32,50	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
32,11	Garde, Ulrich	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 31.07.
31,99	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.

Hammerwurf 7.26kg

43,92	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Bremen 25.07.
41,32	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Groß Hesepe 10.01.
40,40	Kremer, Stefan	86 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 04.04.
40,28	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Rütenbrock 18.04.
39,76	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Groß Hesepe 10.10.
39,39	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Delmenhorst 26.09.
34,45	Dittrich, Arne	89 TV Norden	Wirdum 21.03.
34,30	Peters, Johannes	83 TV Norden	Koln 24.05.
34,28	Nagel, Uwe	66 Blexer TB	Nordenham 15.08.
33,35	Suermann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Delmenhorst 26.09.
30,40	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Meppen 19.09.
29,70	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Meppen 19.09.
29,02	Stolp, Robin	87 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
27,76	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
27,43	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen 19.09.
26,90	Schnieder, Tim	81 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
26,63	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
22,51	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Wirdum 03.10.
19,26	Kleemann, Karl	40 TV Norden	Koln 24.05.
19,11	Rausch, Martin	65 Fortuna Wirdum	Marienhafte 16.06.

Speerwurf 800 g

54,90	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Meppen	16.08.
51,91	Logemann, Bernd	60 LGG Ganderkesee	St. Wendel	27.06.
51,44	Surmann, Manfred	65 BTB Oldenburg	Osnabrück	04.06.
50,95	Bischof, Björn	88 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	17.05.
50,41	Strauß, Matthias	71 OTB Osnabrück	Uslar	01.08.
50,22	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
49,54	Obermüller, Andreas	74 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
48,57	Lutz, Arthur	83 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
47,92	Zander, Robert	68 TV Norden	Koln	24.05.
47,83	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
46,69	Küter, Stefan	85 TV Norden	Hannover	06.09.
46,46	Stolp, Robin	87 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
45,88	Schaa, Wilko	82 SV Georgsheil	Wilhelmshaven	25.04.
45,19	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Alfeld	11.07.
44,15	Nitschke, Claas	84 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	25.04.
43,83	Caspers, Jan	84 VfL Oldenburg	Oldenburg	24.06.
43,58	Branscheidt, Fredrik	83 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
43,40	Kronsnabel, Rüdiger	68 TuS Tossens	Nordenham	08.05.
42,56	Beintken, Jens	81 SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
42,09	Adam, Tobias	89 TuS Weener	Papenburg	09.05.

Gewichtswurf

12,58	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Aurich	18.07.
11,73	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Meppen	16.08.
11,25	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Aurich	18.07.
10,10	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Groß Hesepe	10.10.
9,95	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen	16.08.
8,31	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Groß Hesepe	10.10.
7,95	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen	16.08.
6,62	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Aurich	18.07.

Fünfkampf

3.240	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	6,51(+0.1)-50,22-23,39(+0.0)-30,78-4:33,99			
2.970	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	6,43(+0.3)-42,51-23,33(+0.1)-32,50-5:03,21			
2.925	Küter, Stefan	85 TV Norden	Hannover	06.09.
	5,95(+0.0)-46,69-24,87(+0.0)-38,31-4:59,58			
2.887	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
	5,98(+0.5)-36,74-24,59(+0.1)-32,41-4:28,05			
2.807	Vöhrs, Sören	84 TV Norden	Hannover	06.09.
	6,02(+0.7)-38,92-23,35(+0.1)-30,69-4:59,88			
2.629	Dittrich, Arne	89 TV Norden	Hannover	06.09.
	5,42(+0.0)-41,04-24,86(+0.1)-32,38-4:56,87			
2.560	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
	5,44(+0.0)-32,94-23,73(+0.0)-28,41-4:53,07			
2.537	Tute, Max	88 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	5,91(+0.5)-31,32-25,03(+0.1)-25,72-4:41,93			
2.484	Branscheidt, Fredrik	83 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	5,88(+0.7)-43,58-25,84(+0.1)-27,05-5:13,39			
2.469	Beintken, Jens	81 SV Friedrichsfehn	Hannover	06.09.
	6,02(+1.5)-42,56-24,36(+0.0)-28,45-5:50,55			
2.443	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	5,11(+0.0)-41,39-25,34(+0.0)-27,43-4:55,71			
2.368	Leblanc, Sebastian	84 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	5,36(+0.5)-36,29-26,03(+0.0)-25,98-4:50,14			
2.361	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover	06.09.
	5,62(+1.0)-28,88-24,71(-0.5)-24,39-4:55,54			

2.038	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Hannover 06.09.
	5,04(+0.8)-31,41-25,38(+0.0)-28,03-5:44,86		
1.852	Caspers, Jan	84 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.
	4,55(+0.0)-37,57-28,74(+0.0)-31,21-5:44,75		

Fünfkampf
Mannschaft

8.747	OTB Osnabrück		Hannover 06.09.
	Gerlee, S. 75 -3.240; Flohr, D. 91 -2.970		
	Tute, M. 88 -2.537		
8.361	TV Norden		Hannover 06.09.
	Küter, S. 85 -2.925; Vöhrs, S. 84 -2.807		
	Dittrich, A. 89 -2.629		
7.916	SV Friedrichsfehn		Hannover 06.09.
	Heemsoth, T. 86 -2.887; Tönjes, M. 83 -2.560		
	Beintken, J. 81 -2.469		
7.295	OTB Osnabrück II		Hannover 06.09.
	Branscheidt, F. 83 -2.484; Hellmann, C. 90 -2.443		
	Leblanc, S. 84 -2.368		

Zehnkampf

6.720	Sonnenberg, Sergej	84 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	12,07(-1.0)-6,95(+0.0)-11,90-1,86-54,43		
	16,00(+1.4)-39,90-4,80-47,83-4:56,86		
5.865	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	11,88(-1.0)-6,37(+0.0)-10,24-1,74-52,28		
	16,96(+1.4)-31,99-2,80-47,72-4:31,36		
5.586	Heemsoth, Tim	86 SV Friedrichsfehn	Winsen 12.09/ 13.09.
	12,24(+0.0)-6,03(-0.9)-10,17-1,76-54,43		
	18,11(+0.9)-33,60-3,70-36,25-4:36,29		
5.372	Tönjes, Manuel	83 SV Friedrichsfehn	Winsen 12.09/ 13.09.
	11,73(+0.2)-5,73(+0.0)-8,93-1,72-52,47		
	16,06(+0.9)-30,58-2,80-32,63-4:52,35		
5.127	Jürjens, Jann-Erik	86 SV Friedrichsfehn	Winsen 12.09/ 13.09.
	11,96(+0.2)-5,89(-0.7)-10,02-1,76-55,33		
	16,70(+0.9)-25,86-2,90-38,18-5:19,93		
4.835	Ostner, Mathias	87 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	12,47(-3.1)-6,06(+0.0)-7,90-1,68-58,11		
	16,28(+1.4)-22,00-3,60-37,86-5:35,50		
4.648	Gerbrand, Ralf	88 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	12,59(-3.1)-6,05(+0.0)-9,09-1,77-58,48		
	17,24(+1.4)-22,43-2,80-35,35-5:27,58		
4.359	Buss, Soeren	87 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	12,53(-3.4)-5,86(+0.0)-7,16-1,56-58,30		
	20,24(+1.4)-23,67-2,90-41,57-5:00,23		
3.614	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09/ 13.09.
	13,84(+0.3)-5,00-8,10-1,45-63,13		
	19,96(+0.6)-22,59-3,00-30,70-5:06,90		

Zehnkampf
Mannschaft

17.420	OTB Osnabrück		Osnabrück 25.04/ 26.04.
	Sonnenberg, S. 84 -6.720; Gerlee, S. 75 -5.865		
	Ostner, M. 87 -4.835		
16.085	SV Friedrichsfehn		Winsen 12.09/ 13.09.
	Heemsoth, T. 86 -5.586; Tönjes, M. 83 -5.372		
	Jürjens, J. 86 -5.127		

Werfer-Fünfkampf

2.914	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.07.
	11,79-39,43-43,03-44,52-12,58		
2.880	Dickebohm, Johannes	85 OTB Osnabrück	Meppen 16.08.
	13,02-40,45-28,57-54,90-11,73		
2.474	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Aurich 18.07.
	11,34-32,25-37,38-37,59-11,25		
2.241	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Groß Hesepe 10.10.
	10,96-29,41-29,76-39,85-10,10		
2.237	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen 16.08.
	11,07-33,78-26,14-37,81-9,95		
1.931	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 10.10.
	9,35-30,18-31,75-28,55-8,31		
1.584	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen 16.08.
	8,50-22,10-27,98-24,30-7,95		
1.388	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Aurich 18.07.
	9,30-25,87-20,81-14,59-6,62		

DMM Bundesliga

21.918	StG TV Norden - VfL Leer	Koln 24.05.
21.016	OTB Osnabrück	Verden 16.05.

DMM Regionalliga

15.724	StG DSC/BTB Oldenbg/SV Fr.fehn	Verden 16.05.
--------	--------------------------------	---------------

DMM Landesliga

9.677	LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
8.613	Fortuna Wirdum I	Aurich 28.06.
7.594	Fortuna Wirdum II	Aurich 28.06.

DMM Bezirksliga

4.507	LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
-------	-----------------	--------------------

Frauen

100 m Lauf

12,22 +1,8	Pflug, Birte	81 BTB Oldenburg	Zeven 30.05.
12,63 +0,9	Hermes, Theresa	89 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven 20.06.
12,73 +1,8	Krause, Ruth	86 DSC Oldenburg	Zeven 30.05.
12,6	Esderts, Birgit	89 LAC Emden/Aurich	Aurich 02.05.
12,86 -1,2	Schnieder, Inga	84 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
12,88 +0,5	de Boer, Tina	88 DSC Oldenburg	Zeven 30.05.
12,91 -1,2	Moldrzyk, Natalie	87 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
13,01 -1,0	Maaß, Mareike	87 STV Barßel	Delmenhorst 17.05.
13,30 -0,5	Linnenbaum, Eva	89 TuS Neuenhaus	Delmenhorst 17.05.
13,46 +0,2	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Minden 22.07.
13,51 +1,8	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
13,52	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Delmenhorst 17.05.
13,61 +0,0	Hunfeld, Karina	89 LG Emstal Dörpen	Papenburg 09.05.
13,80 +0,8	Detmer, Christina	87 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
13,7	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.

14,40	+0,0	Voße, Jana	89 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
14,2		Meyer, Magdalena	88 TuS Blau-Weiß Lohne	Dinklage	24.05.
14,6		Mühlbach, Anja	79 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	25.09.
14,9		Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham	08.05.
14,9		Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.

200 m Lauf

25,92	+0,9	Pflug, Birte	81 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.
26,60	-1,4	Maaß, Mareike	87 STV Barßel	Delmenhorst	17.05.
26,79	-0,2	Krause, Ruth	86 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.
26,94	+1,5	Moldrzyk, Natalie	87 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
27,00	-0,6	Steinmetz, Sarina	89 LAV Meppen	Papenburg	09.05.
27,16	+0,3	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Minden	22.07.
27,68	-0,6	Hunfeld, Karina	89 LG Emstal Dörpen	Papenburg	09.05.
28,30	+0,0	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Wunstorf	24.05.
28,37	+0,0	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	26.09.
28,85	-2,9	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
29,12	+1,5	Detmer, Christina	87 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
30,75	+0,0	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Wunstorf	24.05.
30,9		Meyer, Magdalena	88 TuS Blau-Weiß Lohne	Dinklage	24.05.
33,54	+0,0	De Groot, Inge	52 LGG Ganderkesee	Wunstorf	23.05.
35,90	+0,0	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Wunstorf	23.05.

400 m Lauf

60,61		Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	St. Wendel	27.06.
65,59		Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Nienhagen	01.05.
67,1		Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
68,05		Schleutker, Jessica	87 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
70,00		Scharfenberg, Anne-Car	87 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
71,65		Kock, Jennifer	88 SV Schwarz-Weiß Lindern	Garrel	13.08.
72,2		Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.
73,4		Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.

800 m Lauf

2:20,70		Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	St. Wendel	27.06.
2:25,43		Koop, Annette	58 LG Emstal Dörpen	Vaterstetten	10.07.
2:28,88		Meyer, Angelina	86 SV Friedrichsfehn	Papenburg	25.09.
2:31,96		Reinmold, Yvonne	79 DSC Oldenburg	Delmenhorst	17.05.
2:37,02		Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	26.09.
2:46,96		Kock, Jennifer	88 SV Schwarz-Weiß Lindern	Löningen	20.05.
2:50,2		Lockhorn, Tanja	78 VfL Lingen	Lingen	06.08.
2:51,09		Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Verden	16.05.
2:53,1		Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	09.10.
2:57,44		Hellmann, Louisa	89 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
2:58,33		Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
2:59,73		Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Ahlen	13.06.
3:08,14		Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkesee	Verden	16.05.
3:21,6		Gerken, Regina	65 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.
3:26,0		Brink, Elke	63 VfL Lingen	Lingen	06.08.
3:43,2		Broer, Heide	57 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.

1000 m Lauf

3:05,56		Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Minden	01.07.
3:26,9		Piotrowski, Dr. Heike	82 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
3:28,4		Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
3:50,5		Caspers, Marita	67 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.

4:17,3	Coordes, Kirsten	69 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
4:32,6	Junge, Sandra	72 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.

1500 m Lauf

4:54,95	Koop, Annette	58 LG Emstal Dörpen	Vaterstetten 12.07.
5:01,53	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Delmenhorst 17.05.
5:04,49	Reinmold, Yvonne	79 DSC Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
5:29,7	Piotrowski, Dr. Heike	82 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
5:42,76	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 31.07.
6:07,2	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Lingen 15.08.

1 Meile

5:51,1	Piotrowski, Dr. Heike	82 LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn 09.10.
6:01,7	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Emden 23.08.
6:11,1	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 09.10.

3000 m Lauf

9:24,29	Schwennen, Cornelia	87 SV Concordia Emsbüren	Leverkusen 31.07.
11:07,8	Bitter, Anja	69 SC Melle 03	Melle 27.05.
11:33,3	Piotrowski, Heike	82 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 27.05.
11:34,5	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 27.05.
11:45,29	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Wunstorf 23.05.
11:50,9	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Aurich 07.08.
12:07,30	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Leer 05.09.
12:19,24	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Wunstorf 23.05.
12:24,4	Hebbe, Katja	75 SC Melle 03	Melle 27.05.
12:25,1	Surhoff, Petra	68 SC Melle 03	Melle 27.05.
12:46,59	Marchel, Sybille	87 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
13:18,28	Kuper, Kerstin	72 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.
13:43,0	Fulfs, Juliane	67 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
13:44,25	Schulte, Sabine	62 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.
13:50,41	Kock, Jennifer	88 SV Schwarz-Weiß Lindern	Lönningen 20.05.
14:30,8	Burg, Birgit	58 SC Melle 03	Melle 27.05.
15:37,7	Erdmann, Annegret	57 SC Melle 03	Melle 27.05.

5000 m Lauf

16:13,16	Schwennen, Cornelia	87 SV Concordia Emsbüren	Koblenz 20.05.
18:34,0	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
19:52,12	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 20.06.
19:54,34	Piotrowski, Dr. Heike	82 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 20.06.
20:09,00	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bremen 26.04.
20:17,98	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 31.07.
21:05,48	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Delmenhorst 26.09.
21:05,91	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 26.09.
22:00,9	Bleumer, Marie-Luise	63 TuS Gildehaus	Gildehaus 13.05.
23:17,1	Fulfs, Juliane	67 Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich 19.06.
25:04,1	Schmidt, Karin	60 TuS Aurich Ost	Aurich 19.06.
26:32,6	Groebert, Angelika	59 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
27:19,0	Kieselhorst, Gabriele	64 SV Brake	Nordenham 08.05.

10.000 m Lauf

38:17,5	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Melle 02.09.
42:12,51	Piotrowski, Dr. Heike	82 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 03.07.
42:45,3	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Schortens 09.06.

43:11,1	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
46:02,9	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Nordhorn 10.05.
46:45,1	Rohner, Judith	63 TuS Ofen	Schortens 09.06.
47:36,8	Steinke, Hilde	45 SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn 04.08.
47:40,04	Pelka, Andrea	61 LC Delmenhorst	Delmenhorst 27.05.
50:08,0	Brack, Bettina	80 TuS Emstekerfeld	Garrel 11.06.
51:24,0	Schmidt, Karin	60 TuS Aurich Ost	Warsingsfehn 04.08.
53:17,8	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Schortens 09.06.
55:29,1	Plump, Susanne	60 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
55:29,6	Bode, Sandra	68 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

1 Stunde Lauf

14.035	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 18.04.
13.780	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
13.681	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Schortens 09.06.
12.840	Rohner, Judith	63 TuS Ofen	Schortens 09.06.
12.309	Pelka, Andrea	61 LC Delmenhorst	Delmenhorst 18.04.
12.222	Stepanowicz, Marion	58 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 18.04.
12.027	Brack, Bettina	80 TuS Emstekerfeld	Garrel 11.06.
11.086	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Schortens 09.06.
10.880	Plump, Susanne	60 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
10.800	Bode, Sandra	68 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

10 km Lauf

37:29	Schwennen, Cornelia	87 SV Concordia Emsbüren	Nordhorn 12.09.
38:26	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Lingen 13.06.
38:46	Brinkmann, Eva	64 VfL Germania Leer	Otterndorf 12.09.
39:34	Schwietert, Christiane	65 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.
39:43	Lüken, Kerstin	76 Emder Laufgemeinschaft	Hamburg 06.09.
40:02	Jürrens, Inga	82 Emder Laufgemeinschaft	Oldenburg 18.10.
40:09	Urner, Maren	84 LG Osnabrück	Lemwerder 22.03.
40:56	Reinmold, Yvonne	79 DSC Oldenburg	Ofen 03.10.
41:08	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Schortens 28.10.
41:21	Mannsen, Andrea	83 VfL Germania Leer	Otterndorf 12.09.
41:22	Hartmann, Irmgard	62 TV Norden	Emden 06.06.
41:36	Vedder, Elke	67 SV Germania Twist	Haren 24.07.
41:38	Klostermann, Waltraud	60 TV Norden	Lemwerder 22.03.
41:52	Meierkord, Britta	71 LC Nordhorn	Schüttorf 16.05.
41:53	Hoogestraat, Sonja	76 LG Harlingerland	Garrel 19.09.
42:03	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Thüle 26.04.
42:30	Bronn, Frauke	89 VfL Germania Leer	Ofen 03.10.
42:49	Scholz, Heike	69 Triathlon-Team Dissen	Neuenkirchen 15.05.
42:49	Romberg, Petra	70 LAC Emden/Aurich	Aurich 21.08.
42:50	Braunsfurth, Heike	82 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.

10 km Lauf Mannschaft

2:02:47	VfL Germania Leer	Otterndorf 12.09.
	Brinkmann, E. 64 -38:46; Mannsen, A. 83 -41:21	
	Bronn, F. 89 -42:40	
2:04:08	LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.
	Schwietert, C. 65 -39:34; Schulz, M. 70 -41:44	
	Braunsfurth, H. 82 -42:50	
2:07:22	TV Georgsmarienhütte	Lemwerder 22.03.
	Kulgemeyer, C. 78 -39:42; Zimmermann, K. 69 -43:48	
	Horst, H. 49 -43:52	
2:10:52	LC Nordhorn	Lingen 13.06.
	Meierkord, B. 71 -42:31; Ottoweß, S. 65 -44:15	
	Thys, E. 82 -44:06	

2:12:04	TV Norden Klostermann, W. 60 -41:38; Hellmers, S. 66 -45:06 Gronewold, E. 67 -45:20	Lemwerder 22.03.
2:16:47	OSC Damme Rolfes, S. 59 -44:33; Scholz, P. 59 -45:49 Kramer, C. 58 -46:25	Lemwerder 22.03.
2:22:37	TuS Ofen Werner, V. 58 -43:17; Rohner, J. 63 -47:04 Schang, S. 67 -52:16	Oldenburg 15.03.
2:26:03	VfL Lönningen Beckmann, H. 61 -47:11; Schulte, R. 62 -48:26 Kuper, K. 72 -50:26	Thüle 26.04.
2:30:05	LC Nordhorn Sloot, S. 69 -44:29; Laube, . 63 -48:59 Nykamp, . 51 -56:37	Lingen 13.06.
2:31:48	SC Spelle-Venhaus Bohnen, . 64 -47:08; Laarmann, M. 55 -52:05 Dieckmännken, M. 48 -52:35	Lingen 13.06.
2:36:10	Emder Laufgemeinschaft Ringena, M. 59 -49:35; Kortylack, G. 56 -50:23 Engelbarts, F. 49 -56:12	Oldenburg 15.03.

100 km Lauf

17:20:32	Vukovac, Paula	59 TSG Hatten-Sandkrug	Biel/SUI 12.06.
----------	----------------	------------------------	-----------------

Halbmarathonlauf

1:23:04	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Zeven 04.10.
1:24:21	Lüken, Kerstin	76 Emder Laufgemeinschaft	Zeven 04.10.
1:25:46	Schwietert, Christiane	65 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
1:28:42	Bitter, Anja	69 SC Melle 03	Zeven 04.10.
1:29:17	Jürrens, Inga	82 Emder Laufgemeinschaft	Oldenburg 01.11.
1:31:03	Horst, Hannelore	49 TV Georgsmarienhütte	Halle 06.09.
1:33:00	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Berlin 05.04.
1:33:25	Klostermann, Waltraud	60 TV Norden	Marienhafe 14.08.
1:33:38	Rückbrod, Martina	87 TV Norden	Dunum 28.03.
1:34:17	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
1:34:34	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
1:35:50	Bronn, Frauke	89 VfL Germania Leer	Dunum 28.03.
1:36:12	Thys, Edith	82 LC Nordhorn	Spelle 14.08.
1:36:48	Mersmann, Maria	66 SV Lengerich-Handrup	Bawinkel 11.04.
1:37:35	Carl, Angelika	63 TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 01.11.
1:39:24	Ehrhardt, Anita	77 TuS Eversten	Schortens 22.03.
1:39:42	Rolfes, Silvia	59 OSC Damme	Zeven 04.10.
1:40:20	Hubert, Katharina	82 Emder Laufgemeinschaft	Marienhafe 14.08.
1:41:27	Scholz, Petra	59 OSC Damme	Zeven 04.10.
1:41:36	Siemens, Silke	70 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.

Halbmarathonlauf

Mannschaft

4:34:37	LG Wilhelmshaven Schwietert, C. 65 -1:25:46; Schulz, M. 70 -1:34:17 Hörig, S. 62 -1:34:34	Wilhelmshaven 17.05.
4:57:58	TV Norden Klostermann, W. 60 -1:33:25; Rückbrod, M. 87 -1:34:49 Hartmann, I. 62 -1:49:44	Marienhafe 14.08.
5:10:20	OSC Damme Rolfes, S. 59 -1:39:42; Scholz, P. 59 -1:41:27 Kramer, C. 58 -1:49:11	Zeven 04.10.

5:16:46	TuS Aurich Ost Siemsen, . 70 -1:41:36; Smid, . 70 -1:45:01 Büscher, . 60 -1:50:09	Dunum 28.03.
5:17:12	Emder Laufgemeinschaft Ringena, M. 59 -1:44:08; Buurman, A. 74 -1:45:43 Kortylack, G. 56 -1:47:21	Dunum 28.03.
5:19:06	SV Ofenerdiek Werner, S. 77 -1:40:20; Bohlmann, P. 59 -1:45:10 Faas, S. 89 -1:53:36	Oldenburg 01.11.
5:20:13	TSG Hatten-Sandkrug Carl, A. 63 -1:37:35; Johnson, S. 71 -1:47:18 Blum, S. 59 -1:55:20	Oldenburg 01.11.
5:37:03	VfL Lönningen Osterkamp, H. 62 -1:47:08; Kaschek, R. 60 -1:53:15 Schulte, S. 62 -1:56:40	Oldenburg 01.11.

Marathonlauf

2:59:26	Brinkmann, Eva	64 VfL Germania Leer	Bremen 04.10.
3:02:29	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Freiburg 29.03.
3:04:06	Schwietert, Christiane	65 LG Wilhelmshaven	Lönningen 27.06.
3:18:09	Horst, Hannelore	49 TV Georgsmarienhütte	Bremen 04.10.
3:20:50	Köhne, Manuela	65 TV Georgsmarienhütte	Mainz 10.05.
3:21:48	Deters, Ute	69 TuS Eversten	Hannover 03.05.
3:28:17	Rolfes, Silvia	59 OSC Damme	Hannover 03.05.
3:29:49	Pruhs, Brigitte	63 SV Quitt Ankum	Hannover 03.05.
3:33:02	Meyer zu Hörst, Marian	61 TV Georgsmarienhütte	Bremen 04.10.
3:35:36	Bleek, Claudia	73 LG Wilhelmshaven	Münster 13.09.
3:38:09	Hoveling, Anita	57 OTB Osnabrück	Hamburg 26.04.
3:44:57	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Lönningen 27.06.
3:49:57	Scholz, Petra	59 OSC Damme	Hannover 03.05.
3:51:30	Kramer, Christina	58 OSC Damme	Hannover 03.05.
3:51:43	Pelka, Andrea	61 LC Delmenhorst	Bremen 04.10.
3:54:09	Hebbe, Katja	75 SC Melle 03	Hannover 03.05.

Marathonlauf

Mannschaft

11:09:44	OSC Damme Rolfes, S. 59 -3:28:17; Scholz, P. 59 -3:49:57 Kramer, C. 58 -3:51:30	Hannover 03.05.
----------	---	-----------------

100 m Hürden 0.840m

14,72 +1,7	Esderts, Birgit	89 LAC Emden/Aurich	Zeven 31.05.
16,17 +0,3	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Verden 16.05.

3000 m Hindernis

12:50,50	Piotrowski, Dr. Heike	82 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 21.06.
----------	-----------------------	---------------------	----------------------

4 x 100 m Staffel

48,50	StG DSC / VfL / BTB Oldenburg Krause, R. 86; de Boer, T. 88; Pflug, B. 81; Spelmeyer, R. 90	Wilhelmshaven 20.06.
51,44	OTB Osnabrück Bendig, A. 91; Niemann, W. 87; Detmer, C. 87; Moldrzyk, N. 87	Verden 16.05.
52,04	OTB Osnabrück II Kröner, B. 90; Tonn, S. 81; Böert, L. 85; Schnieder, I. 84	Verden 16.05.

52,53	LGG Ganderkese Garde, D. 70; Großkopf, N. 91; Bischof, B. 91; Braunisch, S. 59	Verden 16.05.
54,34	OTB Osnabrück III Schleutker, J. 87; Przibilla, W. 90; Marchel, S. 87; Scharfenberg, A. 87	Verden 16.05.
59,82	LGG Ganderkese II Hezemans, C. 64; Klingbeil, M. 75; de Groot, K. 87; Engelke, A. 87	Verden 16.05.
64,3	VfL Lingen Brink, E. 63; Brockhaus, S. 68; Pott, T. 57; Bickers, H. 66	Lingen 06.08.

4 x 400 m Staffel

4:15,87	OTB Osnabrück Bendig, A. 91; Kröner, B. 90; Niemann, W. 87; Moldrzyk, N. 87	Osnabrück 18.04.
---------	--	------------------

3 x 800 m Staffel

7:07,10	LG Osnabrück Koop, A. 90; Gröne, C. 72; Wollherr, T. 90	Bremen 26.04.
8:42,1	TuS Ofen Werner, V. 58; Rohner, J. 63; Schang, S. 67	Wilhelmshaven 23.09.
9:29,6	TuS Zetel Sarnow, . 67; Cabrera-Otten, V. 70; Schöneich, . 61	Wilhelmshaven 23.09.
10:04,2	LG Wilhelmshaven Junge, . 72; Horn, J. 70; Bruns, . 72	Wilhelmshaven 23.09.

5 x 10 km Staffel

4:06:06	SV Ofenerdiek Werner, . ; Behrends, . Wendeln, . ; Faas, . Bohlmann, .	Oldenburg 23.08.
4:46:06	SV Brake Kieselhorst, . 64; Lobemeyer, . 58 Gloystein, . 69; Neese, B. 66 Eilers, . 62	Oldenburg 23.08.

Hochsprung

1,50	Tonn, Simone	81 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
1,44	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,40	Engelke, Anna Magdale	87 LGG Ganderkese	Verden 16.05.
1,40	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Wunstorf 23.05.
1,36	Garde, Diana	70 LGG Ganderkese	Ahlen 13.06.
1,30	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.
1,30	Kock, Jennifer	88 SV Schwarz-Weiß Lindern	Lindern 10.06.
1,19	Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkese	Hannover 06.09.
1,18	Bickers, Heike	66 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Stabhochsprung

3,35	de Boer, Tina	88 DSC Oldenburg	Bramel 01.06.
------	---------------	------------------	---------------

Weitsprung

6,03 +0,8	Linnenbaum, Eva	89 TuS Neuenhaus	Wilhelmshaven 20.06.
5,28 +0,6	Krause, Ruth	86 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 20.06.
5,20 +0,4	Pflug, Birte	81 BTB Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
5,14 -0,8	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
5,05	Esderts, Birgit	89 LAC Emden/Aurich	Leer 05.09.
5,00 -0,5	de Boer, Tina	88 DSC Oldenburg	Zeven 31.07.

4,92 +0,0	Garde, Diana	70 LGG Ganderkese	Wunstorf	24.05.
4,81 +0,0	Meyer, Anke	80 VfL Lönigen	Molbergen	03.06.
4,54	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
4,41 +0,4	de Groot, Karen	87 LGG Ganderkese	Verden	16.05.
4,34	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham	08.05.
4,29	Reiners, Annette	70 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
4,24	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.
4,18	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
4,16 +0,0	Moldrzyk, Natalie	87 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
4,14 +1,0	Walter, Regine	67 BTB Oldenburg	Delmenhorst	31.07.
4,11	Meyer, Magdalena	88 TuS Blau-Weiß Lohne	Dinklage	24.05.
4,10	Mühlbach, Anja	79 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
4,03	de Groot, Inge	52 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
3,95 +0,0	De Groot, Inge	52 LGG Ganderkese	Wunstorf	23.05.

Dreisprung

13,26 +1,3	Linnenbaum, Eva	89 TuS Neuenhaus	Lübeck	18.07.
11,38	Meyer, Anke	80 VfL Lönigen	Schortens	08.05.
9,71	Garde, Diana	70 LGG Ganderkese	Oanderkese	14.05.
9,00	de Groot, Karen	87 LGG Ganderkese	Oanderkese	14.05.
8,49	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Oanderkese	14.05.
7,68	de Groot, Inge	52 LGG Ganderkese	Oanderkese	09.10.
7,27 -0,5	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Vaterstetten	11.07.

Kugelstoss 4 kg

11,39	Witt, Mareike	79 LG Delmenhorst/Diepholz	Bremen	19.04.
11,32	Engelke, Anna Magdale	87 LGG Ganderkese	Oanderkese	09.10.
11,25	Herich, Jennifer	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	04.06.
11,07	Meyer, Anke	80 VfL Lönigen	Delmenhorst	21.03.
11,07	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham	08.05.
11,06	Niers, Claudia	83 SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	04.04.
10,55	Peperkorn, Ute	69 SC Melle 03	Wunstorf	24.05.
10,46	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Meppen	19.09.
10,36	Homeyer, Yasmin	87 Delmenhorster TV	Oanderkese	09.10.
9,76	Rothkehl, Birte	73 SC Melle 03	Wunstorf	24.05.
9,69	Coors, Stefanie	82 VfL Oldenburg	Oldenburg	05.08.
9,48	de Groot, Karen	87 LGG Ganderkese	Oanderkese	09.10.
9,35	Cordes, Michaela	79 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
9,35	Garde, Diana	70 LGG Ganderkese	Delmenhorst	26.09.
9,24	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
9,18	de Boer, Tina	88 DSC Oldenburg	Delmenhorst	17.05.
9,09	Tonn, Simone	81 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
8,99	Junker, Ann-Christin	88 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
8,96	Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkese	Delmenhorst	25.09.
8,85	Kruth-Heege, Marianne	70 LG Emstal Dörpen	Papenburg	25.09.

Diskuswurf 1 kg

50,92	Schütte, Melanie	81 SV Georgsheil	Georgsheil	14.10.
42,58	Junker, Ann-Christin	88 OTB Osnabrück	Osnabrück	29.09.
38,79	Maaß, Mareike	87 STV Barßel	Delmenhorst	03.07.
33,22	Niers, Claudia	83 SV Groß Hesepe	Groß Hesepe	04.04.
32,48	Herich, Jennifer	87 OTB Osnabrück	Osnabrück	04.06.
31,25	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Meppen	16.08.
30,11	Grönniger, Renate	65 SV Germania Twist	Groß Hesepe	04.04.
28,64	Engelke, Anna Magdale	87 LGG Ganderkese	Verden	16.05.
28,46	Coors, Stefanie	82 VfL Oldenburg	Oldenburg	05.08.
27,72	Peperkorn, Ute	69 SC Melle 03	Wunstorf	24.05.
27,63	Rothkehl, Birte	73 SC Melle 03	Wunstorf	24.05.

27,59	de Groot, Karen	87 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
26,98	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Loxstedt 04.04.
25,27	Antons, Andrea	69 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
23,23	Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 26.09.
22,47	Sievers, Doreen	73 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
21,41	Kruth-Heege, Marianne	70 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
19,49	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
16,61	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

Hammerwurf 4 kg

48,59	Nannen, Christine	81 SV Holtland	Rütenbrock 18.04.
39,27	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Rütenbrock 18.04.
34,84	Tiben, Sylvia	76 TV Rütenbrock	Rütenbrock 18.04.
31,51	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Groß Hesepe 10.10.

Speerwurf 600 g

39,60	de Groot, Karen	87 LGG Ganderkesee	Wilhelmshaven 21.06.
39,17	Meyer, Anke	80 VfL Lönigen	Wilhelmshaven 21.06.
36,53	Witt, Mareike	79 LG Delmenhorst/Diepholz	Bremen 19.04.
35,50	Gnoth, Kirstin	73 TuS Gildehaus	Leer 05.09.
35,00	Rothkehl, Birte	73 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
34,92	de Boer, Tina	88 DSC Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
33,50	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.
32,98	Coors, Stefanie	82 VfL Oldenburg	Oldenburg 05.08.
30,69	Meyer, Jennifer	85 LG Delmenhorst/Diepholz	Bremen 19.04.
29,93	Homeyer, Yasmin	87 Delmenhorster TV	Oanderkesee 09.10.
29,39	Tonn, Simone	81 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
28,65	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Meppen 16.08.
27,31	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
27,03	Beyer, Antonia	66 VfL Lönigen	Delmenhorst 26.09.
26,79	Kruth-Heege, Marianne	70 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
25,44	Mrosk, Dr. Maria	67 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
24,69	Sievers, Doreen	73 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
20,86	Antons, Andrea	69 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
20,71	Hellmann, Louisa	89 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.
20,40	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Oanderkesee 09.10.

Gewichtswurf

12,35	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Bremerhaven 07.06.
10,43	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Meppen 16.08.

Fünfkampf

2.404	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Ahlen 13.06.
	13,68(+0.2)-1,36-8,94-4,59(-0.1)-2:59,73		
1.511	Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
	16,05(-1.4)-1,19-8,59-3,63(+0.5)-3:17,21		

Fünfkampf Mannschaft

7.780	OTB Osnabrück		Hannover 06.09.
	Kröner, B. 90 -3.088; Przibilla, W. 90 -2.393		
	Grummert, H. 90 -2.299		
7.145	DSC Oldenburg		Hannover 06.09.
	Krause, R. 86 -2.661; Reinmold, Y. 79 -2.338		
	Stieglitz, R. 84 -2.146		

Siebenkampf

3.622	Niemann, Wiebke	87 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	16,82(-2.3)-1,44-9,24-28,85(-2.9)		
	5,14(-0.8)-27,31-2:58,33		

Werfer-Fünfkampf

2.654	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Bremerhaven 07.06.
	9,48-25,31-37,28-31,03-12,35		
2.453	Penning, Christina	87 SC Osterbrock	Meppen 16.08.
	9,56-31,25-30,15-28,65-10,43		

DMM Bundesliga

12.177	OTB Osnabrück		Verden 16.05.
--------	---------------	--	---------------

DMM Landesliga

6.878	LGG Ganderkesee		Verden 16.05.
-------	-----------------	--	---------------

DMM Bezirksliga

2.706	LGG Ganderkesee		Delmenhorst 25.09.
-------	-----------------	--	--------------------

Männliche Jugend A

100 m Lauf

10,71 +0,3	Jochmann, Patrick	90 LG Osnabrück	Rhede 07.08.
10,85 +0,9	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Salzgitter 29.08.
11,15 +1,6	Nordmann, Dennis	90 TV Norden	Zeven 30.05.
11,21 +0,5	Kinast, Volker	90 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
11,22 +1,2	Okpure, Jesse	91 LG Osnabrück	Salzgitter 29.08.
11,38 +0,8	Röwekamp, Christian	90 LG Osnabrück	Salzgitter 29.08.
11,43 -0,4	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.06.
11,45 +1,2	Lersch, Kevin	91 Eintracht Delmenhorst	Salzgitter 29.08.
11,47 +1,3	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
11,55 +1,5	Graventein, Thilo	90 VfL Germania Leer	Zeven 30.05.
11,61 -0,1	Kramer, Anjel	91 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 17.05.
11,61 +0,4	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Delmenhorst 03.07.
11,63 +1,2	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Salzgitter 29.08.
11,67 +0,0	Lake, Julian	91 TV Hude	Papenburg 13.06.
11,78 -1,0	Mosler, Marcel	91 OTB Osnabrück	Papenburg 13.06.
11,78 +0,4	Schüürmann, Jonathan	91 SC Union Emlichheim	Papenburg 13.06.
11,6	Nauermann, Oliver	91 TV Norden	Leer 25.04.
11,6 -1,1	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Aurich 02.05.
11,86 -1,1	Riemann, Johannes	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
11,88 +0,0	Fester, Alexander	90 DSC Oldenburg	Celle 20.09.
11,88 +0,5	Kähler, Hendrik	91 OTB Osnabrück	Celle 20.09.

200 m Lauf

21,89 +0,0	Nordmann, Dennis	90 TV Norden	Papenburg 14.06.
21,94 +0,0	Jochmann, Patrick	90 LG Osnabrück	Papenburg 14.06.
22,37 +0,0	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.

22,65	+0,3	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Langen	01.08.
22,83	+0,0	Röwekamp, Christian	90 LG Osnabrück	Papenburg	14.06.
22,91	+0,4	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
23,05	+0,3	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Langen	01.08.
23,17	+0,0	Okpure, Jesse	91 LG Osnabrück	Lübeck	19.07.
23,23	-0,5	Kramer, Anjel	91 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	21.06.
23,24	+0,0	Graventein, Thilo	90 VfL Germania Leer	Papenburg	14.06.
23,39	+1,2	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Salzgitter	30.08.
23,59	+0,9	Lersch, Kevin	91 Eintracht Delmenhorst	Garbsen	25.07.
23,64	+1,0	Lake, Julian	91 TV Hude	Delmenhorst	26.09.
24,21	-0,6	Kopatz, Niels	91 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
24,1		Kähler, Hendrik	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
24,39	+0,1	Salzmann, Erik	90 TV Norden	Garbsen	01.05.
24,40	+0,0	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Papenburg	25.09.
24,69	+0,7	Kolbeck, David	91 OSC Damme	Osnabrück	20.05.
24,71	+0,0	Schmitz, Marcel	90 TuS Haren	Papenburg	25.09.
24,76	+0,0	Meyering, Tobias	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.

400 m Lauf

50,81		Jochmann, Patrick	90 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
50,85		Nauermann, Oliver	91 TV Norden	Hannover	06.06.
51,06		Kramer, Anjel	91 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	17.05.
51,07		Nordmann, Dennis	90 TV Norden	Koln	24.05.
51,15		Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
51,48		Hartung, Leonard	91 DSC Oldenburg	Osnabrück	07.07.
51,74		Röwekamp, Christian	90 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
51,99		Kähler, Hendrik	91 OTB Osnabrück	Papenburg	13.06.
52,11		Graventein, Thilo	90 VfL Germania Leer	Papenburg	13.06.
52,26		Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
52,94		Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
53,52		Lake, Julian	91 TV Hude	Stuhr	27.06.
54,24		Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
54,41		Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Delmenhorst	31.07.
54,53		Kopatz, Niels	91 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
54,54		Weber, Steffen	91 BTB Oldenburg	Celle	20.09.
54,71		Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Celle	20.09.
54,9		Baumtrock, Artjom	91 Heidmühler FC	Bad Zwischenahn	15.05.
55,51		Salzmann, Erik	90 TV Norden	Koln	24.05.
55,9		Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück	02.10.

800 m Lauf

1:53,17		Nauermann, Oliver	91 TV Norden	Berlin	14.06.
1:55,50		Hartung, Leonard	91 DSC Oldenburg	Lübeck	18.07.
2:05,11		Kuk, Bernhardt	91 OSC Damme	Osnabrück	07.07.
2:10,89		Kohlmeyer, Patrick	90 LG Osnabrück	Osnabrück	07.07.
2:11,07		Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Osnabrück	07.07.
2:11,19		Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
2:11,95		Schmeil, Benedic Oliv	91 VfL Oldenburg	Delmenhorst	17.05.
2:20,80		Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück	20.05.
2:21,83		Dirkes, Steffen	90 SV Eintr. Neuenkirchen	Osnabrück	07.07.

1000 m Lauf

2:34,87		Hartung, Leonard	91 DSC Oldenburg	Celle	20.09.
2:35,40		Hardt, Matthias	90 TuS Gildehaus	Münster	29.07.
2:41,4		Kuk, Bernhardt	91 OSC Damme	Melle	02.09.
2:47,30		Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Minden	01.07.
2:48,29		Busch, Jan Hiebo	91 SV Warsingsfehn	Papenburg	25.09.
2:48,70		Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Celle	20.09.

2:51,28	Schmeil, Benedic Oliv	91 VfL Oldenburg	Papenburg	25.09.
2:56,7	Nägler, Ulrich	91 VfL Lingen	Lingen	15.09.
2:58,10	Kohlmeyer, Patrick	90 LG Osnabrück	Minden	01.07.
2:58,9	Baumtrock, Artjom	91 Heidmühler FC	Schortens	09.06.

3:05,90	Dirkes, Steffen	90 SV Eintr. Neuenkirchen	Minden	01.07.
3:26,7	Höper, Bastian	91 VfL Lingen	Lingen	15.09.
3:27,0	Tebben, Jannik	91 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.
3:27,1	Drosten, Jörn	90 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.

1500 m Lauf

4:02,67	Hardt, Matthias	90 TuS Gildehaus	Rhede	08.08.
4:02,79	Nauermann, Oliver	91 TV Norden	Wilhelmshaven	21.06.
4:13,69	Hartung, Leonard	91 DSC Oldenburg	Salzgitter	30.08.
4:20,5	Kuk, Bernhard	91 OSC Damme	Melle	26.08.
4:24,29	Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Delmenhorst	17.05.
4:27,32	Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Minden	12.08.
4:42,39	Kohlmeyer, Patrick	90 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
4:52,59	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
5:00,1	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
5:06,5	Thiele, Pascal	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.

5:11,4	Helms, Jan	91 SC Wildeshausen	Großenkneten	30.08.
5:20,9	Lake, Julian	91 TV Hude	Großenkneten	30.08.
5:22,84	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
5:23,1	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
5:26,20	Imans, Marvin	90 LC Nordhorn	Delmenhorst	17.05.
5:50,89	Köstners, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.

3000 m Lauf

9:05,75	Hardt, Matthias	90 TuS Gildehaus	Papenburg	14.06.
9:24,99	Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Papenburg	14.06.
9:40,01	Hartung, Leonard	91 DSC Oldenburg	Delmenhorst	18.04.
9:43,20	Köller, Hauke	90 TuS Weener	Papenburg	14.06.
11:46,24	Roth, Moritz	91 Vareler TB	Wilhelmshaven	25.04.

5000 m Lauf

16:14,8	Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Melle	26.08.
16:38,4	Hardt, Matthias	90 TuS Gildehaus	Nordhorn	10.05.
17:12,49	Köller, Hauke	90 TuS Weener	Bremen	26.04.
17:29,37	Voskuhl, Stephan	91 VfL Germania Leer	Papenburg	25.09.
17:36,58	Busch, Jan Hiebo	91 SV Warsingsfehn	Papenburg	25.09.
18:10,58	Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Papenburg	25.09.
18:37,02	Kohlmeyer, Patrick	90 LG Osnabrück	Bremen	26.04.
18:49,02	Pahlmann, Carl	90 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
19:49,2	Dirkes, Steffen	90 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle	26.08.
22:36,0	Krömker, Lars	91 SC Melle 03	Melle	26.08.

10.000 m Lauf

47:23,0	Krömker, Lars	91 SC Melle 03	Melle	02.09.
---------	---------------	----------------	-------	--------

1 Stunde Lauf

12.722	Peters, Hendrik	91 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
--------	-----------------	-----------------------------	-------	--------

10 km Lauf

35:22	Köller, Hauke	90 TuS Weener	Oldenburg 15.03.
36:02	Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Herringhausen 03.10.
36:21	Busch, Jan Hiebo	91 SV Warsingsfehn	Nordhorn 12.09.
36:31	Kötter, Hannes	90 TuS Haren	Haren 24.07.
39:13	Hellmann, Jan-Niklas	90 1. TC Oldenburg	Oldenburg 05.09.
40:47	Nägler, Ulrich	91 VfL Lingen	Haren 24.07.
43:57	Peters, Hendrik	91 Emdener Laufgemeinschaft	Aurich 21.08.
44:12	Drosten, Jörn	90 Fortuna Wirdum	Ofen 03.10.

Halbmarathonlauf

1:28:39	Böning, Birger	90 SV Brake	Löningen 28.06.
---------	----------------	-------------	-----------------

110 m Hürden 0.991m

13,95 +1,0	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Zeven 30.05.
14,41 +1,7	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Salzgitter 29.08.
14,90 +1,0	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Zeven 30.05.
15,60 +0,1	Riemann, Johannes	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
16,05 -0,3	Fehrendt, Ihno	90 SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 17.05.
17,25 -0,3	Schmidt, Nico	90 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 17.05.
19,39 -0,5	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
20,02 +0,4	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 26.04.
20,6	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.
21,3	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.
24,6	Thiele, Pascal	91 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.

400 m Hürden 0.914m

55,29	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.06.
57,58	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Osnabrück 07.07.

2000 m Hindernis

6:15,75	Hardt, Matthias	90 TuS Gildehaus	Wilhelmshaven 21.06.
6:33,87	Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven 21.06.
6:48,06	Hüpel, Marius	91 LG Osnabrück	Zeven 31.05.
7:06,50	Kuk, Bernhardt	91 OSC Damme	Zeven 31.05.
7:16,60	Kohlmeyer, Patrick	90 LG Osnabrück	Zeven 31.05.
9:14,29	Imans, Marvin	90 LC Nordhorn	Papenburg 28.08.

4 x 100 m Staffel

42,65	LG Osnabrück I		Rhede 09.08.
	Okpure, J. 91; Jochmann, P. 90; Röwekamp, C. 90; Wilke, M. 92		
45,16	LG Papenburg/Aschendorf		Delmenhorst 17.05.
	Mevering, . 90; Kösters, S. 90; Vinke, H. 93; Kösters, J. 90		
45,91	OTB Osnabrück		Celle 20.09.
	Kähler, H. 91; Tillmann, P. 91; Riemann, J. 91; Bocktenk, A. 93		
46,51	LG Osnabrück II		Rhede 09.08.
	Bahlmann, J. 91; Kopatz, N. 91; Siemer, T. 92; Dierker, M. 93		
49,5	Fortuna Wirdum		Emden 20.09.
	Fengkohl, D. 92; Broer, R. 92; Van d. Werff, A. 91; Drosten, J. 90		
54,62	VfL Löningen		Molbergen 03.06.
	Hiemann, . 91; Peek, . 92; Schniederalber, . 91; Breier, . 91		

4 x 400 m Staffel

3:25,73	LG Osnabrück		Bremen 26.04.
	Bahlmann, J. 91; Okpure, J. 91; Jochmann, P. 90; Wilke, M. 92		
3:33,40	OTB Osnabrück		Osnabrück 04.06.
	Kähler, H. 91; Hahn, G. 93; Martin, R. 92; Flohr, D. 91		
3:36,87	LG Papenburg/Aschendorf		Osnabrück 18.04.
	Kösters, J. 90; Schütt, C. 90; Vinke, H. 93; Kösters, S. 90		

3 x 1000 m Staffel

8:32,86	StG DSC/BTB Oldenbg/SV Fr.fehn		Bremen 26.04.
	Junklewitz, S. 91; Hartung, L. 91; Molde, S. 93		
8:59,68	LG Osnabrück		Osnabrück 18.04.
	Sandkühler, J. 91; Hüpel, M. 91; Kohlmeyer, P. 90		

Hochsprung

1,96	Rietz, Phillip	91 VfL Germania Leer	Papenburg 13.06.
1,93	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Oldenburg 05.08.
1,90	Schmidt, Nico	90 LGG Ganderkesee	Papenburg 13.06.
1,86	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,86	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,85	Knüver, Matthias	90 OSC Damme	Dinklage 24.05.
1,74	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,72	Kähler, Hendrik	91 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
1,71	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,71	Riemann, Johannes	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,70	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
1,68	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,68	Jochmann, Patrick	90 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,68	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
1,66	Lake, Julian	91 TV Hude	Stuhr 27.06.
1,64	Weber, Steffen	91 BTB Oldenburg	Celle 20.09.
1,62	Kopatz, Niels	91 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,60	Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Celle 20.09.
1,60	Schobert, Arne	91 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
1,56	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.

Stabhochsprung

3,70	Fehrendt, Ihno	90 SV Friedrichsfehn	Papenburg 13.06.
3,50	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
3,30	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 26.04.
3,10	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
3,00	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 26.04.
2,90	Schmidt, Maximilian	90 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
2,90	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.
2,60	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 26.04.
2,60	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Bremen 30.05.
2,60	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück 22.09.
1,80	Thiele, Pascal	91 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.

Weitsprung

6,75 +0,0	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
6,46 +1,0	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
6,37 +1,7	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
6,10 +0,0	Kinast, Volker	90 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
6,03 +0,9	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04.

6,03	-0,9	Witte, Mirco	90 TuS Gildehaus	Delmenhorst	17.05.
6,01	+1,9	Jochmann, Patrick	90 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
6,00		Schmidt, Nico	90 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	25.09.
5,94	+1,6	Okpure, Jesse	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
5,94		Tipke, Mattis	90 SV Brake	Nordenham	08.05.
5,76		Spichalski, Tim	90 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn	15.05.
5,76	+1,7	Rietz, Phillip	91 VfL Germania Leer	Koln	24.05.
5,64		Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
5,54		Grün, Bent	91 TV Norden	Wilhelmshaven	25.04.
5,54	+0,0	Meyering, Tobias	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
5,53	+1,8	Riemann, Johannes	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
5,51	+1,0	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
5,50	+2,0	Kopatz, Niels	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
5,46	+1,6	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
5,45		Baron, Lennart	91 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.
5,45	+0,3	Baumtrock, Artjom	91 Heidmühler FC	Delmenhorst	31.07.

Dreisprung

13,38		Mosler, Marcel	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
12,95	+0,0	Grün, Bent	91 TV Norden	Papenburg	25.09.
12,73		Schmidt, Nico	90 LGG Ganderkesee	Ganderkesee	14.05.
12,36	+0,0	Witte, Mirco	90 TuS Gildehaus	Gladbeck	30.05.
12,15		Schwarzwald, Jost	90 Blau-Weiß Hollage	Lotte	16.07.
12,08	+0,0	Rietz, Phillip	91 VfL Germania Leer	Leer	05.09.
11,85		Pahlmann, Carl	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
11,71	+0,0	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Papenburg	25.09.
11,06	+1,4	Dieling, Christian	90 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.09.
10,44	+0,0	Hiemann, Josef	91 VfL Lönningen	Papenburg	28.08.
10,24	+0,0	Hummert, Fabian	90 TuS Bersenbrück	Papenburg	25.09.

Kugelstoss 6 kg

17,05		Peters, Derk	91 SV Georgsheil	Georgsheil	11.07.
12,57		Schmidt, Maximilian	90 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
11,98		Tipke, Mattis	90 SV Brake	Loxstedt	04.04.
11,91		Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
11,77		Broer, Renke	92 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.
11,56		Kinast, Volker	90 SV Friedrichsfehn	Celle	20.09.
11,22		Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Celle	20.09.
11,13		Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück	02.10.
11,13		Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück	02.10.
10,44		Marx, Simon	91 Blexer TB	Nordenham	08.05.
10,36		Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
10,35		Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
10,25		Holz, Carsten	92 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.
10,18		Weber, Steffen	91 BTB Oldenburg	Celle	20.09.
10,13		Schmitz, Marcel	90 TuS Haren	Papenburg	25.09.
10,12		Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
10,03		Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Oldenburg	24.06.
9,92		Maushake, Thomas	90 SV Union Meppen	Groß Hesepe	10.01.
9,91		Meyer, Johannes	91 TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	25.09.
9,89		Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Osnabrück	02.10.

Diskuswurf 1.75kg

46,98		Peters, Derk	91 SV Georgsheil	Wehdel	24.06.
36,23		Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
35,35		Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.

34,98	Broer, Renke	92 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.
34,69	Schmidt, Maximilian	90 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
33,23	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
32,48	Hummert, Fabian	90 TuS Bersenbrück	Papenburg	25.09.
32,00	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
31,54	Maushake, Thomas	90 SV Union Meppen	Groß Hesepe	10.01.
30,32	Junklewitz, Simon	91 BTB Oldenburg	Oldenburg	24.06.
29,37	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Osnabrück	22.09.
28,53	Kinast, Volker	90 SV Friedrichsfehn	Celle	20.09.
27,73	Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Celle	20.09.
27,13	Köstters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
26,63	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Loxstedt	04.04.
26,48	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	28.03.
26,44	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
24,96	Fehrendt, Ihno	90 SV Friedrichsfehn	Oldenburg	05.08.
22,76	Meyering, Tobias	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
22,13	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.

Hammerwurf 6 kg

47,84	Schwarte, Pascal	91 TSG Dissen	Bad Oeynhausen	01.06.
35,92	Hummert, Fabian	90 TuS Bersenbrück	Groß Hesepe	10.10.
33,14	Peters, Derk	91 SV Georgsheil	Holtland	12.09.
32,73	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Delmenhorst	31.07.
25,03	Maushake, Thomas	90 SV Union Meppen	Rütenbrock	18.04.

Speerwurf 800 g

47,59	Pahlmann, Carl	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	28.03.
46,26	Keindorff, Felix	91 TV Norden	Delmenhorst	17.05.
46,09	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
45,16	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
43,88	Hummert, Fabian	90 TuS Bersenbrück	Groß Hesepe	10.10.
43,80	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
41,58	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Aurich	17.04.
39,82	Tipke, Mattis	90 SV Brake	Nordenham	08.05.
38,37	Köstters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
38,09	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
37,46	Meyer, Johannes	91 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	17.05.
35,18	Schmitz, Marcel	90 TuS Haren	Delmenhorst	17.05.
35,11	Fehrendt, Ihno	90 SV Friedrichsfehn	Verden	16.05.
34,79	Torliene, Lukas	92 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
33,82	Bahlmann, Jascha	91 LG Osnabrück	Osnabrück	01.09.
32,57	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
31,32	Köstters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
30,83	Köller, Arne	92 TuS Weener	Papenburg	25.09.
30,02	Tiedeken, Alexander	90 BV Garrel	Schortens	08.05.
28,90	Baron, Lennart	91 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.

Fünfkampf

3.294	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	11,95(-2.3)-7,03(+2.7)-9,39-1,86-52,94			
3.276	Köstters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
	11,81(-2.3)-6,46(+1.0)-10,35-1,86-52,26			
3.108	Jochmann, Patrick	90 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	11,41(-2.8)-6,01(+1.9)-9,27-1,68-50,81			
3.012	Köstters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
	11,91(-2.3)-6,37(+1.7)-10,12-1,71-54,24			

2.753	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	11,9-5,46-11,13-1,70-55,9		
2.666	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
	12,73(-1.8)-5,46(+1.6)-11,89-1,74-57,53		
2.540	Kaun, Magnus	91 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04.
	12,61(-1.1)-6,03(+0.9)-8,41-1,56-55,32		
2.464	Lake, Julian	91 TV Hude	Stuhr 27.06.
	11,76(+0.6)-4,11(+1.6)-8,04-1,66-53,52		
2.454	Kopatz, Niels	91 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	12,48(-2.3)-5,50(+2.0)-7,54-1,62-55,12		
2.412	Meyering, Tobias	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
	12,13(-1.8)-5,37(+1.0)-8,97-1,50-57,08		
2.401	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	11,6-4,49-9,89-1,50-55,8		
2.184	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	12,7-5,34-11,13-1,46-62,0		
2.118	Riemann, Johannes	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	11,86(-1.1)-5,53(+1.8)-8,56-1,71-aufg.		
2.010	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	13,0-5,20-7,62-1,46-58,6		
1.865	Thiele, Pascal	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	12,5-4,90-6,00-1,34-58,4		

Fünfkampf
Mannschaft

11.213	LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	Lüke, F. 91 -2.753; Wilke, M. 92 -2.401	
	Siemer, T. 92 -2.184; Sandkühler, J. 91 -2.010	
	Thiele, . 91 -1.865	

Zehnkampf

6.183	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	11,95(-2.3)-7,03(+2.7)-9,39-1,86-52,94		
	15,77(+0.1)-33,23-3,50-45,16-4:52,59		
5.520	Kösters, Jens	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	11,81(-2.3)-6,46(+1.0)-10,35-1,86-52,26		
	14,75(+0.4)-36,23-3,00-38,37-9:54,41		
5.163	Kösters, Sven	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	11,91(-2.3)-6,37(+1.7)-10,12-1,71-54,24		
	14,92(+0.1)-27,13-2,60-31,32-5:50,89		
4.715	Schütt, Christian	90 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	12,73(-1.8)-5,46(+1.6)-11,89-1,74-57,53		
	20,02(+0.4)-24,37-3,30-42,59-5:22,84		
4.454	Lüke, Fabian	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10/ 03.10.
	11,9-5,46-11,13-1,70-55,9		
	20,6-22,13-2,90-32,57-5:23,1		
3.757	Sandkühler, Jan	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10/ 03.10.
	13,0-5,20-7,62-1,46-58,6		
	21,3-26,44-2,00-38,09-5:00,1		
2.879	Thiele, Pascal	91 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10/ 03.10.
	12,5-4,90-6,00-1,34-58,4		
	24,6-15,17-1,80-18,14-5:06,5		

Zehnkampf
Mannschaft

15.398	LG Papenburg/Aschendorf Kösters, J. 90 -5.520; Kösters, S. 90 -5.163 Schütt, C. 90 -4.715	Osnabrück 25.04/ 26.04.
11.090	LG Osnabrück Lüke, F. 91 -4.454; Sandkühler, J. 91 -3.757 Thiele, . 91 -2.879	Osnabrück 02.10/ 03.10.

DJMM Gruppe 1

13.383	OTB Osnabrück	Celle 20.09.
--------	---------------	--------------

DJMM Gruppe 2

9.260	StG DSC/BTB Oldenbg/SV Fr.fehn	Celle 20.09.
7.969	Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

DJMM Gruppe 4

4.332	LG Osnabrück	Osnabrück 20.09.
-------	--------------	------------------

Weibliche Jugend A

100 m Lauf

11,87 +1,0	Spelmeyer, Ruth Sophia	90 VfL Oldenburg	Zeven	30.05.
12,61 +0,0	Nögel, Judith	91 TuS Haren	Papenburg	25.09.
12,90 -0,6	Tappe, Aike	90 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	17.05.
12,7	Eertmoed, Marina	90 LAC Emden/Aurich	Aurich	02.05.
12,97 +1,1	Großkopf, Nicole	91 LGG Ganderkesee	Zeven	30.05.
13,08 +0,0	Wolters, Anne	91 TuS Neuenhaus	Garbsen	01.05.
13,14 +0,0	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Papenburg	13.06.
13,32 +0,0	Harms, Kira	90 VfL Oldenburg	Papenburg	25.09.
13,59 -1,2	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.
13,61 +0,5	Grummert, Hanna	90 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
13,61 +0,5	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
13,83 -1,2	Bendig, Annika	91 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
13,84 +1,4	Weber, Jenny	91 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
13,7	Bischof, Bastienne	91 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	25.09.
14,01 -1,2	Weyer, Julia	91 Emden Laufgemeinschaft	Delmenhorst	17.05.
14,03 +0,5	Lingemann, Jessica	91 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
13,8	Cornelius, Ann-Kathrin	91 TuS Tossens	Nordenham	08.05.
14,14 +0,0	Kortenbrock, Marina	90 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	03.06.
13,9 -0,7	Heyken, Mareke	91 Fortuna Wirdum	Aurich	28.06.
14,52 -1,0	Duin, Lisa	91 SV Holtland	Delmenhorst	17.05.

200 m Lauf

23,69 -0,8	Spelmeyer, Ruth Sophia	90 VfL Oldenburg	Novi Sad/SRB	24.07.
25,69 +0,0	Nögel, Judith	91 TuS Haren	Papenburg	25.09.
27,04 -1,4	Tappe, Aike	90 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	17.05.
27,29 +0,0	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Papenburg	14.06.
27,41 +1,2	Eertmoed, Marina	90 LAC Emden/Aurich	Zeven	31.05.
27,94 -2,7	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
28,41 -0,7	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Delmenhorst	17.05.
28,48 +1,5	Bendig, Annika	91 OTB Osnabrück	Verden	16.05.

28,71	-1,4	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.
28,74	-0,7	Flacke, Leonie	91 TV Georgsmarienhütte	Delmenhorst	17.05.
28,79	+1,3	Weber, Jenny	91 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
29,99	-0,7	Korte, Katharina	90 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.
30,46	*	Kellarova, Marketa	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	20.05.
30,7		Stache, Fenja	91 Blexer TB	Nordenham	08.05.
30,9		Sieverding, Kirsten	90 TuS Blau-Weiß Lohne	Dinklage	24.05.
33,01	-3,9	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
33,04	-3,9	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
35,84	-3,9	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.

400 m Lauf

58,55		Koop, Alina	90 LG Osnabrück	Osnabrück	07.07.
60,08		Wollherr, Tina	90 LG Osnabrück	Minden	12.08.
66,06		Przibilla, Wiebke	90 OTB Osnabrück	Verden	16.05.

800 m Lauf

2:16,13		Wollherr, Tina	90 LG Osnabrück	Lübeck	18.07.
2:16,8		Koop, Alina	90 LG Osnabrück	Sottrum	09.07.
2:20,50		Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
2:23,5		Eertmoed, Marina	90 LAC Emden/Aurich	Moorhusen	24.06.
2:29,74		Przibilla, Wiebke	90 OTB Osnabrück	Garbsen	25.07.
2:30,70		Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
2:36,72		Schwill, Sara	90 VfL Germania Leer	Papenburg	25.09.
2:39,63		Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	26.04.
2:41,18		Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück	26.04.
2:43,05		Kellarova, Marketa	90 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
2:43,32		Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
2:49,18		Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
2:51,16		Freitag, Emilia	91 LG Osnabrück	Osnabrück	20.05.
2:55,87		Gerdes, Daniela	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
3:14,39		Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
3:37,19		Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.

1000 m Lauf

2:52,95		Kock, Maren	90 LG Emstal Dörpen	Osnabrück	02.06.
3:03,26		Koop, Alina	90 LG Osnabrück	Minden	01.07.
3:11,61		Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	02.06.
3:18,64		Przibilla, Wiebke	90 OTB Osnabrück	Uslar	01.08.

1500 m Lauf

4:26,31		Kock, Maren	90 LG Emstal Dörpen	Gottingen	28.06.
4:50,45		Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Salzgitter	30.08.
5:00,25		Wollherr, Tina	90 LG Osnabrück	Wilhelmshaven	21.06.
5:57,76		Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	31.07.

3000 m Lauf

9:30,75		Kock, Maren	90 LG Emstal Dörpen	Rhede	09.08.
10:56,14		Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Papenburg	14.06.
12:47,28		Kellarova, Marketa	90 OTB Osnabrück	Verden	16.05.
13:03,73		Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	14.06.
14:51,8		Nentwig, Janina	90 TuS Gildehaus	Nordhorn	10.05.

5000 m Lauf

16:48,14	Kock, Maren	90 LG Emstal Dörpen	Berg.-Gladbach	20.08.
18:48,61	Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Bremen	26.04.
22:19,92	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.
23:29,63	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.

10 km Lauf

43:05	Domininghaus, Franzisk	90 1. TC Oldenburg	Ofen	03.10.
44:44	Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Löningen	27.06.
47:11	Dietel, Mona	90 SV Lemwerder	Lemwerder	22.03.
48:05	Speckmann, Lisa	90 LAC Emden/Aurich	Aurich	21.08.
48:30	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Lemwerder	22.03.
49:33	Gerdas, Daniela	91 LG Papenburg/Aschendorf	Lemwerder	22.03.
51:31	Gerdas, Christin	91 LG Papenburg/Aschendorf	Lemwerder	22.03.
51:49	Dietel, Malena	91 SV Lemwerder	Hannover	03.05.

10 km Lauf
Mannschaft

2:29:34	LG Papenburg/Aschendorf		Lemwerder	22.03.
	Folkerts, C. 91 -48:30;	Gerdas, D. 91 -49:33		
	Gerdas, C. 91 -51:31			

100 m Hürden 0.840m

14,64 -0,5	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Papenburg	14.06.
15,69 -1,0	Baumann, Sarah	93 VfL Löningen	Papenburg	14.06.
16,28 -2,8	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
18,57 -2,8	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
19,04 -2,2	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
19,25 -2,8	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04.
19,69 -0,3	Flacke, Leonie	91 TV Georgsmarienhütte	Delmenhorst	17.05.
20,25 -2,8	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
21,83 -2,2	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
23,38 -2,2	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.

400 m Hürden 0.762m

69,36	Nögel, Judith	91 TuS Haren	Papenburg	28.08.
75,83	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.08.

2000 m Hindernis 0.762m

7:32,28	Wollherr, Tina	90 LG Osnabrück	Münster	14.08.
9:38,02	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.08.

4 x 100 m Staffel

50,42	LG Osnabrück		Papenburg	13.06.
	Stockreiter, F. 91; Uhlenbrock, R. 92; Giesecking, S. 92; Holländer, K. 93			
53,55	OTB Osnabrück		Celle	20.09.
	Lingemann, J. 91; Dieckmann, M. 93; Grummert, H. 90; Przibilla, W. 90			
54,7	Fortuna Wirdum		Moorhusen	18.09.
	Habben, S. 92; Sinning, L. 92; Bohlken, L. 90; Heyken, M. 91			
55,6	LGG Ganderkese		Delmenhorst	25.09.
	Hajhossinali, . 93; Großkopf, N. 91; Bischof, B. 91; Ordemann, V. 90			
57,13	LG Papenburg/Aschendorf		Papenburg	09.05.
	Brinkmann, A. 91; Folkerts, C. 91; Velt, S. 91; Korte, K. 90			

4 x 400 m Staffel

4:37,23 OTB Osnabrück Osnabrück 18.04.
Lingemann, J. 91; Thiele, S. 91; Müller, I. 93; Kröner, F. 93

Hochsprung

1,79	Blum, Mareike	90 TV Norden	Garbsen 24.05.
1,71	Kortenbrock, Marina	90 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst 17.05.
1,64	Großkopf, Nicole	91 LGG Ganderkesee	Düsseldorf 18.07.
1,61	Wolters, Anne	91 TuS Neuenhaus	Papenburg 25.09.
1,60	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
1,58	Harms, Kira	90 VfL Oldenburg	Papenburg 25.09.
1,57	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Papenburg 14.06.
1,55	Bischof, Bastienne	91 LGG Ganderkesee	Wehdel 26.04.
1,52	Bohlken, Lena	90 Fortuna Wirdum	Oldenburg 05.08.
1,50	Schade, Janina	91 Emdener Laufgemeinschaft	Leer 05.09.
1,44	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,41	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,40	Flacke, Leonie	91 TV Georgsmarienhütte	Delmenhorst 17.05.
1,40	Grummert, Hanna	90 OTB Osnabrück	Minden 12.08.
1,38	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,23	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
1,17	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.

Stabhochsprung

1,86 Folkerts, Christina 91 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 25.09.

Weitsprung

5,68 +0,0	Wolters, Anne	91 TuS Neuenhaus	Lübeck 19.07.
5,39 -0,3	Kortenbrock, Marina	90 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst 17.05.
5,22	Bischof, Bastienne	91 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
5,21 -0,1	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
5,21	Großkopf, Nicole	91 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
5,18 +0,0	Nögel, Judith	91 TuS Haren	Papenburg 25.09.
5,16 +1,9	Grummert, Hanna	90 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
5,04 +0,0	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück 26.04.
5,00 +0,0	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück 26.04.
4,80 -1,0	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 17.05.
4,80	Eilers, Janneke	90 SV Friedrichsfehn	Oldenburg 05.08.
4,63 +0,5	Bohlken, Lena	90 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 31.07.
4,63 +0,0	Dittmar, Anna	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
4,61	Weber, Jenny	91 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 25.04.
4,51 +1,6	Heyken, Mareke	91 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
4,49	Flacke, Leonie	91 TV Georgsmarienhütte	Melle 27.05.
4,38	Robbers, Katharina	91 SV Sparta Werlte	Papenburg 09.05.
4,21 +0,0	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Zeven 30.05.
4,12 +0,0	Korte, Katharina	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 09.05.
4,00 -0,2	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 26.04.

Dreisprung

12,14 +0,0	Wolters, Anne	91 TuS Neuenhaus	Rhede 09.08.
10,40 +1,6	Tappe, Aike	90 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 25.09.
10,16 +0,0	Kortenbrock, Marina	90 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg 25.09.
9,23 +0,6	Przibilla, Wiebke	90 OTB Osnabrück	Garbsen 01.05.
9,09	Bohlken, Lena	90 Fortuna Wirdum	Leer 05.09.
8,99 +0,0	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 28.08.
8,49 +0,0	Korte, Katharina	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.

Kugelstoss 4 kg

10,91	Kortenbrock, Marina	90 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg	14.06.
9,76	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
9,68	Fastabend, Sophia	91 VfL Lingen	Papenburg	09.05.
9,47	Eilers, Janneke	90 SV Friedrichsfehn	Zeven	30.05.
9,45	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Minden	12.08.
9,39	Nannen, Mareike	90 SV Holtland	Holtland	12.09.
9,15	Großkopf, Nicole	91 LGG Ganderkesee	Verden	16.05.
8,73	Wolters, Anne	91 TuS Neuenhaus	Papenburg	25.09.
8,63	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
8,57	Pohl, Isabell	91 TV Dinklage	Delmenhorst	17.05.
8,49	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
8,31	Geissler, Mareike	91 VfL Germania Leer	Delmenhorst	17.05.
8,26	Den Hertog, Marieke	91 TV Hude	Delmenhorst	27.05.
7,93	Heyken, Mareke	91 Fortuna Wirdum	Aurich	28.06.
7,87	Grummert, Hanna	90 OTB Osnabrück	Minden	12.08.
7,85	Wenzel, Meike	90 BTB Oldenburg	Delmenhorst	17.05.
7,81	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04.
7,32	Spelmeyer, Ruth Sophia	90 VfL Oldenburg	Oldenburg	24.06.
7,30	Ordemann, Verena	90 LGG Ganderkesee	Delmenhorst	25.09.
7,22	Stache, Fenja	91 Blexer TB	Nordenham	08.05.

Diskuswurf 1 kg

36,25	Eilers, Janneke	90 SV Friedrichsfehn	Oldenburg	24.06.
29,87	Nannen, Mareike	90 SV Holtland	Holtland	12.09.
28,89	den Hertog, Marieke	91 TV Hude	Delmenhorst	27.05.
27,24	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
25,67	Pohl, Isabell	91 TV Dinklage	Delmenhorst	17.05.
25,62	Fastabend, Sophia	91 VfL Lingen	Papenburg	09.05.
23,04	Spelmeyer, Ruth Sophia	90 VfL Oldenburg	Oldenburg	24.06.
22,17	Bloemer, Anke	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
21,20	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	10.10.
19,91	Taudor, Beena	91 VfL Germania Leer	Delmenhorst	17.05.
17,14	Grummert, Hanna	90 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
17,01	Stache, Fenja	91 Blexer TB	Nordenham	08.05.

Hammerwurf 4 kg

59,21	Nannen, Mareike	90 SV Holtland	Gottingen	28.06.
32,08	Angermann, Alexandra	91 LAV Meppen	Rütenbrock	18.04.
22,20	Merscher, Corinna	90 SV Groß Hesepe	Rütenbrock	18.04.
21,77	Fastabend, Sophia	91 VfL Lingen	Rütenbrock	18.04.

Speerwurf 600 g

37,33	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Lage	29.08.
34,82	Ordemann, Verena	90 LGG Ganderkesee	Ganderkesee	14.05.
33,19	Pohl, Isabell	91 TV Dinklage	Delmenhorst	17.05.
32,24	Wenzel, Meike	90 BTB Oldenburg	Delmenhorst	17.05.
29,57	Dittmar, Anna	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
29,31	Fastabend, Sophia	91 VfL Lingen	Papenburg	09.05.
28,81	Plock, Maren	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
28,13	Den Hertog, Marieke	91 TV Hude	Bremen	19.04.
27,80	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	26.04.
27,06	den Hertog, Marieke	91 TV Hude	Delmenhorst	26.09.
26,35	Geissler, Mareike	91 VfL Germania Leer	Delmenhorst	17.05.
26,30	Tappe, Aike	90 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
25,44	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.

24,76	Bloemer, Anke	90 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
22,27	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	26.04.
20,87	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
20,31	Stache, Fenja	91 Blexer TB	Nordenham	08.05.
20,26	Weber, Jenny	91 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
19,90	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück	26.04.
19,01	Grummert, Hanna	90 OTB Osnabrück	Verden	16.05.

Vierkampf

2.482	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	16,28(-2.8)-1,59-8,66-27,94(-2.7)			
2.020	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	19,04(-2.2)-1,44-8,49-27,80(-2.7)			
1.934	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04.
	19,25(-2.8)-1,56-7,81-29,87(-2.7)			
1.769	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
	18,57(-2.8)-1,38-7,11-29,68(-3.9)			
1.400	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
	20,25(-2.8)-1,41-6,49-33,01(-3.9)			
1.239	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
	21,83(-2.2)-1,23-8,63-33,04(-3.9)			
1.035	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
	23,38(-2.2)-1,17-9,76-35,84(-3.9)			

Siebenkampf

4.383	Kröner, Berit	90 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	16,28(-2.8)-1,59-8,66-27,94(-2.7)			
	5,21(-0.1)-36,47-2:30,70			
3.436	Stockreiter, Farina	91 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	19,04(-2.2)-1,44-8,49-27,80(-2.7)			
	5,04(+0.0)-19,90-2:41,18			
3.401	Scholübbbers, Juliane	91 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	19,25(-2.8)-1,56-7,81-29,87(-2.7)			
	5,00(+0.0)-22,27-2:39,63			
2.921	Brinkmann, Anna	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	18,57(-2.8)-1,38-7,11-29,68(-3.9)			
	4,68(+0.0)-27,80-3:14,39			
2.401	Schmitz, Marina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	20,25(-2.8)-1,41-6,49-33,01(-3.9)			
	4,00(-0.2)-16,32-2:49,18			
2.369	Folkerts, Christina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	21,83(-2.2)-1,23-8,63-33,04(-3.9)			
	3,67(+0.0)-23,79-2:43,32			
1.760	Velt, Sina	91 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	23,38(-2.2)-1,17-9,76-35,84(-3.9)			
	4,10(+0.0)-20,39-3:37,19			

Siebenkampf Mannschaft

7.691	LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	Brinkmann, A. 91 -2.921; Schmitz, M. 91 -2.401		
	Folkerts, C. 91 -2.369		

DJMM Gruppe 2

6.914	OTB Osnabrück	Celle	20.09.
6.896	VfL Lönningen	Celle	20.09.

DJMM Gruppe 3

3.791	LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
3.786	LGG Ganderkesee	Delmenhorst	25.09.
3.707	Fortuna Wirdum	Moorhusen	18.09.
3.364	TV Hude	Hude	16.09.

Männliche Jugend B

100 m Lauf

11,15	+1,1	Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven	20.06.
11,19	+1,9	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Salzgitter	29.08.
11,36	+1,1	Gruber, Ingo	93 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	20.06.
11,3	-0,1	Fengkohl, Dennis	92 Fortuna Wirdum	Emden	20.09.
11,64	+0,0	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Lönigen	Papenburg	13.06.
11,80	+1,1	Pusch, Arne	93 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven	20.06.
11,82	+1,9	Suberg, Lars	93 LG Wilhelmshaven	Zeven	30.05.
11,6		Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
11,89	+0,0	Rivera, Lazaro	92 VfL Oldenburg	Papenburg	25.09.
11,7		Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
11,95	-1,1	Hülsebrock, Moritz	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
12,03	+0,0	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Molbergen	03.06.
12,04	+0,0	Vinke, Hendrik	93 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
12,06	-0,5	Bloemer, Mark	92 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.
12,06	+0,0	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Papenburg	13.06.
12,08	+0,0	Mitsevich, Dennis	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	03.06.
12,10	+0,0	Coners, Hannes	93 STV Barßel	Molbergen	03.06.
12,20	+0,0	Brauner, Pascal	92 BV Garrel	Papenburg	25.09.
12,0		Greiten, Niklas	92 LG Osnabrück	Osnabrück	02.10.
12,26	+0,1	Behrends, Habbo	92 SV Holtland	Papenburg	25.09.

200 m Lauf

22,57	+0,4	Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Schweinfurt	13.06.
22,92	+0,0	Gruber, Ingo	93 LG Emstal Dörpen	Papenburg	14.06.
22,96	-0,7	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Lübeck	19.07.
23,75	+0,5	Rivera, Lazaro	92 VfL Oldenburg	Zeven	31.05.
23,80	+0,0	Vinke, Hendrik	93 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
23,81	+0,8	Fengkohl, Dennis	92 Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	21.06.
23,95	-0,4	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Lönigen	Delmenhorst	03.07.
24,14	+0,6	Martin, Romain	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	20.05.
24,34	-1,0	Bloemer, Mark	92 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst	17.05.
24,35	+1,6	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	04.06.
24,38	+1,0	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Wilhelmshaven	25.04.
24,49	+1,0	Garcia, Jonathan	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
24,49	+1,2	Suberg, Lars	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
24,50	+0,6	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	20.05.
24,53	+0,0	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg	25.09.
24,56	+1,4	Molde, Steffen	93 BTB Oldenburg	Zeven	31.05.
24,4		Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	12.05.
24,70	+0,0	Behrends, Habbo	92 SV Holtland	Papenburg	25.09.
24,71	+1,4	Coners, Hannes	93 STV Barßel	Zeven	31.05.
24,91	+0,6	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Delmenhorst	05.06.

400 m Lauf

51,32		Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Leer	05.09.
52,84		Suberg, Lars	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.06.
53,05		Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Lübeck	19.07.

53,08	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Lönningen	Stuhr	06.05.
53,21	Martin, Romain	92 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
53,49	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Papenburg	13.06.
53,8	Greiten, Niklas	92 LG Osnabrück	Osnabrück	02.10.
54,86	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Zeven	30.05.
54,99	Dierker, Marvin	93 LG Osnabrück	Lübeck	19.07.
55,10	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
55,3	Garcia, Jonathan	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
55,61	Vinke, Hendrik	93 LG Papenburg/Aschendorf	Leer	05.09.
55,69	Thyen, Pascal	92 SV Union Meppen	Papenburg	09.05.
55,87	Brauner, Pascal	92 BV Garrel	Garrel	13.08.
56,09	Künnen, Hinnerk	93 VfL Lönningen	Garrel	13.08.
56,30	Nduati, David Ngugi	94 Heidmühler FC	Leer	05.09.
56,49	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönningen	Stuhr	06.05.
56,83	Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
57,2	Gerdes, Marcel	93 Heidmühler FC	Bad Zwischenahn	15.05.
57,70	Iven, Yannik	92 BTB Oldenburg	Celle	20.09.

800 m Lauf

2:00,25	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Lübeck	18.07.
2:01,05	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Lübeck	18.07.
2:03,53	Dierker, Marvin	93 LG Osnabrück	Papenburg	14.06.
2:03,71	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönningen	Zeven	31.05.
2:04,89	De Vries, Holger	93 TV Norden	Zeven	31.05.
2:07,07	Päsler, Robin	92 LG Osnabrück	Wilhelmshaven	20.06.
2:07,55	Schleibaum, Sören	92 LG Osnabrück	Papenburg	14.06.
2:09,27	Thyen, Pascal	92 SV Union Meppen	Wilhelmshaven	20.06.
2:12,27	Skutella, Thomas	94 VfL Oldenburg	Delmenhorst	03.07.
2:13,37	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Delmenhorst	03.07.
2:15,46	Mitsevich, Dennis	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Lönningen	20.05.
2:15,80	Karsch, Dustin	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	07.07.
2:16,98	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Lönningen	20.05.
2:17,82	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
2:23,32	Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	04.06.
2:31,9	Rothstegge, Thimo	93 TuS Zetel	Wilhelmshaven	02.09.
2:33,55	Coners, Hannes	93 STV Barßel	Delmenhorst	18.04.
2:37,56	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Delmenhorst	18.04.

1000 m Lauf

2:39,76	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osterode	14.07.
2:41,30	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Papenburg	25.09.
2:43,46	De Vries, Holger	93 TV Norden	Papenburg	25.09.
2:44,23	Schleibaum, Sören	92 LG Osnabrück	Helmstedt	11.06.
2:45,05	Päsler, Robin	92 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
2:45,33	Dierker, Marvin	93 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
2:48,24	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Lönningen	Wilhelmshaven	19.05.
2:53,4	Karsch, Dustin	92 OTB Osnabrück	Melle	02.09.
2:54,23	Thyen, Pascal	92 SV Union Meppen	Papenburg	25.09.
2:55,48	Knoop, Felix	93 VfL Lingen	Wilhelmshaven	19.05.
2:55,9	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Melle	02.09.
2:56,3	Scheider, Christopher	93 LC Nordhorn	Gildehaus	13.05.
2:56,6	Majewski, Michael	93 BV Garrel	Barsinghausen	07.08.
2:57,71	Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
3:06,42	Molde, Steffen	93 BTB Oldenburg	Celle	20.09.
3:06,67	Keiser, Christian	93 SV Holtland	Papenburg	25.09.
3:08,43	Steinhoff, Malte	93 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
3:13,3	Krüger, Timo	93 LC Nordhorn	Gildehaus	13.05.
3:14,5	Leiw, Sören	92 SC Melle 03	Melle	02.09.
3:17,3	Thumann, Malte	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.

1500 m Lauf

4:23,8	De Vries, Holger	93 TV Norden	Wilhelmshaven	02.09.
4:24,45	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.
4:24,47	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Lübeck	19.07.
4:24,51	Päsler, Robin	92 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
4:25,71	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönningen	Delmenhorst	31.07.
4:33,2	Brendel, Sebastian	92 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
4:33,9	Hauptstein, Niklas	92 TSG Dissen	Melle	26.08.
4:35,98	Karsch, Dustin	92 OTB Osnabrück	Minden	12.08.
4:38,4	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
4:38,67	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	21.06.
4:45,48	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
4:47,2	Majewski, Michael	93 BV Garrel	Großenkneten	30.08.
4:57,0	Hauptstein, Jannes	92 TSG Dissen	Melle	26.08.
5:00,6	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
5:10,3	Grötschel, Nico	93 TV Georgsmarienhütte	Melle	26.08.
5:16,1	Rothstegge, Thimo	93 TuS Zetel	Schortens	09.06.
5:19,0	Leiwe, Sören	92 SC Melle 03	Melle	26.08.
5:29,39	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	26.04.

1 Meile

4:50,75	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	07.07.
---------	--------------	------------------	-----------	--------

3000 m Lauf

9:06,38	Buss, Martin	92 LG Harlingerland	Lübeck	18.07.
9:34,57	Brendel, Sebastian	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	20.06.
9:45,18	Karsch, Dustin	92 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
9:49,51	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
9:52,23	Majewski, Michael	93 BV Garrel	Osterode	14.07.
9:57,17	De Vries, Holger	93 TV Norden	Wilhelmshaven	20.06.
10:44,9	Westhus, Jonas	92 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	10.05.
10:52,8	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Nordhorn	10.05.
11:27,3	Ommen, Wessel	93 SV Holtland	Warsingsfehn	04.08.
11:43,5	Lübbers, Markus	92 TuS Weener	Leer	25.04.
11:58,6	Rothstegge, Thimo	93 TuS Zetel	Wilhelmshaven	27.05.
12:30,0	Grötschel, Nico	93 TV Georgsmarienhütte	Nordhorn	10.05.
12:33,0	Miszczak, Milos	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	27.05.

5000 m Lauf

16:50,12	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst	31.07.
16:56,22	Brendel, Sebastian	92 LG Wilhelmshaven	Bremen	26.04.
17:38,07	De Vries, Holger	93 TV Norden	Leer	05.09.
17:40,3	Karsch, Dustin	92 OTB Osnabrück	Melle	26.08.
17:59,89	Majewski, Michael	93 BV Garrel	Garrel	22.04.
18:55,56	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Bremen	26.04.
19:03,0	Croon, Carsten	92 TG Wiesmoor	Aurich	19.06.
20:12,9	Langensiepen, Jannis	94 LAC Emden/Aurich	Aurich	19.06.

10.000 m Lauf

53:23,9	Leiwe, Sören	92 SC Melle 03	Melle	02.09.
---------	--------------	----------------	-------	--------

1 Stunde Lauf

13.895	Schoneboom, Kevin	92 Emden Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
--------	-------------------	---------------------------	-------	--------

10 km Lauf

33:20	Buss, Martin	92 LG Harlingerland	Oldenburg 18.10.
35:17	Brendel, Sebastian	92 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.
36:55	Majewski, Michael	93 BV Garrel	Oldenburg 18.10.
37:29	Korzuschnik, Alexander	93 Vareler TB	Oldenburg 15.03.
37:35	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Oldenburg 18.10.
37:43	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Schortens 28.10.
37:59	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Lemwerder 22.03.
38:04	Karsch, Dustin	92 OTB Osnabrück	Herringhausen 03.10.
38:18	Hanken, Dirk	92 VfL Germania Leer	Emden 06.06.
38:47	Akkad, Jamil	93 VfL Lönigen	Ofen 03.10.
39:07	Croon, Carsten	92 TG Wiesmoor	Aurich 21.08.
39:28	Wolters, Simon	93 LC Nordhorn	Nordhorn 12.09.
39:30	Meenken, Janno	94 MTV Aurich	Emden 06.06.
40:39	Bette, Dennis	92 Heidmühler FC	Ofen 03.10.
40:59	Horn, Benjamin	94 LG Wilhelmshaven	Ofen 03.10.
41:10	Wilken, Ralf	92 Emdener Laufgemeinschaft	Aurich 21.08.
41:25	Lübbers, Markus	92 TuS Weener	Lemwerder 22.03.
42:52	Katzenski, Malte	92 SV Concordia Ihrhove	Papenburg 19.04.
44:20	Böning, Malte	93 SV Brake	Lemwerder 22.03.

Halbmarathonlauf

1:21:08	Brendel, Sebastian	92 LG Wilhelmshaven	Oldenburg 01.11.
1:36:11	Zager, Marc-Andre	92 VfL Lönigen	Lönigen 27.06.
1:42:27	Wilken, Ralf	92 Emdener Laufgemeinschaft	Lönigen 27.06.
1:46:05	Bette, Dennis	92 Heidmühler FC	Schortens 22.03.

110 m Hürden 0.914m

14,29 -0,9	Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Lübeck 19.07.
16,31 +1,5	Pusch, Arne	93 BTB Oldenburg	Zeven 30.05.
16,32 +1,3	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven 21.06.
21,2	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.

400 m Hürden 0.840m

55,61	Bamstedt, Nicolaus	93 VfL Lönigen	Rhede 08.08.
62,98	Thelken, Hendrik	93 STV Barßel	Molbergen 03.06.
64,15	Vinke, Hendrik	93 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 28.08.
65,85	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Papenburg 28.08.

2000 m Hindernis

7:01,76	Scheider, Christopher	93 LC Nordhorn	Papenburg 25.09.
7:24,13	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Papenburg 25.09.
8:24,17	Weiß, Ferdinand	93 LC Nordhorn	Papenburg 28.08.

4 x 100 m Staffel

45,67	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 20.06.
	Suberg, L. 93; Garcia, J. 92; Plohr, S. 92; Straus, F. 92	
46,51	LG Osnabrück	Osnabrück 20.09.
	Wilke, M. 92; Siemer, T. 92; Bielecki, J. 94; Greiten, . 92	
47,81	VfL Lönigen	Delmenhorst 17.05.
	Bamstedt, N. 93; Künnen, H. 93; Brümmer, S. 94; Wilken, . 92	
50,50	SV Sparta Werlte	Papenburg 09.05.
	Heermann, B. 94; Hanekamp, L. 93; Hinrichs, T. 93; Gerdes, . 93	

4 x 400 m Staffel

3:35,64	DSC Oldenburg		Osnabrück 18.04.
	Bamstedt, N. 93; Akkad, J. 93; Künnen, H. 93; Brümmer, S. 94		
3:54,40	OTB Osnabrück		Osnabrück 18.04.
	Bocktenk, A. 93; Ego, K. 93; Domnick, L. 92; Willen, H. 93		

3 x 1000 m Staffel

8:14,17	VfL Lönningen		Bremen 26.04.
	Bamstedt, N. 93; Akkad, J. 93; Brümmer, S. 94		
8:15,87	LG Osnabrück		Bremen 26.04.
	Schleibaum, S. 92; Dierker, M. 93; Päsler, R. 92		
8:26,61	VfL Oldenburg		Bremen 26.04.
	Wendel, D. 92; Behrens, D. 92; Rivero, L. 92		
9:18,78	OTB Osnabrück		Osnabrück 18.04.
	Karsch, D. 92; Torliene, L. 92; Karsch, M. 92		
9:21,7	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven 23.09.
	Miszarek, . 93; Thumann, M. 92; Brendel, S. 92		

Schweden-Staffel

2:08,5	VfL Oldenburg		Wilhelmshaven 23.09.
	Behrens, D. 92; Rittner, T. 95; Rivero, L. 92; Schwarze, L. 94		

Hochsprung

1,88	Künnen, Hinnerk	93 VfL Lönningen	Wilhelmshaven 19.05.
1,80	Brauner, Pascal	92 BV Garrel	Lindern 10.06.
1,80	Pusch, Arne	93 BTB Oldenburg	Oldenburg 24.06.
1,80	Spiegelberg, Jakob	93 VfL Rastede	Oldenburg 24.06.
1,69	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Papenburg 25.09.
1,68	Gummels, Marvin	92 TV Norden	Aurich 02.05.
1,66	Huning, Lars	93 LG Osnabrück	Osnabrück 08.05.
1,65	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,65	Niemann, Johannes	92 TV Dinklage	Dinklage 24.05.
1,63	Gabrisch, Lukas	94 TV Hude	Delmenhorst 17.05.
1,62	Torliene, Lukas	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 08.05.
1,62	Wilkens, Jannes	93 OSC Damme	Minden 22.07.
1,60	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Oldenburg 24.06.
1,60	Molde, Steffen	93 BTB Oldenburg	Oldenburg 24.06.
1,60	Lühning, Jan	93 TV Norden	Leer 05.09.
1,59	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,59	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,59	Mager, Finn	93 DSC Oldenburg	Oldenburg 05.08.
1,54	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
1,54	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.

Stabhochsprung

2,40	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück 26.04.
2,20	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 22.09.

Weitsprung

6,53 +0,5	Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Delmenhorst 05.06.
6,24 -0,6	Pusch, Arne	93 BTB Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
6,04 +1,9	Hülsebrock, Moritz	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
5,95	Künnen, Hinnerk	93 VfL Lönningen	Wilhelmshaven 19.05.
5,74 +0,0	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.

5,74	Fengkohl, Dennis	92 Fortuna Wirdum	Oldenburg	05.08.
5,70 +0,0	Brauner, Pascal	92 BV Garrel	Molbergen	03.06.
5,67 +0,3	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Delmenhorst	05.06.
5,63	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
5,56 +0,1	Torliene, Lukas	92 OTB Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
5,54 +0,0	Vinke, Hendrik	93 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04.
5,50	Schleibaum, Sören	92 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
5,47 -0,4	Windau, Sven	92 Heidmühler FC	Delmenhorst	31.07.
5,45 +0,0	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04.
5,44 -0,2	Molde, Steffen	93 BTB Oldenburg	Celle	20.09.
5,44 +0,0	Stoff, Karsten	92 BV Garrel	Papenburg	25.09.
5,41 +0,0	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
5,36	Garcia, Jonathan	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
5,30 -1,1	Lühring, Jan	93 TV Norden	Delmenhorst	17.05.
5,30	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Leer	05.09.

Dreisprung

12,56	Pusch, Arne	93 BTB Oldenburg	Leer	05.09.
12,38 +0,0	Fengkohl, Dennis	92 Fortuna Wirdum	Papenburg	25.09.
12,25 +1,2	Garcia, Jonathan	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.09.
12,21 +1,0	Brauner, Pascal	92 BV Garrel	Salzgitter	29.08.
11,96 +0,0	Michaelis, Julian	92 LC Nordhorn	Papenburg	28.08.
11,72 +0,0	Lühring, Jan	93 TV Norden	Papenburg	25.09.
11,23 +0,0	Wilkens, Jannes	93 OSC Damme	Papenburg	25.09.
11,15	Stoff, Karsten	92 BV Garrel	Schortens	08.05.
10,45	Gerdes, Marcel	93 Heidmühler FC	Bremen	30.05.

Kugelstoss 5 kg

12,75	Surmann, Arne	92 BTB Oldenburg	Oldenburg	24.06.
12,72	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
12,67	Holz, Carsten	92 Fortuna Wirdum	Aurich	17.04.
12,12	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Wirdum	03.10.
11,87	Marre, Sebastian	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	08.05.
11,85	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Groß Hesepe	10.10.
11,72	Spormann, Patrick	93 LAC Emden/Aurich	Aurich	17.04.
11,69	Rivera, Lazaro	92 VfL Oldenburg	Delmenhorst	27.05.
11,35	Behrends, Habbo	92 SV Holtland	Aurich	29.05.
11,14	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Meppen	19.09.
10,72	Pusch, Arne	93 BTB Oldenburg	Oldenburg	05.08.
10,42	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Schortens	08.05.
10,40	Bürma, Matthias	93 StG LAC Emden / Aurich	Aurich	29.05.
10,38	Wollschläger, Lars	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	25.09.
10,18	Pohl, Dominik	93 TV Dinklage	Delmenhorst	17.05.
10,13	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Oldenburg	05.08.
10,10	Brauner, Pascal	92 BV Garrel	Oldenburg	24.06.
10,04	Spiegelberg, Jakob	93 VfL Rastede	Oldenburg	24.06.
10,02	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
9,95	Gerdes, Sebastian	93 SV Sparta Werlte	Meppen	19.09.

Diskuswurf 1.5 kg

42,39	Broer, Renke	92 Fortuna Wirdum	Hannover	25.01.
39,36	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Bersenbrück	17.04.
38,24	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Wirdum	03.10.
31,49	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück	22.09.
30,88	Pohl, Dominik	93 TV Dinklage	Delmenhorst	17.05.
30,06	Rivera, Lazaro	92 VfL Oldenburg	Delmenhorst	21.03.
29,70	Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	Delmenhorst	31.07.
29,62	Gottschlich, Kai	92 SV Groß Hesepe	Papenburg	09.05.

27,99	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Delmenhorst 13.09.
27,35	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Delmenhorst 13.09.
25,93	Coners, Hannes	93 STV Barßel	Delmenhorst 17.05.
24,81	Holz, Carsten	92 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
24,45	Meyer, Lukas	93 TuS Blau-Weiß Lohne	Oldenburg 05.08.
23,85	Wollschläger, Lars	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg 25.09.
23,64	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 03.10.
23,15	Francksen, Jan-Ole	93 TuS Tossens	Nordenham 08.05.
21,54	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück 26.04.
19,39	Spormann, Patrick	93 LAC Emden/Aurich	Aurich 17.04.

Hammerwurf 5 kg

45,74	Thomas, Eike	92 TSG Dissen	Bad Oeynhausen 01.06.
28,78	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Groß Hesepe 10.10.
28,22	Holz, Carsten	92 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
22,88	Francksen, Jan-Ole	93 TuS Tossens	Nordenham 15.08.

Speerwurf 700 g

45,20	Dunker, Christian	93 VfL Rastede	Delmenhorst 05.06.
43,32	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück 26.04.
42,12	Fortmann, Jonas	93 Heidmühler FC	Bremen 19.04.
40,96	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Wilhelmshaven 19.05.
39,60	Berg, Andree	93 SV Warsingsfehn	Papenburg 25.09.
38,21	Dreyer, Ulrich	93 TuS Weener	Leer 05.09.
37,31	Päsler, Robin	92 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
36,93	Torliene, Lukas	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.
36,77	Molde, Steffen	93 BTB Oldenburg	Oldenburg 24.06.
36,66	Behrens, Dennis	92 VfL Oldenburg	Delmenhorst 05.06.
36,45	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 08.05.
35,98	Hanekamp, Lars	93 SV Sparta Werlte	Papenburg 25.09.
34,95	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
34,92	Spormann, Patrick	93 LAC Emden/Aurich	Aurich 17.04.
34,44	Rivero, Lazaro	92 VfL Oldenburg	Delmenhorst 13.09.
34,41	Künnen, Hinnerk	93 VfL Lönninge	Wilhelmshaven 19.05.
34,22	Rivera, Lazaro	92 VfL Oldenburg	Leer 05.09.
33,57	Pohl, Dominik	93 TV Dinklage	Delmenhorst 17.05.
33,31	Wellmann, Helge	93 DSC Oldenburg	Oldenburg 24.06.
32,31	Gerdes, Marcel	93 Heidmühler FC	Wilhelmshaven 25.04.

Fünfkampf

2.994	Wilke, Matthias	92 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	11,82(-2.9)-5,74(+0.0)-10,63-1,65-51,48		
2.488	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück 25.04.
	12,64(-1.4)-5,45(+0.0)-10,78-1,65-58,97		
2.420	Greiten, Niklas	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	12,0-5,20-7,94-1,50-53,8		
2.350	Vinke, Hendrik	93 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04.
	12,47(-2.2)-5,54(+0.0)-8,58-1,50-57,34		
2.285	Ego, Kilian	93 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	12,23(-1.6)-4,81(+0.0)-8,55-1,47-55,80		
2.243	Torliene, Lukas	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	13,02(-2.2)-5,44(+0.0)-8,95-1,59-59,51		
2.206	Bocktenk, Arne-Jonas	93 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	12,38(-1.6)-5,10(+0.0)-7,41-1,50-57,40		
2.157	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10.
	12,8-5,13-8,66-1,54-58,4		
2.055	Karsch, Marvin	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	13,68(-1.6)-5,06(+0.0)-10,02-1,59-61,68		

2.017	Siemer, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	12,83(-2.9)-5,41(+0.0)-11,90-1,59-aufg.		
1.935	Domnick, Lennart	93 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	12,90(-2.9)-4,80(+0.0)-8,53-1,29-58,58		
1.814	Steinhoff, Malte	93 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	13,67(-1.6)-4,90(+0.0)-7,77-1,41-59,99		
1.792	Beyer, Hanno	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	13,49(-1.4)-5,12(+0.0)-6,70-1,41-60,83		
1.670	Bedford, Philipp	93 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	13,90(-1.4)-4,32(+0.0)-6,74-1,47-59,66		
1.619	Hahn, Gerrit	93 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	12,40(-2.2)-o.L.-8,36-o.L.-53,59		

Fünfkampf Mannschaft

10.724	OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	Ego, K. 93 -2.285; Torliene, L. 92 -2.243	
	Bocktenk, A. 93 -2.206; Karsch, M. 92 -2.055	
	Domnick, L. 92 -1.935	
10.251	LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
	Wilke, M. 92 -2.994; Siemer, T. 92 -2.017	
	Steinhoff, M. 93 -1.814; Brill, T. 92 -1.756	
	Bedford, D. 95 -1.670	

Zehnkampf

4.571	Hinrichs, Thilo	93 SV Sparta Werlte	Osnabrück 25.04/ 26.04.
	12,64(-1.4)-5,45(+0.0)-10,78-1,65-58,97		
	16,57(+0.3)-21,54-2,40-43,32-5:29,39		
3.748	Brill, Torben	92 LG Osnabrück	Osnabrück 02.10/ 03.10.
	12,8-5,13-8,66-1,54-58,4		
	21,2-23,64-2,00-30,74-5:00,6		

DJMM Gruppe 4

4.599	LG Osnabrück	Osnabrück 20.09.
-------	--------------	------------------

Weibliche Jugend B

100 m Lauf

12,04 +1,8	Zähler, Nadine	92 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 20.06.
12,31 +1,8	Ganita, Aline	92 LG Emstal Dörpen	Salzgitter 29.08.
12,40 +1,1	Hungar, Constanze	93 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 20.06.
12,54 +1,8	Eilers, Rajke	92 TV Norden	Wilhelmshaven 20.06.
12,61 +1,9	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Zeven 30.05.
12,66 +1,1	Bröker, Ellen	93 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven 20.06.
13,02 +1,1	Uhlenbrock, Ricarda	92 LG Osnabrück	Wilhelmshaven 20.06.
13,04 -0,3	Saathoff, Lena	92 SV Georgsheil	Papenburg 13.06.
13,16 +0,5	Baumann, Sarah	93 VfL Lönningen	Celle 20.09.
13,17	Hennig, Tanja	93 TuS Gildehaus	Leer 05.09.
13,23 -0,4	Mäsker, Christin	93 LG Emstal Dörpen	Lübeck 18.07.
13,24 +0,0	Domnick, Viktoria	93 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg 25.09.
13,0	Gatena, Imke	93 LG Uplengen	Aurich 29.05.
13,25 +1,5	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Winsen/Luhe 12.09.
13,35 +1,9	Geburek, Ronja	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Salzgitter 29.08.
13,2	Stark, Katharina	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Dinklage 24.05.

13,2	Tjards, Imke	93 LAC Emden/Aurich	Aurich	29.05.
13,47 +0,0	Elbert, Julia	92 LC Nordhorn	Garbsen	01.05.
13,52	Holländer, Karoline	93 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
13,54	Giesecking, Sarah	92 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.

13,3 -2,7	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Aurich	02.05.
-----------	-----------------	---------------------	--------	--------

200 m Lauf

25,55 +1,1	Ganita, Aline	92 LG Emstal Dörpen	Rhede	09.08.
25,56 +0,1	Bröker, Ellen	93 LG Emstal Dörpen	Wilhelmshaven	21.06.
26,13 +0,7	Eilers, Rajke	92 TV Norden	Wilhelmshaven	21.06.
26,25 +0,5	Zähler, Nadine	92 LG Wilhelmshaven	Bremen	20.05.
26,43 +0,5	Hungar, Constanze	93 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.
26,48 +0,5	Hackstedt, Maria	93 VfL Lönningen	Wilhelmshaven	21.06.
26,67 +0,1	Stark, Katharina	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Wilhelmshaven	21.06.
26,71 +0,5	Mäsker, Christin	93 LG Emstal Dörpen	Lübeck	19.07.
26,5	Saathoff, Lena	92 SV Georgsheil	Aurich	02.05.
26,98 +0,5	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.

27,09 +1,7	Geburek, Ronja	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Salzgitter	30.08.
27,13 -1,9	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Delmenhorst	17.05.
27,15 +1,7	Baumann, Sarah	93 VfL Lönningen	Zeven	31.05.
27,24 *	Hennig, Tanja	93 TuS Gildehaus	Gladbeck	30.05.
27,55 +0,0	Krause, Hanna	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
27,56 *	Giesecking, Sarah	92 LG Osnabrück	Osnabrück	20.05.
27,66 +0,0	Backsmann, Sarah	93 SV Union Meppen	Papenburg	25.09.
27,73 +0,1	Knopf, Lea	93 TV Norden	Garbsen	01.05.
27,98 +1,5	Franzmeier, Anna Carin	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
28,06 +0,5	Ehrlich, Tomke	93 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven	25.04.

400 m Lauf

58,52	Bröker, Ellen	93 LG Emstal Dörpen	Lübeck	19.07.
59,90	Stark, Katharina	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Blumenthal	25.06.
60,37	Hackstedt, Maria	93 VfL Lönningen	Papenburg	13.06.
61,07	Hüasers, Kristina	92 TuS Haren	Meppen	06.06.
61,12	Meyer, Franziska	93 VfL Lingen	Delmenhorst	17.05.
61,43	Themann, Tabea	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst	27.05.
62,03	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Papenburg	13.06.
62,15	Backsmann, Sarah	93 SV Union Meppen	Meppen	06.06.
62,71	Deters, Franziska	93 LAV Meppen	Meppen	06.06.
62,91	Mäsker, Christin	93 LG Emstal Dörpen	Delmenhorst	17.05.

62,95	Niehaus, Laura	93 LAV Meppen	Meppen	06.06.
63,64	Beyer, Jennifer	93 VfL Lönningen	Garrel	13.08.
64,51	Knopf, Lea	93 TV Norden	Delmenhorst	17.05.
66,20	Voß, Claudia	93 LAV Meppen	Meppen	06.06.
66,78	Ahrens, Mareike	93 VfL Lönningen	Garrel	13.08.
67,27	König, Julia	94 TuS Haren	Meppen	06.06.
69,0	Harms, Swantje	93 TuS Ofen	Bad Zwischenahn	15.05.
71,04	Pleiter, Anne	93 BV Garrel	Delmenhorst	31.07.
72,3	Lüers, Helene	92 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn	15.05.

800 m Lauf

2:16,83	Themann, Tabea	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Lübeck	18.07.
2:18,66	Deters, Franziska	93 LAV Meppen	Recklinghausen	10.05.
2:20,15	Niehaus, Laura	93 LAV Meppen	Recklinghausen	10.05.
2:20,26	Stark, Katharina	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst	17.05.
2:21,79	Beyer, Jennifer	93 VfL Lönningen	Delmenhorst	17.05.
2:22,87	Arling, Katrin	92 LG Emstal Dörpen	Papenburg	09.05.
2:23,05	Supritz, Fiona	93 LG Emstal Dörpen	Papenburg	25.04.

2:24,62	Hüasers, Kristina	92 TuS Haren	Delmenhorst 17.05.
2:26,31	Lake, Laureen	92 TV Hude	Papenburg 14.06.
2:26,69	Backsmann, Sarah	93 SV Union Meppen	Papenburg 14.06.
2:30,96	Voß, Claudia	93 LAV Meppen	Delmenhorst 17.05.
2:32,84	Mäsker, Christin	93 LG Emstal Dörpen	Papenburg 09.05.
2:33,17	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Winsen/Luhe 13.09.
2:33,4	Eyüpoglu, Sirin	92 LAC Emden/Aurich	Aurich 29.05.
2:36,35	Ahrens, Mareike	93 VfL Lönningen	Celle 20.09.
2:38,25	Müller, Isabell	93 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
2:38,45	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Lage 26.04.
2:38,84	Duin, Imke	93 SV Holtland	Leer 05.09.
2:40,01	Pleiter, Anne	93 BV Garrel	Hamburg 10.05.
2:40,73	Becker, Stefanie	93 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.

1500 m Lauf

4:44,68	Arling, Katrin	92 LG Emstal Dörpen	Lübeck 19.07.
4:48,04	Niehaus, Laura	93 LAV Meppen	Lübeck 19.07.
4:48,26	Deters, Franziska	93 LAV Meppen	Lübeck 19.07.
4:53,22	Themann, Tabea	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Zeven 30.05.
4:53,87	Supritz, Fiona	93 LG Emstal Dörpen	Zeven 30.05.
5:17,49	Walter, Natalie	94 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven 21.06.
5:26,59	Ahrens, Mareike	93 VfL Lönningen	Wilhelmshaven 21.06.
5:37,1	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Nordenham 08.05.
5:40,5	Harms, Swantje	93 TuS Ofen	Nordenham 08.05.
5:49,63	Pleiter, Anne	93 BV Garrel	Delmenhorst 27.05.
6:12,3	Penke, Jana	93 SC Melle 03	Melle 26.08.

3000 m Lauf

10:29,76	Arling, Katrin	92 LG Emstal Dörpen	Lübeck 18.07.
10:47,05	Supritz, Fiona	93 LG Emstal Dörpen	Lübeck 18.07.
10:56,42	Deters, Franziska	93 LAV Meppen	Papenburg 14.06.
11:25,38	Themann, Tabea	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst 18.04.
12:10,9	Voß, Claudia	93 LAV Meppen	Meppen 17.04.
12:28,6	Harms, Swantje	93 TuS Ofen	Wilhelmshaven 27.05.
12:50,2	Papen, Melanie	93 TuS Haren	Melle 27.05.
14:13,92	Pleiter, Anne	93 BV Garrel	Garrel 22.04.
14:33,7	Janssen, Kristin	93 Emden Laufgemeinschaft	Leer 25.04.
15:55,3	Flacke, Jana	93 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.

5000 m Lauf

22:49,1	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Nordenham 08.05.
23:38,2	Schmidt, Aylin	94 Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich 19.06.
26:15,26	Janssen, Kristin	93 Emden Laufgemeinschaft	Papenburg 25.09.

10 km Lauf

47:44	Hüasers, Kristina	92 TuS Haren	Lemwerder 22.03.
48:28	Harms, Swantje	93 TuS Ofen	Cloppenburg 26.09.
48:53	Papen, Melanie	93 TuS Haren	Lemwerder 22.03.
49:38	Aselage, Nadine	94 VfL Lönningen	Lönningen 27.06.
50:23	Janssen, Ilka	92 Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden 06.06.
51:12	Book, Kerstin	92 TuS Haren	Lemwerder 22.03.
51:37	Meyer, Vivian	93 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Cloppenburg 26.09.
53:33	Lange, Anna	92 TuS Eversten	Ofen 03.10.

10 km Lauf
Mannschaft

2:27:49 TuS Haren Lemwerder 22.03.
Hüasers, K. 92 -47:44; Papen, M. 93 -48:53
Book, K. 92 -51:12

Halbmarathonlauf

1:41:47 Fangmann, Julia 92 TuS Blau-Weiß Lohne Lönningen 27.06.

100 m Hürden 0.762m

14,15 +1,1 Rieck, Svenja 93 OTB Osnabrück Zeven 30.05.
14,79 +0,9 Baumann, Sarah 93 VfL Lönningen Zeven 30.05.
15,12 Gatena, Imke 93 LG Uplengen Papenburg 25.09.
15,66 -0,8 Saathoff, Lena 92 SV Georgsheil Delmenhorst 17.05.
15,83 -0,8 Knopf, Lea 93 TV Norden Delmenhorst 17.05.
16,01 +0,0 Krause, Hanna 94 LG Papenburg/Aschendorf Papenburg 25.09.
16,17 -1,1 Franzmeier, Anna Carin 93 LG Wilhelmshaven Delmenhorst 17.05.
16,23 +1,5 Bartels, Friederike 92 VfL Germania Leer Zeven 30.05.
17,91 +0,4 Diekmann, Lara 93 DSC Oldenburg Winsen/Luhe 12.09.
18,04 -0,8 Kröner, Freya 93 OTB Osnabrück Delmenhorst 17.05.

18,21 -2,7 Kühnemund, Mareike 92 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04.
18,51 -1,0 Ulferts, Sandra 93 LAC Emden/Aurich Osnabrück 25.04.
18,64 -1,0 Stockreiter, Julia 93 LG Osnabrück Osnabrück 25.04.
18,96 -1,0 Holländer, Karoline 93 LG Osnabrück Osnabrück 25.04.
20,60 -1,0 Emminghaus, Laura 93 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04.
20,94 -2,7 Becker, Stefanie 93 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04.
21,05 +1,2 Schang, Franziska 92 TuS Ofen Stuhr 27.06.
21,09 +1,2 Harms, Swantje 93 TuS Ofen Stuhr 27.06.

400 m Hürden

65,40 Meyer, Franziska 93 VfL Lingen Lübeck 18.07.
67,20 Hackstedt, Maria 93 VfL Lönningen Lübeck 18.07.
69,50 Baumann, Sarah 93 VfL Lönningen Molbergen 03.06.

1500m Hindernis

5:13,35 Deters, Franziska 93 LAV Meppen Zeven 31.05.

4 x 100 m Staffel

50,30 LG Osnabrück Wilhelmshaven 20.06.
Hengelbrock, W. 94; Uhlenbrock, R. 92; Giesecking, S. 92; Holländer, K. 93
51,41 TV Norden Wilhelmshaven 20.06.
Eilers, R. 92; Knopf, L. 93; Knopf, H. 93; Gerken, A. 94
53,55 VfL Lönningen Molbergen 03.06.
Beyer, J. 93; Kleene, M. 92; Baumann, S. 93; Hackstedt, M. 93
53,77 Emdener Laufgemeinschaft Delmenhorst 17.05.
Wahren, L. 92; Iken, J. 94; Loos, J. 93; Klinkhart, H. 92
54,84 StG LAC Emden / Aurich Delmenhorst 17.05.
Tjards, I. 93; Ehrlich, T. 93; Ukena, K. 93; Ulferts, S. 93
55,71 OTB Osnabrück Celle 20.09.
Hahn, T. 92; Kröner, L. 92; Emminghaus, L. 93; Kröner, F. 93

4 x 400 m Staffel

4:08,66	VfL Lönningen		Osnabrück 18.04.
	Beyer, J. 93; Baumann, S. 93; Ahrens, M. 93; Hackstedt, M. 93		
4:17,52	StG Haren-Meppen		Osnabrück 18.04.
	Book, K. 92; Pszolla, C. 92; Hüasers, K. 92; Backsmann, S. 93		

3 x 800 m Staffel

8:41,1	LG Osnabrück		Osnabrück 01.09.
	Hengelbrock, W. 94; Stockreiter, J. 93; Giesecking, S. 92		

Hochsprung

1,72	Elbert, Julia	92 LC Nordhorn	Garbsen 24.05.
1,71	Schulte, Alexandra	93 LAV Meppen	Garbsen 01.05.
1,66	Saathoff, Lena	92 SV Georgsheil	Delmenhorst 03.07.
1,59	Bartels, Friederike	92 VfL Germania Leer	Zeven 30.05.
1,57	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Lage 25.04.
1,56	Kramer, Ruth	92 VfL Lönningen	Wilhelmshaven 19.05.
1,56	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Winsen/Luhe 12.09.
1,54	Franzmeier, Anna Carin	93 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 17.05.
1,53	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04.
1,52	Baumann, Sarah	93 VfL Lönningen	Celle 20.09.
1,52	Emminghaus, Laura	93 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
1,51	Gatena, Imke	93 LG Uplengen	Leer 25.04.
1,50	Kühnemund, Mareike	92 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,50	Schang, Franziska	92 TuS Ofen	Stuhr 27.06.
1,48	Sinning, Lena	92 Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven 21.06.
1,48	Hackstedt, Maria	93 VfL Lönningen	Celle 20.09.
1,44	Kröner, Freya	93 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven 19.05.
1,41	Stockreiter, Julia	93 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,40	Tjards, Imke	93 LAC Emden/Aurich	Aurich 02.05.
1,40	Ukena, Kathrin	93 LAC Emden/Aurich	Aurich 02.05.
1,40	Haars, Laura	92 SV Nordenham	Nordenham 08.05.
1,40	Lengerhuis, Kristina	93 TuS Norderney	Wilhelmshaven 19.05.

Weitsprung

5,84 +0,0	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Lübeck 18.07.
5,36	Hennig, Tanja	93 TuS Gildehaus	Nordhorn 27.05.
5,33 +0,0	Eilers, Rajke	92 TV Norden	Lübeck 18.07.
5,32 +0,4	Franzmeier, Anna Carin	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 20.06.
5,21 +0,0	Geburek, Ronja	92 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Osterode 14.07.
5,13 -0,6	Elbert, Julia	92 LC Nordhorn	Garbsen 01.05.
5,10 +0,0	Domnick, Viktoria	93 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg 25.09.
5,05	Eilers, Lisa-Kristin	93 TV Norden	Leer 05.09.
5,01 +0,1	Hackstedt, Maria	93 VfL Lönningen	Celle 20.09.
5,00 +0,1	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Zeven 31.05.
4,99 +0,0	Bartels, Friederike	92 VfL Germania Leer	Zeven 30.05.
4,95	Stark, Katharina	92 TuS Blau-Weiß Lohne	Dinklage 24.05.
4,92 +0,0	Hungar, Constanze	93 DSC Oldenburg	Papenburg 25.09.
4,90 -0,3	Knopf, Lea	93 TV Norden	Garbsen 01.05.
4,82 +0,6	Baumann, Sarah	93 VfL Lönningen	Celle 20.09.
4,81 +0,0	Gatena, Imke	93 LG Uplengen	Papenburg 25.09.
4,80 -0,2	Ehrlich, Tomke	93 LAC Emden/Aurich	Delmenhorst 17.05.
4,76 -0,3	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Delmenhorst 17.05.
4,76 +0,0	Kröner, Freya	93 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
4,75 +0,2	Habben, Sabine	92 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 17.05.

Dreisprung

11,36	Hennig, Tanja	93 TuS Gildehaus	Nordhorn	08.05.
11,32 +1,0	Franzmeier, Anna Carin	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.09.
10,98	Elbert, Julia	92 LC Nordhorn	Nordhorn	08.05.
10,75 +0,0	Saathoff, Lena	92 SV Georgsheil	Papenburg	25.09.
10,62 +0,0	Hungar, Constanze	93 DSC Oldenburg	Salzgitter	29.08.
10,38 +0,9	Münzberger, Lena	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.09.
10,24	Habben, Sabine	92 Fortuna Wirdum	Schortens	08.05.
10,13 +0,0	Bathke, Liza	93 LC Nordhorn	Papenburg	28.08.
10,00 -0,5	Spykman, Nele	92 SC Union Emlichheim	Garbsen	01.05.
9,52	Baumann, Sarah	93 VfL Lönningen	Schortens	08.05.
9,51	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Papenburg	25.09.
9,40	Ukena, Kathrin	93 LAC Emden/Aurich	Leer	05.09.
9,35 +0,0	Heilen, Carina	92 LC Nordhorn	Papenburg	28.08.
9,34 +0,0	Ehrlich, Tomke	93 LAC Emden/Aurich	Papenburg	28.08.

Kugelstoss 4 kg

12,06	Kielmann, Sonka	92 LAC Emden/Aurich	Papenburg	14.06.
11,04	Sinning, Lena	92 Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	20.06.
10,63	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Lage	25.04.
9,55	Lake, Laureen	92 TV Hude	Wilhelmshaven	19.05.
9,45	Knopf, Hannah	93 TV Norden	Aurich	29.05.
9,44	Kleen, Johanna	92 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
9,10	Bathke, Liza	93 LC Nordhorn	Papenburg	25.09.
8,97	Kröner, Freya	93 OTB Osnabrück	Minden	12.08.
8,89	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Georgsheil	11.07.
8,81	Hackstedt, Maria	93 VfL Lönningen	Celle	20.09.
8,68	Hennig, Tanja	93 TuS Gildehaus	Gildehaus	17.04.
8,66	Kleene, Mareike	92 VfL Lönningen	Celle	20.09.
8,55	Bösling, Charlotte	92 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
8,54	Duin, Imke	93 SV Holtland	Leer	25.04.
8,52	Van Deest, Maike	92 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	09.05.
8,42	Haverkamp, Solveig	92 TV Hude	Wilhelmshaven	19.05.
8,41	Knopf, Lea	93 TV Norden	Papenburg	25.09.
8,30	Angermann, Adelheid	94 LAV Meppen	Papenburg	09.05.
8,27	Bender, Andrea	93 SV Georgsheil	Delmenhorst	17.05.
8,05	Gatena, Imke	93 LG Uplengen	Leer	05.09.

Diskuswurf 1 kg

44,83	Kielmann, Sonka	92 LAC Emden/Aurich	Holtland	12.09.
34,08	Kleen, Johanna	92 OTB Osnabrück	Hannover	25.01.
33,83	Lake, Laureen	92 TV Hude	Delmenhorst	17.05.
30,23	Haverkamp, Solveig	92 TV Hude	Delmenhorst	17.05.
29,10	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Georgsheil	11.07.
28,17	Sinning, Lena	92 Fortuna Wirdum	Wirdum	03.10.
27,08	Habben, Sabine	92 Fortuna Wirdum	Wirdum	04.04.
26,99	Knopf, Hannah	93 TV Norden	Papenburg	25.09.
26,60	Hackstedt, Maria	93 VfL Lönningen	Celle	20.09.
26,35	Bathke, Liza	93 LC Nordhorn	Gildehaus	17.04.
25,31	Kröner, Leah	92 OTB Osnabrück	Celle	20.09.
23,48	Kleene, Mareike	92 VfL Lönningen	Celle	20.09.
21,77	Esderts, Sandra	92 LAC Emden/Aurich	Aurich	17.04.
21,76	Dänekas, Lisa	93 LG Uplengen	Aurich	29.05.
20,81	Wobbe, Jana	93 Heidmühler FC	Delmenhorst	13.09.
19,26	Dänekas, Doris	93 LG Uplengen	Aurich	29.05.
18,94	Riemeyer, Anja	92 Fortuna Wirdum	Wirdum	03.10.
18,80	Gatena, Imke	93 LG Uplengen	Aurich	29.05.
18,50	Ludlage, Katharina	92 VfL Lönningen	Celle	20.09.

Hammerwurf 4 kg

41,86	Dirks, Nina	94 SV Holtland	Groningen/NED	03.10.
35,62	Angermann, Adelheid	94 LAV Meppen	Wilhelmshaven	21.06.
26,75	Kielmann, Sonka	92 LAC Emden/Aurich	Holtland	12.09.
20,88	Sinning, Lena	92 Fortuna Wirdum	Wirdum	21.03.
14,78	Riemeyer, Anja	92 Fortuna Wirdum	Wirdum	04.04.

Speerwurf 600 g

38,07	Kleene, Mareike	92 VfL Lönningen	Hannover	25.01.
31,75	Kleen, Johanna	92 OTB Osnabrück	Hannover	25.01.
31,65	Bartels, Friederike	92 VfL Germania Leer	Delmenhorst	17.05.
31,34	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.
30,02	Baumann, Sarah	93 VfL Lönningen	Delmenhorst	21.03.
29,63	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Delmenhorst	17.05.
29,51	Bathke, Liza	93 LC Nordhorn	Gildehaus	17.04.
27,98	Lengerhuis, Kristina	93 TuS Norderney	Wilhelmshaven	19.05.
27,95	Gatena, Imke	93 LG Uplengen	Leer	05.09.
27,31	Kröner, Freya	93 OTB Osnabrück	Wilhelmshaven	19.05.
26,99	Diekmann, Lara	93 DSC Oldenburg	Oldenburg	24.06.
26,20	Lake, Laureen	92 TV Hude	Bremen	19.04.
25,33	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Stade	03.05.
25,20	Knopf, Lea	93 TV Norden	Papenburg	25.09.
25,18	Franzmeier, Anna Carin	93 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	25.04.
24,18	Dänekas, Lisa	93 LG Uplengen	Leer	05.09.
22,33	Harms, Swantje	93 TuS Ofen	Oldenburg	05.08.
22,15	Esderts, Sandra	92 LAC Emden/Aurich	Aurich	17.04.
20,79	Dahmer, Birte	93 LG Uplengen	Leer	05.09.
20,69	Emminghaus, Laura	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	26.04.

Dreikampf

1.373	Haars, Laura	92 SV Nordenham	Nordenham	13.06.
	13,5-4,35-7,03			
1.075	Bitter, Lea	92 Blexer TB	Nordenham	13.06.
	14,4-4,07-5,56			

Vierkampf

2.991	Rieck, Svenja	93 OTB Osnabrück	Lage	28.08.
	14,27(-1.9)-1,57-10,63-12,95(+0.0)			
2.120	Ulferts, Sandra	93 LAC Emden/Aurich	Osnabrück	25.04.
	18,51(-1.0)-1,53-8,67-14,12(-2.7)			
1.967	Kühmemund, Mareike	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	18,21(-2.7)-1,50-6,47-14,17(-2.7)			
1.967	Kühnemund, Mareike	92 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	18,21(-2.7)-1,50-6,47-14,17(-2.7)			
1.837	Holländer, Karoline	93 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	18,96(-1.0)-1,38-6,53-13,73(-1.9)			
1.809	Kröner, Freya	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	18,97(-2.7)-1,38-8,61-14,79(-2.7)			
1.777	Stockreiter, Julia	93 LG Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	18,64(-1.0)-1,41-6,20-14,38(-1.9)			
1.635	Emminghaus, Laura	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	20,60(-1.0)-1,50-7,11-15,29(-1.9)			
1.622	Schang, Franziska	92 TuS Ofen	Stuhr	27.06.
	21,05(+1.2)-1,50-6,68-14,94(+0.6)			
1.524	Harms, Swantje	93 TuS Ofen	Stuhr	27.06.
	21,09(+1.2)-1,38-7,12-14,89(+0.6)			
1.450	Becker, Stefanie	93 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04.
	20,94(-2.7)-1,26-7,13-14,63(-1.9)			

Vierkampf
Mannschaft

9.734 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04.
Rieck, S. 93 -2.873; Kühnemund, M. 92 -1.967
Kröner, F. 93 -1.809; Emminghaus, L. 93 -1.635
Becker, S. 93 -1.450

Siebenkampf

4.794 Rieck, Svenja 93 OTB Osnabrück Lage 25.04/
14,27(-1.9)-1,57-10,63-12,95(+0.0) 26.04.
5,65(+1.2)-29,56-2:38,45
3.635 Diekmann, Lara 93 DSC Oldenburg Winsen/Luhe 12.09/
17,91(+0.4)-1,56-6,44-13,25(+1.5) 13.09.
4,28(-0.5)-25,70-2:33,17
3.427 Ulferts, Sandra 93 LAC Emden/Aurich Osnabrück 25.04/
18,51(-1.0)-1,53-8,67-14,12(-2.7) 26.04.
4,55(+0.5)-29,21-2:55,96
3.092 Kröner, Freya 93 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04/
18,97(-2.7)-1,38-8,61-14,79(-2.7) 26.04.
4,44(+0.4)-25,98-2:49,49
3.062 Kühnemund, Mareike 92 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04/
18,21(-2.7)-1,50-6,47-14,17(-2.7) 26.04.
4,52(+0.7)-16,29-2:52,14
2.943 Stockreiter, Julia 93 LG Osnabrück Osnabrück 25.04/
18,64(-1.0)-1,41-6,20-14,38(-1.9) 26.04.
4,60(+0.0)-18,57-2:51,27
2.524 Emminghaus, Laura 93 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04/
20,60(-1.0)-1,50-7,11-15,29(-1.9) 26.04.
4,12(+0.0)-20,69-3:13,34
2.376 Becker, Stefanie 93 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04/
20,94(-2.7)-1,26-7,13-14,63(-1.9) 26.04.
3,48(-0.5)-13,28-2:40,73

Siebenkampf
Mannschaft

10.803 OTB Osnabrück Osnabrück 25.04/
Rieck, S. 93 -4.649; Kröner, F. 93 -3.092 26.04.
Kühnemund, M. 92 -3.062

Schüler B

5 km Lauf
Mannschaft

59:19 TV Norden Norden 18.04.
Valentin, D. 97 -18:44; Bracklo, N. 96 -19:12
Alberts, J. 96 -21:23
1:00:40 TuS Zetel Ofen 03.10.
Hillen, D. 97 -19:47; Tiller, L. 97 -19:56
Menzel, T. 97 -20:57
1:04:50 VfL Löningen Thüle 26.04.
Hagedorn, T. 96 -19:59; Casser, T. 96 -20:46
Bäker, C. 96 -24:05
1:15:26 VfL Lingen Lingen 28.04.
Henßen, . 97 -23:22; Frerichs, . 97 -25:23
Lindt, . 97 -26:41

4 x 75 m Staffel

41,0	LAC Emden/Aurich	Emden 29.08.
	Onken, . 96; Oltrop, D. 96; Lengen, . 96; Grebener, . 96	
41,79	Delmenhorster TV	Wilhelmshaven 09.05.
	Willinge, . 97; Sauerwein, . 97; Lorenzen, . 97; Hesse, N. 96	
41,90	VfL Lönningen	Werlte 19.09.
	Schrandt, . 97; Hagedorn, T. 96; Haar, . 96; Burczyk, . 96	
42,27	SG Essen-Garthe-Molbergen	Wilhelmshaven 09.05.
	Grätsch, . 96; Schäfer, . 96; Debbeler, . 97; Stoll, . 97	
42,39	DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.
	Hartung, . 96; Seebeck, . 96; Schmidt, R. 96; Schmidt, R. 96	
42,45	LG Osnabrück I	Osnabrück 20.09.
	Kassis, . 96; Hoffmann, . 97; Nilsson, . 97; Sachtleben, . 96	
43,24	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
	Meyer, . 96; Hommenga, . 97; Schulz, . 96; Wittrock, . 96	
44,47	LAC Emden/Aurich II	Papenburg 13.09.
	Raveling, . 97; Sell, . 96; Trei, . 96; Rappat, . 96	
44,5	OTB Osnabrück	Osnabrück 29.09.
	Buchholz, . 97; Hundahl, . 97; Ehrling, . 97; Tröbs, . 97	
46,3	VfL Lingen	Lingen 10.06.
	Henßen, . 97; Lindt, . 97; Wolbeck, . 96; Kettler, . 96	

3 x 1000 m Staffel

9:52,6	LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 23.09.
	Rappat, . 96; Sell, M. 96; Onken, O. 96	
10:19,9	TuS Zetel	Wilhelmshaven 23.09.
	Tiller, L. 97; Hillen, D. 97; Menzel, T. 97	
10:39,9	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 23.09.
	Otten, . 97; Horn, . 96; Hörig, . 96	
10:42,17	SG Essen-Garthe-Molbergen	Garrel 22.04.
	Schäfer, . 96; Stoll, . 97; Grätsch, . 96	
10:52,1	VfL Germania Leer	Emden 30.09.
	Kisch, . 96; Dirks, . 96; Beening, . 96	
10:56,52	VfL Lönningen	Garrel 22.04.
	Casser, . 96; Bäker, . 96; Schrandt, . 97	
11:14,45	LG Osnabrück	Osnabrück 18.04.
	Sachtleben, . 98; Nilsson, . 97; Dirks, . 97	
11:16,75	OTB Osnabrück	Osnabrück 18.04.
	Zagratzki, . 96; Kruse, . 96; Buchholtz, . 97	
11:26,09	LG Osnabrück	Osnabrück 18.04.
	Quante, . 98; Nitschke, . 97; Hoffmann, . 97	
11:41,08	TV Georgsmarienhütte	Osnabrück 18.04.
	Wrocklage, . 98; Schlag, . 97; Wessels, . 96	

Dreikampf
Mannschaft

5.751	VfL Lönningen	Lönningen 13.09.
	Bergmann-Czapl, . 96 -1.358; Hagedorn, . 96 -1.188	
	Haar, . 96 -1.140; Casser, . 96 -1.052	
	Baker, . 96 -1.013	
5.635	TV Norden	Leer 26.09.
	Zander, M. 96 -1.320; Eilers, . 97 -1.223	
	Meinen, . 97 -1.103; Janssen, . 98 -999	
	Stein, . 97 -990	
5.538	LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
	Onken, O. 96 -1.252; Lengen, . 96 -1.185	
	Trei, F. 96 -1.097; Grebener, . 96 -1.047	
	Raveling, . 97 -957	
5.494	OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
	Zagratzki, . 96 -1.349; Buchholz, . 97 -1.291	
	Hindahl, . 97 -996; Heuten, . 96 -943	
	Tröbs, . 97 -915	

5.286	LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
5.098	LG Papenburg/Aschendorf Wittrock, . 96 -1.215; Hommenga, . 97 -1.102 Meyer, . 96 -978; Schulz, . 96 -945 Hildebrandt, . 96 -858	Nordhorn 29.08.
4.944	VfL Lingen Henßen, . 97 -1.055; Hater, . 97 -1.024 Hueske, . 97 -997; Kettler, . 96 -949 Glückcks, . 97 -919	Lingen 19.08.
4.777	SV Brake	Brake 25.09.

Vierkampf
Mannschaft

7.624	TV Norden Zander, M. 96 -1.819; Eilers, . 97 -1.661 Janssen, . 98 -1.416; Meinen, . 97 -1.409 Stein, . 97 -1.319	Leer 26.09.
7.525	VfL Lönningen Bergmann-Czapl, . -1.857; Hagedorn, . -1.539 Casser, . -1.425; Baker, . -1.386 Schrandt, . -1.318	Lönningen 13.09.
7.251	OTB Osnabrück Buchholz, . 97 -1.780; Zagratzki, . 96 -1.711 Hindahl, . 97 -1.291; Tröbs, . 97 -1.255 Heuten, . 98 -1.214	Nordhorn 29.08.
6.523	VfL Lingen Greis, . 97 -1.441; Henßen, . 97 -1.425 Hueske, . 97 -1.359; Struck, . 98 -1.210 Frericks, . 97 -1.088	Nordhorn 29.08.
6.411	LG Papenburg/Aschendorf Wittrock, . 96 -1.577; Hommenga, . 97 -1.420 Meyer, . 96 -1.340; Hildebrandt, . 96 -1.129 Schulz, . 96 -945	Nordhorn 29.08.

DSMM Gruppe 1

5.908	VfL Lönningen	Werlte 19.09.
5.725	LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
4.826	OTB Osnabrück	Osnabrück 29.09.

DSMM Gruppe 2

3.465	LAC Emden/Aurich	Moorhusen 18.09.
3.305	SG Essen-Garthe-Molbergen	Wilhelmshaven 09.05.
3.230	LG Osnabrück I	Osnabrück 20.09.
3.184	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
3.183	DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.
3.174	Delmenhorster TV	Wilhelmshaven 09.05.
2.776	VfL Lingen I	Lingen 10.06.
2.757	VfL Lingen	Lingen 10.06.
2.732	LG Osnabrück II	Osnabrück 20.09.
1.879	LG Osnabrück III	Osnabrück 20.09.

Schüler M 12

75 m Lauf

10,63	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Osnabrück 13.09.
10,65	Hoffmann, Robert	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
10,66	Pomberg, Daniel	97 Emder Laufgemeinschaft	Papenburg 13.09.
10,74	Lorenzen, Thorben	97 Delmenhorster TV	Bremen 15.08.
10,77	Garritzen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Papenburg 13.09.
10,87	Meinen, Udo	97 TV Norden	Papenburg 13.09.
10,98	Meyer zu Uphau, Philip	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
10,99	Nilsson, Jonas	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
11,02	Eilers, Malte	97 TV Norden	Wilhelmshaven 25.04.
10,8	Janssen, Jan	97 SV Georgsheil	Aurich 02.05.
10,8	Kalvelage, Patrick	97 TV Dinklage	Dinklage 24.05.
10,8	Dirks, Nicolai	97 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.

1000 m Lauf

3:11,38	Valentin, David	97 TV Norden	Hagen/W. 06.09.
3:13,72	Nilsson, Jonas	97 LG Osnabrück	Wilhelmshaven 19.05.
3:18,5	Tiller, Lennart	97 TuS Zetel	Schortens 27.09.
3:19,0	Hillen, Dennis	97 TuS Zetel	Schortens 09.06.
3:25,44	Stoll, Benjamin	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 20.05.
3:28,33	Pomberg, Daniel	97 Emder Laufgemeinschaft	Papenburg 13.09.
3:28,6	Kräfte, Kolja	97 TV Norden	Emden 29.08.
3:35,7	Otten, Morten	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
3:35,8	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Gildehaus 13.05.
3:36,24	Bergmann, Justin	97 SC Osterbrock	Meppen 24.04.

2000 m Lauf

6:45,96	Valentin, David	97 TV Norden	Hagen/W. 09.05.
7:28,35	Stoll, Benjamin	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 13.09.
7:33,0	Tiller, Lennart	97 TuS Zetel	Wilhelmshaven 27.05.
7:35,1	Hillen, Dennis	97 TuS Zetel	Wilhelmshaven 27.05.
7:37,5	Bergmann, Justin	97 SC Osterbrock	Nordhorn 10.05.
7:47,40	Otten, Morten	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 25.04.
8:17,4	Sinnen, Justin	97 SV Brake	Brake 25.09.
8:22,1	Willers, Eike	97 TSV Großenkneten	Großenkneten 30.08.
8:24,1	Schlag, Jörn	97 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
8:37,5	Gravemann, Steffen	97 SC Osterbrock	Meppen 17.04.

5 km Lauf

17:32	Valentin, David	97 TV Norden	Marienhafe 14.08.
19:47	Hillen, Dennis	97 TuS Zetel	Ofen 03.10.
19:56	Tiller, Lennart	97 TuS Zetel	Ofen 03.10.
20:57	Menzel, Tjark	97 TuS Zetel	Ofen 03.10.
21:33	Köhler, Jan-Aiko	97 Emder Laufgemeinschaft	Ofen 03.10.
21:57	Schang, Christopher	97 TuS Ofen	Ofen 03.10.
22:33	Müller, Johannes	97 SV Brake	Brake 13.09.
22:36	Wienken, Julius	97 BV Garrel	Oldenburg 05.09.
23:22	Henßen, Lukas	97 VfL Lingen	Lingen 28.04.
24:11	Dawe, Felix	97 Emder Laufgemeinschaft	Aurich 21.08.

60 m Hürden 0.762m

10,68	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Hamburg 27.09.
11,06	Lorenzen, Thorben	97 Delmenhorster TV	Bremen 15.08.
11,0	Willing, Lucca	97 Delmenhorster TV	Westerstede 22.08.

12,4	Smit, Paul	97 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
12,75	Sauerwein, Fynn	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 25.04.
12,97	Menke, Maarten	98 SV Union Meppen	Nordhorn 21.06.
13,1	Drab, Simon	97 SV Friedrichsfehn	Westerstede 22.08.
13,63	Schmitt, Marius	97 SV Union Meppen	Nordhorn 21.06.
14,08	Schlag, Jörn	97 TV Georgsmarienhütte	Nordhorn 21.06.
13,9	Martens, Sarah	97 TSG Hatten-Sandkrug	Westerstede 22.08.

Hochsprung

1,56	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Nordhorn 29.08.
1,55	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Osnabrück 08.09.
1,44	Eilers, Malte	97 TV Norden	Wilhelmshaven 19.05.
1,42	Smit, Paul	97 VfL Germania Leer	Leer 26.09.
1,38	Sauerwein, Fynn	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 25.04.
1,38	Drab, Simon	97 SV Friedrichsfehn	Löningen 13.09.
1,34	Lorenzen, Thorben	97 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.
1,29	Stein, Wilko	97 TV Norden	Emden 29.08.
1,28	Dinter, Marvin	97 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
1,28	Hueske, Lennart	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.

Stabhochsprung

2,20	Becker, Nico	97 Heidmühler FC	Bremen 30.05.
1,80	Metje, Sören	97 Heidmühler FC	Bremen 30.05.
1,73	Stuetten, Jan-Lennart	98 Heidmühler FC	Nienhagen 21.05.
1,63	Decker, Linus	97 SV Friedrichsfehn	Schortens 27.09.
1,53	Cordes, Henning	97 Heidmühler FC	Schortens 27.09.
1,33	Drab, Simon	97 SV Friedrichsfehn	Schortens 27.09.

Weitsprung

5,15	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Hamburg 27.09.
4,57	Lorenzen, Thorben	97 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.
4,49	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Papenburg 13.09.
4,47	Eilers, Malte	97 TV Norden	Wilhelmshaven 19.05.
4,45	Sauerwein, Fynn	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 25.04.
4,39	Vedder, Alex	98 SV Germania Twist	Lingen 19.08.
4,37	Kalvelage, Patrick	97 TV Dinklage	Dinklage 24.05.
4,37	Henßen, Lukas	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
4,36	Janzen, Lennart	97 TuS Haren	Meppen 06.06.
4,33	Dinter, Marvin	97 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg 13.09.

Kugelstoss 3 kg

10,36	Eilers, Malte	97 TV Norden	Papenburg 13.09.
8,43	Raveling, Dirk	97 StG LAC Emden / Aurich	Papenburg 13.09.
7,59	Von Gösseln, Tom	97 TV Norden	Emden 29.08.
7,25	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.
7,17	Glück, Tobias	97 VfL Lingen	Lingen 16.05.
6,77	Decker, Linus	97 SV Friedrichsfehn	Westerstede 22.08.
6,54	Willing, Lucca	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 25.04.
6,44	Janssen, Henrik	98 TV Norden	Aurich 17.04.
6,38	Stosik, Ole	97 Oldenburger TB	Delmenhorst 21.03.
6,38	Hueske, Lennart	97 VfL Lingen	Lingen 16.05.

Diskuswurf 750 g

35,25	Eilers, Malte	97 TV Norden	Wirdum 03.10.
18,87	Janssen, Henrik	98 TV Norden	Aurich 17.04.
18,17	Raveling, Dirk	97 StG LAC Emden / Aurich	Aurich 17.04.

18,02	Willing, Lucca	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
15,97	Rüscher, Hakon	97 TuS Tossens	Nordenham 16.05.
15,16	Stosik, Ole	97 Oldenburger TB	Delmenhorst 21.03.

Hammerwurf 3 kg

18,13	Nagel, Jan	97 Blexer TB	Rütenbrock 18.04.
-------	------------	--------------	-------------------

Speerwurf 400 g

41,79	Eilers, Malte	97 TV Norden	Emden 29.08.
26,82	Greis, Noah	97 VfL Lingen	Lingen 16.05.
24,17	Raveling, Dirk	97 LAC Emden/Aurich	Papenburg 13.09.
24,02	Stosik, Ole	97 Oldenburger TB	Nordenham 16.05.
22,89	Von Gösseln, Tom	97 TV Norden	Emden 29.08.
22,82	Willing, Luca	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 13.09.
22,74	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Papenburg 13.09.
22,61	Decker, Linus	97 SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 25.04.
18,71	Drab, Simon	97 SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 25.04.
17,29	Meinen, Udo	97 TV Norden	Aurich 17.04.

Ballwurf 200g

58,50	Eilers, Malte	97 TV Norden	Wilhelmshaven 25.04.
49,00	Oltmer, Yannick	97 SV Friedrichsfehn	Ofen 29.09.
46,50	Smit, Paul	97 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
46,50	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Nordhorn 29.08.
46,00	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
45,00	Hommenga, Pascal	97 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven 09.05.
43,00	Meyer zu Uphau, Philip	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
41,00	Greis, Noah	97 VfL Lingen	Lingen 10.06.
40,50	Raveling, Dirk	97 StG LAC Emden / Aurich	Moorhusen 18.09.
39,00	Menzel, Tjark	97 TuS Zetel	Wilhelmshaven 25.04.
39,00	Ehrling, Jan Peter	97 OTB Osnabrück	Osnabrück 04.06.
39,00	Bick, Jonas	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.

Dreikampf

1.291	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
	10,86-4,84-46,00		
1.223	Eilers, Malte	97 TV Norden	Leer 26.09.
	11,40-4,14-56,00		
1.191	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Nordhorn 29.08.
	10,83-3,87-46,50		
1.183	Smit, Paul	97 VfL Germania Leer	Leer 26.09.
	11,34-4,30-45,00		
1.155	Lorenzen, Thorben	97 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.
	10,81-4,57-29,00		
1.142	Meyer zu Uphau, Philip	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
	10,98-3,86-41,00		
1.112	Vedder, Alex	98 SV Germania Twist	Lingen 19.08.
	11,3-4,39-35,00		
1.110	Stosik, Ole	97 Oldenburger TB	Löningen 13.09.
	11,30-4,27-33,50		
1.107	Henßen, Lukas	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
	11,37-4,37-32,50		
1.103	Meinen, Udo	97 TV Norden	Leer 26.09.
	11,04-4,09-32,00		

Vierkampf

1.780	Buchholz, Malte	97 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
	10,86-4,84-1,52-46,00		
1.700	Garritsen, Christoph	97 TuS Gildehaus	Nordhorn 29.08.
	10,83-3,87-1,56-46,50		
1.661	Eilers, Malte	97 TV Norden	Leer 26.09.
	11,40-4,14-1,42-56,00		
1.621	Smit, Paul	97 VfL Germania Leer	Leer 26.09.
	11,34-4,30-1,42-45,00		
1.550	Lorenzen, Thorben	97 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.
	10,81-4,57-1,34-29,00		
1.457	Drab, Simon	97 SV Friedrichsfehn	Löningen 13.09.
	11,98-3,92-1,38-37,50		
1.441	Greis, Noah	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
	11,47-3,94-1,24-40,00		
1.435	Dinter, Marvin	97 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
	11,53-4,21-1,28-32,00		
1.425	Henßen, Lukas	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
	11,37-4,37-1,20-32,50		
1.420	Hommenga, Pascal	97 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
	11,52-4,04-1,20-39,00		

Blockwettk. S/S

1.420	Smit, Paul	97 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
	11,7-12,4-o.L.-1,34-46,50		

Schüler M 13

75 m Lauf

9,5	Hartung, Julian	96 DSC Oldenburg	Westerstede 22.08.
9,7	Vigneswaran, Vithushan	96 SV Brake	Brake 25.09.
9,96 -1,2	Schäfer, Jonas	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst 25.04.
10,03	Bauer, Bente	96 Vareler TB	Löningen 13.09.
10,1	Zander, Mats	96 TV Norden	Emden 29.08.
10,42	Kassis, Kimon	96 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
10,2	Onken, Ole	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
10,47	Wittrock, Florian	96 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.09.
10,51	Zagratzki, Simon	96 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
10,53	Bergmann-Czapl, Rico	96 VfL Löningen	Löningen 13.09.

1000 m Lauf

3:02,70	Hartung, Julian	96 DSC Oldenburg	Papenburg 13.06.
3:05,9	Onken, Ole	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
3:09,15	Bracklo, Nils	96 TV Norden	Wilhelmshaven 19.05.
3:09,7	Vigneswaran, Vithushan	96 SV Brake	Westerstede 22.08.
3:11,24	Hagedorn, Tobias	96 VfL Löningen	Werlte 19.09.
3:12,5	Rappat, Daniel	96 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 02.09.
3:13,3	Bartels, Felix	96 VfL Lingen	Lingen 15.09.
3:14,40	Beening, Thido	96 VfL Germania Leer	Papenburg 13.09.
3:17,6	Bauer, Bente	96 Vareler TB	Schortens 27.09.
3:19,45	Böwer, Lars	96 SV Eintr. Neuenkirchen	Osnabrück 20.05.

2000 m Lauf

6:59,9	Bartels, Felix	96 VfL Lingen	Nordhorn 10.05.
7:00,6	Vigneswaran, Vithusian	96 SV Brake	Brake 25.09.

7:09,02	Hagedorn, Tobias	96 VfL Lönningen	Lönningen 13.09.
7:19,7	Onken, Ole	96 LAC Emden/Aurich	Warsingsfehn 04.08.
7:20,15	Casser, Torben	96 VfL Lönningen	Garrel 13.08.
7:20,3	Meyer, Lars	96 TuS Haren	Nordhorn 10.05.
7:26,8	Horn, Chris-Manuel	96 LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn 09.10.
7:39,0	Sell, Mirco	96 LAC Emden/Aurich	Warsingsfehn 04.08.
7:44,8	Lampe, Benedikt	96 LAV Meppen	Nordhorn 10.05.
7:45,3	Hildebrandt, Jan	96 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 10.05.

5 km Lauf

18:37	Vigneswaran, Vithushan	96 SV Brake	Ofen 03.10.
19:12	Bracklo, Nils	96 TV Norden	Norden 18.04.
19:46	Hartung, Julian	96 DSC Oldenburg	Ofen 03.10.
19:59	Hagedorn, Tobias	96 VfL Lönningen	Thüle 26.04.
20:29	Sell, Mirco	96 SV BW Emden-Borssum	Norden 18.04.
20:29	Grätsch, Dennis	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Oldenburg 18.10.
20:47	Casser, Torben	96 VfL Lönningen	Thüle 26.04.
20:53	Horn, Chris-Manuel	96 LG Wilhelmshaven	Ofen 03.10.
21:23	Alberts, Jannes	96 TV Norden	Norden 18.04.
22:01	Conde Fidalgo, Maxim	96 TSG Hatten-Sandkrug	Ofen 03.10.

60 m Hürden 0.762m

10,4	Zander, Mats	96 TV Norden	Leer 16.05.
10,6	Lengen, Sven	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
11,21	Bergmann-Czulp, Rico	96 VfL Lönningen	Werlte 19.09.
11,0	Onken, Ole	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
11,45	Nistal, Johannes	96 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
11,46	Hagedorn, Tobias	96 VfL Lönningen	Werlte 19.09.
11,8	Trei, Florian	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
12,54	Wessels, Matthias	96 TV Georgsmarienhütte	Nordhorn 21.06.
12,8	Hartung, Julian	96 DSC Oldenburg	Leer 16.05.
12,8	Sell, Mirco	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.

Hochsprung

1,62	Zander, Mats	96 TV Norden	Emden 29.08.
1,58	Bergmann, Rico	96 VfL Lönningen	Oldenburg 29.08.
1,50	Meyer, Lars	96 TuS Haren	Lingen 16.05.
1,46	Trei, Florian	96 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
1,45	Eikens, Frederik	96 SV Sigiltra Sögel	Dörpen 16.05.
1,42	Bauer, Bente	96 Vareler TB	Lönningen 13.09.
1,40	Lünsmann, Niklas	96 TV Dinklage	Dinklage 24.05.
1,40	Völker, Marten	96 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 06.06.
1,38	Nistal, Johannes	96 VfL Oldenburg	Lönningen 13.09.
1,38	Lengen, Sven	96 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.

Stabhochsprung

1,90	Ruchaj, Marco	96 Heidmühler FC	Schortens 08.05.
------	---------------	------------------	------------------

Weitsprung

5,16	Zander, Mats	96 TV Norden	Leer 26.09.
4,98	Onken, Ole	96 LAC Emden/Aurich	Emden 29.08.
4,88	Schäfer, Jonas	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Wilhelmshaven 09.05.
4,81	Hartung, Julian	96 DSC Oldenburg	Zeven 16.08.
4,76	Bergmann-Czapl, Rico	96 VfL Lönningen	Werlte 19.09.
4,68	Zagratzki, Simon	96 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
4,63	Bauer, Bente	96 Vareler TB	Lönningen 13.09.

4,58	Kassis, Kimon	96 LG Osnabrück	Osnabrück 20.09.
4,55	Hartmann, Aiko	96 TV Norden	Wilhelmshaven 19.05.
4,53	Gans, Fabio	96 LG Osnabrück	Osnabrück 08.05.

Kugelstoss 3 kg

11,07	Zander, Mats	96 TV Norden	Papenburg 13.09.
10,01	Schrade, Hauke	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 13.09.
9,88	Lengen, Sven	96 StG LAC Emden / Aurich	Emden 29.08.
9,64	Behrends, Heiko	96 SV Holtland	Papenburg 13.09.
8,81	Cornelius, Matthias	96 TuS Tossens	Nordenham 15.05.
8,56	Ebel, Pascal	96 LAC Emden/Aurich	Papenburg 13.09.
8,55	Wittrock, Florian	96 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 21.06.
8,43	Nistal, Johannes	96 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
8,42	Zagratzki, Simon	96 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.
8,10	Grebener, Lars	96 LAC Emden/Aurich	Emden 29.08.

Diskuswurf 750 g

27,78	Zander, Mats	96 TV Norden	Aurich 17.04.
25,11	Lengen, Sven	96 LAC Emden/Aurich	Papenburg 13.09.
20,00	Nistal, Johannes	96 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
19,61	Cornelius, Matthias	96 TuS Tossens	Nordenham 15.05.
19,58	Kassis, Kimon	96 LG Osnabrück	Osnabrück 22.09.
19,11	Oltrop, Derk	96 StG LAC Emden / Aurich	Aurich 17.04.
18,22	Cornelius, Simon	96 TuS Tossens	Nordenham 15.05.
18,01	Hasler, Benedikt	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
17,78	Hesse, Nico	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
17,52	Blaschke, Fabian	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.

Speerwurf 400 g

32,74	Trei, Florian	96 LAC Emden/Aurich	Emden 29.08.
31,28	Oltrop, Derk	96 StG LAC Emden / Aurich	Papenburg 13.09.
30,33	Lengen, Sven	96 StG LAC Emden / Aurich	Aurich 17.04.
24,54	Rappat, Daniel	96 LAC Emden/Aurich	Emden 29.08.
24,46	Klinkenborg, Sören	96 TV Norden	Emden 29.08.
24,10	Zander, Mats	96 TV Norden	Aurich 17.04.
23,86	Peters, Hagen	96 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven 25.04.
22,95	Hezemans, Joris	96 LGG Ganderkesee	Oanderkesee 09.10.
22,74	Zagratzki, Simon	96 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.
21,96	Hesse, Nico	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
21,96	Braunisch, Daniel	96 LGG Ganderkesee	Oanderkesee 09.10.

Ballwurf 200g

58,00	Wolf, Ole	96 BTB Oldenburg	Ofen 29.09.
55,50	Seebeck, Janik	96 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.
54,00	Bergmann-Czapl, Rico	96 VfL Lönningen	Lönningen 13.09.
53,00	Zagratzki, Simon	96 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
52,00	Oltrop, Derk	96 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
49,50	Lengen, Sven	96 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 25.04.
48,00	Eikens, Frederik	96 SV Sigiltra Sögel	Werlte 06.06.
45,00	Abram, Dennis	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen 03.06.
45,00	Hesse, Nico	96 Delmenhorster TV	Lönningen 13.09.
44,00	Grätsch, Dennis	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen 03.06.
44,00	Haar, Wilhelm	96 VfL Lönningen	Lönningen 13.09.

Dreikampf

1.358	Bergmann-Czapl, Rico 10,53-4,73-54,00	96 VfL Lönningen	Lönningen 13.09.
1.349	Zagratzki, Simon 10,51-4,68-53,00	96 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1.320	Zander, Mats 10,44-5,16-38,50	96 TV Norden	Leer 26.09.
1.312	Bauer, Bente 10,03-4,63-39,00	96 Vareler TB	Lönningen 13.09.
1.305	Hartung, Julian 9,8-4,70-37,00	96 DSC Oldenburg	Leer 25.04.
1.255	Vigneswaran, Vithushan 9,7-4,26-35,00	96 SV Brake	Brake 25.09.
1.252	Onken, Ole 10,46-4,88-33,00	96 LAC Emden	Leer 26.09.
1.215	Wittrock, Florian 10,73-4,50-37,50	96 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
1.204	Cornelius, Matthias 10,5-4,37-38,00	96 SV Brake	Brake 25.09.
1.191	Eikens, Frederik 11,17-4,34-43,00	96 SV Sigiltra Sögel	Dörpen 16.05.

Vierkampf

1.857	Bergmann-Czapl, Rico 10,53-4,73-1,54-54,00	96 VfL Lönningen	Lönningen 13.09.
1.819	Zander, Mats 10,44-5,16-1,54-38,50	96 TV Norden	Leer 26.09.
1.750	Bauer, Bente 10,03-4,63-1,42-39,00	96 Vareler TB	Lönningen 13.09.
1.711	Zagratzki, Simon 10,51-4,68-1,28-53,00	96 OTB Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1.644	Eikens, Frederik 11,17-4,34-1,45-43,00	96 SV Sigiltra Sögel	Dörpen 16.05.
1.602	Lengen, Sven 11,19-4,20-1,38-45,00	96 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
1.578	Nistal, Johannes 10,58-4,28-1,38-31,00	96 VfL Oldenburg	Lönningen 13.09.
1.577	Wittrock, Florian 10,73-4,50-1,28-37,50	96 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
1.556	Trei, Florian 11,52-4,24-1,46-35,00	96 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
1.552	Hesse, Nico 11,33-4,25-1,30-45,00	96 Delmenhorster TV	Lönningen 13.09.

Blockwettk. S/S

2.203	Zander, Mats 10,7-10,4-4,63-1,54-42,50	96 TV Norden	Leer 16.05.
1.964	Lengen, Sven 11,2-10,6-4,24-1,30-41,50	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
1.872	Trei, Florian 11,7-11,8-4,16-1,42-40,00	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.

Blockwettk. L

2.202	Onken, Ole 10,2-11,0-4,97-32,00-3:05,9	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
2.064	Hartung, Julian 10,0-12,8-4,79-35,50-3:13,1	96 DSC Oldenburg	Leer 16.05.
1.658	Sell, Mirco 12,2-12,8-3,90-29,50-3:30,1	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.

Blockwettk. W

1.951	Nistal, Johannes	96 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
	11,19-11,45-3,98-8,43-20,00		
1.470	Raveling, Dirk	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
	12,3-14,1-3,30-7,93-14,69		

Schüler A

5 km Lauf
Mannschaft

57:37	LG Wilhelmshaven		Marienhafte 13.04.
	Hörig, J. 94 -18:35; Otten, S. 94 -19:27		
	Horn, B. 94 -19:35		
1:02:08	VfL Oldenburg		Ofen 03.10.
	Rittner, T. 95 -18:48; Schwarze, L. 94 -20:39		
	Bertram, A. 95 -22:41		

4 x 100 m Staffel

47,44	StG LAC Emden / Aurich I		Salzgitter 29.08.
	Becker, N. 94; Lengen, G. 94; Krull, R. 95; Meene, O. 94		
48,83	LG Osnabrück		Osnabrück 20.09.
	Schruttke, C. 94; Schilling, . 94; Quante, J. 95; Plemper, J. 95		
50,29	VfL Lingen		Nordhorn 21.06.
	Plogmann, R. 95; Krämer, N. 95; Koch, S. 94; Weßling, M. 94		
50,93	StG LAC Emden / Aurich		Papenburg 13.09.
	Berends, . 95; Lengen, G. 94; Becker, N. 94; Grebener, J. 94		
51,10	SC Osterbrock		Meppen 18.09.
	Büter, . 94; Jansen, . 94; Schulte-Huxel, . 94; Unknholz, . 94		
51,37	Heidmühler FC		Papenburg 13.06.
	Fieger, S. 94; Nduati, D. 94; Stangel, B. 94; Bratzke, C. 94		
51,88	VfL Oldenburg		Delmenhorst 27.05.
	Bertram, J. 94; Skutella, T. 94; Rittner, T. 95; Schwarze, L. 94		
53,24	TV Norden		Papenburg 13.06.
	Bommer, . ; Zander, . ; Dang, . ; Nguyen, .		
55,64	LG Papenburg/Aschendorf		Werlte 19.09.
	Gebel, . 95; Voss, . 95; Vinke, J. 95; Kusber, M. 95		

3 x 1000 m Staffel

8:41,20	VfL Lingen I		Bremen 26.04.
	Plogmann, R. 95; Koch, S. 94; Weßling, M. 94		
8:44,60	VfL Oldenburg		Bremen 26.04.
	Rittner, T. 95; Skutella, T. 94; Schwarze, L. 94		
9:36,83	LAC Emden/Aurich		Osnabrück 18.04.
	Neeland, T. 94; Krull, R. 95; Grebener, J. 94		
10:02,94	LG Osnabrück		Osnabrück 18.04.
	Plemper, J. 95; Bedford, D. 95; Strohbecke, . 94		

Dreikampf
Mannschaft

6.992	LG Osnabrück		Osnabrück 01.09.
	Bieletzki, J. 94 -1.524; Schilling, . 94 -1.489		
	Plemper, J. 95 -1.380; Quante, J. 95 -1.379		
	Schruttke, C. 94 -1.220		
6.142	SC Osterbrock		Meppen 05.09.
	Büter, . 94 -1.350; Schulte-Huxel, . 94 -1.296		
	Jansen, . 94 -1.259; Jaske, . 95 -1.154		
	Niemeyer, . 95 -1.083		

Vierkampf
Mannschaft

10.075	LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
	Bieletzki, J. 94 -2.114; Quante, J. 95 -2.043	
	Schilling, . 94 -2.005; Hertle, . 94 -1.967	
	Plemper, J. 95 -1.946	
8.897	Heidmühler FC	Schortens 27.09.
	Nduati, D. 94 -2.030; Stangel, B. 94 -1.991	
	Fieger, S. 94 -1.908; Nickel, . 95 -1.545	
	Gerdes, . 95 -1.423	

Blockwettk.
Mannschaft

12.195	LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
	Meene, O. 94 -2.744; Lengen, G. 94 -2.550	
	Krull, R. 95 -2.454; Becker, N. 94 -2.265	
	Grebener, J. 94 -2.182	

DSMM Gruppe 3

5.792	StG LAC Emden / Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
5.443	VfL Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.

DSMM Gruppe 4

4.106	LG Osnabrück	Osnabrück 20.09.
3.837	Heidmühler FC	Wilhelmshaven 09.05.
3.286	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
2.809	SV Friedrichsfehn	Wilhelmshaven 09.05.

Schüler M 14

100 m Lauf

11,90 +0,7	Helbig, Till	95 LG Wilhelmshaven	Papenburg 13.06.
12,30 +3,0	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Salzgitter 29.08.
12,50	Pokstefl, Luca	95 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 21.06.
12,52	Plogmann, Rafael	95 VfL Lingen	Nordhorn 21.06.
12,74	Witte, Mirco	95 LG Osnabrück	Osnabrück 08.05.
12,86 -0,2	Hartung, Julian	96 DSC Oldenburg	Papenburg 13.06.
12,89 +0,0	Thoben, Jonas	95 BV Garrel	Molbergen 03.06.
12,7	Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
13,08	Dang, Luan	95 TV Norden	Papenburg 13.09.
13,11	Kusber, Marek	95 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.09.

300 m Lauf

40,15	Plogmann, Rafael	95 VfL Lingen	Salzgitter 29.08.
40,15	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Salzgitter 30.08.
40,71	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Zeven 16.08.
42,00	Thoben, Jonas	95 BV Garrel	Blumenthal 25.06.
43,67	Plemper, Jonathan	95 LG Osnabrück	Osnabrück 20.05.
43,76	Helbig, Till	95 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 25.04.
43,97	Hülkamp, Andreas	95 BV Garrel	Garrel 13.08.
44,31	Niemann, Jannis	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Garrel 13.08.
45,05	Krämer, Niklas	95 VfL Lingen	Nordhorn 21.06.
45,34	Werrelmann, Sebastian	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Blumenthal 25.06.

800 m Lauf

2:13,37	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Delmenhorst 03.07.
---------	----------------	------------------	--------------------

1000 m Lauf

2:47,66	Hülskamp, Andreas	95 BV Garrel	Papenburg 13.06.
2:52,06	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Papenburg 25.09.
2:56,35	Temmen, Daniel	95 LAV Meppen	Recklinghausen 01.06.
3:02,79	Thoben, Jonas	95 BV Garrel	Papenburg 13.06.
3:02,87	Niemann, Jannis	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg 25.09.
3:03,21	Plogmann, Rafael	95 VfL Lingen	Papenburg 13.06.
3:04,7	Eden, André	95 Fortuna Wirdum	Aurich 25.04.
3:06,52	Kusber, Marek	95 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 16.05.
3:06,86	Bornemann, Justus	95 TuS Weener	Papenburg 25.09.
3:14,1	Stephan, Jonatham	95 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.

2000 m Lauf

6:37,23	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Hameln 06.06.
7:32,47	Hummerich, Niklas	95 LAC Emden/Aurich	Leer 05.09.
7:46,29	Diekmann, Sascha	95 Emdener Laufgemeinschaft	Papenburg 13.09.
8:02,2	Flacke, Felix	95 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
8:07,1	Bertram, Albin Tobias	95 VfL Oldenburg	Großenkneten 30.08.
11:41,8	Loitz, Niklas	95 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 09.10.

3000 m Lauf

9:34,86	Hülskamp, Andreas	95 BV Garrel	Salzgitter 29.08.
10:08,29	Temmen, Daniel	95 LAV Meppen	Papenburg 14.06.
10:40,17	Bornemann, Justus	95 TuS Weener	Papenburg 14.06.
11:08,4	Kusber, Marek	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 10.05.
11:09,5	Krämer, Niklas	95 VfL Lingen	Nordhorn 10.05.
11:29,7	Luttermann, Timo	95 TuS Haren	Nordhorn 10.05.
11:32,1	Temmen, Christian	95 LAV Meppen	Meppen 17.04.

5 km Lauf

17:14	Hülskamp, Andreas	95 BV Garrel	Barßel 21.08.
18:48	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Ofen 03.10.
19:44	Aschert, Finn	95 SV Brake	Brake 13.09.
19:45	Luttermann, Timo	95 TuS Haren	Lingen 28.04.
20:05	Krämer, Niklas	95 VfL Lingen	Lingen 28.04.
20:12	Weinberg, Jan	95 LG Harlingerland	Marienhafen 13.04.
20:40	Eden, Andre	95 Fortuna Wirdum	Norden 18.04.
20:52	Niemann, Jannis	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Oldenburg 18.10.
21:50	Petermann, Cedric	95 SC Spelle-Venhaus	Spelle 14.08.
22:09	Hummerich, Niklas	95 LAC Emden/Aurich	Aurich 21.08.

80 m Hürden 0.840m

12,94	Dang, Luan	95 TV Norden	Papenburg 13.09.
13,69 +0,3	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Hameln 06.06.
14,46 -2,0	Niemann, Jannis	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst 25.04.
14,90 -2,0	Lersch, Dominik	95 Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst 25.04.
15,30 +1,5	Boekholt, Tobias	95 TV Hude	Stuhr 27.06.
15,68	Jasper, Simon	95 SV Sparta Werlte	Lingen 16.05.
15,76 -1,3	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Hameln 06.06.
18,66 +1,2	Bertram, Albin Tobias	95 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
23,27 +1,5	Tischendorf, Hauke	95 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.

Hochsprung

1,73	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Zeven	16.08.
1,60	Plemper, Jonathan	95 LG Osnabrück	Nordhorn	29.08.
1,55	Niemann, Jannis	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst	25.04.
1,52	Auel, Tobias	95 SC Melle 03	Nordhorn	29.08.
1,52	Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Nordhorn	29.08.
1,50	Boekholt, Tobias	95 TV Hude	Stuhr	06.05.
1,48	Dang, Luan	95 TV Norden	Leer	26.09.
1,44	Rudolf, Dennis	95 TV Norden	Leer	26.09.
1,44	Lambers, Aaron	95 TSG Westerstede	Schortens	27.09.
1,40	Werrelmann, Sebastian	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Lindern	10.06.
1,40	Bedford, Dominic	95 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
1,40	Vinke, Jan	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	29.08.
1,40	Bommer, Hendrik	95 TV Norden	Leer	26.09.

Weitsprung

5,32	Witte, Mirco	95 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
5,23 *	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Bremen	06.09.
5,22	Plemper, Jonathan	95 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
5,18	Rahe, Felix	95 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
5,09	Tran, Thong	95 TuS Haren	Meppen	05.09.
5,07	Bekker, Maxim	95 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
5,07	Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Nordhorn	29.08.
4,87	Thoben, Jonas	95 BV Garrel	Delmenhorst	27.05.
4,85	Dang, Luan	95 TV Norden	Papenburg	13.09.
4,83	Koch, Edwin	95 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.

Dreisprung

10,38	Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
10,35	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Papenburg	25.09.
10,18	Plemper, Jonathan	95 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.

Kugelstoss 4 kg

12,07	Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Nordhorn	29.08.
10,82	Vinke, Jan	95 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	10.10.
9,68	Thoben, Jonas	95 BV Garrel	Schortens	08.05.
9,63	Plemper, Jonathan	95 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
9,55	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Aurich	29.05.
9,28	Dang, Luan	95 TV Norden	Leer	26.09.
8,95	Bekker, Maxim	95 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
8,77	Kusber, Marek	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	29.08.
8,40	Rahe, Felix	95 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
8,13	Faber, Marco	95 VfL Lingen	Lingen	16.05.

Diskuswurf 1 kg

41,73	Vinke, Jan	95 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.09.
30,02	Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
29,24	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Aurich	17.04.
26,92	Plemper, Jonathan	95 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.
23,62	Eden, Andre	95 Fortuna Wirdum	Wirdum	04.04.
21,89	Jaske, Dario	95 SC Osterbrock	Meppen	19.09.
20,27	Lersch, Dominik	95 Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst	21.03.
19,59	Kentsch, Niels	95 LG Osnabrück	Osnabrück	22.09.
19,30	Schrade, Hauke	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst	13.09.
18,53	Jasper, Simon	95 SV Sparta Werlte	Lingen	16.05.

Hammerwurf 4 kg

15,48 Kollmer, Michael 95 TV Rütenbrock Rütenbrock 18.04.

Speerwurf 600 g

30,55 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Aurich 29.05.
 30,39 Quante, Jörn 95 LG Osnabrück Nordhorn 21.06.
 29,38 Luttermann, Timo 95 TuS Haren Papenburg 25.09.
 27,57 Weß, Niklas 95 SV Sparta Werlte Lingen 16.05.
 25,73 Rahe, Felix 95 LG Osnabrück Osnabrück 08.05.
 25,38 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Papenburg 13.09.
 23,68 Hesse, Nico 96 Delmenhorster TV Delmenhorst 05.06.
 23,65 Faber, Marco 95 VfL Lingen Lingen 16.05.
 22,53 Jaske, Dario 95 SC Osterbrock Meppen 19.09.
 21,24 Boekholt, Tobias 95 TV Hude Stuhr 27.06.

Ballwurf 200g

48,00 Thoben, Jonas 95 BV Garrel Molbergen 03.06.
 46,00 Plemper, Jonathan 95 LG Osnabrück Osnabrück 01.09.
 45,00 Helbig, Till 95 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 29.05.
 45,00 Quante, Jörn 95 LG Osnabrück Osnabrück 01.09.
 42,00 Tran, Thong 95 TuS Haren Meppen 05.09.
 41,50 Jaske, Dario 95 SC Osterbrock Meppen 06.06.
 40,50 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Aurich 17.04.
 40,00 Rittner, Tiago 95 VfL Oldenburg Hameln 06.06.
 38,00 Philipp, Janik 95 TSV Langeoog Leer 25.04.
 36,50 Krämer, Niklas 95 VfL Lingen Lingen 19.08.

Dreikampf

1.421 Helbig, Till 95 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 29.05.
 12,28-4,80-45,00
 1.380 Plemper, Jonathan 95 LG Osnabrück Osnabrück 01.09.
 13,0-5,19-46,00
 1.379 Quante, Jörn 95 LG Osnabrück Osnabrück 01.09.
 12,7-4,99-45,00
 1.336 Tran, Thong 95 TuS Haren Meppen 05.09.
 13,1-5,09-42,00
 1.195 Krämer, Niklas 95 VfL Lingen Lingen 19.08.
 13,3-4,24-36,50
 1.154 Jaske, Dario 95 SC Osterbrock Meppen 05.09.
 14,3-4,28-41,00
 1.083 Niemeyer, Christoph 95 SC Osterbrock Meppen 05.09.
 14,7-4,25-35,00
 1.001 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Leer 25.04.
 14,5-3,37-36,00
 949 Philipp, Janik 95 TSV Langeoog Leer 25.04.
 15,6-3,41-38,00

Vierkampf

2.059 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Bremen 06.09.
 12,59*-5,23*-1,68-9,34
 2.043 Quante, Jörn 95 LG Osnabrück Nordhorn 29.08.
 12,96-5,07-1,52-12,07
 1.946 Plemper, Jonathan 95 LG Osnabrück Nordhorn 29.08.
 13,34-5,17-1,60-9,28
 1.833 Dang, Luan 95 TV Norden Leer 26.09.
 13,32-4,64-1,48-9,28

1.746	Auel, Tobias	95 SC Melle 03	Nordhorn 29.08.
	13,37-4,41-1,52-7,61		
1.740	Vinke, Jan	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
	13,77-4,40-1,40-9,54		
1.729	Kusber, Marek	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
	13,36-4,71-1,32-8,77		
1.644	Lambers, Aaron	95 TSG Westerstede	Schortens 27.09.
	14,1-4,48-1,44-7,73		
1.606	Bommer, Hendrik	95 TV Norden	Leer 26.09.
	14,36-4,35-1,40-7,71		
1.564	Faber, Marco	95 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
	13,97-4,71-1,20-7,72		

Blockwettk. S/S

2.471	Krull, Richard	95 LAC Emden/Aurich	Hameln 06.06.
	12,96(-1.1)-13,69(+0.3)-5,03(+0.0)-1,60-28,62		
2.110	Boekholt, Tobias	95 TV Hude	Stuhr 27.06.
	13,95(+0.9)-15,30(+1.5)-4,33(+1.7)-1,46-21,24		
1.188	Tischendorf, Hauke	95 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
	15,51(+0.0)-23,27(+1.5)-3,76(+0.5)-o.L.-12,46		

Blockwettk. L

2.115	Rittner, Tiago	95 VfL Oldenburg	Hameln 06.06.
	13,12(-0.6)-15,76(-1.3)-3,66(+0.0)-40,00-6:37,23		
1.577	Bertram, Albin Tobias	95 VfL Oldenburg	Stuhr 27.06.
	16,25(+0.0)-18,66(+1.2)-3,56(+0.0)-31,00-8:14,55		

Schüler M 15

100 m Lauf

11,86 +0,7	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg 13.06.
11,97	Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Salzgitter 29.08.
12,30	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Papenburg 13.09.
12,33	Becker, Nils	94 LAC Emden/Aurich	Salzgitter 29.08.
12,40	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Bremen 06.09.
12,41 +0,0	Schilling, Kai	94 LG Osnabrück	Papenburg 13.06.
12,2	Bieletzki, Jonas	94 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
12,46 +0,0	Schwarze, Lukas	94 VfL Oldenburg	Papenburg 13.06.
12,49	Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Löningen 13.09.
12,55	Pfefferkorn, Tobias	94 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.

300 m Lauf

39,17	Schwarze, Lukas	94 VfL Oldenburg	Papenburg 14.06.
39,60	Weßling, Malte	94 VfL Lingen	Nordhorn 21.06.
39,64	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg 14.06.
40,02	Nduati, David Ngugi	94 Heidmühler FC	Papenburg 14.06.
40,05	Brümmer, Steffen	94 VfL Löningen	Garrel 13.08.
40,15	Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Zeven 16.08.
40,57	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Papenburg 14.06.
41,37	Koch, Sebastian	94 VfL Lingen	Nordhorn 21.06.
42,08	Grebener, Jann	94 LAC Emden/Aurich	Leer 05.09.
42,11	Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Leer 05.09.

800 m Lauf

2:01,36	Weßling, Malte	94 VfL Lingen	Dortmund	21.06.
2:03,71	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönigen	Zeven	31.05.
2:10,04	Koch, Sebastian	94 VfL Lingen	Dortmund	20.08.
2:12,27	Skutella, Thomas	94 VfL Oldenburg	Delmenhorst	03.07.

1000 m Lauf

2:36,46	Weßling, Malte	94 VfL Lingen	Papenburg	13.06.
2:39,04	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönigen	Papenburg	13.06.
2:49,74	Koch, Sebastian	94 VfL Lingen	Papenburg	13.06.
2:51,89	Skutella, Thomas	94 VfL Oldenburg	Papenburg	13.06.
2:54,5	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
2:56,06	Grebener, Jann	94 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven	09.05.
2:58,03	Neeland, Timm	94 StG LAC Emden / Aurich	Papenburg	13.06.
3:01,8	Horn, Benjamin	94 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	02.09.
3:01,9	Nduati, David Ngugi	94 Heidmühler FC	Westerstede	22.08.
3:03,10	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Osnabrück	07.07.

2000 m Lauf

6:05,53	Weßling, Malte	94 VfL Lingen	Leer	05.09.
6:14,0	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönigen	Sottrum	09.07.
6:20,53	Koch, Sebastian	94 VfL Lingen	Leer	05.09.
6:20,7	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn	09.10.
6:40,0	Grebener, Jann	94 LAC Emden/Aurich	Leer	16.05.
6:42,1	Horn, Benjamin	94 LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn	09.10.
6:42,54	Skutella, Thomas	94 VfL Oldenburg	Hamel	06.06.
6:58,5	Niederniehaus, Frederi	94 SC Melle 03	Melle	26.08.
7:02,3	Hasselbach, Alexander	94 OSC Damme	Melle	26.08.
7:14,13	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Stuhr	27.06.

3000 m Lauf

9:32,24	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Salzgitter	29.08.
9:34,65	Weßling, Malte	94 VfL Lingen	Papenburg	14.06.
9:44,31	Brümmer, Steffen	94 VfL Lönigen	Papenburg	14.06.
9:59,00	Koch, Sebastian	94 VfL Lingen	Papenburg	14.06.
10:57,3	Horn, Benjamin	94 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	27.05.
11:19,5	Woortmann, Nils	94 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	10.05.
11:49,3	Muke, Kilian	94 SC Osterbrock	Meppen	17.04.
12:28,2	Heinrich, Philipp	94 TuS Zetel	Wilhelmshaven	27.05.
12:28,62	Tabeling, Patrick	94 BV Garrel	Lönigen	13.09.

5 km Lauf

16:59	Hörig, Julien	94 LG Wilhelmshaven	Garrel	19.09.
18:40	Horn, Benjamin	94 LG Wilhelmshaven	Oldenburg	18.10.
19:09	Skutella, Thomas	94 VfL Oldenburg	Oldenburg	18.10.
19:18	Kroll, Julian	94 SV Lemwerder	Lemwerder	12.06.
19:24	Machheit, Tammo	94 SV Brake	Brake	13.09.
19:27	Otten, Sören	94 LG Wilhelmshaven	Marienhafen	13.04.
20:35	Neeland, Timm	94 LAC Emden/Aurich	Aurich	21.08.
20:39	Schwarze, Lukas	94 VfL Oldenburg	Ofen	03.10.
21:19	Jäger, Alexander	94 SV Brake	Brake	13.09.
21:30	Tabeling, Patrick	94 BV Garrel	Barßel	21.08.

80 m Hürden 0.840m

11,16	+1,0	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Salzgitter	30.08.
12,61	-0,4	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Edemissen	20.06.
12,74	+1,2	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Stuhr	27.06.
12,5		Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Leer	16.05.
12,83	-0,4	Schwarze, Lukas	94 VfL Oldenburg	Hameln	06.06.
13,04	+0,5	Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Hameln	06.06.
13,81	-2,3	Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	Hameln	06.06.
13,7		Behrends, Marco	94 SV Warsingsfehn	Leer	16.05.
14,03	-2,3	Fieger, Steffen	94 Heidmühler FC	Hameln	06.06.
13,8		Becker, Nils	94 LAC Emden/Aurich	Leer	16.05.

300 m Hürden 0.840m

42,50		Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Hamburg	26.09.
45,85		Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Hamburg	26.09.

Hochsprung

1,81		Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Hamburg	26.09.
1,68		Schilling, Kai	94 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
1,68		Nduati, David Ngugi	94 Heidmühler FC	Schortens	27.09.
1,65		Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Aurich	29.05.
1,64		Bieletzki, Jonas	94 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
1,64		Büter, Fabian	94 SC Osterbrock	Nordhorn	21.06.
1,64		Rathke, Mathis	94 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
1,63		Gabrisch, Lukas	94 TV Hude	Delmenhorst	17.05.
1,60		Schwarze, Lukas	94 VfL Oldenburg	Hameln	06.06.
1,60		Niederniehaus, Frederi	94 SC Melle 03	Nordhorn	29.08.
1,60		Pfefferkorn, Tobias	94 Delmenhorster TV	Bremen	06.09.

Stabhochsprung

3,20		Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	Hameln	07.06.
2,90		Fieger, Steffen	94 Heidmühler FC	Salzgitter	29.08.
2,30		Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Osnabrück	26.04.
2,00		Hacken, Tom	94 Heidmühler FC	Schortens	08.05.
1,93		Voss, Raymund	94 SV Friedrichsfehn	Schortens	27.09.

Weitsprung

6,15	+1,2	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Bergen/Rügen	12.09.
5,85		Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Salzgitter	29.08.
5,82		Bieletzki, Jonas	94 LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
5,54	+0,0	Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	Osnabrück	25.04.
5,49		Pfefferkorn, Tobias	94 Delmenhorster TV	Bremen	06.09.
5,38		Nduati, David Ngugi	94 Heidmühler FC	538	08.05.
5,37		Schilling, Kai	94 LG Osnabrück	Nordhorn	29.08.
5,33		Schulte-Huxel, Nils	94 SC Osterbrock	Papenburg	25.09.
5,30		Hertle, Emil	94 LG Osnabrück	Nordhorn	29.08.
5,27		Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Westerstede	22.08.

Dreisprung

11,65	+0,2	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg	13.06.
11,30		Schulte-Huxel, Nils	94 SC Osterbrock	Papenburg	25.09.
10,38		Quante, Jörn	95 LG Osnabrück	Osnabrück	03.10.

Kugelstoss 4 kg

13,35	Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Hamburg 26.09.
12,86	Eilers, Thore	94 SV Friedrichsfehn	Westerstede 22.08.
11,78	Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	538 08.05.
11,71	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Bremen 06.09.
11,35	Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
11,11	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 29.05.
11,06	Bieletzki, Jonas	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
10,62	Hertle, Emil	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
10,12	Cherba, Konstantin	94 SV Warsingsfehn	Leer 26.09.
9,92	Becker, Nils	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 29.05.

Diskuswurf 1 kg

46,33	Eilers, Thore	94 SV Friedrichsfehn	Salzgitter 29.08.
40,66	Deserno, Lukas	94 BTB Oldenburg	Hamburg 26.09.
38,50	Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	Hameln 07.06.
31,67	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Oldenburg 05.08.
31,06	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 29.05.
31,05	Büter, Fabian	94 SC Osterbrock	Meppen 19.09.
29,84	Schruttke, Conway	94 LG Osnabrück	Osnabrück 22.09.
28,01	Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
25,01	Schilling, Kai	94 LG Osnabrück	Osnabrück 22.09.
24,17	Fieger, Steffen	94 Heidmühler FC	Osnabrück 26.04.

Hammerwurf 4 kg

21,64	Bonnarens, Johannes	94 TV Rütenbrock	Rütenbrock 18.04.
-------	---------------------	------------------	-------------------

Speerwurf 600 g

39,76	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
37,66	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Oldenburg 24.06.
37,55	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Lingen 16.05.
36,26	Jansen, Max	94 SC Osterbrock	Meppen 19.09.
36,04	Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg 25.09.
35,02	Becker, Nils	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg 25.09.
34,57	Stangel, Björn	94 Heidmühler FC	Bremen 19.04.
33,13	Kieslich, David	94 DSC Oldenburg	Oldenburg 24.06.
31,17	Pfefferkorn, Tobias	94 Delmenhorster TV	Delmenhorst 05.06.
31,06	Hendriks, Martin	94 StG LAC Emden / Aurich	Aurich 29.05.

Ballwurf 200g

80,00	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Stuhr 27.06.
61,50	Lengen, Guido	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 17.04.
59,50	Pfefferkorn, Tobias	94 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
56,00	Jansen, Max	94 SC Osterbrock	Meppen 05.09.
55,00	Meene, Oliver	94 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
54,00	Jäger, Alexander	94 SV Brake	Berne 16.08.
54,00	Schilling, Kai	94 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
52,50	Surmann, Lasse	94 BTB Oldenburg	Sandkrug 02.05.
51,00	Bieletzki, Jonas	94 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
47,50	Becker, Nils	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 17.04.

Dreikampf

1.551	Heermann, Bernd	94 SV Sparta Werlte	Werlte 15.08.
	12,36-5,03-66,00		
1.524	Bieletzki, Jonas	94 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
	12,2-5,64-51,00		

1.489	Schilling, Kai 12,2-5,12-54,00	94 LG Osnabrück	Osnabrück 01.09.
1.463	Surmann, Lasse 12,6-5,31-52,50	94 BTB Oldenburg	Sandkrug 02.05.
1.357	Jäger, Alexander 13,1-4,61-54,00	94 SV Brake	Berne 16.08.
1.350	Büter, Fabian 12,6-4,60-45,50	94 SC Osterbrock	Meppen 05.09.
1.342	Dokoupil, Lennert 12,9-4,92-43,00	94 TSV Langeoog	Leer 25.04.
1.327	Neeland, Timm 12,9-4,75-43,50	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.09.
1.318	Gabrisch, Lukas 13,1-5,00-40,50	94 TV Hude	Sandkrug 02.05.
1.305	Schulte-Huxel, Nils 12,7-4,99-33,50	94 SC Osterbrock	Meppen 05.09.

Vierkampf

2.248	Surmann, Lasse 12,40-5,57-1,76-11,71	94 BTB Oldenburg	Bremen 06.09.
2.155	Meene, Oliver 12,15-5,62-1,60-10,60	94 LAC Emden/Aurich	Bremen 06.09.
2.121	Deserno, Lukas 12,49-5,08-1,54-12,69	94 BTB Oldenburg	Löninge 13.09.
2.114	Bieletzki, Jonas 12,47-5,74-1,52-11,06	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
2.077	Lengen, Guido 12,50-5,07-1,56-11,35	94 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
2.030	Nduati, David Ngugi 12,6-5,26-1,68-9,14	94 Heidmühler FC	Schortens 27.09.
2.029	Pfefferkorn, Tobias 12,55-5,17-1,58-9,82	94 Delmenhorster TV	Löninge 13.09.
2.005	Schilling, Kai 12,52-5,37-1,64-8,13	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1.991	Stangel, Björn 12,7-5,51-1,44-10,63	94 Heidmühler FC	Schortens 27.09.
1.967	Hertle, Emil 13,20-5,30-1,48-10,62	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.

Achtkampf

3.943	Stangel, Björn 13,81(-2.3)-4,84(+0.5)-10,29-1,44 38,50-3,20-26,70-3:20,57	94 Heidmühler FC	Hameln 06.06/ 07.06.
3.912	Meene, Oliver 13,01(-2.7)-5,76(+0.0)-11,08-1,56 27,49-2,30-33,08-3:35,99	94 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04/ 26.04.
3.450	Fieger, Steffen 14,03(-2.3)-4,83(+0.2)-7,28-1,44 20,22-2,80-21,90-3:28,58	94 Heidmühler FC	Hameln 06.06/ 07.06.

Blockwettk. S/S

2.762	Meene, Oliver 11,96(-0.4)-12,61(-0.4)-5,87(+0.1)-1,60-35,78	94 LAC Emden/Aurich	Edemissen 20.06.
2.672	Surmann, Lasse 13,08(+0.1)-11,69(+0.5)-5,51(+0.0)-1,72-28,58	94 BTB Oldenburg	Hameln 06.06.
2.486	Schwarze, Lukas 12,72(+0.1)-12,83(-0.4)-4,80(+0.0)-1,60-26,04	94 VfL Oldenburg	Hameln 06.06.
2.265	Becker, Nils 13,3-13,8-4,27-1,42-32,17	94 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
2.145	Behrends, Marco 14,2-13,7-4,38-1,46-22,27	94 SV Warsingsfehn	Leer 16.05.

1.387 Bertram, Jan Catalin 94 VfL Oldenburg Hameln 06.06.
o.L.-16,54(-0.4)-2,35(+0.0)-1,40-23,10

Blockwettk. L

2.589 Heermann, Bernd 94 SV Sparta Werlte Stuhr 27.06.
12,51(+0.0)-12,74(+1.2)-5,03(+1.2)-80,00-7:14,13
2.262 Skutella, Thomas 94 VfL Oldenburg Hameln 06.06.
13,54(+0.1)-14,20(-1.1)-4,74(+0.0)-42,00-6:42,54
2.182 Grebener, Jann 94 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
13,2-15,8-4,65-39,50-6:40,0

Blockwettk. W

2.639 Deserno, Lukas 94 BTB Oldenburg Hameln 06.06.
12,52(+1.0)-13,04(+0.5)-5,18(+0.0)-11,16-35,39
2.550 Lengen, Guido 94 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
12,1-12,5-4,97-10,74-28,01
2.434 Stangel, Björn 94 Heidmühler FC Leer 16.05.
13,0-14,5-4,80-11,74-30,80

Schülerinnen B

5 km Lauf
Mannschaft

1:06:36 VfL Lingen Lingen 28.04.
Niemann, . 96 -22:11; Bäcker, . 97 -22:12
Wessling, . 97 -22:13
1:07:20 TV Norden Norden 18.04.
Okken, . 96 -21:35; Peterssen, N. 97 -22:51
Peterssen, M. 97 -22:54
1:12:28 VfL Lönningen Thüle 26.04.
Meyer, . 97 -20:26; Schrandt, M. 96 -24:40
Peters, . 97 -27:22

4 x 75 m Staffel

41,41 LG Osnabrück Osnabrück 20.09.
Pelikan, . 96; Kemper, . 97; Steinhoff, . 96; Stöckel, . 97
41,83 LG Papenburg/Aschendorf Werlte 19.09.
Hoffrogge, J. 97; Schierholt, . 97; Hoffrogge, J. 97; Vinke, . 96
41,93 VfL Lingen IV Lingen 16.05.
Wesseling, . 97; Niemann, . 96; Ruhmke, . 97; Niedling, . 97
42,31 SV Sparta Werlte Papenburg 13.09.
Wimberg, . 96; Cloppenburg, . 97; Beusing, . 97; Romanowski, . 97
42,50 LAC Emden/Aurich Wilhelmshaven 09.05.
Gastmann, . 96; Clüver, . 96; Russell, . 96; Roelfs, . 96
42,90 VfL Lönningen Wilhelmshaven 09.05.
Hiners, . 96; Baumann, . 97; Steinbrück, J. 96; Böckmann, . 96
43,04 SV Union Meppen Meppen 15.05.
Kerperien, . 97; Otten, . 96; Lonnemann, . 96; Ruhmke, . 96
42,8 TV Norden Moorhusen 18.09.
Reimann, . 97; Schröder, . 96; Rademacher, . 97; Sassen, . 97
43,18 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 09.05.
Anders, . 97; Gerdes, . 97; Beyer, . 97; Coordes, . 97
43,32 SG Essen-Garthe-Molbergen Molbergen 03.06.
Holtvogt, . 96; Behrens, . 96; Götting, . 97; Schingorra, . 97

3 x 800 m Staffel

8:09,89	VfL Lingen Ruhmke, . 97; Schnauber, . 96; Niemann, . 96	Osnabrück 18.04.
8:20,2	LG Wilhelmshaven Caspers, . 98; Horn, . 97; Beyer, . 97	Wilhelmshaven 23.09.
8:21,59	LG Osnabrück Steinhoff, . 96; Stöckel, . 97; Budgen, . 98	Osnabrück 18.04.
8:33,87	OTB Osnabrück Von Lojewski, . 96; Buchholz, . 96; Bücken, . 96	Osnabrück 18.04.
8:33,87	VfL Lingen II Wessling, . 97; Niedling, . 97; Bäcker, . 97	Osnabrück 18.04.
8:34,54	SV Germania Twist Gröniger, . 97; Nykamp, . 97; Vorloeper, . 97	Meppen 18.09.
8:37,46	TuS Haren Book, . 97; Speck, . 98; Spinneker, H. 96	Meppen 18.09.
8:39,03	VfL Lönigen Meyer, . 97; Schrandt, M. 96; Brümmer, V. 96	Garrel 22.04.
8:40,7	TV Norden Peterssen, N. 97; Ocken, . 96; Peterssen, M. 97	Emden 30.09.
8:47,4	VfL Germania Leer Schlömer, E. 98; Schlömer, W. 96; Beening, . 96	Emden 30.09.

Dreikampf Mannschaft

6.305	VfL Lönigen Steinbrück, . 96 -1.407; Schulte, . 96 -1.275 Hiners, . 96 -1.268; Schnelten, . 96 -1.203 Meyer, . 96 -1.152	Lönigen 13.09.
6.296	LG Wilhelmshaven Sommer, . 97 -1.349; Coordes, . 96 -1.284 Adel, . 96 -1.258; Anders, . 97 -1.228 Gerdes, . 97 -1.177	Wilhelmshaven 29.05.
6.225	VfL Lingen Wulf, . 97 -1.381; Ruhmke, . 97 -1.228 Niedling, . 97 -1.212; Weßling, . 97 -1.234 Bäcker, . 97 -1.170	Lingen 19.08.
6.172	LAC Emden/Aurich Behrendsdorf, . 97 -1.407; Brendel, . 96 -1.272 Schirrmann, . 97 -1.195; Russell, . 96 -1.161 Pietsch, . 96 -1.137	Leer 26.09.
6.151	SV Sparta Werlte Wimberg, . 96 -1.271; Romanowski, . 97 -1.303 Beusing, . 97 -1.220; Cloppenburg, . 97 -1.118 Hanekamp, J. 96 -1.239	Nordhorn 29.08.
6.042	LG Osnabrück Pelikan, . 96 -1.499; Mönkediek, . 97 -1.184 Kemper, . 97 -1.308; Hermann, . 97 -1.136 Schrottke, . 97 -915	Osnabrück 13.09.
5.946	SV Union Meppen Otten, K. 96 -1.308; Lonnemann, . 96 -1.229 Wichtrup, . 97 -1.169; Ruhmke, J. 96 -1.160 Fühner, . 96 -1.080	Meppen 05.09.
5.847	SG Essen-Garthe-Molbergen Holtvoigt, . 96 -1.459; Götting, . 97 -1.436 Behrens, . 96 -1.189; Kaarz, . 97 -963 Biermann, . 97 -800	Lönigen 13.09.
5.792	DSC Oldenburg Dunkhase, M. 96 -1.489; Müller, R. 96 -1.219 Beutel, H. 96 -1.117; Ortman, . 97 -1.015 Pape, . 97 -952	Lönigen 13.09.
5.778	TV Norden Schröder, . 96 -1.220; Reimann, . 97 -1.207 Okken, . 96 -1.133; Gummels, . 96 -1.127 Moameia, . 97 -1.091	Leer 26.09.

Vierkampf
Mannschaft

8.187	VfL Lönningen Schulte, J. 96 -1.756; Steinbrück, J. 96 -1.736 Schnelten, T. 96 -1.610; Hinners, . 96 -1.570 Schrandt, M. 96 -1.515	Lönningen 13.09.
8.057	VfL Lingen Wulf, . 97 -1.822; Ruhmke, . 97 -1.634 Weßling, . 97 -1.594; Niedling, . 97 -1.528 Köhler, . 97 -1.479	Nordhorn 29.08.
8.037	LAC Emden/Aurich Behrensdorf, . 97 -1.906; Brendel, . 96 -1.594 Russell, . 96 -1.561; Schirrmann, . 97 -1.517 Pietsch, . 96 -1.459	Leer 26.09.
7.854	SV Sparta Werlte Hanekamp, J. 96 -1.683; Romanowski, . 97 -1.671 Wimberg, . 96 -1.613; Beusing, . 97 -1.508 Cloppenburg, . 97 -1.379	Nordhorn 29.08.
7.537	TV Norden Reimann, . 97 -1.633; Schröder, . 96 -1.620 Sassen, . 97 -1.447; Rademacher, . 97 -1.421 Habach, . 96 -1.416	Leer 26.09.
7.323	LG Osnabrück Pelikan, . 96 -1.795; Mönkediek, . 97 -1.537 Westerkamp, . 96 -1.500; Kuhnert, . 97 -1.274 Koplin, . 97 -1.217	Nordhorn 29.08.
7.233	LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 16.05.
6.715	SuS Rhede	Dörpen 16.05.
6.639	OTB Osnabrück Tillner, . 96 -1.524; Weber, . 96 -1.492 Sarkowsky, . 96 -1.490; Heuten, . 97 -1.153 Nothdurft, . 96 -980	Nordhorn 29.08.
6.392	TuS Gildehaus	Nordhorn 29.08.

Blockwettk.
Mannschaft

7.511	TV Norden Reimann, . 97 -1.805; Gummels, . 96 -1.692 Okken, . 96 -1.394; Peterssen, . 97 -1.360 Schröder, . 96 -1.260	Leer 16.05.
6.453	LAC Emden/Aurich Gastmann, . 96 -1.603; Behrensdorf, . 97 -1.366 Brendel, . 96 -1.213; Russell, . 96 -1.190 Grunke, . 96 -1.081	Leer 16.05.

DSMM Gruppe 1

6.172	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
6.154	LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
6.087	SV Sparta Werlte	Werlte 19.09.
5.944	VfL Lönningen	Wilhelmshaven 09.05.
5.662	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 09.05.
5.608	VfL Lingen	Lingen 09.06.
4.957	OTB Osnabrück	Osnabrück 29.09.

DSMM Gruppe 2

3.613	LG Osnabrück	Osnabrück	20.09.
3.427	TV Norden	Moorhusen	18.09.
3.347	LG Emstal Dörpen	Werlte	19.09.
3.297	Heidmühler FC	Wilhelmshaven	09.05.
3.218	VfL Lingen	Lingen	10.06.
3.168	VfL Lönigen	Werlte	19.09.
2.956	LG Osnabrück II	Osnabrück	20.09.
2.951	LG Bawinkel/Clusorth/Bramhar	Lingen	10.06.
2.902	OTB Osnabrück	Osnabrück	29.09.
2.815	Fortuna Wirdum	Moorhusen	18.09.
2.670	TuS Frisch auf Horsten	Moorhusen	18.09.
1.962	LG Osnabrück III	Osnabrück	20.09.

Schülerinnen W 12

75 m Lauf

10,0	Wulf, Jasmin	97 VfL Lingen	Lingen	19.08.
10,3	Rosendahl, Anneke	97 SV Warsingsfehn	Emden	29.08.
10,70	Sommer, Kim-Svea	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	29.05.
10,71	Niedling, Lea	97 VfL Lingen	Nordhorn	29.08.
10,74	Menke, Lena	97 BV Garrel	Lönigen	13.09.
10,5	Schönberg, Nadine	97 Oldenburger TB	Westerstede	22.08.
10,75	Beusing, Judith	97 SV Sparta Werlte	Nordhorn	29.08.
10,81	Kemper, Saskia	97 LG Osnabrück	Osnabrück	13.09.
10,83	Mönkediek, Denise	97 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
10,6	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Westerstede	22.08.

800 m Lauf

2:26,3	Menke, Lena	97 BV Garrel	Großenkneten	30.08.
2:30,50	Meyer, Lea	97 VfL Lönigen	Lönigen	20.05.
2:37,24	Wessling, Judith	97 VfL Lingen	Nordhorn	21.06.
2:38,6	Beyer, Kristin	97 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
2:40,2	Bentrup, Celina	97 Delmenhorster TV	Westerstede	22.08.
2:40,82	Ruhmke, Denise	97 VfL Lingen	Papenburg	13.09.
2:41,2	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Westerstede	22.08.
2:42,4	Henning, Saskia	97 StG LAC Emden / Aurich	Aurich	02.05.
2:43,0	Schnauber, Carolin	97 VfL Lingen	Lingen	09.06.
2:43,2	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Schortens	09.06.

2000 m Lauf

7:01,9	Meyer, Lea	97 VfL Lönigen	Großenkneten	30.08.
7:02,2	Menke, Lena	97 BV Garrel	Brake	25.09.
7:43,2	Wessling, Judith	97 VfL Lingen	Nordhorn	10.05.
7:49,5	Kruth, Nele	97 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	10.05.
7:50,0	Horn, Samantha	97 LG Wilhelmshaven	Aurich	07.08.
7:56,38	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Lönigen	13.09.
8:00,3	Beyer, Kristin	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	27.05.
8:03,92	Bentrup, Celina	97 Delmenhorster TV	Lönigen	13.09.
8:11,7	Rosendahl, Anneke	97 SV Warsingsfehn	Warsingsfehn	04.08.
8:18,40	Meyer2, Lea	97 SV Schwarz-Weiß Lindern	Lönigen	13.09.

5 km Lauf

19:55	Meyer, Lea	97 VfL Lönningen	Garrel	19.09.
20:00	Menke, Lena	97 BV Garrel	Thüle	26.04.
22:03	Horn, Samantha	97 LG Wilhelmshaven	Emstek	18.07.
22:12	Bäcker, Katharina	97 VfL Lingen	Lingen	28.04.
22:13	Wessling, Judith	97 VfL Lingen	Lingen	28.04.
22:16	Ruhmke, Denise	97 VfL Lingen	Lingen	28.04.
22:51	Peterssen, Nele	97 TV Norden	Norden	18.04.
22:54	Peterssen, Meemke	97 TV Norden	Norden	18.04.
23:49	Haupt, Karolin	97 TuS Eversten	Ofen	03.10.
23:59	Anscheit, Mareike	97 Fortuna Logabirum	Aurich	21.08.

60 m Hürden 0.762m

10,6	Rosendahl, Anneke	97 SV Warsingsfehn	Leer	16.05.
10,91	Wulf, Jasmin	97 VfL Lingen	Papenburg	13.09.
10,8	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Leer	16.05.
11,1	Behrendorf, Lea	97 LAC Emden/Aurich	Leer	16.05.
11,79	Mrosk, Ulrike	97 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.09.
11,92	Sommer, Kim-Svea	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	09.05.
12,28	Stöckel, Vicky	97 LG Osnabrück	Nordhorn	21.06.
12,36	Kruth, Nele	97 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.09.
12,38	Köhler, Christina	97 VfL Lingen	Nordhorn	21.06.
12,48	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Bremen	15.08.

Hochsprung

1,49	Behrendorf, Lea	97 LAC Emden/Aurich	Leer	26.09.
1,47	Götting, Julia	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Westerstede	22.08.
1,44	Wulf, Jasmin	97 VfL Lingen	Nordhorn	29.08.
1,41	Rosendahl, Anneke	97 SV Warsingsfehn	Leer	26.09.
1,38	Menken, Deike	97 TV Norden	Marienhafte	16.06.
1,37	Reimann, Vanessa	97 TV Norden	Leer	26.09.
1,36	Buscher, Amelie	97 LG Grafenschaft Bentheim	Nordhorn	21.06.
1,36	Rademacher, Ina	97 TV Norden	Emden	29.08.
1,35	Cloppenburger, Theresa	97 SV Sparta Werlte	Dörpen	16.05.
1,33	Mrosk, Ulrike	97 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	13.09.

Stabhochsprung

2,60	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Bremen	30.05.
2,40	Fabian, Elodie	97 Heidmühler FC	Bremen	30.05.
2,00	Becker, Nico	98 Heidmühler FC	Schortens	08.05.
1,80	Metje, Sören	97 Heidmühler FC	Schortens	08.05.
1,70	Stuetten, Jan Lennart	98 Heidmühler FC	Schortens	08.05.
1,10	Froehlich, Fenna	97 Heidmühler FC	Schortens	08.05.

Weitsprung

5,17	Wulf, Jasmin	97 VfL Lingen	Lingen	19.08.
4,52	Rosendahl, Anneke	97 SV Warsingsfehn	Leer	26.09.
4,47	Sommer, Kim-Svea	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	09.05.
4,43	Niedling, Lea	97 VfL Lingen	Lingen	16.05.
4,43	Götting, Julia	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen	03.06.
4,36	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Leer	16.05.
4,36	Behrendorf, Lea	97 LAC Emden/Aurich	Papenburg	13.09.
4,35	Koplin, Johanna	97 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
4,35	Hoffrogge, Julia	97 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	19.09.
4,31	Menke, Lena	97 BV Garrel	Lönningen	13.09.

Kugelstoss 3 kg

8,08	Buscher, Amelie	97 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 21.06.
7,98	Reimann, Vanessa	97 TV Norden	Emden 29.08.
7,97	Götting, Julia	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Westerstede 22.08.
6,86	Niedling, Lea	97 VfL Lingen	Nordhorn 21.06.
6,79	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Delmenhorst 13.09.
6,47	Nykamp, Liza	97 SV Germania Twist	Papenburg 13.09.
6,40	Eckhardt, Saskia	97 TSV Langeoog	Emden 29.08.
6,37	Fischer, Friederike	97 Heidmühler FC	Westerstede 22.08.
6,16	Sur, Lena	97 SC Osterbrock	Groß Hesepe 04.04.
6,06	Fröhlich, Fenna	97 Heidmühler FC	Westerstede 22.08.

Diskuswurf 750 g

20,51	Reimann, Vanessa	97 TV Norden	Wirdum 03.10.
18,77	Menke, Lena	97 BV Garrel	Schortens 08.05.
17,55	Behrendsdorf, Lea	97 LAC Emden/Aurich	Papenburg 13.09.
17,07	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Delmenhorst 13.09.
16,46	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
15,64	Unkenholz, Katharina	97 SC Osterbrock	Groß Hesepe 04.04.
15,16	Sur, Lena	97 SC Osterbrock	Groß Hesepe 04.04.
12,76	Sur, Hanna	97 SC Osterbrock	Groß Hesepe 04.04.
12,46	Nykamp, Liza	97 SV Germania Twist	Groß Hesepe 04.04.

Speerwurf 400 g

29,34	Behrendsdorf, Lea	97 StG LAC Emden / Aurich	Aurich 17.04.
25,69	Bentrup, Celina	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 05.06.
25,51	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 05.06.
24,25	Voigt, Payton	97 Heidmühler FC	Wilhelmshaven 25.04.
22,74	Schirrmann, Magdalena	97 StG LAC Emden / Aurich	Wilhelmshaven 25.04.
20,28	Laake, Nina	97 VfL Lingen	Lingen 16.05.
19,50	Mrosk, Ulrike	97 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.09.
18,90	Sur, Lena	97 SC Osterbrock	Groß Hesepe 04.04.
18,11	Schahnas, Moamaei	97 TV Norden	Emden 29.08.
16,63	Reimann, Vanessa	97 TV Norden	Emden 29.08.

Ballwurf 200g

31,50	Bentrup, Celina	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
30,00	Peterssen, Meemke	97 TV Norden	Wilhelmshaven 19.05.
25,50	Wolter, Amy	97 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.

Schlagball 80g

51,00	Behrendsdorf, Lea	97 StG LAC Emden / Aurich	Wilhelmshaven 25.04.
46,00	Götting, Julia	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen 03.06.
43,00	Genz, Louisa	97 SV Friedrichsfehn	Ofen 29.09.
41,00	Meyer, Lea	97 VfL Lönningen	Molbergen 03.06.
40,50	Bentrup, Celina	97 Delmenhorster TV	Lönningen 13.09.
38,50	Schirrmann, Magdalena	97 StG LAC Emden / Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
38,00	Bauer, Jantje	97 Vareler TB	Lönningen 13.09.
37,00	Menke, Lena	97 BV Garrel	Molbergen 03.06.
36,50	Laake, Nina	97 VfL Lingen	Nordhorn 21.06.
36,50	Kemper, Saskia	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.

Dreikampf

1.436	Götting, Julia	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Lönningen 13.09.
	11,00-4,36-44,50		

1.407	Behrendorf, Lea 11,43-4,30-46,50	97 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
1.406	Rosendahl, Anneke 10,61-4,52-35,00	97 SV Warsingsfehn	Leer 26.09.
1.381	Wulf, Jasmin 10,0-5,17-22,50	97 VfL Lingen	Lingen 19.08.
1.374	Menke, Lena 10,74-4,31-35,50	97 BV Garrel	Löningen 13.09.
1.349	Sommer, Kim-Svea 10,70-4,45-31,00	97 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 29.05.
1.308	Kemper, Saskia 10,90-3,85-36,00	97 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
1.305	Bentrup, Celina 11,33-3,81-40,50	97 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.
1.303	Romanowski, Nicole 10,90-4,14-32,00	97 SV Sparta Werlte	Nordhorn 29.08.
1.278	Schönberg, Nadine 10,75-4,16-28,00	97 Oldenburger TB	Löningen 13.09.

Vierkampf

1.917	Götting, Julia 11,00-4,36-1,46-44,50	97 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 13.09.
1.906	Behrendorf, Lea 11,43-4,30-1,49-46,50	97 LAC Emden/Aurich	Leer 26.09.
1.857	Rosendahl, Anneke 10,61-4,52-1,41-35,00	97 SV Warsingsfehn	Leer 26.09.
1.822	Wulf, Jasmin 10,35-4,69-1,44-25,50	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
1.755	Menke, Lena 10,74-4,31-1,30-35,50	97 BV Garrel	Löningen 13.09.
1.671	Romanowski, Nicole 10,90-4,14-1,28-32,00	97 SV Sparta Werlte	Nordhorn 29.08.
1.634	Ruhmke, Denise 11,50-4,06-1,32-32,00	97 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
1.634	Bentrup, Celina 11,33-3,81-1,22-40,50	97 Delmenhorster TV	Löningen 13.09.
1.633	Reimann, Vanessa 11,51-4,10-1,37-28,50	97 TV Norden	Leer 26.09.
1.596	Mrosk, Ulrike 11,49-3,87-1,28-33,00	97 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.

Blockwettk. S/S

2.297	Behrendorf, Lea 11,5-11,1-4,17-1,40-49,00	97 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
1.857	Peterssen, Meemke 11,9-13,6-3,82-1,32-30,00	97 TV Norden	Leer 16.05.
1.857	Schirrmann, Magdalena 12,1-12,5-3,58-1,20-37,00	97 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
1.773	Sassen, Saskia 11,4-12,8-3,82-1,20-22,50	97 TV Norden	Leer 16.05.
1.762	Moamaei, Schahmas 11,5-13,6-3,78-1,20-26,00	97 TV Norden	Leer 16.05.

Blockwettk. L

2.283	Rosendahl, Anneke 10,4-10,6-4,35-31,00-2:44,8	97 SV Warsingsfehn	Leer 16.05.
2.172	Voigt, Payton 11,2-10,8-4,36-35,50-3:01,0	97 Heidmühler FC	Leer 16.05.
1.762	Peterssen, Nele 11,5-13,9-3,61-21,50-2:52,9	97 TV Norden	Leer 16.05.

1.738	Martens, Sarah	97 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr 27.06.
	11,55-13,80-3,08-26,00-3:02,57		
1.692	Böschchen, Cheryn	97 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr 27.06.
	12,14-14,23-3,94-23,00-3:18,64		
1.531	Neeland, Anna-Rieke	97 SV Warsingsfehn	Leer 16.05.
	12,6-14,1-3,47-18,00-3:13,0		

Blockwettk. W

1.805	Reimann, Vanessa	97 TV Norden	Leer 16.05.
	11,4-12,9-3,98-6,03-17,27		

Schülerinnen W 13

75 m Lauf

10,16	Pelikan, Vanessa	96 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
10,21	Theessen, Daniela	96 SV Georgsheil	Papenburg 13.09.
10,34	Hölscher, Vera	96 TuS Haren	Papenburg 13.09.
10,49	Otten, Kristin	96 SV Union Meppen	Papenburg 13.09.
10,52	Steinbrück, Jasmin	96 VfL Lönningen	Lönningen 13.09.
10,53	Triphaus, Ines	96 SV Quitt Ankum	Papenburg 13.09.
10,3	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Oldenburg 26.09.
10,57	Wimberg, Gesa	96 SV Sparta Werlte	Papenburg 13.09.
10,64	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Zeven 16.08.
10,64	Lonnemann, Sara	96 SV Union Meppen	Papenburg 13.09.

800 m Lauf

2:31,5	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Westerstede 22.08.
2:31,85	Triphaus, Ines	96 SV Quitt Ankum	Papenburg 13.09.
2:35,50	Temmen, Ann-Sophie	96 SC Osterbrock	Papenburg 25.09.
2:35,61	Barnkothe, Linda	96 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.06.
2:35,80	Von Lojewski, Lena	96 OTB Osnabrück	Nordhorn 21.06.
2:35,92	Okken, Lea	96 TV Norden	Werlte 19.09.
2:36,51	Niermann, Verena	96 SC Osterbrock	Nordhorn 21.06.
2:37,13	Schulte, Lara	96 LAV Meppen	Nordhorn 21.06.
2:37,31	Otten, Kristin	96 SV Union Meppen	Nordhorn 21.06.
2:38,63	Beening, Anneke	96 VfL Germania Leer	Papenburg 13.09.
2:38,7	Hanekamp, Jana	96 SV Sparta Werlte	Werlte 24.04.

2000 m Lauf

7:25,9	Harms, Neele	96 TuS Ofen	Brake 25.09.
7:28,7	Hanekamp, Jana	96 SV Sparta Werlte	Nordhorn 10.05.
7:36,9	Schulte, Lara	96 LAV Meppen	Nordhorn 10.05.
7:37,15	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Papenburg 14.06.
7:47,6	Gastmann, Laura	96 LAC Emden/Aurich	Warsingsfehn 04.08.
7:49,25	Schnauber, Carolin	96 VfL Lingen	Papenburg 13.09.
7:49,5	Niemann, Wemke	96 VfL Lingen	Nordhorn 10.05.
7:49,5	Spinneker, Helen	96 TuS Haren	Nordhorn 10.05.
7:50,8	Schnauber, Karolin	96 VfL Lingen	Nordhorn 10.05.
8:00,4	Ocken, Lea	96 TV Norden	Warsingsfehn 04.08.

5 km Lauf

20:33	Harms, Neele	96 TuS Ofen	Lemwerder 12.06.
21:33	Haker, Svenja	96 SV Schwarz-Weiß Lindern	Barßel 21.08.

21:34	Okken, Lea	96 TV Norden	Schortens 15.08.
21:53	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Ofen 03.10.
22:11	Niemann, Wemke	96 VfL Lingen	Lingen 28.04.
24:37	Schoolmann, Helke	96 Emdener Laufgemeinschaft	Ofen 03.10.
24:40	Schrandt, Marie-Theres	96 VfL Lönningen	Thüle 26.04.
24:55	Dinkhoff, Lara	96 LC Nordhorn	Nordhorn 12.09.
25:24	De Buhr, Miriam	96 Fortuna Logabirum	Aurich 21.08.
25:27	Lampen, Monika	96 VfL Lingen	Lingen 28.04.

60 m Hürden 0.762m

9,96	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Zeven 16.08.
10,3	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Westerstede 22.08.
10,4	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Westerstede 22.08.
10,84	Huy, Christin	96 LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück 13.09.
10,95	Hanekamp, Jana	96 SV Sparta Werlte	Papenburg 13.09.
10,8	Könemann, Hilke	96 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
11,17	Vinke, Franziska	96 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
11,21	Otten, Kristin	96 SV Union Meppen	Nordhorn 21.06.
11,1	Kramer, Lisa	96 VfL Rastede	Westerstede 22.08.
11,55	Wimberg, Gesa	96 SV Sparta Werlte	Werlte 19.09.

Hochsprung

1,59	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Hamburg 27.09.
1,56	Möllers, Ria	96 SC Melle 03	Nordhorn 29.08.
1,54	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Zeven 16.08.
1,52	Schulte, Jana	96 VfL Lönningen	Celle 20.09.
1,48	Schmitz, Verena	96 SuS Rhede	Nordhorn 29.08.
1,47	Kramer, Lisa	96 VfL Rastede	Westerstede 22.08.
1,42	Niermann, Verena	96 SC Osterbrock	Papenburg 28.08.
1,40	Russell, Miriam	96 StG LAC Emden / Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
1,40	Schnelten, Theresa	96 VfL Lönningen	Wilhelmshaven 09.05.
1,40	Meerjanssen, Emma	96 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 16.05.
1,40	Schröder, Andrea	96 TV Norden	Leer 16.05.
1,40	Hanekamp, Jana	96 SV Sparta Werlte	Nordhorn 29.08.

Stabhochsprung

2,23	Becker, Jantje	96 Heidmühler FC	Schortens 27.09.
------	----------------	------------------	------------------

Weitsprung

5,10	Pelikan, Vanessa	96 LG Osnabrück	Osnabrück 08.05.
5,02	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Oldenburg 26.09.
4,98	Huy, Christin	96 LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück 13.09.
4,73	Hölscher, Vera	96 TuS Haren	Lingen 16.05.
4,60	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Sandkrug 02.05.
4,59	Spyridonidou, Eleni	96 Delmenhorster TV	Westerstede 22.08.
4,56	Möllers, Ria	96 SC Melle 03	Nordhorn 29.08.
4,49	Otten, Kristin	96 SV Union Meppen	Meppen 06.06.
4,46	Könemann, Hilke	96 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
4,46	Ruhmke, Janet	96 SV Union Meppen	Nordhorn 21.06.

Kugelstoss 3 kg

8,80	Spyridonidou, Eleni	96 Delmenhorster TV	Bremen 15.08.
8,59	Elbert, Lea	96 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 21.06.
8,44	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Bremen 03.10.
8,14	Planteur, Elke	96 SV Dornum	Marienhafen 16.06.

8,04	Könemann, Hilke	96 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
7,92	Widzowski, Lisa	96 LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus 17.04.
7,80	Von Lojewski, Lena	96 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
7,75	Van Diyk, Hester	96 SV Warsingsfehn	Emden 29.08.
7,70	Wimberg, Gesa	96 SV Sparta Werlte	Papenburg 13.09.
7,64	Roelfs, Annemarie	96 LAC Emden/Aurich	Papenburg 13.09.

Diskuswurf 750 g

26,85	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Stuhr 27.06.
26,16	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Nordenham 16.05.
22,00	Becker, Jantje	96 Heidmühler FC	Delmenhorst 13.09.
21,36	Könemann, Hilke	96 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
17,68	Baron, Tiana	96 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr 27.06.
17,34	Spyridonidou, Eleni	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
17,13	Temmen, Ann-Sophie	96 SC Osterbrock	Groß Hesepe 10.10.
16,28	Schulzeck, Helke	96 TV Norden	Aurich 17.04.
15,74	Gummels, Maren	96 TV Norden	Wirdum 03.10.
15,57	Schudak, Svenja	96 TV Norden	Wirdum 03.10.

Speerwurf 400 g

27,73	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Oldenburg 05.08.
25,77	Schröder, Andrea	96 TV Norden	Papenburg 13.09.
25,11	Elbert, Lea	96 LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus 17.04.
23,33	Brendel, Aiske	96 StG LAC Emden / Aurich	Papenburg 13.09.
23,17	Huy, Christin	96 LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus 17.04.
20,41	Gummels, Maren	96 TV Norden	Emden 29.08.
19,69	Planteur, Elke	96 SV Dornum	Emden 29.08.
19,66	Okken, Lea	96 TV Norden	Emden 29.08.
19,53	Harbach, Anna	96 TV Norden	Emden 29.08.
19,28	Widzdowski, Lisa	96 LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus 17.04.

Ballwurf 200g

36,50	Steinbrück, Jasmin	96 VfL Lönningen	Celle 20.09.
32,00	Spyridonidou, Eleni	96 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
30,50	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Delmenhorst 21.03.
26,50	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Hamel 06.06.
25,00	Weber, Carmen	96 OTB Osnabrück	Osnabrück 04.06.

Schlagball 80g

54,50	Holtvogt, Lara	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen 03.06.
48,00	Huy, Christin	96 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
42,50	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Lönningen 13.09.
42,00	Menzel, Benita	96 SV Nordenham	Nordenham 16.05.
41,50	Hill, Luisa	96 SV Sparta Werlte	Werlte 19.09.
41,50	Könemann, Hilke	96 VfL Germania Leer	Leer 26.09.
41,00	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Nordenham 16.05.
41,00	Möllers, Ria	96 SC Melle 03	Nordhorn 29.08.
40,00	Steinbrück, Jasmin	96 VfL Lönningen	Molbergen 03.06.
40,00	Pelikan, Vanessa	96 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.

Dreikampf

1.553	Huy, Christin	96 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
	10,76-4,94-48,00		
1.499	Pelikan, Vanessa	96 LG Osnabrück	Osnabrück 13.09.
	10,16-4,59-39,00		

1.489	Dunkhase, Marie-Anna 10,59-4,63-42,50	96 DSC Oldenburg	Löningen 13.09.
1.459	Holtvogt, Lara 10,87-4,06-50,00	96 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 13.09.
1.407	Steinbrück, Jasmin 10,52-4,33-36,50	96 VfL Löningen	Löningen 13.09.
1.395	Hölscher, Vera 10,5-4,54-35,00	96 TuS Haren	Meppen 05.09.
1.381	Möllers, Ria 11,52-4,56-41,00	96 SC Melle 03	Nordhorn 29.08.
1.379	Könemann, Hilke 10,96-4,06-41,50	96 VfL Germania Leer	Leer 26.09.
1.351	Instinske, Jana 10,85-4,51-32,00	96 BTB Oldenburg	Löningen 13.09.
1.310	Wimberg, Gesa 10,78-4,27-30,00	96 SV Sparta Werlte	Dörpen 16.05.

Vierkampf

1.922	Möllers, Ria 11,52-4,56-1,56-41,00	96 SC Melle 03	Nordhorn 29.08.
1.921	Huy, Christin 10,76-4,94-1,28-48,00	96 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
1.896	Dunkhase, Marie-Anna 10,59-4,63-1,34-42,50	96 DSC Oldenburg	Löningen 13.09.
1.795	Pelikan, Vanessa 10,45-4,38-1,24-40,00	96 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1.784	Schmitz, Verena 11,19-4,27-1,48-32,00	96 SuS Rhede	Nordhorn 29.08.
1.756	Schulte, Jana 11,43-4,14-1,46-34,00	96 VfL Löningen	Löningen 13.09.
1.736	Steinbrück, Jasmin 10,52-4,33-1,22-36,50	96 VfL Löningen	Löningen 13.09.
1.683	Hanekamp, Jana 11,88-4,16-1,40-34,00	96 SV Sparta Werlte	Nordhorn 29.08.
1.666	Perthel, Juliane 11,04-3,83-1,35-32,00	96 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 16.05.
1.625	Wimberg, Gesa 10,78-4,27-1,20-30,00	96 SV Sparta Werlte	Dörpen 16.05.

Blockwettk. S/S

2.435	Dunkhase, Marie-Anna 10,6-10,3-4,70-1,48-36,50	96 DSC Oldenburg	Leer 16.05.
2.061	Schröder, Andrea 11,1-12,0-3,77-1,40-31,00	96 TV Norden	Leer 16.05.
1.988	Brendel, Aiske 11,7-12,2-4,11-1,28-33,50	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
1.941	Russell, Miriam 11,0-13,5-4,05-1,36-25,50	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
1.937	Von Seggern, Ricarda 11,63-11,88-3,69-1,26-29,00	96 LGG Ganderkesee	Stuhr 27.06.
1.932	Ramke, Jule 11,45-12,18-3,84-1,22-29,50	96 LGG Ganderkesee	Stuhr 27.06.
1.717	Lichtenwald, Regina 12,2-12,3-3,70-1,20-22,00	96 SV Warsingsfehn	Leer 16.05.
1.706	Grunke, Tessa 11,7-13,5-3,58-1,28-20,00	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
1.506	Albers, Wiebke 12,8-14,0-3,29-1,20-19,50	96 SV Warsingsfehn	Leer 16.05.

Blockwettk. L

2.051	Gastmann, Laura	96 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
	10,7-12,3-4,09-24,50-2:42,4		
2.024	Harms, Neele	96 TuS Ofen	Stuhr 27.06.
	11,75-12,97-3,71-34,50-2:40,93		
1.894	Bolte, Jasmin	96 TV Hude	Stuhr 27.06.
	11,84-12,95-3,63-28,50-2:52,95		
1.830	Okken, Lea	96 TV Norden	Leer 16.05.
	11,5-13,8-3,75-22,50-2:45,1		

Blockwettk. W

2.330	Dunkhase, Marie-Anna	96 DSC Oldenburg	Stuhr 27.06.
	10,61-10,46-4,85-6,87-26,85		
2.210	Könemann, Hilke	96 VfL Germania Leer	Leer 16.05.
	10,6-10,8-4,46-8,04-21,36		
1.717	Baron, Tiana	96 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr 27.06.
	12,26-14,03-3,77-6,48-17,68		
1.692	Gummels, Maren	96 TV Norden	Leer 16.05.
	11,5-13,1-3,78-5,65-13,67		

Schülerinnen A

5 km Lauf
Mannschaft

1:10:29	VfL Lingen	Lingen 28.04.
	Bernstein, J. 94 -22:31; Bernstein, J. 94 -22:31 Lampen, . 96 -25:27	

4 x 100 m Staffel

51,33	LG Osnabrück I	Papenburg 13.06.
	Kock, L. 94; Zepter, M. 95; Rüterbories, L. 94; Hengelbrock, W. 94	
51,82	LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.06.
	Schöpfer, F. 95; Völker, N. 94; Bloemer, M. 94; Krause, H. 94	
52,28	DSC Oldenburg I	Papenburg 13.06.
	Petershofen, F. 95; Mager, F. 95; Dunkhase, M. 96; Schmidt, T. 94	
53,35	SV Union Meppen	Papenburg 13.09.
	Ruhmke, J. 96; Otten, K. 96; Lonnemann, S. 96; Nitze, L. 95	
53,5	Emdener Laufgemeinschaft	Aurich 29.05.
	, . i , . i , . i , .	
53,67	LG Papenburg/Aschendorf II	Papenburg 13.09.
	Horstmann, E. 94; Vinke, L. 94; Abeln, J. 95; Hoppe, K. 94	
53,67	OTB Osnabrück	Celle 20.09.
	Marquardt, K. 94; Seker, J. 95; Weymann, S. 95; Olliges, C. 95	
53,84	TV Norden	Werlte 19.09.
	Lützen, D. 94; Engeler, M. 95; Bieler, S. 95; Peters, A. 95	
53,88	LG Osnabrück	Papenburg 13.06.
	Potter, . 95; Jochmann, S. 95; Pelikan, . 96; Siemer, N. 95	
54,10	SV Sparta Werlte	Werlte 19.09.
	Droste, I. 95; Klumpe, T. 95; Gerdes, S. 95; Klumpe, J. 95	

3 x 800 m Staffel

8:02,45	SV Sparta Werlte	Osnabrück 18.04.
	Janssen, J. 95; Klumpe, E. 95; Jüngerink, L. 95	
8:09,20	VfL Lönningen	Osnabrück 18.04.
	Schrandt, M. 96; Markus, A. 94; Aselage, N. 94	

8:14,2	BTB Oldenburg Walter, N. 94; Weber, M. 94; Instinske, J. 96	Wilhelmshaven 23.09.
8:25,11	SC Osterbrock Berentzen, A. 95; Niermann, M. 94; Temmen, . 96	Meppen 18.09.
8:41,13	OTB Osnabrück Seeker, . 95; Weymann, S. 95; Weber, . 95	Osnabrück 18.04.
8:43,5	SV Holtland Knust, . 95; Duin, . 95; Heuermann, . 95	Emden 30.09.
8:48,9	LG Osnabrück Hoffmeister, . 95; Schöttler, . 95; Ungermann, . 94	Osnabrück 01.09.
8:59,34	SC Melle 03 Krebs, . 95; Assoui, . 95; Kornbrink, . 95	Osnabrück 18.04.
Dreikampf Mannschaft		
6.187	VfL Lingen Bäcker, J. 94 -1.388; Mielcarek, . 95 -1.292 Hübner, . 95 -1.222; Ewert, . 95 -1.216 Wulf, . 95 -1.069	Lingen 19.08.
Vierkampf Mannschaft		
9.285	LG Papenburg/Aschendorf Völker, N. 94 -1.973; Hoppe, C. 94 -1.803 Vinke, L. 94 -1.845; Schöpfer, F. 95 -1.869 Horstmann, E. 94 -1.795	Nordhorn 29.08.
8.964	TV Norden Gerken, A. 94 -1.827; Lützen, D. 94 -1.773 Bieler, S. 95 -1.827; Kruse, K. 95 -1.806 Engeler, M. 95 -1.731	Bremen 06.09.
8.809	DSC Oldenburg Petershofen, F. 95 -2.086; Dunkhase, M. 96 -1.857 Unland, . 95 -1.789; Schütte, . 95 -1.692 Petschukat, . 96 -1.385	Bremen 06.09.
8.793	SV Sparta Werlte Klumpe, E. 95 -1.893; Jüngerink, L. 95 -1.830 Gerdes, S. 95 -1.685; Droste, I. 95 -1.645 Klumpe, T. 95 -1.740	Bremen 06.09.
8.781	LG Grafschaft Bentheim Jakobs, N. 94 -2.002; Schlagelambers, I. 95 -1.824 Jakobs, . 95 -1.734; Lammering, . 94 -1.682 Elbert, . 96 -1.539	Nordhorn 29.08.
8.511	LG Osnabrück Rüterbories, L. 94 -1.874; Hengelbrock, W. 94 -2.026 Hofmeister, . 95 -1.549; Zepfer, M. 95 -1.551 Jochmann, S. 95 -1.511	Nordhorn 29.08.
7.907	OTB Osnabrück Rathmann, L. 94 -1.765; Seker, J. 95 -1.686 Von Lojewski, . 96 -1.661; Weber, . 96 -1.420 Weymann, S. 95 -1.375	Osnabrück 25.04.
Siebenkampf Mannschaft		
9.346	SV Sparta Werlte Klumpe, E. 95 -3.228; Jüngerink, L. 95 -3.159 Gerdes, S. 95 -2.959	Hameln 06.06/ 07.06.
9.125	LG Grafschaft Bentheim Jakobs, N. 94 -3.345; Schlagelambers, I. 95 -3.016 Lammering, . 94 -2.764	Osnabrück 25.04/ 26.04.

9.113	LG Papenburg/Aschendorf Völker, N. 94 -3.145; Krause, H. 94 -3.020 Vinke, . 94 -2.948	Osnabrück 25.04/ 26.04.
8.091	LG Papenburg/Aschendorf II Bloemer, M. 94 -2.879; Schöpfer, F. 95 -2.611 Abeln, J. 95 -2.601	Osnabrück 25.04/ 26.04.
7.504	OTB Osnabrück Seker, J. 95 -2.709; Weber, . 96 -2.468 Weymann, S. 95 -2.327	Osnabrück 25.04/ 26.04.
7.103	TSG Hatten-Sandkrug Kuhlmann, I. 94 -2.859; Ricking, S. 95 -2.714 Baron, T. 96 -1.530	Hameln 06.06/ 07.06.

Blockwettk.
Mannschaft

11.012	LG Papenburg/Aschendorf Völker, N. 94 -2.466; Vinke, L. 94 -2.209 Bloemer, M. 94 -2.198; Krause, H. 94 -2.083 Behrends, A. 95 -2.056	Hameln 06.06.
--------	---	---------------

DSMM Gruppe 2

7.958	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
7.689	DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.
7.630	SV Sparta Werlte	Werlte 19.09.
7.531	TV Norden	Werlte 19.09.
7.368	VfL Lönningen	Celle 20.09.
7.367	LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 09.05.
6.877	OTB Osnabrück	Celle 20.09.

DSMM Gruppe 3

5.032	BTB Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.
-------	---------------	----------------------

DSMM Gruppe 4

3.709	LG Osnabrück	Osnabrück 29.09.
3.591	Heidmühler FC	Wilhelmshaven 09.05.
3.306	Fortuna Wirdum	Moorhusen 18.09.
3.110	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 09.05.

Schülerinnen W 14

100 m Lauf

12,61	Schulte-Südhof, Kristi	95 SV Quitt Ankum	Salzgitter 29.08.
13,14 -0,1	Nitze, Laura	95 SV Union Meppen	Recklinghausen 01.06.
12,9	Neuenstein, Imke	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Westerstede 22.08.
13,32	Gerdes, Sonja	95 SV Sparta Werlte	Papenburg 13.09.
13,34	Zepter, Marie	95 LG Osnabrück	Osnabrück 20.09.
13,44	Wilke, Anna	95 TuS Bersenbrück	Leer 05.09.
13,45 +0,0	Wendeln, Lena	95 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Molbergen 03.06.
13,49	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Bremen 06.09.
13,59 -1,4	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Bad Oeynhausen 02.08.
13,70	Jüngerink, Luisa	95 SV Sparta Werlte	Bremen 06.09.
13,70 -0,1	Seker, Jessica	95 OTB Osnabrück	Celle 20.09.

300 m Lauf

45,11	Gerdes, Sonja	95 SV Sparta Werlte	Nordhorn	21.06.
45,29	Wilke, Anna	95 TuS Bersenbrück	Osnabrück	20.05.
45,65	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Delmenhorst	31.07.
46,52	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Delmenhorst	31.07.
47,47	Eden, Angela	95 Emder Laufgemeinschaft	Leer	05.09.
47,74	Nitze, Laura	95 SV Union Meppen	Wilhelmshaven	25.04.
49,70	Ahrens, Tanja	95 Delmenhorster TV	Bremen	15.08.
49,86	Janssen, Julia	95 SV Sparta Werlte	Nordhorn	21.06.
50,22	Aey, Katharina	95 Vareler TB	Wilhelmshaven	25.04.
50,23	Büscher, Ines	95 TuS Haren	Lingen	16.05.

800 m Lauf

2:23,66	Jüngerink, Luisa	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	13.06.
2:32,60	Eden, Angela	95 Emder Laufgemeinschaft	Papenburg	13.06.
2:33,52	Janssen, Julia	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	13.06.
2:33,7	Lindner, Friederike	95 Oldenburger TB	Westerstede	22.08.
2:35,9	Knust, Insa	95 SV Holtland	Aurich	19.06.
2:36,38	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Osnabrück	26.04.
2:36,79	Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Hameln	07.06.
2:37,2	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Bad Zwischenahn	09.10.
2:37,95	Hoy, Pia	95 TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg	13.06.
2:38,3	Kombrink-Lübbe, Lena	95 SC Melle 03	Melle	26.08.

2000 m Lauf

7:08,57	Lindner, Friederike	95 Oldenburger TB	Löningen	13.09.
7:37,89	Mielcarek, Elise	95 VfL Lingen	Leer	05.09.
7:44,9	Knust, Insa	95 SV Holtland	Warsingsfehn	04.08.
7:51,82	Eden, Angela	95 Emder Laufgemeinschaft	Papenburg	13.09.
7:57,0	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Brake	25.09.
7:57,75	Abeln, Jana	95 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	14.06.
8:01,7	Duin, Julia	95 SV Holtland	Warsingsfehn	04.08.
8:31,6	Berentzen, Annika	95 SC Osterbrock	Meppen	17.04.
8:48,09	Ruge, Lena	95 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr	27.06.
9:42,5	Temmen, Maren	95 SC Osterbrock	Meppen	17.04.

3000 m Lauf

12:29,1	Harms, Neele	96 TuS Ofen	Wilhelmshaven	27.05.
13:22,5	Kombrink-Lübbe, Lena	95 SC Melle 03	Melle	27.05.
14:41,2	Weers, Janina	95 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	27.05.

5 km Lauf

19:39	Lindner, Friederike	95 Oldenburger TB	Oldenburg	05.09.
21:13	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Thüle	26.04.
21:19	Kombrink-Lübbe, Lena	95 SC Melle 03	Emstek	18.07.
22:35	Hinrichs, Kim-Laura	95 OSC Damme	Oldenburg	05.09.
23:13	Müller, Friederike	95 SV Brake	Brake	13.09.
23:16	Busboom, Hilke	95 TuS Jaderberg	Ofen	03.10.
25:05	Gerk, Julia	95 TuRa Marienhafe	Marienhafe	14.08.
27:00	Brück, Yvonne	95 SV Ofenerdiek	Oldenburg	05.09.
27:37	Kruse, Katharina	95 TV Norden	Norden	18.04.
29:39	Folpts, Sabrina	95 Fortuna Wirdum	Marienhafe	13.04.

80 m Hürden 0.762m

12,37	+0,0	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Stuhr	27.06.
12,72		Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
13,20	-2,1	Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Hameln	06.06.
13,35		Nitze, Laura	95 SV Union Meppen	Nordhorn	21.06.
13,67	*	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Stuhr	27.06.
13,69	-3,4	Jüngerink, Luisa	95 SV Sparta Werlte	Hameln	06.06.
14,26	+1,2	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Hameln	06.06.
14,30	+1,1	Ricking, Sara	95 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr	27.06.
14,1		Reich, Mareike	95 SV Warsingsfehn	Leer	16.05.
14,43		Peters, Anne	95 TV Norden	Werlte	19.09.

300 m Hürden 0.762m

49,66		Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.08.
52,37		Knust, Insa	95 SV Holtland	Papenburg	28.08.
55,34		Droste, Indra	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.08.
59,84		Duin, Julia	95 SV Holtland	Papenburg	28.08.

Hochsprung

1,62		Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Osnabrück	25.04.
1,60		Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Oldenburg	05.08.
1,54		Schlagelambers, Ines	95 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	13.06.
1,53		Berentzen, Annika	95 SC Osterbrock	Meppen	06.06.
1,52		Unland, Maike	95 DSC Oldenburg	Bremen	06.09.
1,50		Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04.
1,49		Knust, Insa	95 SV Holtland	Leer	05.09.
1,49		Klumpe, Theresa	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
1,48		Jüngerink, Luisa	95 SV Sparta Werlte	Nordhorn	21.06.
1,48		Schöpfer, Franziska	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	29.08.

Stabhochsprung

3,06		Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Papenburg	25.09.
2,70		Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Stade	03.05.
2,26		Jüngerink, Luisa	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
2,16		Gerdes, Sonja	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
1,82		Janssen, Julia	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	28.08.

Weitsprung

5,14	+0,1	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Bad Oeynhausen	02.08.
5,05	+0,5	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Werlte	19.09.
4,86		Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Wilhelmshaven	09.05.
4,82		Berentzen, Annika	95 SC Osterbrock	Lingen	16.05.
4,81		Wilken, Lisa	95 VfL Lönningen	Lönningen	13.09.
4,73		Schulte-Südhof, Kristi	95 SV Quitt Ankum	Nordhorn	21.06.
4,73		Schöpfer, Franziska	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn	21.06.
4,72		Schlagelambers, Ines	95 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	29.08.
4,71		Nitze, Laura	95 SV Union Meppen	Meppen	05.09.
4,65		Wilke, Anna	95 TuS Bersenbrück	Osnabrück	01.09.

Dreisprung

10,13		Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Schortens	08.05.
9,95	+0,0	Berentzen, Annika	95 SC Osterbrock	Papenburg	28.08.
9,36		Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
8,91		Klumpe, Theresa	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
8,79		Droste, Indra	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.

8,67	Janssen, Julia	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
8,55	Engler, Miriam	95 TV Norden	Marienhafe	16.06.
8,48	Peters, Anne	95 TV Norden	Marienhafe	16.06.
8,22	Bieler, Sarah	95 TV Norden	Marienhafe	16.06.

Kugelstoss 3 kg

11,80	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Bad Oeynhausen	02.08.
10,78	Behrends, Annika	95 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	09.05.
10,38	Bieler, Sarah	95 TV Norden	Papenburg	13.09.
10,26	Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Delmenhorst	13.09.
9,85	Neumann, Ella	95 TV Norden	Aurich	05.05.
9,84	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Papenburg	25.09.
9,52	Kruse, Katharina	95 TV Norden	Bremen	06.09.
9,21	Nagel, Mara	95 Blexer TB	Loxstedt	04.04.
9,02	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Oldenburg	24.06.
8,80	Gerken, Catrin	95 Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven	25.04.

Diskuswurf 1 kg

29,52	Bieler, Sarah	95 TV Norden	Wirdum	03.10.
27,20	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Oldenburg	05.08.
23,66	Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Delmenhorst	13.09.
22,63	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Oldenburg	24.06.
22,00	Nagel, Mara	95 Blexer TB	Nordenham	16.05.
21,73	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Oldenburg	24.06.
19,82	Neumann, Ella	95 TV Norden	Aurich	29.05.
18,59	Gerken, Catrin	95 Fortuna Wirdum	Papenburg	13.09.
18,40	Wilke, Anna	95 TuS Bersenbrück	Groß Hesepe	10.10.
17,76	Kruse, Katharina	95 TV Norden	Aurich	17.04.

Hammerwurf 3 kg

31,15	Nagel, Mara	95 Blexer TB	Nordenham	15.08.
19,85	Sinnen, Vivian Maris	95 SV Brake	Nordenham	15.08.

Speerwurf 600 g

33,03	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Papenburg	13.06.
32,23	Bieler, Sarah	95 TV Norden	Papenburg	13.06.
29,74	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Nordhorn	21.06.
28,02	Hüper, Svea	95 Oldenburger TB	Oldenburg	24.06.
27,79	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Burgdorf	28.08.
27,11	Kruse, Katharina	95 TV Norden	Leer	16.05.
26,25	Schlagelambers, Ines	95 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg	13.09.
25,66	Neumann, Ella	95 TV Norden	Aurich	29.05.
25,31	Nagel, Mara	95 Blexer TB	Loxstedt	04.04.
25,21	Gerdes, Sonja	95 SV Sparta Werlte	Nordhorn	21.06.

Ballwurf 200g

54,00	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	09.05.
50,50	Bieler, Sarah	95 TV Norden	Werlte	19.09.
47,50	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Lingen	19.08.
44,00	Kruse, Katharina	95 TV Norden	Aurich	17.04.
43,50	Klumpe, Theresa	95 SV Sparta Werlte	Wilhelmshaven	09.05.
42,00	Menzel, Benita	96 SV Nordenham	Nordenham	15.05.
41,50	Neumann, Ella	95 TV Norden	Wilhelmshaven	19.05.
41,00	Schröder, Lisa	96 Oldenburger TB	Nordenham	15.05.
40,50	Grüner, Julia	95 LG Osnabrück	Osnabrück	08.05.
39,00	Carus, Catharina	95 Delmenhorster TV	Delmenhorst	13.09.

Dreikampf

1.482	Klumpe, Elisabeth 13,8-4,38-47,50	95 SV Sparta Werlte	Lingen 19.08.
1.408	Jüngerink, Luisa 13,80-4,62-32,00	95 SV Sparta Werlte	Werlte 15.08.
1.389	Gerdes, Sonja 13,3-3,95-36,50	95 SV Sparta Werlte	Lingen 19.08.
1.389	Wilke, Anna 13,3-4,65-27,00	95 TuS Bersenbrück	Osnabrück 01.09.
1.374	Berentzen, Annika 13,8-4,71-29,00	95 SC Osterbrock	Meppen 05.09.
1.370	Klumpe, Theresa 14,5-4,17-42,50	95 SV Sparta Werlte	Lingen 19.08.
1.366	Knust, Insa 14,1-4,46-34,00	95 SV Holtland	Leer 25.04.
1.344	Nitze, Laura 13,7-4,71-25,00	95 SV Union Meppen	Meppen 05.09.
1.297	Büscher, Ines 14,2-4,50-26,50	95 TuS Haren	Meppen 05.09.
1.292	Mielcarek, Elise 14,5-4,29-31,00	95 VfL Lingen	Lingen 19.08.

Vierkampf

2.086	Petershofen, Friedelin 13,66*-4,95*-1,56-10,62	95 DSC Oldenburg	Bremen 06.09.
2.033	Strauß, Sarah 13,89(+0.6)-4,76(+0.9)-1,62-9,39	95 Heidmühler FC	Osnabrück 25.04.
1.893	Klumpe, Elisabeth 13,49-4,58-1,40-8,89	95 SV Sparta Werlte	Bremen 06.09.
1.869	Schöpfer, Franziska 13,84-4,60-1,48-7,83	95 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
1.857	Dunkhase, Marie-Anna 13,88-4,97-1,44-7,25	96 DSC Oldenburg	Bremen 06.09.
1.830	Jüngerink, Luisa 13,70-4,53-1,48-6,91	95 SV Sparta Werlte	Bremen 06.09.
1.827	Behrends, Annika 13,92-4,40-1,28-10,52	95 LG Papenburg/Aschendorf	Bremen 06.09.
1.827	Bieler, Sarah 14,35-4,22-1,40-9,97	95 TV Norden	Bremen 06.09.
1.824	Schlagelambers, Ines 14,94(-1.2)-4,72-1,48-8,35	95 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
1.806	Kruse, Katharina 14,44-4,47-1,36-9,52	95 TV Norden	Bremen 06.09.

Siebenkampf

3.376	Strauß, Sarah 13,20(-2.1)-1,52-8,77-13,91(-1.2) 4,65(+0.2)-24,50-2:36,79	95 Heidmühler FC	Hameln 06.06/ 07.06.
3.261	Klumpe, Elisabeth 13,49-1,50-8,36-14,15 4,51-21,01-2:36,38	95 SV Sparta Werlte	Osnabrück 25.04/ 26.04.
3.159	Jüngerink, Luisa 13,69(-3.4)-1,44-6,72-14,11(-1.2) 4,34(+0.1)-20,01-2:27,34	95 SV Sparta Werlte	Hameln 06.06/ 07.06.
3.016	Schlagelambers, Ines 15,76-1,53-7,92-14,62 4,37-25,48-3:07,06	95 LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück 25.04/ 26.04.
2.959	Gerdes, Sonja 14,81(-2.1)-1,28-6,98-13,79(-0.3) 4,49(+0.0)-17,20-2:39,93	95 SV Sparta Werlte	Hameln 06.06/ 07.06.

2.867	Janssen, Julia	95 SV Sparta Werlte	Hameln	06.06/ 07.06.
		16,21(-3.4)-1,36-6,21-14,68(-1.0) 4,16(+0.0)-20,31-2:34,90		
2.714	Ricking, Sara	95 TSG Hatten-Sandkrug	Hameln	06.06/ 07.06.
		15,11(-3.4)-1,36-5,55-15,13(-1.2) 4,10(+0.0)-17,54-2:56,07		
2.709	Seker, Jessica	95 OTB Osnabrück	Osnabrück	25.04/ 26.04.
		18,00-1,29-7,22-13,87 4,29-12,43-2:52,27		
2.701	Droste, Indra	95 SV Sparta Werlte	Osnabrück	25.04/ 26.04.
		16,40-1,26-7,29-14,52 4,02-12,24-2:43,94		
2.611	Schöpfer, Franziska	95 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
		18,19-1,35-7,32-14,29 4,32-13,32-3:26,06		

Blockwettk. S/S

2.609	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Burgdorf	28.08.
		13,4(+3.2)-12,4(+2.5)-4,83(+0.5)-1,56-27,79		
2.522	Klumpe, Elisabeth	95 SV Sparta Werlte	Stuhr	27.06.
		13,50(+1.3)-12,82(+1.8)-5,01(+1.7)-1,42-25,30		
2.241	Kruse, Katharina	95 TV Norden	Leer	16.05.
		14,5-15,9-4,45-1,46-27,11		
2.219	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Hameln	06.06.
		14,22(-0.2)-14,47(-0.1)-4,34(+0.0)-1,24-28,98		
2.132	Reich, Mareike	95 SV Warsingsfehn	Leer	16.05.
		14,4-14,1-3,91-1,38-19,01		
2.116	Ricking, Sara	95 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr	27.06.
		14,84(+0.0)-14,30(+1.1)-4,15(+1.8)-1,38-16,23		
2.112	Klumpe, Julia	95 SV Sparta Werlte	Stuhr	27.06.
		14,10(+0.0)-16,25(+1.1)-4,55(+0.8)-1,42-12,94		
2.085	De Freese, Franziska	95 SV Warsingsfehn	Leer	16.05.
		14,7-15,4-4,36-1,34-19,38		
2.078	Peters, Anne	95 TV Norden	Leer	16.05.
		14,4-14,3-4,08-1,42-11,92		
2.047	Engler, Miriam	95 TV Norden	Leer	16.05.
		14,4-15,3-4,16-1,30-18,23		

Blockwettk. L

2.267	Instinske, Jana	96 BTB Oldenburg	Hameln	06.06.
		14,08(+0.2)-14,26(+1.2)-4,58(+0.2)-26,50-7:38,94		
2.002	Abeln, Jana	95 LG Papenburg/Aschendorf	Hameln	06.06.
		14,45(+0.2)-16,30(+1.2)-4,10(+0.9)-22,00-8:07,94		
1.683	Ruge, Lena	95 TSG Hatten-Sandkrug	Stuhr	27.06.
		15,74(+0.1)-17,65(+0.9)-3,18(+1.2)-21,00-8:48,09		

Blockwettk. W

2.646	Petershofen, Friedelin	95 DSC Oldenburg	Bad Oeynhausen	02.08.
		13,59(-1.4)-12,48(+0.1)-5,14(+0.1)-11,80-27,16		
2.056	Behrends, Annika	95 LG Papenburg/Aschendorf	Hameln	06.06.
		14,12(-1.7)-15,79(-1.6)-3,84(+0.0)-9,50-15,80		
1.830	Mager, Fenja	95 DSC Oldenburg	Stuhr	27.06.
		14,38(+1.1)-13,67*-4,37(+1.1)-8,49-o.L.		
1.709	Flottemensch, Tomke	95 TuS Ofen	Stuhr	27.06.
		15,73(+0.1)-17,90*-3,39(+1.5)-7,34-15,08		

Schülerinnen W 15

100 m Lauf

13,03 +0,8	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Papenburg 13.06.
13,10	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Nordhorn 21.06.
13,11 -0,5	Jakobs, Natalie	94 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg 13.06.
13,19 -0,5	Krause, Hanna	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 13.06.
13,2	Busmann, Laura	94 TuS Gildehaus	Gildehaus 03.06.
13,3	Gerken, Alena	94 TV Norden	Aurich 29.05.
13,3	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 29.05.
13,57 -0,5	Kock, Leonie	94 LG Osnabrück	Papenburg 13.06.
13,59	Lützen, Dinah Kathar	94 TV Norden	Papenburg 13.09.
13,62	Westendorf, Anna	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 13.09.

300 m Lauf

43,67	Nikoleit, Pia	94 Emder Laufgemeinschaft	Bremen 20.05.
43,89	Jakobs, Natalie	94 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 21.06.
44,26	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Nordhorn 21.06.
44,64	Aselage, Nadine	94 VfL Löningen	Garrel 13.08.
45,31	Iken, Jana	94 Emder Laufgemeinschaft	Papenburg 14.06.
45,49	Kordes, Mareike	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Delmenhorst 31.07.
46,03	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Zeven 16.08.
46,06	Rott, Annika	94 TuS Gildehaus	Nordhorn 21.06.
46,29	König, Julia	94 TuS Haren	Lingen 16.05.
46,82	Mellendorf, Ilka	94 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 21.06.

800 m Lauf

2:17,70	Nikoleit, Pia	94 Emder Laufgemeinschaft	Zeven 31.05.
2:19,76	Aselage, Nadine	94 VfL Löningen	Papenburg 13.06.
2:31,12	Kordes, Mareike	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Papenburg 13.06.
2:33,14	Walter, Natalie	94 BTB Oldenburg	Zeven 16.08.
2:34,8	Busmann, Laura	94 TuS Gildehaus	Gildehaus 13.05.
2:35,6	Mellendorf, Ilka	94 LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus 13.05.
2:36,86	Knopp, Melina	94 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
2:37,9	Gerken, Alena	94 TV Norden	Aurich 29.05.
2:39,1	Richter-Rose, Farina	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 29.05.
2:44,39	König, Julia	94 TuS Haren	Meppen 24.04.

2000 m Lauf

6:57,68	Nikoleit, Pia	94 Emder Laufgemeinschaft	Papenburg 14.06.
7:03,29	Aselage, Nadine	94 VfL Löningen	Salzgitter 29.08.
7:14,04	Walter, Natalie	94 BTB Oldenburg	Papenburg 14.06.
7:34,46	Bäcker, Julia	94 VfL Lingen	Papenburg 13.09.
8:04,6	Busmann, Laura	94 TuS Gildehaus	Nordhorn 10.05.
8:06,44	Kordes, Mareike	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 13.09.
8:07,5	Rott, Annika	94 TuS Gildehaus	Nordhorn 10.05.
8:11,2	Niermann, Mareike	94 SC Osterbrock	Nordhorn 10.05.
8:25,13	Schmidt, Aylin	94 Lauf-Gem. Ostfriesland	Leer 05.09.
8:30,4	Gerken, Alena	94 TV Norden	Leer 16.05.

3000 m Lauf

11:21,90	Nikoleit, Pia	94 Emder Laufgemeinschaft	Bremen 26.04.
11:38,82	Aselage, Nadine	94 VfL Löningen	Bremen 26.04.

5 km Lauf

19:21	Nikoleit, Pia	94 Emdер Laufgemeinschaft	Ofen 03.10.
22:31	Bernstein, Julia	94 VfL Lingen	Lingen 28.04.
22:31	Bernstein, Jennifer	94 VfL Lingen	Lingen 28.04.
22:51	Schmidt, Aylin	94 Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich 21.08.
23:09	Baron, Judith	94 TuS Ofen	Oldenburg 06.09.
24:13	Bäcker, Julia	94 VfL Lingen	Lingen 13.06.
25:10	Böttcher, Paula	94 TSV Großenkneten	Oldenburg 18.10.

80 m Hürden 0.762m

12,73 +0,7	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Zeven 16.08.
12,6	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Leer 16.05.
13,11	Krause, Hanna	94 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
13,37 +1,0	Rathmann, Linda	94 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
13,38	Völker, Nadine	94 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 21.06.
13,53 -1,6	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Hameln 06.06.
13,83	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 16.05.
13,6	Lützen, Dinah Kathar	94 TV Norden	Leer 16.05.
13,6	Kordes, Mareike	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Westerstede 22.08.
13,86 -0,2	Markus, Annika	94 VfL Lönningen	Celle 20.09.

300 m Hürden 0.762m

50,77	Markus, Annika	94 VfL Lönningen	Papenburg 13.06.
52,11	Krause, Hanna	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 28.08.
52,47	Nikoleit, Pia	94 Emdер Laufgemeinschaft	Salzgitter 29.08.

Hochsprung

1,60	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1,59	Iken, Jana	94 Emdер Laufgemeinschaft	Papenburg 13.09.
1,58	Horstmann, Eva	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
1,57	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Oldenburg 05.08.
1,56	Rathmann, Linda	94 OTB Osnabrück	Celle 20.09.
1,52	Schüler, Maren	94 VfL Lönningen	Papenburg 13.06.
1,52	Busmann, Laura	94 TuS Gildehaus	Nordhorn 21.06.
1,52	Rüterbories, Lina	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1,52	Westendorf, Anna	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Lönningen 13.09.
1,52	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.

Weitsprung

5,48 -0,3	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Papenburg 14.06.
5,26 -1,1	Iken, Jana	94 Emdер Laufgemeinschaft	Delmenhorst 31.07.
5,02	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Nordhorn 21.06.
5,01 -0,6	Albers, Maria	94 TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg 14.06.
4,99	Jakobs, Natalie	94 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 29.08.
4,98 +0,0	Bloemer, Maria	94 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
4,90	Busmann, Laura	94 TuS Gildehaus	Nordhorn 21.06.
4,88	Gerken, Alena	94 TV Norden	Leer 16.05.
4,86	Rüterbories, Lina	94 LG Osnabrück	Nordhorn 21.06.
4,82	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04.

Dreisprung

10,75 -1,2	Strauß, Sarah	95 Heidmühler FC	Bremen 30.05.
10,68 -0,2	Jakobs, Natalie	94 LG Grafschaft Bentheim	Papenburg 14.06.
9,91	Bloemer, Maria	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
9,83	Iken, Jana	94 Emdер Laufgemeinschaft	Papenburg 25.09.

9,77 *	Gerken, Alena	94 TV Norden	Marienhafe	16.06.
9,54 +0,0	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg	28.08.
9,24 +0,0	Niermann, Mareike	94 SC Osterbrock	Papenburg	28.08.
9,14 +0,0	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	28.08.
8,22 *	Bieler, Sarah	95 TV Norden	Marienhafe	16.06.

Kugelstoss 3 kg

12,05	Völker, Nadine	94 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	19.09.
11,46	Oortgiese, Marian	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg	13.09.
10,38	Jakobs, Natalie	94 LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn	21.06.
9,81	Fünfstück, Magdalena	94 Heidmühler FC	Wilhelmshaven	25.04.
9,50	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Aurich	05.05.
9,50	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg	25.09.
9,42	König, Julia	94 TuS Haren	Papenburg	25.09.
9,23	Gerken, Alena	94 TV Norden	Leer	26.09.
9,15	Niermann, Mareike	94 SC Osterbrock	Groß Hesepe	10.10.
9,10	Angermann, Adelheid	94 LAV Meppen	Groß Hesepe	10.01.

Diskuswurf 1 kg

35,60	Angermann, Adelheid	94 LAV Meppen	Papenburg	13.06.
28,95	Oortgiese, Marian	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg	13.09.
26,03	Peters, Anna-Lena	94 SV Warsingsfehn	Holtland	12.09.
23,58	Fünfstück, Magdalena	94 Heidmühler FC	Delmenhorst	13.09.
20,65	Koutonou, Hanna	94 TuS Ofen	Stuhr	27.06.
20,44	Dirks, Nina	94 SV Holtland	Holtland	12.09.
20,44	Völker, Nadine	94 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	10.10.
17,84	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe	10.10.
16,50	Niermann, Mareike	94 SC Osterbrock	Groß Hesepe	10.10.

Hammerwurf 3 kg

51,05	Dirks, Nina	94 SV Holtland	Salzgitter	30.08.
44,74	Angermann, Adelheid	94 LAV Meppen	Salzgitter	30.08.

Speerwurf 600 g

35,70	Völker, Nadine	94 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen	16.05.
30,51	Niermann, Mareike	94 SC Osterbrock	Meppen	19.09.
28,03	Oortgiese, Marian	94 LAC Emden/Aurich	Papenburg	25.09.
26,60	Frese, Kathrin	94 SV Sparta Werlte	Nordhorn	21.06.
24,71	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Bad Oeynhausen	02.08.
24,20	Deeben, Maike	94 BV Garrel	Garrel	01.04.
24,19	Meyer, Rena	94 SV Warsingsfehn	Papenburg	25.09.
24,17	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Leer	16.05.
24,00	Lützen, Dinah Kathar	94 TV Norden	Papenburg	13.09.
23,72	Peters, Anna-Lena	94 SV Warsingsfehn	Aurich	29.05.

Ballwurf 200g

56,50	Völker, Nadine	94 LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven	09.05.
45,00	Rathmann, Linda	94 OTB Osnabrück	Osnabrück	16.06.
45,00	Hoppe, Kristin	94 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte	19.09.
41,00	Oortgiese, Marian	94 LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven	09.05.
40,00	Niermann, Mareike	94 SC Osterbrock	Meppen	05.09.
39,00	Pleus, Nadine	94 SC Osterbrock	Groß Hesepe	04.04.
39,00	Walter, Natalie	94 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven	09.05.
38,00	Weber, Maren	94 BTB Oldenburg	Wilhelmshaven	09.05.
37,50	Bäcker, Julia	94 VfL Lingen	Lingen	19.08.
37,00	Meyer, Rena	94 SV Warsingsfehn	Leer	25.04.
37,00	Rüterbories, Lina	94 LG Osnabrück	Osnabrück	01.09.

Dreikampf

1.508	Völker, Nadine 13,83-4,26-51,00	94 LG Papenburg/Aschendorf	Werlte 19.09.
1.478	Rathmann, Linda 13,9-4,57-45,00	94 OTB Osnabrück	Osnabrück 16.06.
1.423	Geissler, Alissa 13,78-4,44-36,00	94 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 29.05.
1.398	Niermann, Mareike 14,4-4,52-40,00	94 SC Osterbrock	Meppen 05.09.
1.388	Bäcker, Julia 14,1-4,41-37,50	94 VfL Lingen	Lingen 19.08.
1.368	Meyer, Rena 14,1-4,27-37,00	94 SV Warsingsfehn	Leer 25.04.
1.365	Iken, Jana 13,8-4,80-27,00	94 Emden Laufgemeinschaft	Leer 25.04.
1.335	Peters, Anna-Lena 14,3-4,55-31,00	94 SV Warsingsfehn	Leer 25.04.
1.293	Kaun, Marlitt 13,9-3,62-35,50	94 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.09.
1.232	Pleus, Nadine 15,8-3,95-39,00	94 SC Osterbrock	Meppen 05.09.

Vierkampf

2.047	Jakobs, Natalie 13,50(-2.8)-4,92(+0.0)-1,50-10,29	94 LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück 25.04.
2.026	Hengelbrock, Wiebke 13,21-4,80-1,60-8,04	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1.973	Völker, Nadine 14,04-4,47-1,44-11,75	94 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
1.919	Schirrmann, Katharina 14,07(-2.8)-4,82-1,44-9,42	94 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04.
1.896	Westendorf, Anna 13,62-4,63-1,52-7,44	94 SG Essen-Garthe-Molbgn.	Löningen 13.09.
1.874	Rüterbories, Lina 14,26-4,63-1,52-8,05	94 LG Osnabrück	Nordhorn 29.08.
1.868	Busmann, Laura 13,80-4,62-1,40-8,81	94 TuS Gildehaus	Nordhorn 29.08.
1.850	Bäcker, Julia 14,24-4,77-1,48-7,67	94 VfL Lingen	Nordhorn 29.08.
1.845	Vinke, Linda 14,34-4,47-1,44-9,05	94 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 29.08.
1.843	Hoppe, Christin 13,75-4,38-1,48-7,64	94 LG Papenburg/Aschendorf	Bremen 06.09.

Siebenkampf

3.345	Jakobs, Natalie 13,73(+2.1)-1,50-10,29-13,50(-2.8) 4,92(+0.0)-22,62-2:58,21	94 LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück 25.04/ 26.04.
3.231	Schirrmann, Katharina 13,42(+0.4)-1,44-9,42-14,07(-2.8) 4,82(+0.0)-22,33-2:58,21	94 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04/ 26.04.
3.145	Völker, Nadine 18,39(+0.4)-1,47-10,51-14,15(-1.9) 4,39(+0.0)-30,62-2:50,32	94 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 25.04/ 26.04.
3.026	Oortgiese, Marian 14,15-1,26-10,70-14,97 4,12-26,19-2:57,28	94 LAC Emden/Aurich	Osnabrück 25.04/ 26.04.
3.021	Rüterbories, Lina 14,38-1,47-8,32-14,70 4,45-19,01-3:00,10	94 LG Osnabrück	Osnabrück 25.04/ 26.04.

3.020	Krause, Hanna	94 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	14,08-1,41-7,96-13,80 4,26-15,53-2:51,92			
2.948	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	13,96-1,44-8,37-15,13 4,45-13,37-2:54,82			
2.879	Bloemer, Maria	94 LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	15,24-1,41-6,23-14,16 4,36-16,66-2:52,31			
2.859	Kuhlmann, Ilka	94 TSG Hatten-Sandkrug	Hameln	06.06/ 07.06.
	14,91(-2.2)-1,40-7,19-14,28(-0.8) 4,12(+0.0)-12,83-2:49,83			
2.764	Lammering, Esther	94 LG Grafschaft Bentheim	Osnabrück	25.04/ 26.04.
	15,55(+0.4)-1,29-8,37-14,19 3,72-13,93-2:55,41			

Blockwettk. S/S

2.581	Schmidt, Thea	94 DSC Oldenburg	Hameln	06.06.
	13,35(-0.9)-12,98(-1.6)-5,25(+0.0)-1,52-22,43			
2.495	Schirrmann, Katharina	94 LAC Emden/Aurich	Leer	16.05.
	13,4-12,6-4,76-1,46-24,17			
2.466	Völker, Nadine	94 LG Papenburg/Aschendorf	Hameln	06.06.
	13,69(-0.4)-13,69(-0.7)-4,33(+0.0)-1,44-33,50			
2.354	Lützen, Dinah Kathar	94 TV Norden	Leer	16.05.
	13,5-13,6-4,39-1,42-23,29			
2.346	Hengelbrock, Wiebke	94 LG Osnabrück	Hameln	06.06.
	13,44*-13,53(-1.6)-4,50(+0.0)-1,48-14,65			
2.260	Rüterbories, Lina	94 LG Osnabrück	Hameln	06.06.
	14,46(-0.7)-14,21(-0.6)-4,65(+0.0)-1,40-19,89			
2.230	Meyer, Rena	94 SV Warsingsfehn	Leer	16.05.
	14,3-14,1-4,21-1,42-21,78			
2.209	Vinke, Linda	94 LG Papenburg/Aschendorf	Hameln	06.06.
	14,46(-0.7)-13,91(-1.6)-4,27(+0.0)-1,48-13,97			
2.198	Bloemer, Maria	94 LG Papenburg/Aschendorf	Hameln	06.06.
	13,97(+0.6)-14,70(-0.8)-4,27(+0.0)-1,40-17,15			
2.174	Markus, Annika	94 VfL Lönningen	Hameln	06.06.
	13,78(-0.7)-13,88(-0.1)-4,38(+0.0)-1,24-17,90			

Blockwettk. L

2.291	Walter, Natalie	94 BTB Oldenburg	Hameln	06.06.
	14,34(+0.2)-14,68(+0.3)-4,20(+1.1)-37,00-7:28,79			
2.181	Gerken, Alena	94 TV Norden	Leer	16.05.
	14,1-14,9-4,88-29,00-8:30,4			
2.090	Aselage, Nadine	94 VfL Lönningen	Hameln	06.06.
	14,28(+0.8)-16,59(-0.7)-4,23*-23,00-7:31,58			

Blockwettk. W

2.103	Koutonou, Hanna	94 TuS Ofen	Stuhr	27.06.
	13,97(+0.1)-16,74(+0.0)-4,12(+0.7)-8,89-20,65			

Senioren M 30

100 m Lauf

11,88 -1,0	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
12,21 -1,1	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
12,89 +0,0	Müller, André	76 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 09.05.
12,7	Janssen, Sven	79 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
13,2	Niehaus, Ralf	77 VfL Lingen	Lingen 06.08.

200 m Lauf

23,32 +0,0	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Ahlen 13.06.
25,38 +0,0	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Hannover 06.09.
25,39 +1,0	Knief, Martin	75 SC Osterbrock	Delmenhorst 26.09.

400 m Lauf

51,36	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	St. Wendel 27.06.
58,16	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
63,0	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Melle 27.05.
68,7	Peters, Holger	75 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
71,9	Fleetjer, Gerhard	75 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

800 m Lauf

2:14,07	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
2:16,11	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Osnabrück 20.05.
2:24,4	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Moorhusen 24.06.

1000 m Lauf

3:06,30	Gebhardt, Christian	77 BV Garrel	Papenburg 25.09.
3:18,2	Niehaus, Ralf	77 VfL Lingen	Lingen 15.09.

1500 m Lauf

4:20,57	Waschkau, Jan	77 VfL Germania Leer	Koln 24.05.
4:30,76	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Ahlen 13.06.
4:55,71	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
5:02,48	Gebhardt, Christian	77 BV Garrel	Garrel 13.08.
5:03,21	Flohr, Damian	91 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
5:44,86	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Hannover 06.09.

3000 m Lauf

9:17,40	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Minden 01.07.
9:49,40	Mäschig, Michael	77 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 25.04.
10:16,8	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Aurich 07.08.
11:10,51	Gebhardt, Christian	77 BV Garrel	Löningen 20.05.

5000 m Lauf

17:43,44	Knappeide, Marc	79 TV Georgsmarienhütte	Minden 22.07.
17:46,3	Kosmella, Matthias	76 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
17:52,7	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Aurich 19.06.
18:59,3	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Aurich 28.06.
19:16,6	Lueken, Hajo	76 TSV Großenkneten	Großenkneten 30.08.
19:37,41	Gebhardt, Christian	77 BV Garrel	Garrel 22.04.

10.000 m Lauf

34:38,5	Mäschig, Michael	77 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
35:30,1	Knappheide, Mark	79 TV Georgsmarienhütte	Melle 02.09.
37:22,3	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Warsingsfehn 04.08.
38:20,7	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Aurich 25.04.
40:24,0	Sandker, Frank	75 TuS Emstekerfeld	Garrel 11.06.
42:49,0	Gebhardt, Christian	77 BV Garrel	Garrel 11.06.

1 Stunde Lauf

14.843	Sandker, Frank	75 TuS Emstekerfeld	Garrel 11.06.
13.550	Schleinhege, Lars	79 LG Papenburg/Aschendorf	Dörpen 04.10.
11.431	Otten, Gerald	79 BV Garrel	Garrel 11.06.

10 km Lauf

31:57	König, Tammo	77 1. TC Oldenburg	Oldenburg 18.10.
33:44	Theilmann, Oliver	79 1. TC Oldenburg	Oldenburg 18.10.
34:02	Mäschig, Michael	77 LG Wilhelmshaven	Emlichheim 29.05.
34:17	Waschkau, Jan	77 VfL Germania Leer	Emden 06.06.
34:30	Mülstegen, Jörg	79 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.
34:40	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Lemwerder 22.03.
35:02	Bruns, Thomas	78 SV Union Meppen	Haren 24.07.
35:23	Gerdelmann-Koo, Frank	75 TuS Haren	Haren 24.07.
36:03	Maschmeyer, Sebastian	78 SC Herringhausen	Garrel 19.09.
36:27	Förster, Tim Henning	76 LC Nordhorn	Nordhorn 12.09.

Halbmarathonlauf

1:11:24	König, Tammo	77 1. TC Oldenburg	Oldenburg 01.11.
1:15:17	Nowak, Peter	78 LG Osnabrück	Paderborn 11.04.
1:15:23	Tammen, Marco	75 SV Teutonia Stapelmoor	Zeven 04.10.
1:15:54	Bruns, Thomas	78 SV Union Meppen	Bawinkel 11.04.
1:19:07	Sibum, Norbert	75 TV Norden	Marienhafe 14.08.
1:19:29	Maschmeyer, Sebastian	78 SC Herringhausen	Oldenburg 01.11.
1:20:55	De Jonge, Stefan	76 TuS Weene	Marienhafe 14.08.
1:23:19	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Dunum 28.03.

Marathonlauf

2:38:25	Assmann, Ingo	79 SC Melle 03	Hannover 03.05.
2:50:39	Lüesse, Peter	75 TV Dinklage	Münster 13.09.
2:54:24	Schwietert, Daniel	77 BV Garrel	Löningen 27.06.
2:57:57	Sandker, Frank	75 TuS Emstekerfeld	Köln 04.10.
2:58:57	Theilmann, Oliver	79 1. TC Oldenburg	Bremen 04.10.
2:59:39	Knappheide, Mark	78 TV Georgsmarienhütte	Berlin 20.09.
3:00:59	Maschmeyer, Sebastian	78 SC Herringhausen	Münster 13.09.
3:11:44	Steffen, Markus	76 SV Eintr. Neuenkirchen	Münster 13.09.
3:15:36	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Münster 13.09.

110 m Hürden 1.067m

16,43	-1,1 Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
-------	---------------------	------------------	---------------

400 m Hürden 0.914m

54,50	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	St. Wendel 28.06.
-------	----------------	------------------	-------------------

4 x 100 m Staffel

56,2	VfL Lingen		Lingen 06.08.
57,8	Fortuna Wirdum		Emden 20.09.
	Peters, H. 75; Fleetjer, G. 75; Sassen, . 73; Gemblert, . 74		

Hochsprung

1,75	Knief, Martin	75 SC Osterbrock	Delmenhorst 26.09.
1,74	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
1,68	Buschermöhle, Jens	75 BV Garrel	Lindern 10.06.
1,43	Fleetjer, Gerhard	75 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.

Stabhochsprung

2,80	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
------	----------------	------------------	------------------

Weitsprung

6,51 +0,1	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
5,54 +1,7	Janssen, Sven	79 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
5,35	Niehaus, Ralf	77 VfL Lingen	Lingen 06.08.
5,30 +0,0	Müller, André	76 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 09.05.
5,11 +0,0	Hellmann, Christoph	90 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
5,04 +0,8	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Hannover 06.09.
4,91 +0,0	Wolf, Marko	76 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
4,58 +1,4	Peters, Holger	75 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
4,49 +1,6	Fleetjer, Gerhard	75 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
4,38 +1,6	Fengkohl, Frank	75 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

Kugelstoss 7.26kg

13,78	Sjoerds, Peter Johan	76 VfL Lingen	Wunstorf 24.05.
11,99	Pfingsten, Patrick	78 TV Norden	Koln 24.05.
10,37	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Verden 16.05.
10,24	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.
10,01	Knief, Martin	75 SC Osterbrock	Meppen 19.09.
8,82	Niehaus, Ralf	77 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Diskuswurf 2 kg

37,70	Sjoerds, Peter Johan	76 VfL Lingen	Wunstorf 24.05.
36,93	Pfingsten, Patrick	78 TV Norden	Koln 24.05.
31,99	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Osnabrück 26.04.
28,03	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Hannover 06.09.

Speerwurf 800 g

50,22	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
41,93	Knief, Martin	75 SC Osterbrock	Meppen 19.09.
37,67	Niehaus, Ralf	77 VfL Lingen	Papenburg 25.09.
34,79	Sjoerds, Peter Johan	76 VfL Lingen	Papenburg 09.05.
31,41	Hasse, Stefan	77 SV Friedrichsfehn	Hannover 06.09.
28,70	Peters, Holger	75 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

Fünfkampf

3.240	Gerlee, Sascha	75 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
	6,51(+0.1)-50,22-23,39(+0.1)-30,78-4:33,99		

DAMM Gruppe A

7.986	Fortuna Wirdum		Emden 20.09.
-------	----------------	--	--------------

DAMM Gruppe B

3.565	VfL Lingen		Lingen 06.08.
-------	------------	--	---------------

Seniorinnen W 30

100 m Lauf

14,6	Mühlbach, Anja	79 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
15,96 +0,0	Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 31.07.
16,2	Hische-P., Dienia	75 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
17,0	Freese, Katrin	79 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.

800 m Lauf

2:31,96	Reinmold, Yvonne	79 DSC Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
2:50,2	Lockhorn, Tanja	78 VfL Lingen	Lingen 06.08.
3:08,14	Klingbeil, Melanie	75 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.

1500 m Lauf

5:04,49	Reinmold, Yvonne	79 DSC Oldenburg	Delmenhorst 17.05.
---------	------------------	------------------	--------------------

3000 m Lauf

12:24,4	Hebbe, Katja	75 SC Melle 03	Melle 27.05.
---------	--------------	----------------	--------------

5000 m Lauf

18:34,0	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
---------	----------------------	-------------------------	--------------

10.000 m Lauf

38:17,5	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Melle 02.09.
---------	----------------------	-------------------------	--------------

10 km Lauf

38:26	Kulgemeyer, Christin	78 TV Georgsmarienhütte	Lingen 13.06.
39:43	Lüken, Kerstin	76 Emdener Laufgemeinschaft	Hamburg 06.09.
40:56	Reinmold, Yvonne	79 DSC Oldenburg	Ofen 03.10.
41:53	Hoogestraat, Sonja	76 LG Harlingerland	Garrel 19.09.
43:45	Werner, Sandy	77 SV Ofenerdiek	Oldenburg 18.10.
43:57	Johannink, Maike	78 LC Nordhorn	Haren 24.07.
44:14	Geesen, Maike	78 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.
44:57	Hebbe, Katja	75 SC Melle 03	Neuenkirchen 15.05.
45:53	Lockhorn, Tanja	78 VfL Lingen	Haren 24.07.

10 km Lauf
Mannschaft

2:05:03 LG Wilhelmshaven Lemwerder 22.03.
Schwietert, C. 65 -39:34; Schulz, M. 70 -41:44
Hörig, S. 62 -43:45

Halbmarathonlauf

1:23:04 Kulgemeyer, Christin 78 TV Georgsmarienhütte Zeven 04.10.
1:24:21 Lücken, Kerstin 76 Emdener Laufgemeinschaft Zeven 04.10.
1:39:24 Ehrhardt, Anita 77 TuS Eversten Schortens 22.03.
1:40:20 Werner, Sandy 77 SV Ofenerdiek Oldenburg 01.11.
1:52:37 Janssen, Imke 76 TuS Aurich Ost Dunum 28.03.
1:52:57 Hebbe, Katja 75 SC Melle 03 Bawinkel 11.04.
1:54:49 Pientka, Katrin 79 SV Union Meppen Bawinkel 11.04.

Marathonlauf

3:02:29 Kulgemeyer, Christin 78 TV Georgsmarienhütte Freiburg 29.03.
3:54:09 Hebbe, Katja 75 SC Melle 03 Hannover 03.05.

4 x 100 m Staffel

57,38 LGG Ganderkesee Delmenhorst 26.09.
Reiners, A. 70; Garde, D. 70; Hezemans, C. 64; Braunisch, S. 59

Hochsprung

1,18 Klingbeil, Melanie 75 LGG Ganderkesee Delmenhorst 26.09.

Weitsprung

4,10 Mühlbach, Anja 79 LGG Ganderkesee Delmenhorst 25.09.
3,84 +0,0 Klingbeil, Melanie 75 LGG Ganderkesee Delmenhorst 31.07.
3,82 Lockhorn, Tanja 78 VfL Lingen Lingen 06.08.

Kugelstoss 4 kg

11,39 Witt, Mareike 79 LG Delmenhorst/Diepholz Bremen 19.04.
9,35 Cordes, Michaela 79 LGG Ganderkesee Delmenhorst 25.09.
8,96 Klingbeil, Melanie 75 LGG Ganderkesee Delmenhorst 25.09.

Diskuswurf 1 kg

23,23 Klingbeil, Melanie 75 LGG Ganderkesee Delmenhorst 26.09.

Hammerwurf 4 kg

34,84 Tiben, Sylvia 76 TV Rütenbrock Rütenbrock 18.04.

Speerwurf 600 g

36,53 Witt, Mareike 79 LG Delmenhorst/Diepholz Bremen 19.04.

DAMM Gruppe A

5.476 VfL Lingen Lingen 06.08.

Senioren M 35

100 m Lauf

12,11 +0,0 Nienhüser, Carsten 71 SC Melle 03 Wunstorf 24.05.
 12,24 -0,4 Schulte, Ralph 73 SC Osterbrock Delmenhorst 26.09.
 13,0 +0,2 Grunke, Joachim 70 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.

200 m Lauf

25,76 +0,0 Nienhüser, Carsten 71 SC Melle 03 Wunstorf 24.05.
 27,7 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Lingen 15.08.

800 m Lauf

2:17,3 Dicke, Frank 70 BV Garrel Großenkneten 30.08.
 2:24,08 Reents, Jürgen 71 LG Wilhelmshaven Delmenhorst 05.06.
 2:31,45 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Celle 20.09.

1000 m Lauf

2:59,59 Dicke, Frank 70 BV Garrel Papenburg 25.09.

1500 m Lauf

4:31,72 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Koln 24.05.
 4:47,3 Dicke, Frank 70 BV Garrel Wilhelmshaven 02.09.

1 Meile

5:08,2 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Emden 23.08.
 5:17,9 Krawietz, Leander 71 Emdener Laufgemeinschaft Emden 23.08.
 5:37,5 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Emden 23.08.
 5:40,9 Pelleter, Timo 70 Emdener Laufgemeinschaft Emden 23.08.

3000 m Lauf

10:29,67 Reents, Jürgen 71 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 25.04.
 10:51,4 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Aurich 07.08.
 11:17,30 Dicke, Frank 70 BV Garrel Lönningen 20.05.

5000 m Lauf

16:15,1 Bucchioni, Nico 74 VfL Lönningen Großenkneten 30.08.
 16:17,08 Grigat, Holger 73 VfL Germania Leer Wilhelmshaven 20.06.
 17:09,7 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Aurich 19.06.
 17:20,72 Steinke, Peter 70 VfL Germania Leer Koln 24.05.
 17:55,83 Reents, Jürgen 71 LG Wilhelmshaven Delmenhorst 05.06.
 19:04,03 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Celle 20.09.
 19:32,9 Bleim, Jürgen 71 SV Nordenham Nordenham 08.05.
 20:45,17 Schröder, Ole 73 SG SW Oldenburg Delmenhorst 31.07.
 20:54,5 Budde, Thorsten 73 TV Hude Großenkneten 30.08.
 20:55,9 Barrenpohl, Ingo 70 SC Melle 03 Melle 26.08.

10.000 m Lauf

34:38,12	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Bremen 02.05.
35:17,4	Düweling, Carsten	74 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle 02.09.
39:39,0	Grest, Jens-Peter	71 SV Warsingsfehn	Warsingsfehn 04.08.
40:23,8	Reents, Jürgen	71 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
42:35,7	Raschke, Maik	73 TuS Zetel	Schortens 09.06.
43:12,0	Bahlmann, Ralf	71 TuS Emstekerfeld	Garrel 11.06.

1 Stunde Lauf

15.715	Krawietz, Leander	71 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.
15.067	Reents, Jürgen	71 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 18.04.
14.560	Sigl, Holger	70 LAC Emden/Aurich	Emden 01.11.
14.091	Raschke, Maik	73 TuS Zetel	Schortens 09.06.
13.846	Bahlmann, Ralf	71 TuS Emstekerfeld	Garrel 11.06.
12.563	Tebben, Dirk	74 BV Garrel	Garrel 11.06.
11.000	Siemer, Albert	70 BV Garrel	Garrel 11.06.

10 km Lauf

33:21	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Barßel 21.08.
34:00	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Emlichheim 29.05.
34:50	Steinke, Peter	70 VfL Germania Leer	Lemwerder 22.03.
35:28	Klein, Armin	70 LG Wilhelmshaven	Schortens 28.10.
35:35	Düweling, Carsten	74 SV Eintr. Neuenkirchen	Neuenkirchen 15.05.
35:40	Schäpker, Egbert	73 SV Evenkamp	Neuenkirchen 15.05.
35:46	Rolfes, Dieter	72 SV Germania Twist	Lingen 13.06.
36:15	Vogt, Christian	74 TuS Bersenbrück	Neuenkirchen 15.05.
36:19	Küpker, Edu	70 SV Concordia Emsbüren	Neuenkirchen 15.05.
36:31	Tycner, Holger	70 TSG Hatten-Sandkrug	Ofen 03.10.

Halbmarathonlauf

1:12:06	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Zeven 04.10.
1:19:37	Schäpker, Egbert	73 SV Evenkamp	Spelle 14.08.
1:21:30	Fecht, Michael	71 Team Laufrausch	Wilhelmshaven 17.05.
1:21:53	Rolfes, Dieter	72 SV Germania Twist	Bawinkel 11.04.
1:22:52	Karczmarzyk, Manuel	72 Team Laufrausch	Bremerhaven 11.07.
1:26:20	Sigl, Holger	70 LAC Emden/Aurich	Dunum 28.03.
1:26:25	Janssen, Heinz-Dieter	71 TSV Friesenstolz Riepe	Marienhafen 14.08.
1:27:28	Wilts, Martin	72 Lauf-Gem. Ostfriesland	Marienhafen 14.08.
1:29:09	Herke, Steffen	71 TuS Zetel	Marienhafen 14.08.
1:29:42	Schröder, Frank	70 Emdener Laufgemeinschaft	Marienhafen 14.08.

Marathonlauf

2:31:35	Bucchioni, Nico	74 VfL Lönningen	Lönningen 27.06.
2:37:19	Grigat, Holger	73 VfL Germania Leer	Frankfurt 25.10.
2:50:04	Küpker, Eduard	70 SV Concordia Emsbüren	Hamburg 26.04.
2:56:40	Nowak, Jens	71 1. TC Oldenburg	Berlin 20.09.
3:02:03	Sigl, Holger	70 LAC Emden/Aurich	Münster 13.09.
3:05:09	Tycner, Holger	70 TSG Hatten-Sandkrug	Lönningen 27.06.
3:08:21	Herke, Steffen	71 TuS Zetel	Münster 13.09.
3:11:45	Wilts, Martin	72 Lauf-Gem. Ostfriesland	Bremen 04.10.
3:15:44	Klemm, Michael	70 LG Wilhelmshaven	Cuxhaven 05.04.

Hochsprung

1,89	Hiller, Jan	73 BTB Oldenburg	Delmenhorst 03.07.
1,81	Kruth, Hannes	74 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
1,60	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.

Weitsprung

5,30 +1,5	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Aurich 28.06.
5,18 +0,0	Klus-Brauner, Michael	71 VfL Germania Leer	Lingen 15.08.

Kugelstoss 7.26kg

12,15	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Alfeld 11.07.
12,02	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.
11,24	Obermüller, Andreas	74 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 09.05.
10,45	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Meppen 19.09.
9,35	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 10.10.
8,87	Gembler, Kai	74 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
8,74	Sassen, Heino	74 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
7,68	Schröder, Ole	73 SG SW Oldenburg	Delmenhorst 31.07.

Diskuswurf 2 kg

40,30	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Meppen 16.08.
36,08	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.
30,98	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Delmenhorst 26.09.
30,22	Obermüller, Andreas	74 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
30,18	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 10.10.
28,48	Gembler, Kai	74 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
22,86	Sassen, Heino	73 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
17,94	Schröder, Ole	73 SG SW Oldenburg	Delmenhorst 31.07.

Hammerwurf 7.26kg

43,92	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Bremen 25.07.
40,28	Krone, Ulrich	71 SC Osterbrock	Rütenbrock 18.04.
33,35	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Delmenhorst 26.09.
27,43	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen 19.09.

Speerwurf 800 g

50,41	Strauß, Matthias	71 OTB Osnabrück	Uslar 01.08.
49,54	Obermüller, Andreas	74 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 09.05.
45,19	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Alfeld 11.07.
37,81	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen 16.08.
37,20	Budde, Thorsten	73 TV Hude	Delmenhorst 26.09.
33,09	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Delmenhorst 26.09.
32,83	Klus-Brauner, Michael	71 VfL Germania Leer	Lingen 15.08.
24,20	Siemer, Albert	70 BV Garrel	Garrel 01.04.

Gewichtswurf

12,58	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.07.
9,95	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen 16.08.
8,31	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 10.10.

Werfer-Fünfkampf

2.914	Arjes, Michael	71 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.07.
	11,79-39,43-43,03-44,52-12,58		
2.237	Gellink, Holger	70 LC Nordhorn	Meppen 16.08.
	11,07-33,78-26,14-37,81-9,95		
1.931	Suelmann, Gerd	70 TV Rütenbrock	Meppen 10.10.
	9,35-30,18-31,75-28,55-8,31		

Seniorinnen W 35

100 m Lauf

13,46 +0,2	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Minden 22.07.
13,51 +1,8	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
14,9	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.

200 m Lauf

27,16 +0,3	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Minden 22.07.
28,30 +0,0	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Wunstorf 24.05.
30,75 +0,0	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Wunstorf 24.05.

400 m Lauf

60,61	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	St. Wendel 27.06.
67,1	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.

800 m Lauf

2:20,70	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	St. Wendel 27.06.
2:37,02	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 26.09.
2:59,73	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Ahlen 13.06.

1000 m Lauf

3:05,56	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Minden 01.07.
3:28,4	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
4:32,6	Junge, Sandra	72 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.

1500 m Lauf

5:01,53	Gröne, Corinne	72 LG Osnabrück	Delmenhorst 17.05.
5:42,76	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 31.07.

1 Meile

6:01,7	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Emden 23.08.
--------	-----------------	---------------------	--------------

3000 m Lauf

11:34,5	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 27.05.
12:07,30	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Leer 05.09.
13:18,28	Kuper, Kerstin	72 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.

5000 m Lauf

19:52,12	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 20.06.
21:05,91	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 26.09.

1 Stunde Lauf

14.035	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 18.04.
--------	-----------------	---------------------	--------------------

10 km Lauf

41:08	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Schortens 28.10.
41:52	Meierkord, Britta	71 LC Nordhorn	Schüttorf 16.05.
42:48	Romberg, Petra	70 LAC Emden/Aurich	Nordhorn 12.09.
43:47	Schedel, Julia	74 LG Osnabrück	Neuenkirchen 15.05.
43:54	Lübben, Astrid	71 Lauf-Gem. Ostfriesland	Garrel 19.09.
46:20	Janssen, Michaela	74 Fortuna Logabirum	Ofen 03.10.
46:29	Baumann, Marion	71 TuS Zetel	Aurich 21.08.
46:45	Horn, Jeannette	70 LG Wilhelmshaven	Garrel 19.09.
46:59	Buurman, Astrid	74 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 06.06.
47:17	Wilkins, Tina	74 TuS Ofen	Ofen 03.10.

Halbmarathonlauf

1:34:17	Schulz, Manuela	70 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
1:41:36	Siemens, Silke	70 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.
1:45:01	Smid, Pascale	70 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.
1:45:43	Buurman, Astrid	74 Emdener Laufgemeinschaft	Dunum 28.03.
1:47:18	Johnson, Sandra	71 TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 01.11.
1:56:08	Dokters, Frauke	72 SV Olympia Uelsen	Bawinkel 11.04.
1:57:50	Huisman, Anke	74 TV Norden	Dunum 28.03.
1:58:56	Schröder, Tanja	70 LG Wilhelmshaven	Schortens 22.03.
2:08:57	Brinkmann, Heike	73 SSV Gristede	Schortens 22.03.

Marathonlauf

3:35:36	Bleek, Claudia	73 LG Wilhelmshaven	Münster 13.09.
---------	----------------	---------------------	----------------

Hochsprung

1,36	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Ahlen 13.06.
1,30	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.

Weitsprung

4,92 +0,0	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Wunstorf 24.05.
4,34	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.
4,29	Reiners, Annette	70 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.

Dreisprung

9,71	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Ganderkesee 14.05.
------	--------------	--------------------	--------------------

Kugelstoss 4 kg

11,07	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.
9,76	Rothkehl, Birte	73 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
9,35	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.

8,85	Kruth-Heege, Marianne	70 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
8,75	Sievers, Doreen	73 LG Emstal Dörpen	Groß Hesepe 10.10.
7,25	Reiners, Annette	70 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.

Diskuswurf 1 kg

27,63	Rothkehl, Birte	73 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
26,98	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Loxstedt 04.04.
22,47	Sievers, Doreen	73 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
21,41	Kruth-Heege, Marianne	70 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.

Hammerwurf 4 kg

39,27	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Rütenbrock 18.04.
-------	---------------	--------------	-------------------

Speerwurf 600 g

35,50	Gnoth, Kirstin	73 TuS Gildehaus	Leer 05.09.
35,00	Rothkehl, Birte	73 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
33,50	Nagel, Andrea	70 Blexer TB	Nordenham 08.05.
26,79	Kruth-Heege, Marianne	70 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
24,69	Sievers, Doreen	73 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
20,40	Garde, Diana	70 LGG Ganderkesee	Ganderkesee 09.10.

Senioren M 40

100 m Lauf

11,9	Kuk, Alexander	66 OSC Damme	Damme 09.05.
12,48 +0,0	Tute, Karsten	65 OTB Osnabrück	Wunstorf 24.05.
12,3 -0,3	Alberts-Tammen, Udo	68 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
13,47 +0,4	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Nienhagen 01.05.
13,3	Hillers, Detlef	69 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
13,4	Romdane-Hebbe, Rene	67 SC Melle 03	Osnabrück 12.05.
13,4	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Lingen 06.08.
13,84 +0,3	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
13,8	Bolte, Dirk	65 Blexer TB	Nordenham 13.06.
14,6	Nagel, Uwe	66 Blexer TB	Nordenham 08.05.

200 m Lauf

24,86 +0,0	Tute, Karsten	65 OTB Osnabrück	St. Wendel 28.06.
26,08 +0,5	Kuk, Alexander	66 OSC Damme	Minden 01.07.
26,16 +0,0	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Papenburg 25.09.
27,21 -0,3	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
27,26 -0,9	Wedel, Torsten	69 TuS Haren	Dessau 06.06.

400 m Lauf

53,37	Petersen, Jens	65 OTB Osnabrück	Kiel 14.06.
55,31	Tute, Karsten	65 OTB Osnabrück	Wunstorf 24.05.
56,52	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Delmenhorst 17.05.
58,36	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Stuhr 06.05.
58,6	Romdane-Hebbe, Rene	67 SC Melle 03	Melle 27.05.
59,31	Wedel, Torsten	69 TuS Haren	Papenburg 05.05.
61,3	Leuschner, Frank	65 SC Melle 03	Melle 27.05.
62,03	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Nienhagen 01.05.
63,13	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
63,80	Decker, Alf	67 BTB Oldenburg	Wunstorf 24.05.

800 m Lauf

2:04,82	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	St. Wendel 27.06.
2:09,34	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Delmenhorst 03.07.
2:13,00	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Delmenhorst 05.06.
2:17,50	Romdane-Hebbe, Rene	67 SC Melle 03	Wunstorf 06.05.
2:20,0	Grotelüschen, Wolfgang	66 VfL Wittek.Wildeshausen	Großenkneten 30.08.
2:24,7	Vlaardingerbro, Kurt	68 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
2:25,39	Leuschner, Frank	65 SC Melle 03	Wunstorf 06.05.

1000 m Lauf

2:44,48	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Minden 01.07.
3:04,0	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Lingen 15.09.
3:08,0	Bertram, Thomas	65 VfL Oldenburg	Sottrum 14.05.

1500 m Lauf

4:22,03	Pohl, Ulrich	66 OSC Damme	Lahti/FIN 04.08.
4:25,86	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Verden 16.05.
4:36,81	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Delmenhorst 27.05.
4:54,54	Bertram, Thomas	65 VfL Oldenburg	Delmenhorst 27.05.
4:56,0	Loughlin, Kenny	65 TuS Borgloh	Melle 26.08.
5:00,6	Menkens, Udo	69 TSV Großenkneten	Großenkneten 30.08.
5:06,90	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 13.09.
5:11,82	Meincke, Michael	68 VfL Oldenburg	Delmenhorst 27.05.
5:23,1	Schäfer, Thomas	68 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
5:34,41	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.

1 Meile

5:06,88	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Osnabrück 07.07.
5:40,2	Schäfer, Thomas	68 LG Wilhelmshaven	Emden 23.08.

3000 m Lauf

9:29,43	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Wunstorf 24.05.
10:12,06	Drees, Heinrich	69 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.
10:21,9	Vlaardingerbro, Kurt	68 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
10:28,4	Last, Stefan	67 SC Melle 03	Melle 27.05.
10:48,18	Bertram, Thomas	65 VfL Oldenburg	Stuhr 06.05.
10:53,5	Laufenberg, Josef	65 TuS Aurich Ost	Aurich 07.08.
10:55,3	Loughlin, Kenny	65 TuS Borgloh	Melle 27.05.
11:20,8	Leuschner, Frank	65 SC Melle 03	Melle 26.08.
11:48,22	Peters, Uwe	68 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.
14:01,0	flacke, Olaf	66 TV Georgsmarienhütte	Melle 27.05.

5000 m Lauf

16:14,15	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 20.06.
16:50,0	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Gildehaus 13.05.
17:10,57	Brunkhorst, Jörg	69 SV Nordenham	Delmenhorst 31.07.
18:20,1	Duda, Ingo	69 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
18:38,6	Menkens, Udo	69 TSV Großenkneten	Großenkneten 30.08.
18:38,9	Frankenberg, Richard	68 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
18:47,9	Loughlin, Kenny	65 TuS Borgloh	Melle 26.08.
19:01,4	Bertram, Andreas	68 LC Nordhorn	Gildehaus 13.05.
19:13,2	Ellinghaus, Peter	69 SC Melle 03	Melle 26.08.
19:19,8	Bertram, Thomas	65 VfL Oldenburg	Großenkneten 30.08.

10.000 m Lauf

35:10,47	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Bremen 26.04.
36:44,6	Taube, Ralf	69 VfL Germania Leer	Warsingsfehn 04.08.
37:02,0	Vlaardingerbro, Kurt	68 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.
39:50,0	Busse, Peter	65 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.
41:11,2	Trebesch, Volker	65 TuS Aurich Ost	Aurich 25.04.
41:29,3	Schmack, Holger	67 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
42:00,5	Niemöller, Edgar	69 TuS Ofen	Schortens 09.06.
42:44,1	Ulferts, Andreas	66 TuS Ofen	Schortens 09.06.
44:19,82	Schröder, Uwe	68 Oldenburger TB	Delmenhorst 03.07.
46:37,4	Bode, Gunter	66 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

1 Stunde Lauf

15.380	Bergfeld, Peter	66 LG Papenburg/Aschendorf	Börger 07.08.
14.975	Busse, Peter	65 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.
14.430	Schmack, Holger	67 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
14.200	Niemöller, Edgar	69 TuS Ofen	Schortens 09.06.
13.680	Ulferts, Andreas	66 TuS Ofen	Schortens 09.06.
13.650	Dickmann, Clemens	67 SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen 04.10.
12.510	Bode, Gunter	66 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
12.248	Schumacher, Werner	69 BV Garrel	Garrel 11.06.

10 km Lauf

32:31	Groenhagen, Achim	68 LG Harlingerland	Oldenburg 18.10.
34:22	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.
34:24	Beewen, Rainer	66 TSV Großenkneten	Lemwerder 22.03.
34:39	Menne, Jörn	68 LG Harlingerland	Lingen 13.06.
34:55	Schwengels, Stefan	69 TuS Westerloy	Oldenburg 18.10.
34:58	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Lemwerder 22.03.
35:52	Holboer, Jan	69 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.
36:02	Brunkhorst, Jörg	69 SV Nordenham	Lemwerder 22.03.
36:17	Schönefeldt, Torsten	69 TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 18.10.
36:20	Reise, Michael	68 TSV Großenkneten	Thüle 26.04.

10 km Lauf
Mannschaft

1:48:36	TSV Großenkneten		Lemwerder 22.03.
	Beewen, R. 66 -34:24; Menkens, U. 69 -36:33		
	Jürgens, D. 65 -37:39		
1:49:35	LC Nordhorn		Emlichheim 29.05.
	Amt, J. 68 -34:22; Holboer, J. 69 -35:52		
	Bertram, A. 68 -39:21		
1:51:48	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland		Lemwerder 22.03.
	Vlaardingerbro, K. 68 -36:36; Sanders, A. 61 -36:54		
	Ibeling, F. 66 -38:18		
1:52:08	Emder Laufgemeinschaft		Aurich 21.08.
	Jürrens, H. 57 -36:58; Busse, P. 65 -37:15		
	Tuitjer, B. 69 -37:55		
1:52:22	SV Sparta Werlte		Spelle 14.08.
	Robbers, D. 61 -36:39; Hanekamp, K. 69 -37:36		
	Hanekamp, C. 64 -38:07		
1:57:41	SC Melle 03		Lemwerder 22.03.
	Schlattmann, P. 63 -37:56; Romdane-Hebbe, R. 67 -38:17		
	Leuschner, . 65 -41:28		

Halbmarathonlauf

1:12:08	Groenhagen, Achim	68 LG Harlingerland	Oldenburg 01.11.
1:14:59	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Steinfurt 21.03.
1:16:12	Struß, Gerold	67 DSC Oldenburg	Zeven 04.10.
1:16:30	Schwengels, Stefan	69 TuS Westerloy	Oldenburg 01.11.
1:17:05	Beewen, Rainer	66 TSV Großenkneten	Oldenburg 01.11.
1:17:24	Kramer, Andreas	69 TSV Barsinghausen	Paderborn 11.04.
1:19:56	Ickert, Oliver	67 TV Georgsmarienhütte	Zeven 04.10.
1:20:17	Vlaardingerbro, Kurt	68 Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum 28.03.
1:20:17	Reise, Michael	68 TSV Großenkneten	Oldenburg 01.11.
1:20:19	Duda, Ingo	69 TV Georgsmarienhütte	Zeven 04.10.

Halbmarathonlauf

Mannschaft

3:59:34	TV Georgsmarienhütte		Zeven 04.10.
	Igelbrink, H. 63 -1:19:19; Ickert, O. 67 -1:19:56		
	Duda, I. 69 -1:20:19		
4:14:48	LC Nordhorn		Hamburg 26.04.
	Amt, J. 68 -1:17:33; Beckemper, I. 68 -1:28:26		
	Holboer, J. 69 -1:28:49		
4:14:54	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland		Dunum 28.03.
	Vlaardingerbro, K. 68 -1:20:17; Sanders, A. 61 -1:20:59		
	Romaneessen, H. 66 -1:33:38		
4:21:37	Team Laufrausch		Wilhelmshaven 17.05.
	Luhmann, T. 64 -1:25:04; Frerichs, A. 59 -1:27:04		
	Heinzel, D. 63 -1:29:29		

Marathonlauf

2:37:58	Amt, Jörg	68 LC Nordhorn	Hamburg 26.04.
2:42:22	Beewen, Rainer	66 TSV Großenkneten	Kassel 10.05.
2:45:57	Heyen, Michael	69 LG Wilhelmshaven	Löningen 27.06.
2:50:52	Reise, Michael	68 TSV Großenkneten	Bremen 04.10.
2:54:58	Brunkhorst, Jörg	69 SV Nordenham	Frankfurt 25.10.
2:55:29	Ickert, Oliver	67 TV Georgsmarienhütte	Münster 13.09.
2:57:12	Neitemeier, Ralf	69 TuS Aurich Ost	Frankfurt 25.10.
2:57:31	Broers, Geart	69 TSG Hatten-Sandkrug	Hannover 03.05.
2:58:38	Wiesenmüller, Dr. Jens	65 TV Georgsmarienhütte	Münster 13.09.
2:58:41	Kulgemeyer, Christoph	65 TV Georgsmarienhütte	Berlin 20.09.

Marathonlauf

Mannschaft

8:50:56	LC Nordhorn		Hamburg 26.04.
	Amt, J. 68 -2:37:58; Holboer, J. 69 -3:04:09		
	Beckemper, I. 68 -3:08:49		
8:59:21	TV Georgsmarienhütte		Münster 13.09.
	Ickert, O. 67 -2:55:29; Wiesemüller, . 65 -2:58:38		
	Gerwe, T. 66 -3:05:14		
9:56:24	TV Georgsmarienhütte II		Münster 13.09.
	Igelbrink, H. 63 -3:12:54; Frankenberg, R. 68 -3:13:50		
	Girmann, D. 65 -3:29:40		

110 m Hürden 0.991m

19,96 +0,6	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 13.09.
------------	----------------	------------------	------------------

400 m Hürden 0.914m

72,80	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
-------	----------------	------------------	------------------

3000 m Hindernis

11:58,30	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
----------	----------------	------------------	------------------

4 x 100 m Staffel

45,91	SG OTB Osna./Nordhorn/Herringh		St. Wendel 27.06.
	Tute, H. 61; Nolte, G. 63; Deppe, G. 64; Tute, K. 65		
48,53	OSC Damme		St. Wendel 27.06.
	Kähling, R. 62; Kuk, A. 66; Knabe, W. 59; Pohl, U. 66		
54,4	LGG Ganderkesee		Ganderkesee 11.09.
	Fresenborg, J. 60; Drews, T. 65; Wolter, J. 69; Garde, U. 64		
55,1	Fortuna Wirdum		Emden 20.09.
	Hillers, . 69; De Boer, . 61; Rausch, M. 65; Alberts-Tammen, U. 68		

Hochsprung

1,75	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 17.05.
1,65	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 27.05.
1,60	Leuschner, Frank	65 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
1,50	Surmann, Manfred	65 BTB Oldenburg	Osnabrück 04.06.
1,50	Alberts-Tammen, Udo	68 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
1,45	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
1,40	Bertram, Thomas	65 VfL Oldenburg	Delmenhorst 27.05.
1,40	Decker, Alf	67 BTB Oldenburg	Oldenburg 24.06.

Stabhochsprung

3,00	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
------	----------------	------------------	------------------

Weitsprung

5,59	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Nordhorn 27.05.
5,53 +1,3	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
5,26	Decker, Alf	67 BTB Oldenburg	Oldenburg 05.08.
5,21 +1,8	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
5,07 +0,0	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Papenburg 25.09.
5,00	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
4,97 +1,4	Janssen, Stephan	67 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
4,92	Leuschner, Frank	65 SC Melle 03	Melle 27.05.
4,81 +0,0	Hillers, Detlef	69 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
4,54 -0,2	Eichhorn, Michael	68 DSC Oldenburg	Oldenburg 24.06.

Dreisprung

11,58	Kanne, Clemens	65 TuS Gildehaus	Paderborn 30.05.
10,90 +0,1	Decker, Alf	67 BTB Oldenburg	Wunstorf 24.05.
9,90	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.

Kugelstoss 7.26kg

12,34	Zander, Robert	68 TV Norden	Koln 24.05.
12,07	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
11,12	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
11,00	Mensing, Axel	67 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.

10,96	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Meppen 10.10.
10,10	Wolter, Jochen	69 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 31.07.
9,46	Janssen, Stephan	67 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
9,39	Hillers, Detlef	69 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
9,33	Rausch, Martin	65 Fortuna Wirdum	Marienhafte 16.06.
8,77	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Lingen 06.08.
8,50	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen 16.08.
8,31	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 31.07.
8,10	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 12.09.
8,02	Nagel, Uwe	66 Blexer TB	Nordenham 08.05.

Diskuswurf 2 kg

37,69	Mensing, Axel	67 LC Nordhorn	Gildehaus 17.04.
37,05	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Wunstorff 24.05.
32,11	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Meppen 19.09.
31,21	Janssen, Stephan	67 Fortuna Wirdum	Aurich 28.06.
31,09	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
30,73	Surmann, Manfred	65 BTB Oldenburg	Osnabrück 04.06.
30,51	Eilers, Ralf	65 TV Norden	Wirdum 03.10.
29,61	Wolter, Jochen	69 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 31.07.
26,59	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
26,25	Rausch, Martin	65 Fortuna Wirdum	Marienhafte 16.06.
25,22	Kronschabel, Rüdiger	68 TuS Tossens	Nordenham 08.05.
23,66	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Groß Hesepe 10.01.
22,59	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 13.09.

Hammerwurf 7.26kg

41,32	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Groß Hesepe 10.01.
39,76	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Groß Hesepe 10.10.
34,28	Nagel, Uwe	66 Blexer TB	Nordenham 15.08.
30,40	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Meppen 19.09.
27,76	Giesselmann, Bernd	68 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
19,11	Rausch, Martin	65 Fortuna Wirdum	Marienhafte 16.06.

Speerwurf 800 g

51,44	Surmann, Manfred	65 BTB Oldenburg	Osnabrück 04.06.
47,92	Zander, Robert	68 TV Norden	Koln 24.05.
43,40	Kronschabel, Rüdiger	68 TuS Tossens	Nordenham 08.05.
39,85	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Meppen 10.10.
39,15	Möller, Heiner	69 TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 05.08.
37,93	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
34,41	Rausch, Martin	65 Fortuna Wirdum	Marienhafte 16.06.
30,70	Strüber, Heiko	66 OTB Osnabrück	Delft/NED 13.09.
29,14	Hackmann, Hubert	65 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 26.09.
26,19	Drews, Thomas	65 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
25,86	Frericks, Reinhard	69 VfL Lingen	Papenburg 25.09.
24,30	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen 16.08.

Gewichtswurf

11,25	Pahl, Ralf	68 LG Emstal Dörpen	Aurich 18.07.
10,10	Buscher, Ingo	67 LC Nordhorn	Meppen 10.10.
7,95	Kuhr, Harald	65 SC Osterbrock	Meppen 16.08.

Fünfkampf

2.274 Drews, Thomas 65 LGG Ganderkesee Hannover 06.09.
5,21(+1.8)-26,19-27,21(-0.3)-26,59-5:34,41

Zehnkampf

4.333 Strüber, Heiko 66 OTB Osnabrück Delft/NED 12.09/
13,84(+0.3)-5,00-8,10-1,45-63,13 13.09.
19,96(+0.6)-22,59-3,00-30,70-5:06,90

Werfer-Fünfkampf

2.474 Pahl, Ralf 68 LG Emstal Dörpen Aurich 18.07.
11,34-32,25-37,38-37,59-11,25
2.241 Buscher, Ingo 67 LC Nordhorn Meppen 10.10.
10,96-29,41-29,76-39,85-10,10
1.584 Kuhr, Harald 65 SC Osterbrock Meppen 16.08.
8,50-22,10-27,98-24,30-7,95

DAMM Gruppe A

6.981 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Seniorinnen W 40

100 m Lauf

14,9 Schang, Silvia 67 TuS Ofen Bad Zwischenahn 15.05.
18,0 Gerken, Regina 65 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

400 m Lauf

72,2 Schang, Silvia 67 TuS Ofen Bad Zwischenahn 15.05.

800 m Lauf

2:53,1 Schang, Silvia 67 TuS Ofen Bad Zwischenahn 09.10.
3:21,6 Gerken, Regina 65 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

1000 m Lauf

3:50,5 Caspers, Marita 67 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 02.09.
4:17,3 Coordes, Kirsten 69 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 02.09.

3000 m Lauf

11:07,8 Bitter, Anja 69 SC Melle 03 Melle 27.05.
12:25,1 Surhoff, Petra 68 SC Melle 03 Melle 27.05.
13:43,0 Fulfs, Juliane 67 Lauf-Gem. Ostfriesland Moorhusen 24.06.

5000 m Lauf

23:17,1 Fulfs, Juliane 67 Lauf-Gem. Ostfriesland Aurich 19.06.

10.000 m Lauf

53:17,8	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Schortens 09.06.
55:29,6	Bode, Sandra	68 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

1 Stunde Lauf

11.086	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Schortens 09.06.
10.800	Bode, Sandra	68 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

10 km Lauf

39:34	Schwietert, Christiane	65 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.
41:36	Vedder, Elke	67 SV Germania Twist	Haren 24.07.
42:49	Scholz, Heike	69 Triathlon-Team Dissen	Neuenkirchen 15.05.
43:47	Ottoweß, Silvia	65 LC Nordhorn	Emlichheim 29.05.
43:53	Sloot, Susanne	69 LC Nordhorn	Haren 24.07.
44:23	Lübbers, Claudia	66 LAV Meppen	Thüle 26.04.
44:28	Hellmers, Susanne	66 TV Norden	Schortens 28.10.
44:36	Maaß, Almuth	66 Lauf-Gem. Ostfriesland	Marienhafe 14.08.
44:54	Brinkmann, Anke	69 SC Melle 03	Lemwerder 22.03.
44:54	Suhrhoff, Petra	68 SC Melle 03	Neuenkirchen 15.05.

10 km Lauf Mannschaft

2:12:04	TV Norden		Lemwerder 22.03.
	Klostermann, W. 60 -41:38; Hellmers, S. 66 -45:06		
	Gronewold, E. 67 -45:20		

Halbmarathonlauf

1:25:46	Schwietert, Christiane	65 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
1:28:42	Bitter, Anja	69 SC Melle 03	Zeven 04.10.
1:36:48	Mersmann, Maria	66 SV Lengerich-Handrup	Bawinkel 11.04.
1:40:41	Deters, Ute	69 TuS Eversten	Oldenburg 01.11.

Marathonlauf

3:04:06	Schwietert, Christiane	65 LG Wilhelmshaven	Löningen 27.06.
3:20:50	Köhne, Manuela	65 TV Georgsmarienhütte	Mainz 10.05.
3:21:48	Deters, Ute	69 TuS Eversten	Hannover 03.05.

4 x 100 m Staffel

69,8	Fortuna Wirdum		Emden 20.09.
	Thiele, H. 52; Gerken, R. 65; Georgs, E. 59; Becker, . 62		

Hochsprung

1,18	Bickers, Heike	66 VfL Lingen	Lingen 06.08.
1,12	Brockhaus, Susanne	68 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Weitsprung

4,24	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 15.05.
4,14 +1,0	Walter, Regine	67 BTB Oldenburg	Delmenhorst 31.07.
3,47 +0,0	Mrosk, Dr. Maria	67 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
3,42	Brockhaus, Susanne	68 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Kugelstoss 4 kg

10,55	Peperkorn, Ute	69 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
8,82	Grönniger, Renate	65 SV Germania Twist	Groß Hesepe 04.04.
8,20	Antons, Andrea	69 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
7,66	Beyer, Antonia	66 VfL Lönningen	Delmenhorst 26.09.
7,02	Siemer, Mechthild	66 LG Osnabrück	Osnabrück 07.07.
6,80	Schang, Silvia	67 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 15.05.

Diskuswurf 1 kg

30,11	Grönniger, Renate	65 SV Germania Twist	Groß Hesepe 04.04.
27,72	Peperkorn, Ute	69 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
25,27	Antons, Andrea	69 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.
15,48	Bickers, Heike	66 VfL Lingen	Lingen 06.08.
14,00	Brockhaus, Susanne	68 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Speerwurf 600 g

27,03	Beyer, Antonia	66 VfL Lönningen	Delmenhorst 26.09.
25,44	Mrosk, Dr. Maria	67 LG Papenburg/Aschendorf	Papenburg 25.09.
20,86	Antons, Andrea	69 LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.

DAMM Gruppe A

3.575	Fortuna Wirdum		Emden 20.09.
-------	----------------	--	--------------

Senioren M 45

100 m Lauf

12,01 +0,3	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	St. Wendel 27.06.
12,44 +0,0	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Garbsen 01.05.
12,72 +0,1	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Hannover 06.06.
12,74 +1,3	Kähling, Richard	62 OSC Damme	Delmenhorst 03.07.
13,59 +0,4	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Delmenhorst 31.07.
13,8	Brüning, Wolfgang	62 TuS Schwei	Nordenham 08.05.

200 m Lauf

24,27 +0,1	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover 06.06.
24,43 -0,1	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	St. Wendel 28.06.
26,12 +0,0	Kähling, Richard	62 OSC Damme	Papenburg 25.09.
30,64 -0,5	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.

400 m Lauf

53,72	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Hannover 06.06.
53,80	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Uslar 01.08.
64,65	Nordhausen, Jolf	62 SV Brake	Delmenhorst 31.07.

800 m Lauf

2:09,09	Deppe, Gert	64 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
2:37,6	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.

1000 m Lauf

3:24,0	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
3:27,8	Böseler, Jürgen	60 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 09.10.

1500 m Lauf

4:49,4	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Großenkneten 30.08.
4:55,54	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
4:56,20	Lambertus, Dietmar	63 VfL Oldenburg	Delmenhorst 27.05.
5:19,0	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.
5:44,5	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Großenkneten 30.08.
6:17,9	Rocker, Rolf	61 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 02.09.

1 Meile

5:52,3	Böseler, Jürgen	60 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 09.10.
--------	-----------------	-------------	------------------------

3000 m Lauf

10:30,68	Lambertus, Dietmar	63 VfL Oldenburg	Wunstorf 24.05.
10:38,57	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Löningen 20.05.
10:50,3	Schlattmann, Peter	63 SC Melle 03	Melle 26.08.
10:57,8	Aufderheide, Bernd	62 SC Melle 03	Melle 26.08.
11:08,5	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Aurich 07.08.
11:31,53	Schäfer, Matthias	64 BV Garrel	Löningen 20.05.
11:57,57	Diekmann, Ferdinand	60 VfL Löningen	Löningen 20.05.
12:04,53	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Wilhelmshaven 25.04.
12:19,6	Rocker, Rolf	61 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 27.05.

5000 m Lauf

18:06,95	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Garrel 22.04.
18:11,5	Robbers, Dietmar	61 SV Sparta Werlte	Osnabrück 04.06.
18:12,66	Lambertus, Dietmar	63 VfL Oldenburg	Delmenhorst 05.06.
18:59,72	Wess, Andreas	63 VfL Lingen	Delmenhorst 26.09.
19:27,8	Böseler, Jürgen	60 TuS Ofen	Großenkneten 30.08.
19:34,72	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 31.07.
19:51,11	Schäfer, Matthias	64 BV Garrel	Garrel 22.04.
20:16,86	Rocker, Rolf	61 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 31.07.
20:22,05	Thelken, Heinz-Herman	62 STV Barßel	Papenburg 25.09.
22:30,8	Krömker, Holger	62 SC Melle 03	Melle 26.08.

10.000 m Lauf

37:25,6	Sanders, Anton	61 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.
38:53,0	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Garrel 11.06.
38:55,8	Lambertus, Dietmar	63 VfL Oldenburg	Aurich 25.04.
39:26,1	Paul, Matthias	61 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.
39:53,5	Schmedding, Christoph	63 TuS Weene	Warsingsfehn 04.08.
40:54,4	Schmidt, Jürgen	63 TuS Detern	Warsingsfehn 04.08.
41:53,41	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 03.07.
43:07,7	Rocker, Rolf	61 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
44:02,2	Böseler, Jürgen	60 TuS Ofen	Schortens 09.06.
45:55,0	Tabeling, Andreas	60 BV Garrel	Garrel 11.06.

1 Stunde Lauf

16.070	Wegmann, Heinz-Josef	64 SV Grün-Weiß Dersum	Börger 07.08.
15.326	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Garrel 11.06.

15.320	Robbers, Dietmar	61 SV Sparta Werlte	Börger	07.08.
14.960	Schulte, Hans-Theo	64 SV Grün-Weiß Dersum	Dörpen	04.10.
14.190	Hallmann, Hermann	62 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
14.060	Becker, Axel	60 Emdener Laufgemeinschaft	Emden	01.11.
14.030	Knoblauch, Alfred	61 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
13.845	Rocker, Rolf	61 LG Wilhelmshaven	Schortens	09.06.
13.510	Böseler, Jürgen	60 TuS Ofen	Schortens	09.06.
13.125	Tabeling, Andreas	60 BV Garrel	Garrel	11.06.

10 km Lauf

35:03	Wegmann, Heinz-Josef	64 SV Grün-Weiß Dersum	Nordhorn	12.09.
36:16	Robbers, Dietmar	61 SV Sparta Werlte	Haren	24.07.
36:54	Sanders, Anton	61 Lauf-Gem. Ostfriesland	Lemwerder	22.03.
37:51	Schlattmann, Peter	63 SC Melle 03	Neuenkirchen	15.05.
37:58	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Thüle	26.04.
38:07	Hanekamp, Christian	64 SV Sparta Werlte	Spelle	14.08.
38:09	Ochsenfahrt, Manfred	61 TV Dinklage	Thüle	26.04.
38:17	Behnen, Werner	62 SV Sparta Werlte	Lingen	13.06.
38:21	Luhmann, Till	64 Team Laufrausch	Papenburg	19.04.
38:31	Stamereilers, Rolf	62 TuS Eversten	Garrel	19.09.

Halbmarathonlauf

1:17:26	Wegmann, Heinz-Josef	64 SV Grün-Weiß Dersum	Oldenburg	01.11.
1:19:19	Igelbrink, Hans Peter	63 TV Georgsmarienhütte	Zeven	04.10.
1:20:59	Sanders, Anton	61 Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum	28.03.
1:23:41	Luhmann, Till	64 Team Laufrausch	Bremerhaven	11.07.
1:24:18	Schmedding, Christoph	63 TuS Weene	Zeven	04.10.
1:24:59	Ochsenfahrt, Manfred	61 TV Dinklage	Löningen	27.06.
1:25:27	Hüls, Uwe	63 TV Norden	Dunum	28.03.
1:25:30	Stamereilers, Rolf	62 TuS Eversten	Löningen	27.06.
1:27:11	Poguntke, Martin	63 TV Norden	Dunum	28.03.

Marathonlauf

2:55:04	Igelbrink, Hans Peter	63 TV Georgsmarienhütte	Drebber	20.06.
2:59:16	Luhmann, Till	64 Team Laufrausch	Bremen	04.10.
3:01:33	Gottmann, Lars	63 OTB Osnabrück	Münster	13.09.
3:06:25	Rühle, Andreas	62 LG Uplengen	Bremen	04.10.
3:06:39	Lindemann, Norbert	61 SV Nordenham	Frankfurt	25.10.
3:10:04	Poguntke, Martin	63 TV Norden	Münster	13.09.
3:22:10	Schmedding, Christoph	63 TuS Weene	Frankfurt	25.10.

400 m Hürden 0.914m

58,86	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	St. Wendel	28.06.
65,56	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Verden	16.05.

Hochsprung

1,75	Hillebrecht, Martin	61 DSC Oldenburg	Oldenburg	05.08.
1,35	Brandewie, Reinhard	64 BV Garrel	Lindern	10.06.
1,35	Fengkohl, Frank	60 Fortuna Wirdum	Aurich	28.06.
1,35	Schäfer, Matthias	64 BV Garrel	Delmenhorst	03.07.
1,25	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Marienhafen	16.06.

Stabhochsprung

4,10	Hillebrecht, Martin	61 DSC Oldenburg	Wilhelmshaven	21.06.
------	---------------------	------------------	---------------	--------

Weitsprung

5,62 +1,0	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
4,97	Garde, Ulrich	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
4,47 +1,4	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Dessau 06.06.
4,33	Eichinger, Helmut	61 SV Lemwerder	Berne 16.08.
4,05	Fengkohl, Frank	60 Fortuna Wirdum	Marienhafe 16.06.
3,99	Wess, Andreas	63 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Dreisprung

12,10 -1,9	Müller, Christoph	64 LC Nordhorn	St. Wendel 28.06.
------------	-------------------	----------------	-------------------

Kugelstoss 7.26kg

17,35	Brüning, Wolfgang	62 TuS Schwei	Nordenham 08.05.
13,23	Garde, Ulrich	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 17.05.
12,91	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Papenburg 09.05.
10,25	Nordhausen, Jolf	62 SV Brake	Loxstedt 04.04.
9,96	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Marienhafe 16.06.
9,30	Krämer, Heiner	64 VfL Lingen	Lingen 15.08.
9,19	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 15.05.
7,98	Harms, Andreas	61 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 15.05.

Diskuswurf 2 kg

35,17	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Papenburg 09.05.
32,11	Garde, Ulrich	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 31.07.
27,58	Hillebrecht, Martin	61 DSC Oldenburg	Verden 16.05.
26,77	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Wirdum 21.03.
26,59	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Aurich 28.06.
24,66	Nolte, Gerald	63 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.
24,39	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
23,15	Nordhausen, Jolf	62 SV Brake	Loxstedt 04.04.
21,95	Wilkens, Bernard	55 OSC Damme	Delmenhorst 17.05.
17,85	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.

Hammerwurf 7.26kg

39,39	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Delmenhorst 26.09.
26,63	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Verden 16.05.
22,51	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Wirdum 03.10.
20,49	De Boer, Jürgen	60 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
19,26	Kleemann, Karl	40 TV Norden	Koln 24.05.

Speerwurf 800 g

51,91	Logemann, Bernd	60 LGG Ganderkesee	St. Wendel 27.06.
40,83	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Garbsen 25.07.
36,16	Nordhausen, Jolf	62 SV Brake	Spaden 25.04.
31,08	Kieras, Günther	61 TV Rütenbrock	Delmenhorst 26.09.
29,13	Hecht, Axel	60 VfL Lingen	Lingen 15.08.
28,88	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
27,28	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 15.05.
25,19	Wilkens, Bernard	55 OSC Damme	Delmenhorst 17.05.
24,58	Brüning, Wolfgang	62 TuS Schwei	Nordenham 08.05.
22,90	Wiese, Ludger	55 BV Garrel	Garrel 01.04.

Gewichtswurf

6,62	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Aurich 18.07.
------	-----------------	-------------------	---------------

Fünfkampf

3.132	Tute, Heiko	61 OTB Osnabrück	Hannover 06.09.
	5,62(+1.0)-28,88-24,71(-0.5)-24,39-4:55,54		
1.776	Jeske, Jürgen	60 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.
	4,43(+0.8)-19,98-30,64(-0.5)-17,85-5:50,46		

Werfer-Fünfkampf

1.388	De Boer, Jürgen	61 Fortuna Wirdum	Aurich 18.07.
	9,30-25,87-20,81-14,59-6,62		

Seniorinnen W 45

100 m Lauf

15,35 +1,8	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
------------	------------------	--------------------	---------------

800 m Lauf

3:26,0	Brink, Elke	63 VfL Lingen	Lingen 06.08.
3:41,47	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.

3000 m Lauf

11:50,9	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Aurich 07.08.
13:44,25	Schulte, Sabine	62 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.

5000 m Lauf

20:17,98	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 31.07.
22:00,9	Bleumer, Marie-Luise	63 TuS Gildehaus	Gildehaus 13.05.
25:04,1	Schmidt, Karin	60 TuS Aurich Ost	Aurich 19.06.
27:19,0	Kieselhorst, Gabriele	64 SV Brake	Nordenham 08.05.

10.000 m Lauf

43:11,1	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
46:45,1	Rohner, Judith	63 TuS Ofen	Schortens 09.06.
47:40,04	Pelka, Andrea	61 LC Delmenhorst	Delmenhorst 27.05.
51:24,0	Schmidt, Karin	60 TuS Aurich Ost	Warsingsfehn 04.08.
55:29,1	Plump, Susanne	60 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

1 Stunde Lauf

13.780	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.
12.840	Rohner, Judith	63 TuS Ofen	Schortens 09.06.
12.309	Pelka, Andrea	61 LC Delmenhorst	Delmenhorst 18.04.
10.880	Plump, Susanne	60 Heidmühler FC	Schortens 09.06.

10 km Lauf

38:46	Brinkmann, Eva	64 VfL Germania Leer	Otterndorf 12.09.
41:22	Hartmann, Irmgard	62 TV Norden	Emden 06.06.
41:38	Klostermann, Waltraud	60 TV Norden	Lemwerder 22.03.
42:54	Fröhlking, Susanne	64 BV Garrel	Barßel 21.08.
43:20	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Garrel 19.09.
44:14	Pilney, Bettina	62 SV EMS Jemgum	Oldenburg 18.10.
44:21	Bleumer, Marie-Luise	63 TuS Gildehaus	Emlichheim 29.05.
44:55	Bakker, Marion	62 Emdener Laufgemeinschaft	Aurich 21.08.
44:57	Carl, Angelika	63 TSG Hatten-Sandkrug	Ofen 03.10.
45:33	Rohner, Judith	63 TuS Ofen	Emden 06.06.

Halbmarathonlauf

1:33:25	Klostermann, Waltraud	60 TV Norden	Marienhafen 14.08.
1:34:34	Hörig, Silvia	62 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
1:37:35	Carl, Angelika	63 TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 01.11.
1:42:05	Bleumer, Marie-Luise	63 TuS Gildehaus	Löningen 27.06.
1:42:58	Rohner, Judith	63 TuS Ofen	Oldenburg 01.11.
1:43:56	Eichinger, Anke	63 SV Lemwerder	Zeven 04.10.
1:47:08	Osterkamp, Hiltrud	62 VfL Löningen	Oldenburg 01.11.
1:49:44	Hartmann, Irmgard	62 TV Norden	Marienhafen 14.08.
1:50:09	Büscher, Maria	60 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.
1:51:57	Schmidt, Karin	60 TuS Aurich Ost	Marienhafen 14.08.

Marathonlauf

2:59:26	Brinkmann, Eva	64 VfL Germania Leer	Bremen 04.10.
3:29:49	Pruhs, Brigitte	63 SV Quitt Ankum	Hannover 03.05.
3:33:02	Meyer zu Hörst, Marian	61 TV Georgsmarienhütte	Bremen 04.10.
3:51:43	Pelka, Andrea	61 LC Delmenhorst	Bremen 04.10.

Hochsprung

1,15	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
------	------------------	--------------------	-----------------

Weitsprung

4,18	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
------	------------------	--------------------	--------------------

Kugelstoss 4 kg

7,85	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Wilhelmshaven 25.04.
7,33	Pott, Traute	57 VfL Lingen	Lingen 06.08.
7,19	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
7,02	Brink, Elke	63 VfL Lingen	Lingen 06.08.
6,78	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
5,97	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 15.05.

Diskuswurf 1 kg

19,49	Hezemans, Carmen	64 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
16,61	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
12,68	Galetzka, Anne	62 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

Speerwurf 600 g

15,80	Pott, Traute	57 VfL Lingen	Lingen 06.08.
15,26	Brink, Elke	63 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Fünfkampf

2.270 Hezemans, Carmen 64 LGG Ganderkesee Hannover 06.09.
 15,88(-1.4)-1,15-6,69-4,11(+0.0)-3:41,47

Senioren M 50

100 m Lauf

12,59 -0,1	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
12,98 +1,6	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Wilhelmshaven 25.04.
13,09 -0,1	Rüdiger, Thomas	58 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
13,10 -0,1	Folkerts, Mathias	58 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 26.09.
13,1 +0,2	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Aurich 28.06.
13,37 +0,0	Angermann, Christian	59 LAV Meppen	Papenburg 09.05.
13,48 +0,4	Seelhorst, Gerhard	59 OSC Damme	Dessau 07.06.
13,7	Nagel, Hans-Joachim	59 Blexer TB	Nordenham 13.06.
13,8	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Bad Zwischenahn 15.05.
14,4	Wilkens, Bernard	55 OSC Damme	Dinklage 24.05.

200 m Lauf

26,37 +0,0	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Hannover 06.09.
27,19 -0,4	Angermann, Christian	59 LAV Meppen	Delmenhorst 26.09.
27,28 -0,4	Seelhorst, Gerhard	59 OSC Damme	Dessau 06.06.
27,30 -0,4	Folkerts, Mathias	58 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 26.09.
27,30 -0,4	Rüdiger, Thomas	58 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
28,73 +0,4	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Nienhagen 01.08.
30,30 -0,4	Pokar, Björn	55 TV Georgsmarienhütte	Delmenhorst 26.09.

400 m Lauf

57,6	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 15.05.
60,10	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
64,78	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Delmenhorst 26.09.
69,47	Pokar, Björn	55 TV Georgsmarienhütte	Delmenhorst 26.09.

800 m Lauf

2:13,87	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Wunstorf 24.05.
2:16,59	Suhrhoff, Rolf	57 SC Melle 03	Osnabrück 20.05.
2:25,1	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 09.10.
2:32,6	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
2:33,68	Eden, Manfred	59 TuS Eintracht Hinte	Leer 05.09.
2:33,9	Christians, Borchart	58 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
2:39,17	Trebesch, Wolfgang	57 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.

1000 m Lauf

3:19,5	Baumung, Jürgen	55 VfL Lingen	Lingen 15.09.
3:22,5	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 09.10.
3:51,7	Pokar, Björn	55 TV Georgsmarienhütte	Melle 02.09.

1500 m Lauf

4:35,72	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Vaterstetten 12.07.
5:15,48	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Hannover 06.09.
5:23,5	Baumung, Jürgen	55 VfL Lingen	Lingen 15.08.

5:43,61	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 26.09.
5:58,31	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Hannover 06.09.
6:16,9	Pokar, Björn	55 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
6:50,31	Angermann, Christian	59 LAV Meppen	Hannover 06.09.

1 Meile

6:03,6	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Emden 23.08.
--------	----------------------	-------------------	--------------

3000 m Lauf

10:06,3	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Melle 26.08.
10:26,5	Surhoff, Rolf	57 SC Melle 03	Melle 26.08.
10:27,5	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
10:48,2	Christians, Borchard	58 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
10:54,0	Schmidt, Walter	58 TuS Bersenbrück	Melle 27.05.
11:11,3	Theismann, Georg	59 VfL Lingen	Lingen 06.08.
11:14,26	Wiese, Ludger	55 BV Garrel	Löningen 20.05.
11:28,20	Meyer, Hermann-Jose	55 LG Papenburg/Aschendorf	Wunstorf 24.05.
11:42,00	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Wilhelmshaven 25.04.
12:08,3	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Aurich 07.08.

5000 m Lauf

18:24,70	Vogel, Hartmut	56 SV Quitt Ankum	Delmenhorst 26.09.
18:55,03	Trebesch, Wolfgang	57 LAC Emden/Aurich	Celle 20.09.
19:42,27	Meyer, Hermann-Jose	55 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 31.07.
20:34,7	Dirkes, Franz-Josef	59 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle 26.08.
20:43,33	Ludwig, Helmut	58 Lauf-Gem. Ostfriesland	Leer 05.09.
21:01,3	Brüggemann, Jürgen	58 LG Grafschaft Bentheim	Gildehaus 13.05.
21:12,39	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 26.09.
22:38,0	Reehuis, Alfred	55 SC Melle 03	Melle 26.08.
24:36,8	Pokar, Björn	55 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.

10.000 m Lauf

37:10,4	Jürrens, Harry	57 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.
37:27,2	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.
38:17,3	Schweer, Helmut	58 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle 02.09.
39:59,3	Vogel, Hartmut	56 SV Quitt Ankum	Nordhorn 10.05.
41:30,2	Völkert, Hermann	58 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
42:13,0	Wiese, Ludger	55 BV Garrel	Garrel 11.06.
42:42,7	Meyer, Hermann-Jose	55 LG Papenburg/Aschendorf	Nordhorn 10.05.
45:17,6	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Aurich 25.04.
46:53,1	Reehuis, Alfred	55 SC Melle 03	Melle 02.09.
50:38,0	Winter, Heinrich	57 TuS Aurich Ost	Aurich 25.04.

1 Stunde Lauf

15.910	Jürrens, Harry	57 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 01.11.
14.420	Völkert, Hermann	58 Heidmühler FC	Schortens 09.06.
14.243	Wiese, Ludger	55 BV Garrel	Garrel 11.06.
13.560	Meyer, Hermann-Jose	55 LG Papenburg/Aschendorf	Börger 07.08.
12.630	Szczesny, Karl-Heinz	56 Fortuna Wirdum	Emden 01.11.

10 km Lauf

36:26	Jürrens, Harry	57 Emdener Laufgemeinschaft	Garrel 19.09.
36:43	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich 21.08.
36:53	Hryziuk, Andreas	59 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.

37:34	Breeck, Christian	58 SC Melle 03	Spelle 14.08.
37:55	Schweer, Helmut	58 SV Eintr. Neuenkirchen	Garrel 19.09.
38:00	Schmidt, Walter	58 TuS Bersenbrück	Thüle 26.04.
38:08	Christians, Borchard	58 Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich 21.08.
38:15	Speckmann, Karl-Heinz	57 LAC Emden/Aurich	Aurich 21.08.
38:17	Frerichs, Arnold	59 Team Laufrausch	Ofen 03.10.
38:20	Ulbrich, Horst	55 LC Delmenhorst	Wilhelmshaven 17.05.

10 km Lauf
Mannschaft

1:56:27	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland		Lemwerder 22.03.
	Ludwig, R. 59 -37:32; Christians, B. 58 -39:00		
	Tjarks, E. 54 -39:55		
1:56:39	LG Wilhelmshaven		Lemwerder 22.03.
	Hryziuk, A. 59 -36:53; Henze, F. 52 -39:28		
	Weiland, G. 53 -40:18		

Halbmarathonlauf

1:18:42	Jürrens, Harry	57 Emden Laufgemeinschaft	Zeven 04.10.
1:22:57	Schmidt, Walter	58 TuS Bersenbrück	Oldenburg 01.11.
1:23:46	Frerichs, Arnold	59 Team Laufrausch	Bremerhaven 11.07.
1:23:57	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Marienhafen 14.08.
1:25:53	Fischer, Thorsten	59 LC Delmenhorst	Cuxhaven 05.04.
1:29:50	Hoffmann, Karl-Heinz	58 TSV Hesel	Dunum 28.03.
1:29:54	Mai, Fridolin	55 TuS Norderney	Schortens 22.03.
1:31:14	Eden, Kurt	58 TV Norden	Dunum 28.03.

Halbmarathonlauf
Mannschaft

4:34:35	TuS Norderney		Schortens 22.03.
	Mai, F. 55 -1:29:54; Kathmann, A. 53 -1:31:44		
	Heise, K. 54 -1:32:57		
4:35:06	Emden Laufgemeinschaft		Zeven 04.10.
	Jürrens, H. 57 -1:18:42; Voss, H. 53 -1:30:19		
	Kirschke, H. 53 -1:46:05		

Marathonlauf

2:46:23	Hryziuk, Andreas	59 LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.05.
3:07:58	Jülf's, Peter	55 1. TC Oldenburg	Bremen 04.10.
3:13:30	Schmidt, Walter	58 TuS Bersenbrück	Münster 13.09.
3:14:58	Jürrens, Harry	57 Emden Laufgemeinschaft	Enschede/Ned 26.04.
3:16:46	Ludwig, Reinhard	59 Lauf-Gem. Ostfriesland	Bremen 04.10.
3:37:54	Liegmann, Günter	55 TV Georgsmarienhütte	Münster 13.09.

400 m Hürden 0.840m

66,97	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Papenburg 28.08.
-------	---------------	--------------------	------------------

4 x 100 m Staffel

58,2	VfL Lingen		Lingen 06.08.
	Buss, H. 50; Christel, N. 50; Theismann, G. 59; Dallherm, H. 56		

3 x 1000 m Staffel

11:21,2 VfL Oldenburg Wilhelmshaven 23.09.
 Fuchs, P. 54; Skutella, F. 53; Damke, D. 54

Hochsprung

1,63	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
1,60	Folkerts, Mathias	58 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 26.09.
1,55	Rüdiger, Thomas	58 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
1,48	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Wunstorf 24.05.
1,40	Nagel, Hans-Joachim	59 Blexer TB	Nordenham 08.05.
1,40	Seelhorst, Gerhard	59 OSC Damme	Dinklage 24.05.
1,35	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 15.05.
1,35	Wilkins, Bernard	55 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.

Stabhochsprung

2,52	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Delmenhorst 03.07.
------	---------------	--------------------	--------------------

Weitsprung

6,45 -0,3	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	St. Wendel 27.06.
5,56	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 15.05.
5,53 +0,6	Folkerts, Mathias	58 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 26.09.
5,45 +0,6	Rüdiger, Thomas	58 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
5,33 +0,6	Angermann, Christian	59 LAV Meppen	Delmenhorst 26.09.
5,04 +0,0	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Wunstorf 24.05.
4,56	Seelhorst, Gerhard	59 OSC Damme	Dinklage 24.05.
4,50 +0,0	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Wunstorf 24.05.
4,40	Nagel, Hans-Joachim	59 Blexer TB	Nordenham 13.06.
4,15 +0,8	Pokar, Björn	55 TV Georgsmarienhütte	Delmenhorst 26.09.

Dreisprung

14,44 +0,3	Knabe, Wolfgang	59 OSC Damme	Lübeck 18.07.
------------	-----------------	--------------	---------------

Kugelstoss 6 kg

11,14	Angermann, Christian	59 LAV Meppen	Groß Hesepe 04.04.
10,99	Janning, Martin	57 SV Union Meppen	Meppen 19.09.
10,61	Maaß, Alfred	56 STV Barßel	Delmenhorst 26.09.
10,40	Klaassen, Wilfried	56 SV Georgsheil	Papenburg 25.09.
10,25	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Georgsheil 11.07.
9,80	Wilkins, Bernard	55 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
9,25	Thomas, Peter	55 OTB Osnabrück	Osnabrück 29.09.
9,03	Nagel, Hans-Joachim	59 Blexer TB	Bremerhaven 07.06.
8,07	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Bremen 19.04.

Diskuswurf 1.5 kg

38,26	Janning, Martin	57 SV Union Meppen	Groß Hesepe 04.04.
38,17	Angermann, Christian	59 LAV Meppen	Wunstorf 24.05.
37,06	Maaß, Alfred	56 STV Barßel	Wunstorf 24.05.
34,12	Remmers, Gerd	55 Heidmühler FC	Nienhagen 01.08.
33,16	Kaun, Ingo	55 LAC Emden/Aurich	Wirdum 03.10.
32,97	Lüers, Heiner	58 TSG Westerstede	Delmenhorst 26.09.
28,53	Wilkins, Bernard	55 OSC Damme	Delmenhorst 26.09.
27,71	Klaassen, Wilfried	56 SV Georgsheil	Papenburg 25.09.
26,86	Nagel, Hans-Joachim	59 Blexer TB	Bremerhaven 07.06.

23,70 Thomas, Peter 55 OTB Osnabrück Osnabrück 29.09.

Hammerwurf 6 kg

38,34 Nagel, Hans-Joachim 59 Blexer TB Delmenhorst 26.09.
37,39 Angermann, Christian 59 LAV Meppen Rütenbrock 18.04.
35,40 Janning, Martin 57 SV Union Meppen Meppen 16.08.
33,20 Thomas, Peter 55 OTB Osnabrück Osnabrück 29.09.
27,82 Kaun, Ingo 55 LAC Emden/Aurich Aurich 18.07.

Speerwurf 700 g

44,63 Kaun, Ingo 55 LAC Emden/Aurich Wunstorf 24.05.
41,20 Angermann, Christian 59 LAV Meppen Hannover 06.09.
34,61 Knabe, Wolfgang 59 OSC Damme Delmenhorst 26.09.
33,97 Senker, Bernhard 57 SC Spelle-Venhaus Lingen 15.08.
32,31 Nagel, Hans-Joachim 59 Blexer TB Bremerhaven 07.06.
31,20 Janning, Martin 57 SV Union Meppen Meppen 19.09.
31,05 Lüers, Heiner 58 TSG Westerstede Hannover 06.09.
29,65 Remmers, Gerd 55 Heidmühler FC Nienhagen 01.08.
21,95 Thomas, Peter 55 OTB Osnabrück Osnabrück 29.09.

Gewichtswurf

12,15 Nagel, Hans-Joachim 59 Blexer TB Bremerhaven 07.06.
12,00 Janning, Martin 57 SV Union Meppen Meppen 16.08.
11,66 Thomas, Peter 55 OTB Osnabrück Osnabrück 29.09.
11,36 Kaun, Ingo 55 LAC Emden/Aurich Aurich 18.07.

Fünfkampf

3.330 Lüers, Heiner 58 TSG Westerstede Hannover 06.09.
5,42(+0.6)-31,05-26,37(+0.0)-32,26-5:15,48
2.865 Angermann, Christian 59 LAV Meppen Hannover 06.09.
5,00(+0.8)-41,20-28,43(-0.3)-34,22-6:50,31
2.565 Remmers, Gerd 55 Heidmühler FC Nienhagen 01.08.
4,30(+2.8)-29,65-28,73(+0.4)-34,12-6:09,46

Werfer-Fünfkampf

2.437 Janning, Martin 57 SV Union Meppen Meppen 16.08.
10,84-36,38-35,40-30,67-12,00
2.331 Kaun, Ingo 55 LAC Emden/Aurich Aurich 18.07.
10,12-32,82-27,82-42,19-11,36
2.203 Nagel, Hans-Joachim 59 Blexer TB Bremerhaven 07.06.
9,03-26,86-37,21-32,31-12,15
1.918 Thomas, Peter 55 OTB Osnabrück Osnabrück 29.09.
9,25-23,70-33,20-21,95-11,66

DAMM Gruppe A

5.653 VfL Lingen Lingen 06.08.

Seniorinnen W 50

100 m Lauf

13,7	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Delmenhorst 25.09.
15,79 -0,3	Iben, Anke	58 LGG Ganderkese	Delmenhorst 26.09.
16,23 +0,0	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Wunstorf 23.05.

200 m Lauf

28,37 +0,0	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Delmenhorst 26.09.
------------	-------------------	-------------------	--------------------

400 m Lauf

65,59	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Nienhagen 01.05.
73,4	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 15.05.

800 m Lauf

2:25,43	Koop, Annette	58 LG Emstal Dörpen	Vaterstetten 10.07.
2:51,09	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkese	Verden 16.05.
3:43,2	Broer, Heide	57 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

1500 m Lauf

4:54,95	Koop, Annette	58 LG Emstal Dörpen	Vaterstetten 12.07.
6:07,2	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Lingen 15.08.

1 Meile

6:11,1	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bad Zwischenahn 09.10.
--------	------------------	-------------	------------------------

3000 m Lauf

11:45,29	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Wunstorf 23.05.
12:19,24	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Wunstorf 23.05.
14:30,8	Burg, Birgit	58 SC Melle 03	Melle 27.05.
15:37,7	Erdmann, Annegret	57 SC Melle 03	Melle 27.05.

5000 m Lauf

20:09,00	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Bremen 26.04.
21:05,48	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Delmenhorst 26.09.
26:32,6	Groebert, Angelika	59 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.

10.000 m Lauf

42:45,3	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Schortens 09.06.
46:02,9	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Nordhorn 10.05.

1 Stunde Lauf

13.681	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Schortens 09.06.
12.222	Stepanowicz, Marion	58 LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 18.04.

10 km Lauf

42:03	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Thüle 26.04.
44:18	Harmeling, Marita	55 SV Quitt Ankum	Neuenkirchen 15.05.
44:33	Rolfes, Silvia	59 OSC Damme	Lemwerder 22.03.
45:49	Scholz, Petra	59 OSC Damme	Lemwerder 22.03.
46:25	Kramer, Christina	58 OSC Damme	Lemwerder 22.03.
48:15	Heien, Elisabeth	58 TuS Esens	Aurich 21.08.
48:54	Schröter, Ursula	57 SG SW Oldenburg	Oldenburg 05.09.
49:26	Schulz, Evelyn	57 Emder Laufgemeinschaft	Marienhaf 14.08.
50:49	Neefe, Heide	58 SG SW Oldenburg	Oldenburg 18.10.
51:01	Laarmann, Martha	55 SC Spelle-Venhaus	Haren 24.07.

10 km Lauf
Mannschaft

2:16:47	OSC Damme		Lemwerder 22.03.
	Rolfes, S. 59 -44:33;	Scholz, P. 59 -45:49	
	Kramer, C. 58 -46:25		

100 km Lauf

17:20:32	Vukovac, Paula	59 TSG Hatten-Sandkrug	Biel/SUI 12.06.
----------	----------------	------------------------	-----------------

Halbmarathonlauf

1:33:00	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Berlin 05.04.
1:39:42	Rolfes, Silvia	59 OSC Damme	Zeven 04.10.
1:41:27	Scholz, Petra	59 OSC Damme	Zeven 04.10.
1:44:08	Ringena, Marion	59 Emder Laufgemeinschaft	Dunum 28.03.
1:45:10	Bohlmann, Petra	59 SV Ofenerdiek	Oldenburg 01.11.
1:47:21	Kortylack, Gisela	56 Emder Laufgemeinschaft	Dunum 28.03.
1:48:45	Hennigs, Liane	59 MTV Jever	Schortens 22.03.
1:49:11	Kramer, Christina	58 OSC Damme	Zeven 04.10.
1:52:19	Schulz, Evelyn	57 Emder Laufgemeinschaft	Dunum 28.03.
1:55:20	Blum, Sigrid	59 TSG Hatten-Sandkrug	Oldenburg 01.11.

Halbmarathonlauf
Mannschaft

5:10:20	TuS Blau-Weiß Lohne		Zeven 04.10.
	Rolfes, S. 59 -1:39:42;	Scholz, P. 59 -1:41:27	
	Kramer, C. 58 -1:49:11		

Marathonlauf

3:28:17	Rolfes, Silvia	59 OSC Damme	Hannover 03.05.
3:38:09	Hoveling, Anita	57 OTB Osnabrück	Hamburg 26.04.
3:44:57	Werner, Veronika	58 TuS Ofen	Löningen 27.06.
3:49:57	Scholz, Petra	59 OSC Damme	Hannover 03.05.
3:51:30	Kramer, Christina	58 OSC Damme	Hannover 03.05.

Marathonlauf
Mannschaft

11:09:44	OSC Damme		Hannover 03.05.
	Rolfes, S. 59 -3:28:17;	Scholz, P. 59 -3:49:57	
	Kramer, C. 58 -3:51:30		

80 m Hürden 0.762m

17,23 +2,0	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Vaterstetten 10.07.
------------	-----------------	------------------	---------------------

Hochsprung

1,40	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Verden 16.05.
------	-------------------	--------------------	---------------

Weitsprung

4,54	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
3,43	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.
3,36 +0,0	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Wunstorf 23.05.
3,19 +0,0	Iben, Anke	58 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.

Dreisprung

8,49	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Ganderkesee 14.05.
7,37 -0,5	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Vaterstetten 11.07.

Kugelstoss 3 kg

9,61	Iben, Anke	58 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 26.09.
9,07	Braunisch, Silvia	59 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
9,04	Bischof, Birgit	56 LGG Ganderkesee	Ganderkesee 09.10.
8,43	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.
8,36	Mücher, Lydia	56 SV Georgsheil	Georgsheil 11.07.
6,94	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Groß Hesepe 04.04.

Diskuswurf 1 kg

25,86	Pott, Traute	57 VfL Lingen	Lingen 06.08.
19,95	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Groß Hesepe 04.04.
19,34	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Marienhafe 16.06.

Hammerwurf 3 kg

25,15	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Marienhafe 16.06.
21,54	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Groß Hesepe 04.04.

Speerwurf 500 g

30,05	Iben, Anke	58 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 26.09.
18,42	Georgs, Elke	59 Fortuna Wirdum	Marienhafe 16.06.
12,97	Grummert, Karin	56 OTB Osnabrück	Osnabrück 28.03.

Senioren M 55

100 m Lauf

13,5 +1,6	Velt, Heiner	50 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 15.08.
13,7	Leopold, Heinz	53 VfL Lingen	Lingen 15.08.
14,65 +1,2	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Delmenhorst 27.05.

200 m Lauf

29,0	Velt, Heiner	50 LG Papenburg/Aschendorf	Moorhusen 24.06.
29,53 +0,0	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Papenburg 25.09.

400 m Lauf

68,27	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Wunstorf 24.05.
-------	--------------	------------------	-----------------

800 m Lauf

2:33,0	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Sottrum 09.07.
2:59,5	Schardt, Michael	54 SG SW Oldenburg	Bad Zwischenahn 09.10.

1000 m Lauf

3:21,1	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Sottrum 14.05.
4:09,0	Schardt, Michael	54 SG SW Oldenburg	Bad Zwischenahn 09.10.

1500 m Lauf

5:22,61	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Delmenhorst 27.05.
---------	--------------	------------------	--------------------

1 Meile

5:50,5	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden 23.08.
5:54,5	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Sottrum 11.06.
6:35,2	Scholz, Alfred	53 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 23.08.
6:42,4	Schardt, Michael	54 SG SW Oldenburg	Bad Zwischenahn 09.10.

3000 m Lauf

11:30,2	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Aurich 07.08.
12:27,87	Schnelle, Peter	53 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.

5000 m Lauf

17:03,33	Grabowsky, Klaus-Dieter	53 SC Spelle-Venhaus	Bremen 26.04.
19:33,4	Becker, Joachim	50 LC Delmenhorst	Melle 26.08.
19:47,72	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Leer 05.09.
20:19,29	Bleiker, Detlef	53 LC Delmenhorst	Delmenhorst 26.09.
20:26,2	Grosspietsch, Axel	54 TSG Hatten-Sandkrug	Großenkneten 30.08.
20:42,7	Park, Harm	53 TuS Weene	Aurich 19.06.
21:02,5	Spiekermann, Peter	54 SC Melle 03	Melle 26.08.
21:02,66	Blome, Hermann	54 SV Quitt Ankum	Delmenhorst 26.09.
21:04,99	Rudolf, Hartmut	52 TuS Emstekerfeld	Garrel 22.04.
21:19,64	Over, Dr. Gerhard	53 TV Meppen	Papenburg 25.09.
22:24,17	Schardt, Michael	54 SG SW Oldenburg	Delmenhorst 31.07.
23:04,8	Siemens, Karl	51 LG Harlingerland	Aurich 19.06.
23:36,3	Wiebrock, Claus	53 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.

10.000 m Lauf

40:50,4	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.
41:17,0	Park, Harm	53 TuS Weene	Warsingsfehn 04.08.
41:41,00	Becker, Joachim	50 LC Delmenhorst	Delmenhorst 27.05.
43:08,8	Blome, Hermann	54 SV Quitt Ankum	Nordhorn 10.05.

43:47,66	Bleiker, Detlef	53 LC Delmenhorst	Delmenhorst 03.07.
44:00,6	Spiekermann, Peter	54 SC Melle 03	Melle 02.09.
48:58,15	Schaffarzyk, Ernst	52 Delmenhorster TV	Delmenhorst 27.05.

1 Stunde Lauf

13.959	Becker, Joachim	50 LC Delmenhorst	Delmenhorst 18.04.
12.250	Over, Dr. Gerhard	53 TV Meppen	Dörpen 04.10.
12.010	Scholz, Alfred	53 Emder Laufgemeinschaft	Emden 01.11.

10 km Lauf

35:48	Grabowsky, Klaus-Dieter	53 SC Spelle-Venhaus	Lemwerder 22.03.
39:05	John, Peter	54 LC Nordhorn	Spelle 14.08.
39:24	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden 06.06.
39:28	Henze, Friedhelm	52 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.
40:18	Weiland, Gunter	53 LG Wilhelmshaven	Lemwerder 22.03.
40:28	Kathmann, Aloys	53 TuS Norderney	Norden 18.04.
40:29	Becker, Jochen	54 TV Georgsmarienhütte	Spelle 14.08.
40:32	Park, Harm	53 TuS Weene	Thüle 26.04.
40:47	Lake, Rolf	50 TuS Zetel	Emden 06.06.
41:08	Grosspietsch, Axel	54 TSG Hatten-Sandkrug	Norden 18.04.

Halbmarathonlauf

1:27:07	Kathmann, Aloys	53 TuS Norderney	Oldenburg 01.11.
1:28:46	Tjarks, Eduard	54 Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum 28.03.
1:30:09	Park, Harm	53 TuS Weene	Oldenburg 01.11.
1:30:19	Voss, Hermann	53 Emder Laufgemeinschaft	Zeven 04.10.
1:31:43	Boden, Klaus-Dieter	52 TuS Eversten	Oldenburg 01.11.
1:32:57	Heise, Kurt	54 TuS Norderney	Schortens 22.03.
1:34:45	Schütte, Günther	53 TuS Eversten	Bremen 04.10.
1:36:14	Crone, Reinhard	51 LG Osnabrück	Spelle 14.08.
1:37:03	Lake, Rolf	50 TuS Zetel	Schortens 22.03.
1:37:43	Dopp, Josef	53 TSG Hatten-Sandkrug	Schortens 22.03.

Marathonlauf

3:24:24	Diessel, Dr. Clemens	54 OTB Osnabrück	Münster 13.09.
3:25:52	Winkler, Horst	50 SV Lemwerder	Bremen 04.10.

Hochsprung

1,63	Cordes, Dr. Harald	53 BTB Oldenburg	Vaterstetten 10.07.
1,40	Velt, Heiner	50 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 15.08.
1,36	Buss, Heinz	50 VfL Lingen	Lingen 06.08.
1,20	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Oldenburg 05.08.

Weitsprung

5,17 +0,4	Cordes, Dr. Harald	53 BTB Oldenburg	Vaterstetten 10.07.
4,59 +0,0	Leopold, Heinz	53 VfL Lingen	Lingen 15.08.
4,34 +0,7	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.
4,28	Velt, Heiner	50 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 15.08.
4,06	Christel, Norbert	50 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Kugelstoss 6 kg

11,70	Mücher, Michael	54 SV Georgsheil	Georgsheil 11.07.
9,14	Buss, Heinz	50 VfL Lingen	Lingen 15.08.
9,07	Leopold, Heinz	53 VfL Lingen	Lingen 06.08.
8,59	Christel, Norbert	50 VfL Lingen	Lingen 06.08.
7,35	Schwerdt, Andreas	50 VfL Lingen	Lingen 15.08.
7,16	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Oldenburg 24.06.
6,52	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Delmenhorst 26.09.

Diskuswurf 1.5 kg

41,46	Mücher, Michael	54 SV Georgsheil	Georgsheil 14.10.
31,23	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Oldenburg 05.08.
26,80	Buss, Heinz	50 VfL Lingen	Lingen 15.08.
25,84	Christel, Norbert	50 VfL Lingen	Lingen 06.08.
21,38	Velt, Heiner	50 LG Papenburg/Aschendorf	Delmenhorst 31.07.
21,26	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.
14,43	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Aurich 18.07.

Hammerwurf 6 kg

26,96	Buss, Heinz	50 VfL Lingen	Lingen 15.08.
19,17	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Delmenhorst 26.09.

Speerwurf 700 g

35,72	Arends, Johann	52 VfL Oldenburg	Oldenburg 05.08.
22,65	Velt, Heiner	50 LG Papenburg/Aschendorf	Lingen 15.08.
18,43	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.
15,42	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Meppen 16.08.

Gewichtswurf

8,02	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Aurich 18.07.
------	-----------------	----------------	---------------

Fünfkampf

2.428	Fuchs, Peter	54 VfL Oldenburg	Hannover 06.09.
	4,34(+0.7)-18,43-30,09(-0.3)-21,26-5:41,49		

Werfer-Fünfkampf

1.019	Focken, Helmuth	50 SV Holtland	Aurich 18.07.
	6,28-14,43-17,66-14,28-8,02		

Seniorinnen W 55

100 m Lauf

15,34 +0,0	de Groot, Inge	52 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.
16,4	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

200 m Lauf

33,54 +0,0	De Groot, Inge	52 LGG Ganderkesee	Wunstorf 23.05.
35,90 +0,0	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Wunstorf 23.05.

10 km Lauf

48:20	Kohlenberg, Inse	50 TuS Zetel	Oldenburg 05.09.
48:30	Drefs, Frieda	54 SG SW Oldenburg	Oldenburg 18.10.
49:26	Witt, Ingrid	54 TuS Eversten	Ofen 03.10.
51:49	Ude, Anne	50 SG Bramsche	Nordhorn 12.09.
52:33	Klefke, Monika	51 TSG Hatten-Sandkrug	Lemwerder 22.03.
53:59	Rabenberg, Dora	52 TV Bunde	Ofen 03.10.
54:26	Köhler, Ulla	52 Vareler TB	Ofen 03.10.
56:05	Redmann, Hildegard	50 TuS Gildehaus	Nordhorn 12.09.
56:37	Nykamp, Henni	51 LC Nordhorn	Lingen 13.06.
56:57	Roeder, Ute	52 SV Ofenerdiek	Oldenburg 05.09.

Halbmarathonlauf

1:46:21	Kohlenberg, Inse	50 TuS Zetel	Oldenburg 01.11.
---------	------------------	--------------	------------------

Weitsprung

4,03	de Groot, Inge	52 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
3,43	Thiele, Helmi	52 Fortuna Wirdum	Emden 20.09.

Kugelstoss 3 kg

10,51	Breithaupt, Inge	52 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
9,95	Junker, Christel	54 LAC Emden/Aurich	Marienhafe 16.06.
8,58	Meyerholz, Gisela	52 LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.
7,77	de Groot, Inge	52 LGG Ganderkesee	Hannover 06.09.

Diskuswurf 1 kg

26,84	De Groot, Inge	52 LGG Ganderkesee	Wunstorf 23.05.
26,26	Junker, Christel	54 LAC Emden/Aurich	Vaterstetten 11.07.

Hammerwurf 3 kg

34,44	Junker, Christel	54 LAC Emden/Aurich	Meppen 16.08.
-------	------------------	---------------------	---------------

Speerwurf 500 g

27,03	Breithaupt, Inge	52 LGG Ganderkesee	Ganderkesee 09.10.
21,91	Junker, Christel	54 LAC Emden/Aurich	Vaterstetten 11.07.

Gewichtswurf

10,55	Junker, Christel	54 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.07.
-------	------------------	---------------------	---------------

Werfer-Fünfkampf

2.226	Junker, Christel	54 LAC Emden/Aurich	Aurich 18.07.
9,03-24,61-34,16-20,00-10,55			

Senioren M 60

100 m Lauf

13,37	+0,5	Harmeling, Alois	48 SV Quitt Ankum	Delmenhorst 26.09.
15,3		Grave, Georg	48 VfL Lingen	Lingen 06.08.

200 m Lauf

27,40	+0,0	Harmeling, Alois	48 SV Quitt Ankum	Wunstorf 23.05.
-------	------	------------------	-------------------	-----------------

400 m Lauf

65,65		Harmeling, Alois	48 SV Quitt Ankum	Delmenhorst 31.07.
-------	--	------------------	-------------------	--------------------

800 m Lauf

2:31,71		Grave, Georg	48 VfL Lingen	Wunstorf 23.05.
---------	--	--------------	---------------	-----------------

1000 m Lauf

3:21,6		Grave, Georg	48 VfL Lingen	Lingen 15.09.
--------	--	--------------	---------------	---------------

1 Meile

7:13,6		Kortylack, Michael	48 Emdener Laufgemeinschaft	Emden 23.08.
--------	--	--------------------	-----------------------------	--------------

3000 m Lauf

11:47,4		Romanowski, Arnold	46 Lauf-Gem. Ostfriesland	Moorhusen 24.06.
12:02,7		Grave, Georg	48 VfL Lingen	Lingen 06.08.
12:16,9		Baasch, Peter	45 SV Eintr. Neuenkirchen	Melle 26.08.
12:19,99		Schmidt, Günter	46 VfL Oldenburg	Wunstorf 23.05.

5000 m Lauf

21:56,7		Weidner, Helmut	49 TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.
21:59,77		Schmidt, Günter	46 VfL Oldenburg	Bremen 26.04.
22:26,03		Dietrich, Claus	49 TuS Emstekerfeld	Garrel 22.04.

10.000 m Lauf

42:21,8		Romanowski, Arnold	46 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.
44:37,4		Weidner, Helmut	49 TV Georgsmarienhütte	Melle 02.09.

1 Stunde Lauf

10.950		Severiens, Gerold	48 Fortuna Logabirum	Emden 01.11.
--------	--	-------------------	----------------------	--------------

10 km Lauf

40:11		Stroeve, Heinz	49 SC Union Emlichheim	Nordhorn 12.09.
40:24		Henkes, Peter	49 TuS Norderney	Norden 18.04.
41:12		Romanowski, Arnold	46 Lauf-Gem. Ostfriesland	Emden 06.06.
41:30		Ortwig, Klaus	47 VfL Oldenburg	Lemwerder 22.03.
42:06		Michael, Hans-Joachim	45 OTB Osnabrück	Neuenkirchen 15.05.

42:52	Van Velden, Johannes	46 SV Brake	Lemwerder 12.06.
43:17	Schlonski, Walter	45 SC Melle 03	Lemwerder 22.03.
43:46	Nykamp, Berthold	46 LC Nordhorn	Lingen 13.06.
44:09	Schmidt, Günter	46 VfL Oldenburg	Oldenburg 05.09.
44:13	Wilke, Rainer	46 Team Laufrausch	Ofen 03.10.

10 km Lauf Mannschaft

2:05:27	VfL Oldenburg		Lemwerder 22.03.
	Ostendorf, M. 43 -41:39;	Ortwig, K. 47 -41:30	
	Frense, H. 41 -42:18		

Halbmarathonlauf

1:31:43	Henkes, Peter	49 TuS Norderney	Schortens 22.03.
1:31:51	Romanowski, Arnold	46 Lauf-Gem. Ostfriesland	Dunum 28.03.
1:33:20	Schlonski, Walter	45 SC Melle 03	Zeven 04.10.
1:36:31	Weidner, Helmut	49 TV Georgsmarienhütte	Zeven 04.10.
1:38:13	Nykamp, Berthold	46 LC Nordhorn	Oldenburg 01.11.
1:56:13	Hoffmann, Hans-Joachim	48 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.
1:56:55	Kramer, Harald	46 LG Wilhelmshaven	Schortens 22.03.
1:59:52	Winkler, Georg	47 TV Norden	Marienhafe 14.08.

Halbmarathonlauf Mannschaft

4:53:28	VfL Oldenburg		Zeven 04.10.
	Frense, H. 41 -1:33:34;	Fuchs, H. 40 -1:35:08	
	Schmidt, G. 46 -1:44:46		

Marathonlauf

3:16:12	Van Velden, Johannes	46 SV Brake	Wilhelmshaven 17.05.
---------	----------------------	-------------	----------------------

4 x 100 m Staffel

65,4	VfL Lingen		Lingen 06.08.
------	------------	--	---------------

Weitsprung

3,62	Grave, Georg	48 VfL Lingen	Lingen 06.08.
------	--------------	---------------	---------------

Kugelstoss 5 kg

11,32	Schuster, Hans-Günther	46 Emdener Laufgemeinschaft	Marienhafe 16.06.
10,99	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Lingen 15.08.
10,60	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Lingen 15.08.
9,59	Voß, Wolfgang	46 SV Georgsheil	Georgsheil 11.07.
6,45	Diehl, Peter	48 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.

Diskuswurf 1 kg

42,44	Voß, Wolfgang	46 SV Georgsheil	Georgsheil 14.10.
39,81	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Lingen 15.08.
38,43	Schuster, Hans-Günther	46 Emdener Laufgemeinschaft	Wunstorff 23.05.
34,34	Brüggemann, Kurt	46 ATV Rodenkirchen	Wunstorff 23.05.
29,40	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Groß Hesepe 10.01.
23,42	Rieken, Magnus	47 Heidmühler FC	Schortens 08.05.

Hammerwurf 5 kg

29,55	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Meppen	19.09.
29,16	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Holtland	11.09.
24,28	Schuster, Hans-Günther	46 Emders Laufgemeinschaft	Wirdum	21.03.

Speerwurf 600 g

34,30	Meiners, Bernhard	47 DJK Spahnharrenstätte	Lingen	15.08.
31,34	Brüggemann, Kurt	46 ATV Rodenkirchen	Wunstorf	23.05.
28,97	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Groß Hesepe	16.08.
25,18	Schuster, Hans-Günther	46 Emders Laufgemeinschaft	Marienhafen	16.06.
21,01	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Aurich	18.07.

Gewichtswurf

11,17	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Meppen	16.08.
10,76	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Meppen	16.08.

Werfer-Fünfkampf

2.091	Gellink, Heinz-Jürgen	47 LC Nordhorn	Meppen	16.08.
	10,23-31,01-27,50-28,54-11,17			
1.878	Berenzen, Siegfried	49 SV Groß Hesepe	Aurich	18.07.
	9,89-26,83-28,71-21,01-10,72			

DAMM Gruppe A

4.373	VfL Lingen		Lingen	06.08.
-------	------------	--	--------	--------

Seniorinnen W 60

10.000 m Lauf

47:36,8	Steinke, Hilde	45 SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn	04.08.
---------	----------------	--------------------------	--------------	--------

10 km Lauf

43:52	Horst, Hannelore	49 TV Georgsmarienhütte	Lemwerder	22.03.
51:51	Diekmännken, Maria	48 SC Spelle-Venhaus	Haren	24.07.
54:12	Schneider, Christine	48 Emders Laufgemeinschaft	Norden	18.04.
57:22	Wagemester, Ingrid	49 SpVg Fürstenau	Neuenkirchen	15.05.
59:12	Meyer, Bärbel	48 SV Friedrichsfehn	Oldenburg	18.10.
62:25	Spinneker, Christa	48 TV Norden	Marienhafen	14.08.
62:27	Meyer, Herta	49 TV Norden	Marienhafen	14.08.
66:22	Lambertus, Monika	49 Vareler TB	Ofen	03.10.

Halbmarathonlauf

1:31:03	Horst, Hannelore	49 TV Georgsmarienhütte	Halle	06.09.
2:01:04	Engelbarts, Foline	49 Emders Laufgemeinschaft	Dunum	28.03.

Marathonlauf

3:18:09	Horst, Hannelore	49 TV Georgsmarienhütte	Bremen	04.10.
---------	------------------	-------------------------	--------	--------

Senioren M 65

100 m Lauf

14,75 +0,0	Borchers, Enno	44 VfL Rastede	Delmenhorst 31.07.
15,11 +0,5	Sprenger, Klaus	41 VfL Oldenburg	Delmenhorst 03.07.
16,1	Steen, Ulrich	43 VfL Lingen	Lingen 15.08.
18,2	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Lingen 06.08.

800 m Lauf

2:48,89	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Wunstorf 23.05.
---------	---------------------	---------------	-----------------

1000 m Lauf

3:54,3	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Lingen 15.09.
--------	---------------------	---------------	---------------

1500 m Lauf

5:52,59	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Vaterstetten 10.07.
---------	---------------------	---------------	---------------------

3000 m Lauf

11:39,7	Ostendorf, Manfred	43 VfL Oldenburg	Sottrum 20.08.
12:44,80	Fuchs, Helmut	40 VfL Oldenburg	Wunstorf 23.05.
12:57,40	Raulin, Siegfried	43 VfL Lönningen	Lönningen 20.05.
13:35,9	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Lingen 06.08.
14:02,9	Janssen, Günter	43 LAC Emden/Aurich	Aurich 07.08.
14:43,2	Kamphuis, Horst	44 VfL Lingen	Lingen 06.08.

5000 m Lauf

19:24,74	Ostendorf, Manfred	43 VfL Oldenburg	Bremen 26.04.
20:58,19	Pol, Jan	41 VfL Germania Leer	Bremen 26.04.
21:10,78	Aschenbrenner, Erich	42 TV Meppen	Papenburg 25.09.
22:07,34	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Papenburg 25.09.
22:25,02	Fuchs, Helmut	40 VfL Oldenburg	Bremen 26.04.

10.000 m Lauf

47:25,0	Eiben, Eibo	43 LG Harlingerland	Warsingsfehn 04.08.
49:04,2	Jans, Peter	40 Emdener Laufgemeinschaft	Warsingsfehn 04.08.
56:29,4	Steinke, Dietrich	41 SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn 04.08.
64:08,9	Gerdes, Heinz	43 Lauf-Gem. Ostfriesland	Warsingsfehn 04.08.

10 km Lauf

41:39	Ostendorf, Manfred	43 VfL Oldenburg	Lemwerder 22.03.
42:18	Frense, Horst	41 VfL Oldenburg	Lemwerder 22.03.
43:25	Pol, Jan	41 VfL Germania Leer	Lingen 13.06.
43:57	Fuchs, Helmut	40 VfL Oldenburg	Otterndorf 12.09.
44:29	Raulin, Siegfried	43 VfL Lönningen	Barßel 21.08.
44:31	Aschenbrenner, Erich	42 TV Meppen	Otterndorf 12.09.
45:19	Mohnsame, Klaus	43 VfL Oldenburg	Oldenburg 23.08.
45:50	Scholz, Wolfgang	43 VfL Oldenburg	Oldenburg 18.10.
46:29	Heibült, Christian	40 SV Holtland	Oldenburg 18.10.
47:26	Eiben, Eibo	43 LG Harlingerland	Emden 06.06.

Halbmarathonlauf

1:31:46	Pol, Jan	41 VfL Germania Leer	Zeven 04.10.
1:33:39	Frense, Horst	41 VfL Oldenburg	Zeven 04.10.
1:35:08	Fuchs, Helmut	40 VfL Oldenburg	Zeven 04.10.
1:39:22	Stettin, Heinz	44 OTB Osnabrück	Spelle 14.08.
1:45:37	Wilken, Herbert	43 SC Melle 03	Zeven 04.10.
1:49:14	Smidt, Ernst	40 Emdener Laufgemeinschaft	Dunum 28.03.
1:52:02	Eiben, Eibo	43 LG Harlingerland	Oldenburg 01.11.
1:53:58	Siefken, Johann	44 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.
1:58:43	Janssen, Günter	43 TuS Aurich Ost	Dunum 28.03.

100 m Hürden 0.840m

20,00 +0,5	Borchers, Enno	44 VfL Rastede	Vaterstetten 10.07.
------------	----------------	----------------	---------------------

5000 m Bahngehen

31:59,22	Lersch, Heiko	39 SV Brake	Dessau 06.06.
----------	---------------	-------------	---------------

10 km Str.-Gehen

67:41	Lersch, Heiko	39 SV Brake	Zittau 25.04.
-------	---------------	-------------	---------------

Hochsprung

1,35	Gnoth, Siegbert	40 TuS Gildehaus	Lingen 15.08.
1,25	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Wunstorf 23.05.
1,24	Borchers, Enno	44 VfL Rastede	Delmenhorst 26.09.

Stabhochsprung

2,10	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Delmenhorst 26.09.
------	-------------------	-------------------	--------------------

Weitsprung

4,39	Borchers, Enno	44 VfL Rastede	Delmenhorst 26.09.
4,22 +0,0	Gnoth, Siegbert	40 TuS Gildehaus	Lingen 15.08.
3,72	Steen, Ulrich	43 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Dreisprung

8,09	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Schortens 08.05.
8,02 +0,0	Borchers, Enno	44 VfL Rastede	Vaterstetten 12.07.

Kugelstoss 5 kg

10,26	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Lingen 15.08.
9,53	Sprenger, Klaus	41 VfL Oldenburg	Delmenhorst 13.09.
9,21	Schneider, Martin	37 VfL Lingen	Lingen 06.08.
7,86	Zieschang, Jürgen	43 VfL Lingen	Lingen 06.08.
7,72	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Wirdum 21.03.
7,62	Steen, Ulrich	43 VfL Lingen	Lingen 06.08.
6,83	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Lingen 06.08.

Diskuswurf 1 kg

39,60	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Osnabrück 12.05.
32,88	Fleißner, Ekke	42 TuS Weene	Wirdum 03.10.
32,44	Sprenger, Klaus	41 VfL Oldenburg	Delmenhorst 31.07.
24,42	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Wirdum 03.10.

Hammerwurf 5 kg

31,67	Kleemann, Karl	40 TV Norden	Wirdum 03.10.
25,10	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Osnabrück 12.05.
20,02	Wolterink, Johann	42 Fortuna Wirdum	Wirdum 04.04.

Speerwurf 600 g

45,44	Gnoth, Siegbert	40 TuS Gildehaus	Lingen 15.08.
24,55	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Groß Hesepe 04.04.
21,02	Remling, Dr. Ludwig	42 VfL Lingen	Lingen 15.08.

Gewichtswurf

10,00	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Meppen 16.08.
-------	--------------	------------------	---------------

Werfer-Fünfkampf

1.888	Kuhnke, Gerd	42 TV Rütenbrock	Meppen 16.08.
	9,75-33,72-23,11-21,85-10,00		

Seniorinnen W 65

10 km Lauf

56:03	Badtke, Irene	41 LG Wilhelmshaven	Ofen 03.10.
64:46	Wiese, Erika	43 SV Brake	Ofen 03.10.
72:56	Stolle, Hille	43 Wardenburger TV	Ofen 03.10.

Halbmarathonlauf

2:06:00	Badtke, Irene	41 LG Wilhelmshaven	Oldenburg 01.11.
---------	---------------	---------------------	------------------

Senioren M 70

100 m Lauf

15,38 +0,0	Renzenbrink, Fritz	39 SV Quitt Ankum	Wunstorf 23.05.
16,05 +0,0	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Wunstorf 23.05.
16,0	Schneider, Martin	37 VfL Lingen	Lingen 06.08.

200 m Lauf

34,07 +0,0	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Delmenhorst 03.07.
------------	---------------------	----------------------	--------------------

400 m Lauf

81,42	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Delmenhorst 31.07.
-------	---------------------	----------------------	--------------------

800 m Lauf

3:36,82 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Delmenhorst 26.09.

1500 m Lauf

8:02,26 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Winsen 13.09.

5000 m Lauf

22:23,82 Winter, Heinz 36 TV Georgsmarienhütte Bremen 26.04.

1 Stunde Lauf

11.332 Firschau, Alfred 39 Eintracht Delmenhorst Delmenhorst 18.04.

11.273 Onoris, Vasilos 37 Eintracht Delmenhorst Delmenhorst 18.04.

10 km Lauf

45:27 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer Oldenburg 18.10.

55:49 Heidenescher, Hans-Her 38 SpVg Fürstenau Neuenkirchen 15.05.

58:23 Schewiola, Axel 38 TV Norden Ofen 03.10.

59:29 Zech, Arno 35 TuS Eversten Barßel 21.08.

61:17 Leicht, Johann 36 TuS Emstekerfeld Thüle 26.04.

Halbmarathonlauf

1:41:34 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer Zeven 04.10.

2:00:09 Müller, Herbert 38 LGG Ganderkesee Bremen 04.10.

2:13:15 Zech, Arno 35 TuS Eversten Schortens 22.03.

2:55:10 Hanisch, Rudolf 38 Eintracht Delmenhorst Bremen 04.10.

80 m Hürden 0.762m

21,62 +1,3 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Winsen 13.09.

300 m Hürden 0.762m

70,38 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Nienhagen 02.09.

Hochsprung

1,16 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Winsen 12.09.

1,15 Schneider, Martin 37 VfL Lingen Wunstorf 23.05.

Weitsprung

4,09 -0,3 Renzenbrink, Fritz 39 SV Quitt Ankum Wunstorf 23.05.

3,74 +0,3 Schneider, Martin 37 VfL Lingen Wunstorf 23.05.

3,54 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Winsen 12.09.

Kugelstoss 4 kg

11,87 Riep, Kurt 38 TV Hude Wunstorf 23.05.

9,91 Schneider, Martin 37 VfL Lingen Lingen 15.08.

8,09 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Meppen 16.08.

8,02	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Winsen 12.09.
6,49	Grüter, Richard	39 VfL Lingen	Lingen 15.08.

Diskuswurf 1 kg

40,35	Riep, Kurt	38 TV Hude	Wunstorf 23.05.
37,15	Bux, Ernst	36 Heidmühler FC	Bremen 19.04.
34,33	Schneider, Martin	37 VfL Lingen	Lingen 06.08.
21,65	Willkomm, Hermann-Jose	37 SV Holtland	Wirdum 03.10.
20,44	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Winsen 13.09.

Hammerwurf 4 kg

29,65	Willkomm, Hermann-Jose	37 SV Holtland	Delmenhorst 26.09.
27,70	Schneider, Martin	37 VfL Lingen	Lingen 15.08.

Speerwurf 500 g

28,04	Riep, Kurt	38 TV Hude	Bremen 19.04.
16,92	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Winsen 13.09.
14,49	Willkomm, Hermann-Jose	37 SV Holtland	Groß Hesepe 16.08.

Gewichtswurf

10,82	Willkomm, Hermann-Jose	37 SV Holtland	Meppen 16.08.
-------	------------------------	----------------	---------------

Zehnkampf

3.640	Foellger, Friedhelm	37 VfL Germania Leer	Winsen 12.09/ 13.09.
	16,73(+0.3)-3,54-8,02-1,16-84,34		
	21,62(+1.3)-20,44-o.L.-16,92-8:02,26		

Werfer-Fünfkampf

1.546	Willkomm, Hermann-Jose	37 SV Holtland	Meppen 16.08.
	8,09-19,62-28,81-13,78-10,82		

Seniorinnen W 70

10 km Lauf

61:47	Janssen, Bärbel	38 TV Norden	Marienhafe 14.08.
-------	-----------------	--------------	-------------------

Kugelstoss 3 kg

6,77	Hoppe, Ute	38 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 26.09.
------	------------	------------------------	--------------------

Diskuswurf 1 kg

19,54	Hoppe, Ute	38 TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 26.09.
-------	------------	------------------------	--------------------

Senioren M 75

3000 m Lauf

15:11,8 Ungemach, Andreas 33 TV Georgsmarienhütte Melle 26.08.

5000 m Lauf

26:12,6 Ungemach, Andreas 33 TV Georgsmarienhütte Melle 26.08.

10.000 m Lauf

53:14,2 Ungemach, Andreas 33 TV Georgsmarienhütte Melle 02.09.

1 Stunde Lauf

11.128 Weichbrodt, Heinz-Geor 33 LG Wilhelmshaven Schortens 09.06.

10 km Lauf

53:50 Witte, Günter 34 1. TC Oldenburg Ofen 03.10.
 59:55 Badtke, Gerhard 34 LG Wilhelmshaven Ofen 03.10.
 60:44 Herget, Richard 31 TuS Glarum Ofen 03.10.

Kugelstoss 4 kg

9,27 Bielefeld, Ernst 32 SV Brake Delmenhorst 26.09.
 8,47 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Diskuswurf 1 kg

25,12 Vössing, Manfred 32 VfL Lingen Lingen 06.08.
 22,78 Bielefeld, Ernst 32 SV Brake Loxstedt 04.04.
 21,49 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Hammerwurf 4 kg

31,38 Bielefeld, Ernst 32 SV Brake Dessau 07.06.
 30,84 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Speerwurf 500 g

23,16 Vössing, Manfred 32 VfL Lingen Lingen 15.08.
 19,90 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Aurich 18.07.
 18,90 Bielefeld, Ernst 32 SV Brake Loxstedt 04.04.

Gewichtswurf

10,34 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Werfer-Fünfkampf

1.667 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.
 8,47-21,49-30,84-18,25-10,34

Senioren M 80

Kugelstoss 4 kg

8,42	Meyer, Heinz	26 OTB Osnabrück	Osnabrück 12.05.
7,80	Georg, Heinz	27 Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst 27.05.
6,41	Kitzel, Joachim	23 Delmenhorster TV	Wunstorf 23.05.

Diskuswurf 1 kg

19,84	Meyer, Heinz	26 OTB Osnabrück	Osnabrück 12.05.
-------	--------------	------------------	------------------

Hammerwurf 4 kg

24,26	Meyer, Heinz	26 OTB Osnabrück	Osnabrück 12.05.
-------	--------------	------------------	------------------

Senioren M 85

Kugelstoss 4 kg

6,49	Kitzel, Joachim	23 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
------	-----------------	---------------------	--------------------

Diskuswurf 1 kg

12,00	Kitzel, Joachim	23 Delmenhorster TV	Wunstorf 23.05.
11,25	Kellner, Walter	18 VfL Lingen	Lingen 15.08.

Hammerwurf 4 kg

20,76	Kitzel, Joachim	23 Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.
-------	-----------------	---------------------	--------------------

REKORDLISTE

Männer

100 m Lauf	10,43*	Schulze, Rainer (81) LG Wilhelmshaven	Wattenscheid 02.07.05
200 m Lauf	21,10*	Schulze, Rainer (81) LG Wilhelmshaven	Zeulenroda 28.05.06
400 m Lauf	46,78	Wegner, Uwe (59) LG Wilhelmshaven	Mainz 31.08.80
800 m Lauf	1:48,33	Onken, Jan-Gerhard (88) VfL Germania Leer	Leverkusen 31.07.09
1000 m Lauf	2:20,8	Wollstein, Jost (52) DSC Oldenburg	Hannover 23.07.75
1500 m Lauf	3:40,79	Schlangen, Carsten (80) SV Union Meppen	wattenscheid 03.07.05
1 Meile	4:16,34	Mäusner, Frank (65) LC Delmenhorst	Bielefeld 21.08.93
3000 m Lauf	8:01,69	Schlangen, Carsten (80) SV Union Meppen	Cuxhaven 09.07.05
5000 m Lauf	14:04,0	Hutmacher, Ulrich (46) VfL Lingen	Berlin 12.06.76
10.000 m Lauf	29:22,92	Diettrich, Georg (70) LG Wilhelmshaven	Connecticut/USA 28.04.94
1 Stunde Lauf	19.082	Hutmacher, Ulrich (46) VfL Lingen	Celle 28.03.76
10 km Lauf	30:30	Paetzke, Christoph (83) DSC Oldenburg	Korschenbroich 10.04.05
10 km Lauf Mannschaft	1:36:25	DSC Oldenburg Paetzke, Christoph (83) Pupkes, Eike Carsten (84) Hackl, Daniel (82)	Bad Liebenzell 19.09.04
25 km Lauf	1:19:30	Hutmacher, Ulrich (46) VfL Lingen	Burgdorf 27.05.76
25 km Lauf Mannschaft	4:06:52	LG Wilhelmshaven Simonsen, Hans-D. (41) Arians, Hein (28) Stolle, Enno (47)	Wilhelmshaven 10.09.70
100 km Lauf	7:01:09	Bandelt, Jürgen (51) LG Oldenburg	Rodenbach 31.10.87
100 km Lauf Mannschaft	28:48:06	LG Wilhelmshaven Schuhmacher, Olaf (67) Boehme, Dr. Detlev (47) Feil, Wilfried (43)	Neuwittenbeck 12.09.98
Halbmarathonlauf	1:07:00	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Den Haag 27.03.94
Halbmarathonlauf Mannschaft	3:38:37	LG Wilhelmshaven Raddatz, Thomas (71) Zimmermann, R. (71) Diettrich, Georg (70)	Den Haag 27.03.94
Marathonlauf	2:19:44	Ollesch, Hartmut (54) Heidmühler FC	Bremen 27.04.86
Marathonlauf Mannschaft	7:20:05	Heidmühler FC Nicolai, Albertus (45) Donnerstag, Werner (46) Ollesch, Hartmut (54)	Bremen 28.04.85
110 m Hürden	14,22	Müller, Frank (68) TV Norden	Götzis 31.05.92
400 m Hürden	51,54	Lescow, Kilian (66) OTB Osnabrück	Scheeßel 04.06.95
3000 m Hindernis	8:50,8	Kepp, Norbert (48) PSV Osnabrück	Osnabrück 21.06.69

4 x 100 m Staffel	41,33	TV Norden I Thielecke-Klei, Paul (86) André, Siewert (86) Eilers, Saarko (89) Goldenstein, Carsten (88)	Erfurt 21.07.07
4 x 200 m Staffel	1:29,19	LG Osnabrück Ojinnaka, Dominic (86) Schnieders, Frank (84) Wachhorst, Philipp (86) Gruber, Timo (84)	Osnabrück 06.09.05
4 x 400 m Staffel	3:10,20	TV Norden Schweter, Gregor (65) Müller, Frank (68) Kleemann, Gerd (65) Steinke, Michael (64)	Düsseldorf 12.08.90
4 x 800 m Staffel	7:33,4	DSC Oldenburg Lohse, Hans-Geroldi (58) Bruns, (62) Bönecke, Lutz (63) Schlachter, Henri (61)	Schneverdingen 17.06.81
3 x 1000 m Staffel	7:34,4	LG Wilhelmshaven Kuhnert, Niklas (74) Raddatz, Thomas (71) Gronewold, Lars (73)	Wilhelmshaven 14.09.94
4 x 1500 m Staffel	15:34,12	DSC Oldenburg Kinast, Karl-Friedri (60) Meyer, Andreas (62) Brock, Jürgen (63) Bäker, Jürgen (63)	Fulda 21.07.84
Olympische Staffel	3:33,80	LG Osnabrück Wollherr, Maik (85) Ojinnaka, Dominic (86) Schnieders, Frank (84) Gruber, Timo (84)	Osnabrück 06.09.05
Schweden-Staffel	1:57,21	LG Emstal Dörpen Gruber, Torsten (84) Schnieders, Frank (84) Gruber, Timo (84) Köttker, Michael (85)	Gretesch 07.09.04
5 x 10 km Staffel	2:50:34	LG Oldenburg Ebert, Michael (74) Harksen, Ulf (68) Hamann, Thomas (64) Struß, Gerold (67) Maison, Wolfgang (71)	Oldenburg 23.09.95
5000 m Bahngehen	21:14,5	Heitmann, Detlef (52) LG Unterweser Brake	Brake 10.07.85
10.000 m Bahngehen	42:27,71	Luttmann, Andreas (69) OFV Ostercappeln	Fulda 03.09.89
10 km Str.-Gehen	43:52	Müller, Carlo (67) Adelheider TV	Eschborn 13.09.86
20 km Str.-Gehen	1:28:31	Luttmann, Andreas (69) OFV Ostercappeln	Hamburg 11.08.89
20 km Str.-Gehen Mannschaft	4:40:24	OFV Ostercappeln Luttmann, Andreas (69) Kollorz, Manuel (69) Bresser, Klaus (69)	Bad Krotzing 16.04.89
50 km Str.-Gehen	4:03:23	Heitmann, Detlef (52) LG Unterweser Brake	Letter 13.10.85
Hochsprung	2.22	Wegmann, Rainer (70) DJK Füchtel-Vechta	Oldenburg 15.07.90
Stabhochsprung	5.10	Müller, Frank (68) TV Norden	Atlanta/USA 01.08.96
Weitsprung	7.74	Heide, Thorsten (69) Delmenhorster TV	Hannover 22.08.91

Dreisprung	16.49	Müller, Frank (68) TV Norden	Hamburg 12.08.89
Kugelstoss	18.14	Steinberg, Ewald (42) LG Osnabrück	Gretesch 09.06.72
Diskuswurf	57.24	Isenecker, Roland (72) TV Norden	Soltau 05.06.02
Hammerwurf	65.66	Meyer, Askold (60) LG Bersenbrück/Engter	Hannover 19.06.82
Speerwurf	71.64	Bieck, Marcus (69) TV Norden	Bad Oeynhausen 22.04.95
Ballwurf 200g	45.10	Voss, Wolfgang (46) SV Georgsheil	14.09.96
Gewichtswurf	13.78	Kieras, Günther (61) TV Rütenbrock	Groß Hesepe 08.10.05
Fünfkampf	4.013	Müller, Frank (68) TV Norden	Attendorn 21.05.89
Fünfkampf Mannschaft	11.062	7,41-58,40-21,50-41,90-4:26,45 TV Norden Müller, Frank (68) Zander, Robert (68) Kleemann, Gerd (65)	Attendorn 21.05.89
Zehnkampf	8.256	Müller, Frank (68) TV Norden	Salzgitter 21.06./22.06.90
Zehnkampf Mannschaft	22.107	10,74-7,63w-13,93-2,00-48,15 14,55-44,02-4,60-59,60-4:26,62 TV Norden Müller, Frank (68) Kleemann, Gerd (65) Zander, Robert (68)	Salzgitter 21.06./22.06.90
Werfer-Fünfkampf	2.974	Kieras, Günther (61) TV Rütenbrock	Stade 09.04.05
Werfer-Fünfkampf Mannschaft	7.123	13,16-40,69-43,67-36,50-13,58 LAC Emden/Aurich Arjes, Michael (71) Willms, Eberhard (51) Kaun, Ingo (55)	Meppen 27.04.08
DMM Bundesliga	22.148	StG TV Norden - VfL Leer	Verden
DMM Regionalliga	15.724	StG DSC/BTB Oldenbg/SV Fr.fehn	Verden
DMM Landesliga	9.677	LAC Emden/Aurich	Celle
DMM Bezirksliga	4.589	LG Osnabrück I	Osnabrück

Frauen

100 m Lauf	11,75*	Bartschat, Katrin (70) LG Delmenhorst/Diepholz	Göttingen 08.09.90
200 m Lauf	23,85*	Krug, Corinna (64) Oldenburger TB	Koblenz 30.08.81
400 m Lauf	52,92	Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte	Arnsberg 29.05.94
800 m Lauf	2:01,29	Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen	Schwechat 27.08.83
1000 m Lauf	2:40,66	Bruns, Anne (74) TV Meppen	Zürich/SUI 17.08.94
1500 m Lauf	4:09,12	Bruns, Anne (74) TV Meppen	Rhede 30.07.95
1 Meile	5:07,45	Borchers, Anke (78) LG Oldenburg	ColumbusUSA 03.06.95
3000 m Lauf	9:18,45	Breit, Elisabeth (64) LG Oldenburg	Knoxville/USA 11.04.86
5000 m Lauf	16:12,07	Bruns, Anne (74) TV Meppen	Dörpen 27.08.99
10.000 m Lauf	34:00,37	Helmich, Jutta (61) OTB Osnabrück	Wetzlar 06.09.86

1 Stunde Lauf	15.680	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Delmenhorst 13.04.02
10 km Lauf	35:14	Bokern, Kristina (86) VfL Oldenburg	Mannheim 15.09.07
10 km Lauf Mannschaft	1:52:11	OFV Ostercappeln Brandenburg, Barbara (67) Karsch, Jutta (61) Köhne, Manuela (65)	Alfeld 15.03.98
15 km Lauf	55:49	Bontjer, Hilde (63) SV Holtland	Maximiliansau 15.04.89
25 km Lauf	1:37:31	Bontjer, Hilde (63) SV Holtland	Gießen 12.04.86
100 km Lauf	9:00:09	Köhne, Manuela (65) LG Osnabrück	Rheine 31.08.02
Halbmarathonlauf	1:17:53	Willcox, Viktoria (73) LG Wilhelmshaven	Bremen 07.09.97
Halbmarathonlauf Mannschaft	4:04:53	OFV Ostercappeln Brandenburg, Barbara (67) Karsch, Jutta (61) Köhne, Manuela (65)	Emmerthal 01.03.98
Marathonlauf	2:44:52	Rusch, Corinna (65) TV Cloppenburg	Herzlake 25.10.87
Marathonlauf Mannschaft	9:20:47	OSC Damme Bussmann, Elke (66) Rolfes, Silvia (59) Kramer, Christina (58)	Berlion 29.09.02
100 m Hürden	13,58*	Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte	Scheeßel 18.05.97
400 m Hürden	54,22	Rieger, Silvia (70) LAC Emden/Aurich	Johannesburg/RSA 11.09.98
3000 m Hindernis	10:53,53	Kahmann, Kerstin (73) OFV Ostercappeln	Braunschweig 11.07.04
4 x 100 m Staffel	47,14	LG Oldenburg Seyler, Gaby (61) Holert, Andrea (61) Förster, Dörthe (68) Esdorn, Bettina (61)	Frankfurt 23.07.98
4 x 400 m Staffel	3:41,50	LAC Emden/Aurich Wollers, Silke (79) Ringel, Kristin (79) Jacob, Hedda (79) Rieger, Silvia (70)	Berlin 05.07.98
3 x 800 m Staffel	6:18,88	VfL Ockenhausen Janhsen, Frieda (65) Huneke, Heike (66) Bens, Monika (66)	Berlin 21.07.85
Olympische Staffel	4:03,8	LG Osnabrück Kuhlmann, Sarah (77) Lichte, Urte (67) Gröne, Corinne (72) Wollherr, Magdalena ()	Osnabrück 21.08.01
Schweden-Staffel	2:39,7	LGG Ganderkesee Reiners, Annette (70) Heise, Franziska (84) De Groot, Karen (87) Garde, Diana (70)	Ganderkesee 06.10.06
5 x 10 km Staffel	3:34:43	LG Wilhelmshaven Paga, Ulla (52) Krause, G. () Willerts, Elfriede (36) Spallek, Christiane (65) Schellenberg, Waltraut (47)	Oldenburg 24.09.94
3000 m Bahngehen	13:34,82	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Gütersloh 25.06.05
5000 m Bahngehen	22:30,15	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Neustadt/Rbg. 25.04.04

10.000 m Bahngehen	48:39,63	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Berlin 04.07.98
5 km Str.-Gehen	22:24	Kollorz, Barbara (67) LG Osnabrück	Fürth 08.08.87
5 km Str.-Gehen Mannschaft	1:13:29	LG Osnabrück Brandenburg, Barbara (67) Birkemeyer, Sonja (89) Bludau, Sirkka (87)	Hildesheim 28.08.05
10 km Str.-Gehen	47:17	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Kerpen 04.06.05
10 km Str.-Gehen Mannschaft	2:34:26	OFV Ostercappeln Kollorz, Babara (67) Luttmann, Anja (72) Krahn, Birgit (71)	Naumburg 21.04.91
20 km Str.-Gehen	1:43:27	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Hildesheim 05.06.04
Hochsprung	1.87	Wilken, Marlies (59) LG Wilhelmshaven	Bremerhaven 18.06.77
Stabhochsprung	3.35	de Boer, Tina (88) DSC Oldenburg	Bramel 01.06.09
Weitsprung	6.48	Ganseforth, Annette (70) LG Emstal Dörpen	Hamburg 12.08.89
Dreisprung	13.26*	Linnenbaum, Eva (89) TuS Neuenhaus	Lübeck 18.07.09
Kugelstoss	15.43	Selzam, Ute (73) LG Osnabrück	Stuttgart 01.07.01
Diskuswurf	56.04	Galler, Dagmar (61) LG Wilhelmshaven	Posen 12.07.80
Hammerwurf	70.73	Bunjes, Andrea (76) SV Holtland	Athen 23.08.04
Speerwurf	48.54	Breithaupt, Inge (52) LGG Ganderkesee	Salzgitter 01.07.84
Gewichtswurf	12.78	Nagel, Andrea (70) Blexer TB	Meppen 22.04.06
Fünfkampf	4.254	Gabriel, Marita (59) LG Wilhelmshaven	Lage 06.09.80
Fünfkampf Mannschaft	9.391	14,31-1,81-11,48-5,98-2:17,48 LG Osnabrück Imme, Dagmar (69) Keller, Renate (61) Lichte, Urte (67) LG Osnabrück	Koblenz 16.09.99
Siebenkampf	5.045	Tonn, Simone (81) OTB Osnabrück 14,98(+0.2)-1,63-10,94-26,25(-0.7) 5,43(+0.2)-35,59-2:21,65	Wesel 23.08./24.08.03
Siebenkampf Mannschaft	11.252	DSC Oldenburg de Boer, Tina (88) Krause, Ruth (86) Stieglitz, Rieke (84)	Hannover 07.06./08.06.08
Werfer-Fünfkampf	2.898	Nagel, Andrea (70) Blexer TB 10,84-25,39-41,33-33,14-12,74	Meppen 28.04.07
DMM Bundesliga	12.177	OTB Osnabrück	Verden
DMM Regionalliga	9.345	StG DSC / VfL / BTB Oldenburg	Verden
DMM Landesliga	6.878	LGG Ganderkesee	Verden
DMM Bezirksliga	4.053	LGG Ganderkesee	Ganderkesee

Männliche Jugend A

100 m Lauf	10,58*	Amarteifio, Patrick (73) LG Wilhelmshaven	Mönchengladbach 10.07.92
200 m Lauf	21,67*	Röttger, Stephan (87) VfL Lingen	Schneverdingen 02.07.06
400 m Lauf	46,94	Caspers, Claas (86) Heidmühler FC	Mannheim 20.06.04
800 m Lauf	1:50,2	Plätzer, Stefan (66) TuS Ofen	Koblenz 22.05.85
1000 m Lauf	2:24,51	Gruber, Daniel (89) LG Emstal Dörpen	Leverkusen 30.07.08
1500 m Lauf	3:47,40	Pehrs, Florian (89) TuS Gildehaus	Uden/NED 12.07.08
1 Meile	4:21,15	Dieckmann, Arno (87) OTB Osnabrück	Virginia/USA 27.05.05
3000 m Lauf	8:16,66	Pehrs, Florian (89) TuS Gildehaus	Wattenscheid 01.08.08
5000 m Lauf	14:15,0	Gebhardt, Peter (55) VfL Lingen	Lübeck 25.05.74
10.000 m Lauf	30:44,6	Thünemann, Andreas (64) TV Meppen	Melle 05.10.83
1 Stunde Lauf	16.052	Kühling, Fabian (88) BV Garrel	Molbergen 09.09.07
10 km Lauf	31:24	Müller, Vitali (86) SG Essen-Garthe-Molbgn.	Ohrdruf 13.03.05
10 km Lauf Mannschaft	1:43:04	SG Essen-Garthe-Molbergen Müller, Vitali (86) Maurer, Viktor (86) Meyer, Alan (86)	Burghaslach 22.03.03
15 km Lauf	48:20	Mäusner, Frank (65) Adelheider TV	Verden 03.03.84
15 km Lauf Mannschaft	2:32:03	LG Wilhelmshaven Hunsche, () Heidner, () Holzerland, ()	Maximiliansau 15.04.89
Halbmarathonlauf	1:12:38	Harwardt, Valentin (77) Emdener Laufgemeinschaft	Löningen 27.10.96
Halbmarathonlauf Mannschaft	3:57:01	SV Lemwerder Eichinger, Christian (89) Trudrung, Waldemar (89) Ammermann, Karsten (88)	Hannover 06.05.07
Marathonlauf	2:35:58	Meenen, Jens (51) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 10.10.70
110 m Hürden	13,95*	Kösters, Jens (90) LG Papenburg/Aschendorf	Zeven 30.05.09
400 m Hürden	52,7	Hustedede, Willi (59) LG Bersenbrück/Engter	Hannover 27.07.76
2000 m Hindernis	5:51,6	Wehmeyer, Axel (66) SpVg Fürstenau	London/GBR 07.07.84
4 x 100 m Staffel	42,13	LG Osnabrück Okpure, Jesse (91) Jochmann, Patrick (90) Röwekamp, Christian (90) Wilke, Matthias (92)	Berlin 20.07.08
4 x 400 m Staffel:	3:19,6	BLK Bersenbrück Buse, (59) Gediga, (60) Hustedede, (59) Strehl, (59)	Sindelfingen 10.10.76
3 x 1000 m Staffel	7:37,97	LAC Emden/Aurich Poppinga, (71) Brauner, Michael (71) Aden, (71)	Düsseldorf 11.08.90

Olympische Staffel	3:34,35	OTB Osnabrück Wenning, Dirk (79) Grüning, Kai (78) Fitschen, Uwe (78) Fitschen, Jan (77)	Lehrte 09.06.96
Schweden-Staffel	1:59,59	LG Osnabrück I Wachhorst, Philipp (86) Kopatz, Tim (87) Ojinnaka, Dominic (86) Fink, Waldemar (87)	Osnabrück 10.09.05
5000 m Bahngehen	21:13,77	Luttmann, Andreas (69) LG Osnabrück	Sindelfingen 24.07.87
10.000 m Bahngehen	43:24,53	Luttmann, Andreas (69) OFV Ostercappeln	Lübeck 08.07.88
5 km Str.-Gehen	23:18	Müller, Carlo (67) Adelheider TV	Frankfurt 06.05.84
10 km Str.-Gehen	43:52	Müller, Carlo (67) Adelheider TV	Eschborn 13.09.86
20 km Str.-Gehen	1:32:28	Müller, Carlo (67) Adelheider TV	Ichenhausen 20.04.86
Hochsprung	2.20	Zumsande, Hannes (79) LG Emstal Dörpen	Oldenburg 06.06.98
Stabhochsprung	4.50	Schwagmann, Norbert (73) LG Papenburg/Aschendorf	Osnabrück 14.06.92
Weitsprung	7.48*	Müller, Frank (68) TV Norden	Hannover 27.09.87
Dreisprung	15.84*	Müller, Frank (68) TV Norden	Hamburg 15.08.87
Kugelstoss	17.69	Isenecker, Roland (72) LG Wilhelmshaven	Georgsheil 13.10.91
Diskuswurf	57.98	Isenecker, Roland (72) LG Wilhelmshaven	Georgsheil 02.10.91
Hammerwurf	57.55	Wixler, Andreas (84) TSG Dissen	Dissen 29.09.03
Speerwurf	67.93	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Rostock 21.09.02
Gewichtswurf	12.16	Plöger, Holger (88) LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe 06.10.07
Fünfkampf	3.862	Rabenstein, Jens (78) TV Norden	Wesel 30.08.97
Fünfkampf Mannschaft	14.852	11,14-7,14-143,92- 1,87-50,86 VfL Germania Leer Ruchel, Lars (80) Seinschedt, Lars (80) Warfsmann, Jens (80) Hofmann, Nils (80) Renken, Florian (80)	Zeven 17.07.99
Zehnkampf	7.044	Peselmann, Nicolai (83) OTB Osnabrück	Berlin 31.08./01.09.02
Zehnkampf Mannschaft	19.767	11,51(+0.5)-7,02(+0.3)-14,89-1,87-51,74 15,41(+0.5)-35,03-4,10-50,67-4:43,03 TV Norden Rabenstein, Jens (78) Tebben, Volker (79) Bellmann, Malte (78)	Wesel 30.08./31.08.97
DJMM Gruppe 1	14.407	SV Friedrichsfehn	Hannover
DJMM Gruppe 2	9.260	StG DSC/BTB Oldenbg/SV Fr.fehn	Celle
DJMM Gruppe 3	5.223	LG Papenburg/Aschendorf	Emden
DJMM Gruppe 4	4.893	LG Emstal Dörpen	Dörpen

Weibliche Jugend A

100 m Lauf	11,81*	Krug, Corinna (64) Oldenburger TB	Sindelfingen 09.07.83
200 m Lauf	23,69*	Spelmeyer, Ruth Sophia (90) VfL Oldenburg	Novi Sad/SRB 24.07.09
400 m Lauf	53,70	Huneke, Heike (66) VfL Ockenhausen	Mönchengladbach 18.08.84
800 m Lauf	2:01,29	Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen	Schwechat 27.08.83
1000 m Lauf	2:52,95	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Osnabrück 02.06.09
1500 m Lauf	4:18,42	Thieke, Stephanie (86) LG Emstal Dörpen	Grosseto/Ita 16.07.04
1 Meile	5:31,95	Schweer, Jana (85) LG Osnabrück	Osnabrück 28.05.03
3000 m Lauf	9:19,98	Janhsen, Frieda (65) VfL Ockenhausen	Koblenz 29.08.84
5000 m Lauf	16:41,9	Bruns, Anne (74) TV Meppen	Lingen 11.09.93
10.000 m Lauf	37:39,06	Musekamp, Lea (86) VfL Lingen	Minden 20.08.03
1 Stunde Lauf	13.010	Robbers, Katharina (91) SV Sparta Werlte	Börger 07.08.09
10 km Lauf	36:45	Schwennen, Cornelia (87) SV Concordia Emsbüren	Ohrdruf 13.03.05
10 km Lauf Mannschaft	2:05:09	VfL Lingen Musekamp, Lea (86) Friesen, Heike (86) Brink, Janne (87)	Lingen 24.05.03
Halbmarathonlauf	1:31:38	Arlinghaus, Ann-Katrin (89) LG Wilhelmshaven	Lingen 05.10.08
100 m Hürden	13,79*	Bartschat, Katrin (70) LG Delmenhorst/Diepholz	Osterode 18.06.89
400 m Hürden	56,33	Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte	Zürich 16.08.89
2000 m Hindernis	7:23,72	Palmowski, Jana (88) TuS Bersenbrück	Zeven 27.05.07
4 x 100 m Staffel	47,90	LG Wilhelmshaven Straus, Hanne (89) Zähler, Nadine (92) Tappe, Aike (90) Zaage, Camilla (90)	Hamel 29.06.08
3 x 800 m Staffel	6:23,89	VfL Ockenhausen Engel, (66) Janhsen, (65) Bens, (66)	Bremen 26.06.83
Olympische Staffel	4:00,93	LG Emstal Dörpen Thieke, Stephanie (86) Hermes, Theresa (89) Ohmstede, Dörthe (89) Hunfeld, Karina (89)	Osnabrück 06.09.05
Schweden-Staffel	2:20,78	LG Emstal Dörpen Jansen, Esther (84) Heskamp, Katrin (85) Thieke, Stephanie (86) Busmann, A. ()	Osnabrück 04.09.01
5000 m Bahngehen	23:52,8	Kollorz, Barbara (67) LG Osnabrück	Hildesheim 06.09.86
5 km Str.-Gehen	24:58	Birkemeyer, Sonja (89) LG Osnabrück	Kerpen 04.06.05
10 km Str.-Gehen	54:18	Bludau, Sirkka (87) LG Osnabrück	Dresden 24.04.05
Hochsprung	1.87	Wilken, Marlies (59) LG Wilhelmshaven	Bremerhaven 18.06.77

Stabhochsprung	3.20	de Boer, Tina (88) VfL Germania Leer	Braunschweig 30.06.07
Weitsprung	6.48	Ganseforth, Annette (70) LG Emstal Dörpen	Hamburg 12.08.89
Dreisprung	13.17*	Linnenbaum, Eva (89) TuS Neuenhaus	Mannheim 21.06.08
Kugelstoss	14.83	Beyer, Inga (74) SV Holtland	Oldenburg 23.06.93
Diskuswurf	56.04	Galler, Dagmar (61) LG Wilhelmshaven	Posen 12.07.80
Hammerwurf	59.21	Nannen, Mareike (90) SV Holtland	Gottingen 28.06.09
Speerwurf	43.80	Janssen, Hedda (69) TV Norden	Hesel 20.03.93
Dreikampf	1.997	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer	Leer 10.10.98
Vierkampf	3.216	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer	Zeven 17.07.99
Vierkampf Mannschaft	11.855	DSC Oldenburg Wollstein, Romy (86) Bredendiek, Jana (85) Wollstein, Sara (85) Petersen, Maike (85) Ebeling, Eva (85)	Osnabrück 26.06.04
Fünfkampf	2.976	Böert, Lena (85) OTB Osnabrück	Langen 28.09.03
Siebenkampf	5.265	Reiners, Jennifer (78) LG Papenburg/Aschendorf 15,39(-1.4)-1,63-10,68-25,50(+0.8) 5,89(+1.5)-36,12-2:16,01	Bernhausen 21.06./22.06.97
Siebenkampf Mannschaft	13.490	LG Papenburg/Aschendorf Reiners, Jeniffer (78) Spiller, Christina (79) Kuhr, Petra (79)	Salzgitter 07.06./08.06.97
DJMM Gruppe 1	9.796	LG Ihrhove/Warsingsfehn	Delmenhorst
DJMM Gruppe 2	6.914	OTB Osnabrück	Celle
DJMM Gruppe 3	3.846	Fortuna Wirdum	Emden

Männliche Jugend B

100 m Lauf	10,82*	Amarteifio, Patrick (73) LG Wilhelmshaven	Schöningen 23.06.90
200 m Lauf	22,17*	Jochmann, Patrick (90) LG Osnabrück	Wattenscheid 23.07.06
300 m Lauf	35,63	Boekhoff, Ingo (75) LG Uplengen	Holzminden 20.06.92
400 m Lauf	48,3	Hustede, Willi (59)	Hannover 26.09.76
800 m Lauf	1:54,1	Wehmeyer, Axel (66) SpVg Fürstenau	Weyhe 31.08.83
1000 m Lauf	2:26,0	Wehmeyer, Axel (66) SpVg Fürstenau	Dissen 28.09.83
1500 m Lauf	3:52,34	Wehmeyer, Axel (66) SpVg Fürstenau	Osnabrück 05.06.83
1 Meile	4:42,4	Nerkamp, Jens (89) BV Garrel	Ofen 06.10.06
3000 m Lauf	8:39,42	Gronewold, Lars (73) LG Wilhelmshaven	Bruchköbel 14.07.90
5000 m Lauf	15:03,2	Funke, Willi (59)	Bremerhaven 06.08.76

1 Stunde Lauf	14.666	Plüster, Bernd (91) SV DJK Eintracht Börger	Börger 31.08.07
7,5 km Lauf	24:17	Gronewold, Lars (73) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 05.11.89
7,5 km Lauf Mannschaft	1:26:42	VfL Germania Leer de Jonge, Stefan (76) Feth, Jan (76) Waschkau, Jan (77)	Leer 03.10.93
10 km Lauf	32:13	Schneiders, Ingo (88) SV Concordia Emsbüren	Ohrdruf 13.03.05
10 km Lauf Mannschaft	1:39:22	SV Concordia Emsbüren Schneiders, Ingo (88) Schneiders, Marcel (88) Gruber, Daniel (89)	Ohrdruf 13.03.05
Halbmarathonlauf	1:19:24	Schoon, Volker (76) LAC Emden/Aurich	Bremervörde 17.10.93
110 m Hürden	13,66*	Amarteifio, Patrick (73) LG Wilhelmshaven	Bruchköbel 14.07.90
300 m Hürden	37,77	Blessin, Florian (76) LG Delmenhorst	M'Gladbach 11.07.92
400 m Hürden	52,7	Hustede, Willi (59) BLK Bersenbrück	Hannover 27.06.76
2000 m Hindernis	5:57,49	Wehmeyer, Axel (66) SpVg Fürstenau	Hamburg 18.06.83
4 x 100 m Staffel	43,19	LG Osnabrück Flottmann, Florian (90) Jochmann, Patrick (90) Röwekamp, Christian (90) Okpure, (91)	Ulm 03.08.07
4 x 400 m Staffel	3:35,64	DSC Oldenburg Bamstedt, Nicolaus (93) Akkad, Jamil (93) Künnen, Hinnerk (93) Brümmer, Steffen (94)	Osnabrück 18.04.09
3 x 1000 m Staffel	8:03,6	VfL Lingen Van Hooven, (71) Koopmann, (71) Schroer, (71)	Wunstorf 08.05.88
Olympische Staffel	3:43,6	OTB Osnabrück Spielmeyer, Anders (87) Flohr, Alwin (88) Hiebenga, Simon (87) Stolp, Moritz (89)	Edemissen 25.08.04
Schweden-Staffel	2:01,23	OTB Osnabrück Spielmeyer, Anders (87) Stolp, Moritz (89) Flohr, Alwin (88) Hiebenga, Simon (87)	Gretesch 07.09.04
5000 m Bahngehen	21:49,16	Luttmann, Andreas (69) OFV Ostercappeln	Krefeld 25.07.86
5 km Str.-Gehen	25:26	Schweer, Jannek (88) LG Osnabrück	Kerpen 04.06.05
10 km Str.-Gehen	53:03	Schweer, Jannek (88) LG Osnabrück	Dresden 24.04.05
Hochsprung	2.12	Zumsande, Hannes (79) LG Emstal Dörpen	Eberstadt 08.09.96
Stabhochsprung	4.22	Schwagmann, Norbert (73) LG Emstal Dörpen	Scheeßel 03.06.90
Weitsprung	7.06	Müller, Frank (68) TV Norden	Hannover 29.09.85
Dreisprung	14.99	Müller, Frank (68) TV Norden	Stade 04.10.85
Kugelstoss	17.97	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Bremen 18.06.00
Diskuswurf	54.65	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Georgsheil 01.07.00

Hammerwurf	60.23	Wixler, Andreas (84) TSG Dissen	Dissen 22.06.01
Speerwurf	70.63	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Leer 06.05.00
Gewichtswurf	9.07	Schütt, Christian (90) LG Papenburg/Aschendorf	Groß Hesepe 06.10.07
Dreikampf	1.653	Ruprecht, Stefan (87) TuS Tossens 11,6-5,38-10,45	Esenshamm 27.06.04
Fünfkampf	3.750	Rabenstein, Jens (78) TV Norden 11,33-6,77w-15,03-1,80-36,62	Salzgitter 27.05.95
Fünfkampf Mannschaft	14.863	TV Norden Rabenstein, Jens (78) Wojtasiak, Adrian (78) Brink, Manuel (79) Scholz, Jan (81) Tebben, Volker (79)	Salzgitter 27.05.95
Zehnkampf	7.042	Rabenstein, Jens (78) TV Norden 11,33-6,77-15,03-1,80-36,62 14,95-42,76-3,70-45,10-4:42,68	Salzgitter 27.05./28.05.95
Zehnkampf Mannschaft	18.027	TV Norden Rabenstein, Jens (78) Wojtassiak, Adrian (78) Brink, Manuel (79)	Salzgitter 27.05./28.05.95
DJMM Gruppe 2	7.613	I	Lingen
DJMM Gruppe 3	5.158	LG Papenburg/Aschendorf	Emden
DJMM Gruppe 4	4.599	LG Osnabrück	Osnabrück

Weibliche Jugend B

100 m Lauf	11,5	Krug, Corinna (64) LG Oldenburg	Itzehoe 19.09.81
200 m Lauf	23,85	Krug, Corinna (64) LG Oldenburg	Koblenz 30.08.81
300 m Lauf	39,81	Breninck, Simone (80) TV Norden	Zeven 17.05.97
400 m Lauf	53,6	Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen	Berlin 10.09.83
800 m Lauf	2:01,29	Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen	Schwechat 27.08.83
1500 m Lauf	4:21,05	Thieke, Stephanie (86) LG Emstal Dörpen	Mannheim 21.06.03
3000 m Lauf	9:33,29	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Marrakesch/MAR 14.07.05
5000 m Lauf	17:21,58	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Papenburg 30.09.05
10.000 m Lauf	37:39,06	Musekamp, Lea (86) VfL Lingen	Minden 20.08.03
7,5 km Lauf	27:22	Nußbeck, Sylvia (77) LG Delmenhorst	Emmerthal 08.08.93
7,5 km Lauf Mannschaft	1:34:24	VfL Lingen Musekamp, Lea (86) Klus, Corinna (86) Friesen, Heike (86)	Emmerthal 19.10.02
10 km Lauf	37:19	Schwennen, Cornelia (87) SV Concordia Emsbüren	Rheine-Melsum 30.11.03
10 km Lauf Mannschaft	2:05:09	VfL Lingen Musekamp, Lea (86) Friesen, Heike (86) Brink, Janne (87)	Lingen 24.05.03

Halbmarathonlauf	1:30:40	Dietel, Mona (90) SV Lemwerder	Hannover 06.05.07
100 m Hürden	13,85*	Bartschat, Katrin (70) LG Delmenhorst/Diepholz	Hannover 24.08.86
300 m Hürden	43,32	Jacob, Hedda (79) TuS Eintracht Hinte	Erfurt 05.07.96
400 m Hürden	57,44	Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte	Birmingham/GBR 09.08.87
1500m Hindernis	5:13,35	Deters, Franziska (93) LAV Meppen	Zeven 31.05.09
4 x 100 m Staffel	47,33	LG Wilhelmshaven Brosig, () Baumann, () Oetken, () Mielke, ()	Göttingen 30.07.78
4 x 400 m Staffel	4:08,66	VfL Lönningen Beyer, Jennifer (93) Baumann, Sarah (93) Ahrens, Mareike (93) Hackstedt, Maria (93)	Osnabrück 18.04.09
3 x 800 m Staffel	6:27,46	VfL Ockenhausen Engel, Anja (66) Janhsen, Frieda (65) Bens, Monika (66)	München 25.07.82
Schweden-Staffel	2:22,8	SG Essen-Garthe-Molbergen Seeger, Lisa (88) Haiduk, Kira (88) Niemann, Wiebke (87) Otten, Anne (88)	Wilhelmshaven 10.09.04
3000 m Bahngehen	14:04,1	Birkemeyer, Sonja (89) LG Osnabrück	Osnabrück 24.05.06
5000 m Bahngehen	23:56,02	Birkemeyer, Sonja (89) LG Osnabrück	Wattenscheid 02.07.05
5 km Str.-Gehen	24:46	Birkemeyer, Sonja (89) LG Osnabrück	Dresden 24.04.05
10 km Str.-Gehen	50:55	Birkemeyer, Sonja (89) LG Osnabrück	Leamington/GBR 17.06.06
Hochsprung	1.86	Wilken, Marlies (59) LG Wilhelmshaven	Wolfsburg 08.08.76
Stabhochsprung	3.20	Heddendorp, Anne (89) TuS Gildehaus	Osnabrück 15.10.05
Weitsprung	6.34	Ganseforth, Annette (70) LG Emstal Dörpen	Leer 12.09.87
Dreisprung	12.65*	Linnenbaum, Eva (89) TuS Neuenhaus	Garbsen 21.05.06
Kugelstoss	14.62	Kruse, Sabine (66) LG Nordenham	Hamburg 18.06.83
Diskuswurf	53.22	Galler, Dagmar (61) DSC Oldenburg	Oldenburg 23.04.78
Hammerwurf	58.25	Pohl, Daniela (87) SV Holtland	Minden 04.08.04
Speerwurf	41.66	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer	Leer 16.07.97
Dreikampf	1.896	Sulmann, Katrin (80) SV Concordia Ihrhove 12,8-5,19-9,89	Papenburg 19.04.97
Vierkampf	3.194	Englisch, Franziska (83) Braker TV 14,19(+1.4)-1,64-11,14-12,52(+1.0)	Zeven 17.07.99
Vierkampf Mannschaft	12.043	TV Norden I Conrads, Melanie (80) Breninck, Simone (80) Sjuts, Maike (80) Rahmann, Ilka (80) Gronewold, Anke (80)	Winsen 22.06.96

Siebenkampf	4.879	Englisch, Franziska (83) Braker TV	Zeven 17.07./18.07.99
		14,19(+1.4)-1,64-11,14-12,52(+1.0) 5,21(-0.3)-31,33-2:40,62	
Siebenkampf Mannschaft	12.934	TV Norden I Breninck, Simone (80) Conrads, Melanie (80) Sjuts, Maike (80)	Vaterstetten 30.08./31.08.96
DJMM Gruppe 1	3.725	TV Hude	Delmenhorst
DJMM Gruppe 4	3.515	LG Osnabrück	Osnabrück

Schüler B

5 km Lauf Mannschaft	57:07	VfL Germania Leer Woltermann, (78) Cavigelli, (78) Müller, (78)	Ihrhove 29.06.91
4 x 50 m Staffel	25,9	TV Norden Spliesteser, Sascha (78) Rabenstein, Jens (78) Wojtasiak, Adrian (78) Friedrichs, Nico (78)	Wilhelmshaven 15.09.91
4 x 75 m Staffel	40,30	LG Oldenburg Deserno, (94) Surmann, (94) Molde, (93) Pusch, (93)	Oldenburg 30.09.06
3 x 1000 m Staffel	9:33,16	BV Garrel Hackstedt, (86) Schönig, Kolja (86) Schlegel, Eugen (86)	Emstek 11.10.99
Dreikampf Mannschaft	6.072	VfL Lingen Höckner, Jonas (90) Dietz, Alexander (90) Egbers, J. (91) Jäckering, Malte (90) von Haugwitz, P. (90)	Dörpen 30.08.03
Vierkampf Mannschaft	8.522	TV Norden Moseev, Anton (89) Stein, Timo (89) Eilers, Saarko (89) Scheutwinkel, Wilke (89) Weber, Clemens (90)	Warsingsfehn 17.08.02
Blockwettk. Mannschaft	10.547	LG Wilhelmshaven Kalter, (91) Henneböhl, (91) Klug, (91) Kuck, (91) Schröter, (91)	Wilhelmshaven 15.09.04
DSMM Gruppe 1	5.944	TV Norden	Wilhelmshaven
DSMM Gruppe 2	3.581	LG Osnabrück	Osnabrück

Schüler M 12

50 m Lauf	6,8	Hinrichs, Ingo (78) SV Georgsheil	Wilhelmshaven 29.09.90
75 m Lauf	9,6	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Norden 06.09.03
1000 m Lauf	2:56,3	Izadpanah, Belayne (83) LG Wilhelmshaven	Schortens 21.05.95

2000 m Lauf	6:30,8	Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer	Melle 05.09.90
3000 m Lauf	10:02,0	Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer	Leer 27.10.90
5 km Lauf	17:32	Valentin, David (97) TV Norden	Marienhafe 14.08.09
60 m Hürden	9,2	Folkers, Andreas (76) Heidmühler FC	Schortens 26.08.88
	9,2	Blessin, Florian (76) Delmenhorster TV	Wilhelmshaven 18.09.88
Hochsprung	1.61	Glanz, Manfred (65) TV Dinklage	Dinklage 30.09.77
Stabhochsprung	2.20	Becker, Nico (97) Heidmühler FC	Bremen 30.05.09
Weitsprung	5.53	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Norden 06.09.03
Kugelstoss	14.25	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Wirdum 04.08.95
Diskuswurf	44.10	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Wirdum 04.08.95
Hammerwurf	42.27	Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum	Wirdum 03.10.04
Speerwurf	44.18	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Dörpen 16.06.95
Ballwurf 200g	66.50	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Moorhusen 20.09.95
Dreikampf	1.482	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Aurich 29.09.03
		9,6(+0.3)-5,26(-0.9)-53,00	
Vierkampf	1.966	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Norden 06.09.03
		9,6-5,53-1,55-45,00	
Blockwettk. S/S	2.365	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Warsingsfehn 09.07.03
		10,0-10,1-5,21-1,44-51,50	
Blockwettk. L	2.064	Galetzka, Cederic (93) Fortuna Wirdum	Hinte 27.08.05
		10,4-10,8-4,55-31,50-3:26,1	
Blockwettk. W	2.243	Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum	Hinte 15.05.04
		11,04-11,42-4,40-9,04-36,95	

Schüler M 13

50 m Lauf	6,80	Hinrichs, Ingo (78) SV Georgsheil	Papenburg 15.09.91
75 m Lauf	8,9	Eilers, Rainer (55) Vareler TB	Varel 22.08.68
1000 m Lauf	2:50,97	Nauermann, Oliver (91) TV Norden	Celle 27.06.04
2000 m Lauf	6:27,3	Sandmann, Peter (90)	Nordhorn 27.09.03
3000 m Lauf	9:56,1	Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer	Melle 11.09.91
5 km Lauf	17:19	Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer	Ihrhove 29.06.91
60 m Hürden	8,9	Hinrichs, Ingo (78) SV Georgsheil	Georgsheil 11.09.91
Hochsprung	1.70	Ewen, Ralf (72) TV Norden	Braunschweig 29.09.85
Stabhochsprung	2.60	Hülsebrock, Moritz (92) OTB Osnabrück	Wilhelmshaven 25.06.05

Weitsprung	5.76	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Papenburg 24.09.04
Kugelstoss	18.09	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Hinte 17.05.96
Diskuswurf	59.00	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Hesel 28.09.96
Hammerwurf	50.36	Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum	Wirdum 09.10.05
Speerwurf	52.56	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Georgsheil 09.10.96
Ballwurf 200g	81.50	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Georgsheil 19.06.96
Dreikampf	1.532	Hülsebrock, Moritz (92) OTB Osnabrück 9,42-5,40-50,50	Osnabrück 11.09.05
Vierkampf	2.028	Peters, Derk (91) SV Georgsheil 9,6-5,32-1,58-57,00	Norden 04.09.04
Blockwettk. S/S	2.433	Siemer, Torben (92) LG Osnabrück 9,8-10,1-5,16-1,48-57,00	Nordhorn 03.10.05
Blockwettk. L	2.328	Künnen, Hinnerk (93) VfL Lönningen 10,0-10,1-5,29-39,00-3:18,5	Nordenham 17.06.06
Blockwettk. W	2.830	Peters, Derk (91) SV Georgsheil 9,4-9,9-5,36-13,99-39,22	Georgsheil 24.07.04

Schüler A

5 km Lauf Mannschaft	51:13	SV Sigilträ Sögel Maurer, (86) Meyer, Alan (86) Müller, Vitali (86)	Oldenburg 21.10.01
4 x 75 m Staffel	34,71	TV Norden Hübl, Elko (78) Wojtasiak, Adrian (78) Spliesteser, Sascha (78) Rabenstein, Jens (78)	Munster 05.09.93
4 x 100 m Staffel	46,04	TV Norden Moseev, Anton (89) Scheutwinkel, Wilke (89) Eilers, Saarko (89) Becker, Florian (89)	Celle 26.06.04
Dreikampf Mannschaft	7.310	VfL Lingen Höckner, Jonas (90) Dietz, Alexander (90) Jäckering, Malte (90) Grambach, Jonas (90) Von Haugwitz, (90)	Lingen 08.06.05
Vierkampf Mannschaft	10.496	LG Papenburg/Aschendorf Kösters, Sven (90) Schütt, Christian (90) Kösters, Jens (90) Bürmann, Kevin (91) Gerbrand, (90)	Bremen 28.08.05
Achtkampf Mannschaft	12.642	TV Norden Müller, Mathias (80) Scholz, Kai Elmar (79) Brink, Manuel (79)	Egelsbach 20.08./21.08.94

Blockwettk. Mannschaft	12.917	TV Norden Moseev, Anton (89) Stein, Timo (89) Weege, Koord (89) Eilers, Saarko (89) Becker, Florian (89)	Hinte 15.05.04
DSMM Gruppe 1	10.276	OTB Osnabrück	Wunstorf
DSMM Gruppe 2	8.579	TV Norden	Wilhelmshaven
DSMM Gruppe 3	6.458	Fortuna Wirdum	Wilhelmshaven
DSMM Gruppe 4	5.502	VfL Germania Leer	Leer

Schüler M 14

75 m Lauf	9,22	Rabenstein, Jens (78) TV Norden	Landau 04.07.92
100 m Lauf	11,85	Hülsebrock, Moritz (92) OTB Osnabrück	Schneverdingen 01.07.06
300 m Lauf	37,87	Akkad, Jamil (93) VfL Lönningen	Papenburg 15.07.07
800 m Lauf	2:13,37	Rittner, Tiago (95) VfL Oldenburg	Delmenhorst 03.07.09
1000 m Lauf	2:35,7	Ulrich, Jens (69)	Melle 05.10.83
2000 m Lauf	5:55,2	Mäusner, Frank (65)	Lönningen 23.09.79
3000 m Lauf	9:20,7	Mäusner, Frank (65) TV Adelheide	Norderstedt 23.10.79
5 km Lauf	17:14	Hülkamp, Andreas (95) BV Garrel	Barßel 21.08.09
80 m Hürden	10,86*	Blessin, Florian (76) Olympia Wilhelmshaven	Bad Pyrmouth 24.06.90
300 m Hürden	42,95	Surmann, Arne (92) BTB Oldenburg	Hamburg 23.09.06
3000 m Bahngehen	14:19,0	Hielscher, Claas (69) Adelheider TV	Cuxhaven 20.10.83
5000 m Bahngehen	24:39,6	Müller, Carlo (67) Adelheider TV	Schortens 02.10.81
Hochsprung	1.84	Rabenstein, Jens (78) TV Norden	Munster 24.05.92
Stabhochsprung	3.12	Stangel, Björn (94) Heidmühler FC	Papenburg 29.08.08
Weitsprung	6.37	Pagel, Niels (77) BTB Oldenburg	Papenburg 01.09.91
Dreisprung	12.39	Rabenstein, Jens (78) TV Norden	Osterode 29.08.92
Kugelstoss	16.73	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Halle 18.05.97
Diskuswurf	59.22	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Georgsheil 11.10.97
Hammerwurf	48.82	Hemsath, Torben (93) TSG Dissen	Dissen 03.10.07
Speerwurf	59.88	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Greifswald 07.09.97
Ballwurf 200g	84.00	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Aurich 22.05.97
Dreikampf	1.570	Höckner, Jonas (90) VfL Lingen	Lingen 19.05.04
Vierkampf	2.224	12,1-5,61-58,00 Surmann, Arne (92) BTB Oldenburg	Schortens 17.09.06
		11,8-5,93-1,64-10,82	

Achtkampf	4.564h	Rabenstein, Jens (78) TV Norden 11,2-5,90-13,41-1,71-36,88 2,80-40,30-3:01,1	Gelsenkirchen 28.09./29.09.92
Blockwettk. S/S	2.723	Surmann, Arne (92) BTB Oldenburg 12,0-11,4-5,82-1,64-26,24	Nordenham 17.06.06
Blockwettk. L	2.527	Akkad, Jamil (93) VfL Lönningen 12,69-13,04-5,29-49,00-6:23,47	Lage 11.08.07
Blockwettk. W	2.898	Peters, Derk (91) SV Georgsheil 12,35-12,53-5,60-13,75-42,96	Rhede 06.08.05

Schüler M 15

75 m Lauf	8,90	Rabenstein, Jens (78) TV Norden	Munster 05.09.93
100 m Lauf	11,11*	Keller, Carsten (69) BTB Oldenburg	Oldenburg 30.06.84
300 m Lauf	35,78	Caspers, Claas (86) Heidmühler FC	Munster 15.09.01
800 m Lauf	1:59,16	Gruber, Daniel (89) SV Concordia Emsbüren	Halberstadt 19.06.04
1000 m Lauf	2:35,7	Ulrich, Jens (69)	Melle 05.10.83
2000 m Lauf	5:47,0	Gruber, Daniel (89) SV Concordia Emsbüren	Nordhorn 18.09.04
3000 m Lauf	9:01,0	Mäusner, Frank (65) Adelheider TV	Schwanewede 11.10.80
5 km Lauf	15:48	Klingenberg, Sadik (89) LG Emstal Dörpen	Lingen 04.05.04
80 m Hürden	10,62	Rabenstein, Jens (78) TV Norden	Munster 05.09.93
300 m Hürden	40,36	Jochmann, Patrick (90) LG Osnabrück	Hamburg 15.05.05
3000 m Bahngehen	14:19,0	Hielscher, Claas (69) Adelheider TV	Cuxhaven 20.10.83
5000 m Bahngehen	23:47,4	Müller, Carlo (67) Adelheider TV	Wolfsburg 17.07.82
Hochsprung	1.96	Howe, Falk (66) TuS Zetel	Holzminden 05.09.81
Stabhochsprung	3.50	Hülsebrock, Moritz (92) OTB Osnabrück	Wunstorf 29.09.07
Weitsprung	6.68*	Pagel, Niels (77) DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 21.06.92
Dreisprung	13.16	Howe, Falk (66) TuS Zetel	Holzminden 05.09.81
Kugelstoss	17.47	Peters, Derk (91) SV Georgsheil	Wehdel 19.07.06
Diskuswurf	59.22	Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil	Georgsheil 11.10.97
Hammerwurf	53.80	Hemsath, Torben (93) TSG Dissen	Bremen 30.08.08
Speerwurf	46.02	Aden, Robin (90) TV Bissendorf-Holte	Osnabrück 18.06.05
Ballwurf 200g	88.00	Lohß, Thorsten (77) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 21.06.92
Dreikampf	1.708	Höckner, Jonas (90) VfL Lingen 11,5-6,19-62,50	Lingen 08.06.05
Vierkampf	2.364	Peters, Derk (91) SV Georgsheil 11,8-5,66-1,64-15,21	Aurich 16.09.06

Achtkampf	4.825	Rabenstein, Jens (78) TV Norden 11,08-5,96-15,07-1,84-44,52 3,00-38,98-2:56,0	Bad Oeynhausen 07.08./08.08.93
Blockwettk. S/S	3.007	Surmann, Arne (92) BTB Oldenburg 11,54(+0.0)-10,74-6,23-1,72-34,73	Lage 11.08.07
Blockwettk. L	2.680	Jochmann, Patrick (90) LG Osnabrück 11,74-11,93-5,45-55,00-6:47,16	Munster 19.06.05
Blockwettk. W	3.061	Peters, Derk (91) SV Georgsheil 12,02-11,57-5,43-15,14-47,54	Hannover 26.08.06

Schülerinnen B

5 km Lauf Mannschaft	1:02:17	VfL Lingen Bernstein, Jennifer (94) Bernstein, Julia (94) Bäcker, Julia (94)	Lingen 24.04.07
4 x 50 m Staffel	27,42	SV Concordia Ihrhove Bruns, Kerstin (84) Fricke, Maike (83) Haedke, Marie-Luise (84) Brandt, Maren (83)	Papenburg 07.09.96
4 x 75 m Staffel	39,1	OTB Osnabrück Blanke, () Schnieder, () Meyer, () Frense, ()	Kattenvenne 02.09.00
3 x 800 m Staffel	7:34,9	VfL Lingen Dallherm, Anne (86) Thieke, Stephanie (86) Friesen, Heike (86)	Lingen 14.07.99
Dreikampf Mannschaft	6.788	LGG Ganderkesee Bohlken, Franziska (87) de Groot, Karen (87) Homeyer, Yasmin (87) Müller, S. (87) Sieling, J. (87)	Wilhelmshaven 06.10.00
Vierkampf Mannschaft	9.004	SV Sparta Werlte Klumpe, Elisabeth (95) Klumpe, Julia (95) Klumpe, Theresa (95) Jüngerink, Luisa (95) Gerdes, Sonja (95)	Nordhorn 22.06.08
Blockwettk. Mannschaft	11.363	LG Wilhelmshaven Schipper, M. (89) Zaage, Vanessa (90) Klibert, Patricia (89) Zaage, Camilla (90) Jung, Kristin (89)	Wilhelmshaven 25.09.02
DSMM Gruppe 1	6.654	LG Papenburg/Aschendorf	Werlte
DSMM Gruppe 2	3.976	SV Georgsheil	Schortens

Schülerinnen W 12

50 m Lauf	6,7 *	Peters, Mareike (86) SV Georgsheil	Wilhelmshaven 01.10.98
75 m Lauf	10,06	Zähler, Nadine (92) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 19.09.04
800 m Lauf	2:27,00	Menke, Lena (97) BV Garrel	Löningen 20.05.09
2000 m Lauf	7:01,9	Meyer, Lea (97) VfL Löningen	Großenkneten 30.08.09
5 km Lauf	18:53	Schweer, Jana (85) LG Osnabrück	Steinfurt 20.09.97
60 m Hürden	9,5	Münning, Marlis (86) SV Georgsheil	Wilhelmshaven 27.09.98
Hochsprung	1.56	Petershofen, Friedelinde (95) DSC Oldenburg	Dörpen 22.09.07
Stabhochsprung	2.60	Voigt, Payton (97) Heidmühler FC	Bremen 30.05.09
Weitsprung	5.17	Wulf, Jasmin (97) VfL Lingen	Lingen 19.08.09
Kugelstoss	10.44	Beyer, Inga (74) SV Holtland	Oldenburg 13.09.86
Diskuswurf	31.36	Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil	Wirdum 09.10.94
Hammerwurf	23.43	Barkhoff, Anna (87) Fortuna Wirdum	Wirdum 09.10.99
Speerwurf	31.04	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer	Marienhafe 10.10.92
Ballwurf 200g	31.50	Bentrup, Celina (97) Delmenhorster TV	Delmenhorst 21.03.09
Schlagball 80g	59.50	Hilbers, Carola (79) VfL Jheringsfehn	Wolfsburg 19.06.91
Dreikampf	1.507	Linnenbaum, Eva (89) LG Grafschaft Bentheim	Hoya 18.08.01
Vierkampf	1.940	Linnenbaum, Eva (89) LG Grafschaft Bentheim	Dörpen 18.08.01
Blockwettk. S/S	2.412	Elbert, Julia (92) LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 18.09.04
Blockwettk. L	2.439	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Hinte 09.05.02
Blockwettk. W	2.374	Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil	Wilhelmshaven 15.09.04
		10,4-10,5-4,92-9,06-23,72	

Schülerinnen W 13

75 m Lauf	9,74	Zähler, Nadine (92) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 11.06.05
800 m Lauf	2:16,6	Janhsen, Frieda (65) VfL Ockenhausen	Oldenburg 22.09.78
2000 m Lauf	6:50,66	Nußbeck, Sylvia (77) Atlas Delmenhorst	Bad Pyrmouth 23.06.90
5 km Lauf	19:10	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Lingen 06.05.03
60 m Hürden	9,1 *	Münning, Marlis (86) SV Georgsheil	Gelsenkirchen 19.09.99
Hochsprung	1.60	Elbert, Julia (92) LG Grafschaft Bentheim	Dörpen 02.07.05
	1.60	Helmers, Elke (64) VfL Ockenhausen	Bad Nenndorf 12.06.77

Stabhochsprung	3.12	Petershofen, Friedelinde (95) DSC Oldenburg	Papenburg 29.08.08
Weitsprung	5.26	Poll, Ann-Kristin (91) SC Osterbrock	Meppen 02.07.04
Kugelstoss	12.20	Beyer, Inga (74) SV Holtland	Aurich 15.08.87
Diskuswurf	39.72	Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil	Emden 02.09.95
Hammerwurf	49.64	Dirks, Nina (94) SV Holtland	Holtland 15.09.07
Speerwurf	38.90	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer	Wilhelmshaven 24.09.95
Ballwurf 200g	45.50	Mager, Fenja (95) DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 10.06.08
Schlagball 80g	58.00	Völker, Nadine (94) LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven 02.06.07
Dreikampf	1.627	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Norden 06.09.03
Vierkampf	2.108	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Norden 06.09.03
Blockwettk. S/S	2.631	Elbert, Julia (92) LG Grafschaft Bentheim	Nordhorn 03.10.05
Blockwettk. L	2.762	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Hinte 17.05.03
Blockwettk. W	2.443	Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil	Georgsheil 27.05.05
5 km Lauf Mannschaft	59:35	VfL Lingen Musekamp, Lea (86) Friesen, Claudia (87) Friesen, Heike (86)	Lingen 08.05.01
4 x 75 m Staffel	38,43	SV Concordia Ihrhove Gruben, Katja (80) Drathjer, Karina (81) Sulmann, Katrin (80) Katzenski, Stephanie (82)	Hameln 27.08.95

Schülerinnen A

4 x 100 m Staffel	50,15	OTB Osnabrück Hahn, Tasja (92) Kleen, Johanna (92) Rieck, Svenja (93) Kühnemund, Mareike (92)	Papenburg 15.07.07
3 x 800 m Staffel	6:48,3	VfL Ockenhausen Engel, Anja (66) Bens, Monika (66) Janhsen, Frieda (65)	Salzgitter 07.10.79
Dreikampf Mannschaft	7.119	VfL Lingen Dallherm, Anne (86) Friesen, Heike (86) Hohenberger, Simone (86) Schwerdt, Dorothea (86) Schwerdt, Friederike (86)	Lingen 29.08.01
Vierkampf Mannschaft	9.781	OTB Osnabrück Kleen, Johanna (92) Rieck, Svenja (93) Emminghaus, Laura (93) Kühnemund, Mareike (92) Dieckmann, Elena (92)	Bremen 09.06.07

Siebenkampf Mannschaft	10.403	OTB Osnabrück Kleen, Johanna (92) Rieck, Svenja (93) Kühnemund, Mareike (92)	Lage 11.08./12.08.07
Blockwettk. Mannschaft	12.339	OTB Osnabrück Kleen, Johanna (92) Rieck, Svenja (93) Kühnemund, Mareike (92) Emminghaus, Laura (93) Dieckmann, Elena (92)	Hamel 23.06.07
DSMM Gruppe 1	8.824	OTB Osnabrück	Osnabrück
DSMM Gruppe 2	8.068	VfL Lönigen	Wunstorf
DSMM Gruppe 3	5.583	SG Essen-Garthe-Molbergen	Wilhelmshaven
DSMM Gruppe 4	4.218	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven

Schülerinnen W 14

75 m Lauf	9,5	Betz, Inka (77) SV Concordia Ihrhove	Aurich 02.06.91
100 m Lauf	12,36	Zähler, Nadine (92) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 29.09.06
300 m Lauf	41,30	Hunfeld, Karina (89) LG Emstal Dörpen	Bremen 06.09.03
800 m Lauf	2:13,7	Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen	Oldenburg 06.09.80
2000 m Lauf	6:23,59	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Bremen 21.08.04
3000 m Lauf	9:53,2	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Melle 02.06.04
5 km Lauf	17:50	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Nordhorn 11.09.04
80 m Hürden	12,21	Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte	Sottrum 23.09.84
300 m Hürden	47,16	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Bremen 21.08.04
Hochsprung	1.69	Schulte, Alexandra (93) LAV Meppen	Wilhelmshaven 25.08.07
Stabhochsprung	3.06	Strauß, Sarah (95) Heidmühler FC	Papenburg 25.09.09
Weitsprung	5.42	Zähler, Nadine (92) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 07.05.06
Dreisprung	10.62	Heddendorp, Anne (89) TuS Gildehaus	Hengelo/NED 26.06.03
Kugelstoss	12.48	Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil	Wehdel 19.07.06
Diskuswurf	37.74	Bunjes, Andrea (76) SV Holtland	Marienhaf 02.10.90
Hammerwurf	51.50	Nannen, Mareike (90) SV Holtland	Holtland 25.09.04
Speerwurf	34.36	Seeger, Johanna (92) SV Friedrichsfehn	Hamburg 23.09.06
Ballwurf 200g	54.00	Mager, Fenja (95) DSC Oldenburg	Wilhelmshaven 09.05.09
Dreikampf	1.634	Kleen, Johanna (92) OTB Osnabrück	Osnabrück 08.06.06
Vierkampf	2.111	Peters, Mareike (86) SV Georgsheil	Wilhelmshaven 06.10.00
Siebenkampf	3.697	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Rhede 14.08./15.08.04
		12,28(+1.9)-1,60-9,07-13,26(-1.1) 4,75-30,01-2:21,50	

Blockwettk. S/S	2.712	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 13,3-12,0-5,03-1,58-31,50	Nordhorn 08.05.04
Blockwettk. L	2.613	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 13,40-12,44-4,91-47,50-7:49,30	Hinte 15.05.04
Blockwettk. W	2.691	Peters, Mareike (86) SV Georgsheil 12,71(+0.4)-12,47(-0.1)-5,21(1.3)-9,93-30,16	Vaterstetten 12.08.00

Schülerinnen W 15

75 m Lauf	9,5	Betz, Inka (77) SV Concordia Ihrhove	Aurich 02.06.91
	9,5 *	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer	Ihrhove 05.05.95
100 m Lauf	12,12	Zähler, Nadine (92) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 25.08.07
300 m Lauf	39,98	Spelmeyer, Ruth Sophia (90) VfL Oldenburg	Wilhelmshaven 26.06.05
800 m Lauf	2:08,33	Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen	Oldenburg 09.05.81
2000 m Lauf	6:16,07	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Hamburg 03.09.05
3000 m Lauf	9:33,29	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Marrakesch/MAR 14.07.05
5 km Lauf	17:14	Kock, Maren (90) LG Emstal Dörpen	Emlichheim 13.05.05
80 m Hürden	11,80	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Munster 18.06.05
300 m Hürden	43,70	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich	Lübeck 13.08.05
3000 m Bahngehen	15:21,23	Birkemeyer, Sonja (89) LG Osnabrück	Jena 02.07.04
Hochsprung	1.74	Schulte, Alexandra (93) LAV Meppen	Bremen 15.06.08
Stabhochsprung	3.00	Heddendorp, Anne (89) TuS Gildehaus	Enschede/NED 01.09.04
Weitsprung	5.75	Linnenbaum, Eva (89) TuS Neuenhaus	Nordhorn 08.05.04
Dreisprung	11.20	Hennig, Tanja (93) TuS Gildehaus	Nordhorn 30.05.08
Kugelstoss	14.12	Berends, Lina (90) LG Grafenschaft Bentheim	Papenburg 30.09.05
Diskuswurf	37.74	Bunjes, Andrea (76) SV Holtland	Marienhafe 02.10.90
Hammerwurf	58.01	Nannen, Mareike (90) SV Holtland	Delmenhorst 18.09.05
Speerwurf	39.37	Homeyer, Denise (89) LGG Ganderkesee	Delmenhorst 12.06.04
Ballwurf 200g	56.50	Völker, Nadine (94) LG Papenburg/Aschendorf	Wilhelmshaven 09.05.09
Dreikampf	1.698h	Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 9,8-5,45-53,0	Leer 06.10.95
Vierkampf	2.224	Kleen, Johanna (92) OTB Osnabrück 13,0-5,23-1,64-11,31	Bremen 09.06.07
Siebenkampf	3.807	Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 11,98-1,56-10,37-12,94 5,01-31,43-2:22,90	Rhede 06.08./07.08.05

Blockwettk. S/S	2.793	Kortenbrock, Marina (90) SG Essen-Garthe-Molbgn. 13,20-12,33-5,02-1,68-31,63	Munster 18.06.05
Blockwettk. L	2.576	Dittmar, Anna (90) LG Papenburg/Aschendorf 13,19-12,87-4,65-45,00-7:39,76	Munster 18.06.05
Blockwettk. W	2.770	Peters, Mareike (86) SV Georgsheil 12,76(-1.4)-12,01(-0.6) 5,15(+0.5)-11,52-29,84	Rhede 18.08.01

Senioren M 30

100 m Lauf	10,5 *	Kampsen, Bernhard (59) OSC Damme	Oldenburg 08.09.90
200 m Lauf	22,00	Behte, Michael (44) OTB Osnabrück	Gettysburg/USA 03.07.77
400 m Lauf	47,93	Rebbe, Holger (69) OTB Osnabrück	Winsen/Luhe 23.05.99
800 m Lauf	1:53,05	Lohse, Hans-Gerold (58) LG Oldenburg	Oldenburg 13.08.88
1000 m Lauf	2:29,0	Lohse, Hans-Gerold (58) DSC Oldenburg	Weyhe 31.08.88
1500 m Lauf	3:56,89	Wollstein, Jost (52) DSC Oldenburg	Oldenburg 13.05.84
1 Meile	4:44,00	Pikutzki, Claus (60) OFV Ostercappeln	Delmenhorst 13.05.00
3000 m Lauf	8:09,8	Hutmacher, Ulrich (46) VfL Lingen	Dortmund 06.06.76
5000 m Lauf	14:04,0	Hutmacher, Ulrich (46) VfL Lingen	Berlin 12.06.76
10.000 m Lauf	30:19,19	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Delmenhorst 04.06.94
1 Stunde Lauf	19.082	Hutmacher, Ulrich (46) VfL Lingen	Celle 28.03.76
10 km Lauf	30:50	Eckstein, Klaus (67) LC Nordhorn	Lingen 09.06.01
10 km Lauf Mannschaft	1:38:12	LG Ihrhove/Warsingsfehn Heidergott, Enno (71) Steinke, Peter (70) Brauner, Michael (71)	Alfeld 18.03.01
25 km Lauf	1:22:02	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Paderborn 02.04.83
100 km Lauf	7:30:28	van Velden, Johannes (46) LG Unterweser Brake	Winschoten 08.09.90
Halbmarathonlauf	1:07:00	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Den Haag 27.03.94
Halbmarathonlauf Mannschaft	3:46:20	TV Norden Valentin, Jörg (62) Steinke, Peter (70) Iglesias, Bernardo (55)	Hattingen 09.03.03
Marathonlauf	2:19:44	Ollesch, Hartmut (54) Heidmühler FC	Bremen 27.04.86
Marathonlauf Mannschaft	7:20:05	Heidmühler FC Ollesch, Hartmut (54) Donnerstag, Werner (46) Nicolai, Albertus (45)	Bremen 28.04.86
110 m Hürden	14,2 *	Peselmann, Friedhelm (52) OTB Osnabrück	Lingen 11.09.82
400 m Hürden	52,15	Lescow, Kilian (66) OTB Osnabrück	Scheeßel 18.05.97
3000 m Hindernis	9:27,2	Thienemann, Günter (38) LG Wilhelmshaven	Oldenburg 06.07.69

4 x 100 m Staffel	43,69	OTB Osnabrück Rieck, Harald (62) Nolte, Gerald (63) Petersen, Jens (65) Urbschat, Ralf (66)	Hagen 06.07.96
4 x 400 m Staffel	3:19,12	OTB Osnabrück Petersen, Jens (65) Nolte, Gerald (63) Urbschat, Ralf (66) Lescow, Kilian (66)	Schweinfurt 16.08.97
3 x 1000 m Staffel	7:36,48	LG Oldenburg Bönecke, (59) Brock, (59) Lohse, (58)	Scheeßel 02.09.89
5 x 10 km Staffel	3:05:10	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Christians, Borchard (58) Knobel, Karl-Heinz (53) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Tjarks, Eduard (54) Ludwig, Reinhard (59)	Oldenburg 24.06.00
20 km Str.-Gehen	1:29:13	Heitmann, Detlef (52) LG Unterweser Brake	Delmenhorst 10.06.84
50 km Str.-Gehen	4:11:15	Heitmann, Detlef (52) LG Unterweser Brake	Norderstedt 16.09.84
Hochsprung	2.00	Klose, Jörg (65) TV Norden	Delmenhorst 15.08.97
Stabhochsprung	4.70	Müller, Frank (68) TV Norden	Verden 16.05.98
Weitsprung	7.16	Heimermann, Detlev (45) DSC Oldenburg	Bremerhaven 30.08.75
Dreisprung	15.72*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Frankfurt/Main 28.06.97
Kugelstoss	16.47	Spiller, Peter (41) LG Papenburg/Aschendorf	Sögel 07.09.80
Diskuswurf	57.52	Isenecker, Roland (72) TV Norden	Barcelona/ESP 02.08.03
Hammerwurf	56.61	Hein, Karl (08) KM Wilhelmshaven	Gotha 30.09.41
Speerwurf	67.22	Bieck, Marcus (69) TV Norden	Winsen 12.06.89
Gewichtswurf	12.31	Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich	Leverkusen 11.06.05
Fünfkampf	3.333	Voß, Wolfgang (46) TuS Pewsum	Emden 23.06.76
Fünfkampf Mannschaft	7.259	OTB Osnabrück Gerlee, Sascha (75) Deppe, Gert (64) Strauß, Matthias (71)	Hofgeismar 18.06.05
Zehnkampf	6.219	Peselmann, Friedhelm (52)	Bersenbrück 18.09./19.09.82
Zehnkampf Mannschaft	14.140	11,40-6,43-11,80-1,78-54,00 14,60-39,34-3,20-40,40-5:08,0 OTB Osnabrück Gerlee, Sascha (75) Müller, Christoph (64) Strüber, Heiko (66)	Osnabrück 30.04./01.05.05
Werfer-Fünfkampf	2.921	Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich	Aurich 08.07.05
DAMM Gruppe A	11.502	OTB Osnabrück	Nordhorn
DAMM Gruppe B	4.107	LGG Ganderkesee	Ganderkesee
DAMM	9.210	Fortuna Wirdum	Emden

Seniorinnen W 30

100 m Lauf	12,0 *	Wandscher, Elke (43) VfL Oldenburg	Oldenburg 21.06.75
200 m Lauf	25,01	Wandscher, Elke (43) VfL Oldenburg	Hannover 19.07.79
400 m Lauf	57,16	Kuhlmann, Sarah (77) LG Osnabrück	Zittau 07.07.07
800 m Lauf	2:08,70	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Malmö/SWE 26.07.96
1000 m Lauf	2:52,24	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Dortmund 22.06.97
1500 m Lauf	4:22,71	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Köln 21.06.96
1 Meile	5:26,94	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Delmenhorst 13.05.00
3000 m Lauf	9:58,2	Kahmann, Kerstin (73) OFV Ostercappeln	Melle 02.06.04
5000 m Lauf	17:16,20	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Menden 17.05.97
10.000 m Lauf	35:54,20	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Bad Oeynhausen 20.04.97
1 Stunde Lauf	15.680	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Delmenhorst 13.04.02
10 km Lauf	36:10	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Oldenburg 19.10.03
10 km Lauf Mannschaft	1:52:11	OFV Ostercappeln Brandenburg, Barbara (67) Karsch, Jutta (61) Köhne, Manuela (65)	Alfeld 15.03.98
15 km Lauf	1:01:00	Beyer, Claudia (61) VfL Germania Leer	Ihrhove 29.06.91
25 km Lauf	1:49:53	Reinhardt, Mareike (40) TV Norden	Schortens 23.03.85
100 km Lauf	9:00:09	Köhne, Manuela (65) LG Osnabrück	Rheine 31.08.02
Halbmarathonlauf	1:20:18	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Emmerthal 11.05.97
Halbmarathonlauf Mannschaft	4:04:53	OFV Ostercappeln Brandenburg, Barbara (67) Karsch, Jutta (61) Köhne, Manuela (65)	Emmerthal 01.03.98
Marathonlauf	2:53:17	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Berlin 29.09.02
Marathonlauf Mannschaft	9:20:47	OSC Damme Bussmann, Elke (66) Rolfes, Silvia (59) Kramer, Christina (58)	Berlin 29.09.02
100 m Hürden	14,29	Tappe, Marlis (59) LG Wilhelmshaven	Wetzlar 25.08.95
400 m Hürden	56,21	Rieger, Silvia (70) LAC Emden/Aurich	Jena 03.06.00
3000 m Hindernis	10:53,53	Kahmann, Kerstin (73) OFV Ostercappeln	Braunschweig 11.07.04
4 x 100 m Staffel	51,48	LG Osnabrück Pfannenschmidt, (67) Repking, Kirsten (67) Keller, Renate (61) Lichte, Urte (67)	Konstanz 11.07.98
3 x 800 m Staffel	7:14,70	LG Osnabrück Forthmann, Silke (70) Sackmann, Petra (65) Gröne, Corinne (72)	Weinstadt 27.07.02
5000 m Bahngehen	22:30,15	Brandenburg, Barbara (67) OFV Ostercappeln	Neustadt/Rbg. 25.04.04

10 km Str.-Gehen	48:15	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Eilenburg 23.03.02
20 km Str.-Gehen	1:43:27	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Hildesheim 05.06.04
Hochsprung	1.62	Behte, Gaby (57) Blau-Weiß Hollage	Osnabrück 19.09.87
Stabhochsprung	1.79	Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum	Marienhafe 09.07.03
Weitsprung	6.01	Wieting, Elke (45) LG Wilhelmshaven	Hannover 27.06.76
Dreisprung	11.39	Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Gelsenkirchen 26.08.00
Kugelstoss	14.01	Selzam, Ute (73) LG Osnabrück	Celle 15.08.03
Diskuswurf	44.91	Sonneck, Karen (28) VfL Osnabrück	Hildesheim 08.06.58
Hammerwurf	43.71	Bewarder, Stephanie (74) TSG Dissen	Dissen 03.10.06
Speerwurf	48.54	Breithaupt, Inge (52) LGG Ganderkesee	Salzgitter 01.07.84
Gewichtswurf	11.25	Tiben, Sylvia (76) TV Rütenbrock	Meppen 27.04.08
Fünfkampf	3.458	Tappe, Marlis (59) LG Wilhelmshaven	Ahlen 04.06.95
Fünfkampf Mannschaft	9.391	15,16-1,64-9,37-5,32-2:28,04 LG Osnabrück Imme, Dagmar (69) Lichte, Urte (67) Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Koblenz 19.06.99
Siebenkampf	4.387	Imme, Dagmar (69) LG Osnabrück 16,87(+1.3)-1,52-11,16-27,60(-1.2) 5,27(+1.0)-36,08-2:34,51	Zeven 08.07./09.07.00
DAMM Gruppe A	5.476	VfL Lingen	Lingen
DAMM Gruppe B	2.712	Fortuna Wirdum	Oldenburg

Senioren M 35

100 m Lauf	10,7	Behte, Michael (44) BLK Bersenbrück	Bad Essen 01.08.79
200 m Lauf	22,39	Meyer, Werner (50) TV Cloppenburg	München 21.07.85
400 m Lauf	49,74	Meyer, Werner (50) TV Cloppenburg	München 20.07.85
800 m Lauf	1:59,56	Lohse, Hans-Gerold (58) LG Oldenburg	Oldenburg 20.07.94
1000 m Lauf	2:32,3	Heinrich, Reinhard (48) OSC Damme	Oldenburg 13.07.83
1500 m Lauf	3:57,61	Heinrich, Reinhard (48) OSC Damme	Schriesheim 02.07.83
1 Meile	4:44,00	Pikutzki, Claus (60) OFV Ostercappeln	Delmenhorst 13.05.00
3000 m Lauf	8:38,2	Ollesch, Hartmut (54) Heidmühler FC	Oldenburg 26.07.89
5000 m Lauf	15:02,6	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Weyhe 12.04.80
	15:02,6	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Menden 08.05.98
10.000 m Lauf	30:47,50	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Köln 25.04.98
1 Stunde Lauf	18.038	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Borgholzhausen 03.09.00

10 km Lauf	31:24	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Leverkusen 07.03.99
25 km Lauf	1:22:02	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Paderborn 02.04.83
100 km Lauf	7:30:28	Van Velden, Johannes (46) LG Unterweser Brake	Winschoten 08.09.90
Halbmarathonlauf	1:09:48	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Xanten 27.03.99
Marathonlauf	2:23:00	Sandau, Horst (47) LG Wilhelmshaven	Frankfurt 15.05.83
110 m Hürden	14,80*	Peselmann, Friedhelm (52) OTB Osnabrück	Hannover 21.06.87
400 m Hürden	53,26	Lescow, Kilian (66) OTB Osnabrück	Lübeck 21.07.01
3000 m Hindernis	9:45,0	Breeck, Christian (58) SC Melle 03	Melle 25.06.94
20 km Str.-Gehen	1:30:09	Heitmann, Detlef (52) LG Unterweser Brake	Celle 19.03.89
Hochsprung	1.91	Hiller, Jan (73) BTB Oldenburg	Suderburg 17.08.08
Stabhochsprung	4.20	Müller, Frank (68) TV Norden	Minden 22.05.04
Weitsprung	6.90*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Hannover 07.06.97
Dreisprung	15.72*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Frankfurt/Main 28.06.97
Kugelstoss	16.47	Spiller, Peter (41) LG Papenburg/Aschendorf	Sögel 07.09.80
Diskuswurf	50.50	Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil	Wirdum 20.08.80
Hammerwurf	55.94	Bury, Wilfried (54) TSG Dissen	Hannover 19.05.90
Speerwurf	63.58	Tholen, Heiner (48) TV Cloppenburg	Oldenburg 24.05.87
Gewichtswurf	13.11	Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich	Meppen 22.04.06
Dreikampf	1.218	Schröder, Uwe (68) BTB Oldenburg	Friedrichsfehn 20.06.04
Fünfkampf	3.165	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Hannover 07.06.97
Zehnkampf	5.619	Voß, Wolfgang (46) BSV Kickers Emden	Leer 29.08./30.08.81
Werfer-Fünfkampf	2.914	Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich	Aurich 18.07.09
		11,79-39,43-43,03-44,52-12,58	

Seniorinnen W 35

100 m Lauf	12,20*	Wandscher, Elke (43) VfL Oldenburg	Hannover 29.07.79
200 m Lauf	25,01	Wandscher, Elke (43) VfL Oldenburg	Hannover 19.07.79
400 m Lauf	58,49	Gröne, Corinne (72) LG Osnabrück	Riccione/ITA 14.09.07
800 m Lauf	2:08,70	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Malmö/SWE 26.07.96
1000 m Lauf	2:52,24	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Dortmund 22.06.97
1500 m Lauf	4:22,71	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Köln 21.06.96

1 Meile	5:37,91	Sollmann, Bianca (68) LG Osnabrück	Osnabrück 05.07.05
3000 m Lauf	9:58,81	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Alzenau 25.09.93
5000 m Lauf	17:27,6	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Melle 02.09.97
10.000 m Lauf	35:55,07	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Osnabrück 24.05.97
1 Stunde Lauf	15.680	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Delmenhorst 13.04.02
10 km Lauf	36:10	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Oldenburg 19.10.03
15 km Lauf	1:02:58	Reemts, Gerda (49) SV Concordia Ihrhove	Papenburg 11.10.92
25 km Lauf	1:49:53	Reinhardt, Mareike (40) TV Norden	Schortens 23.03.85
100 km Lauf	9:00:09	Köhne, Manuela (65) LG Osnabrück	Rheine 31.08.02
Halbmarathonlauf	1:20:18	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Emmerthal 11.05.97
Marathonlauf	2:53:17	Bussmann, Elke (66) OSC Damme	Berlin 29.09.02
100 m Hürden	14,29	Tappe, Marlis (59) LG Wilhelmshaven	Wetzlar 25.08.95
400 m Hürden	63,61	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Dörpen 14.09.96
3000 m Bahngehen	13:34,82	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Gütersloh 25.06.05
5000 m Bahngehen	22:30,15	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Neustadt/Rbg. 25.04.04
5 km Str.-Gehen	23:07	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Hildesheim 28.08.05
10 km Str.-Gehen	47:17	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Kerpen 04.06.05
20 km Str.-Gehen	1:43:27	Brandenburg, Barbara (67) LG Osnabrück	Hildesheim 05.06.04
Hochsprung	1.64	Tappe, Marlis (59) LG Wilhelmshaven	Ahlen 04.06.95
Stabhochsprung	1.79	Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum	Marienhafe 09.07.03
Weitsprung	5.66*	Bethe, Gaby (57) Blau-Weiß Hollage	Hagen 23.08.92
Dreisprung	11.39*	Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Gelsenkirchen 26.08.00
Kugelstoss	12.92	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Hude 19.07.78
Diskuswurf	42.34	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 24.09.80
Hammerwurf	43.18	Nagel, Andrea (70) Blexer TB	Bremerhaven 25.05.05
Speerwurf	46.86	Breithaupt, Inge (52) LGG Ganderkesee	Weyhe 10.06.80
Gewichtswurf	12.78	Nagel, Andrea (70) Blexer TB	Meppen 22.04.06
Fünfkampf	3.458	Tappe, Marlis (59) LG Wilhelmshaven	Ahlen 04.06.95
Siebenkampf	4.565	15,16-1,64-9,37-5,32-2:28,04 Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Zeven 08.07./09.07.00
Werfer-Fünfkampf	2.898	16,22(+1.9)-1,52-10,59-27,81(-0.2) 4,94(-0.2)-25,08-2:41,00 Nagel, Andrea (70) Blexer TB	Meppen 28.04.07
		10,84-25,39-41,33-33,14-12,74	

Senioren M 40

100 m Lauf	10,9	Lammers, Georg (05) SG SW Oldenburg	Northeim 03.08.47
200 m Lauf	23,0 *	Meyer, Werner (50) TV Cloppenburg	Delmenhorst 02.08.91
400 m Lauf	51,65	Deppe, Gert (64) OTB Osnabrück	Celle 26.06.05
800 m Lauf	1:59,07	Holmes, James (65) OTB Osnabrück	Kevelaer 27.06.08
1000 m Lauf	2:38,9	Beitzel, Udo (40) DSC Oldenburg	Aachen 14.08.82
1500 m Lauf	4:14,58	Breeck, Christian (58) SC Melle 03	Konstanz 12.07.98
1 Meile	4:43,58	Pohl, Ulrich (66) OSC Damme	Bremen 25.08.07
3000 m Lauf	8:48,0	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Oldenburg 22.07.81
5000 m Lauf	15:00,72	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Menden 01.06.83
10.000 m Lauf	31:22,3	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Verden 20.08.81
1 Stunde Lauf	18.018	Keese, Fred (39) LG Osnabrück	Osnabrück 09.07.80
10 km Lauf	31:25	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Paderborn 10.04.82
10 km Lauf Mannschaft	1:43:28	OFV Ostercappeln Karsch, Dr. Michael (57) Pikutzki, Claus (60) Thormann, Peter (51)	Greene 19.03.00
25 km Lauf	1:22:02	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Paderborn 02.04.83
100 km Lauf	7:30:28	Van Velden, Johannes (46) LG Unterweser Brake	Winschoten 08.09.90
Halbmarathonlauf	1:11:15	Valentin, Jörg (62) TV Norden	Hattingen 10.03.02
Halbmarathonlauf Mannschaft	3:51:34	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Tjarks, Eduard (54) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Fisser, Manfred (50)	Herten-Bertlich 15.05.94
Marathonlauf	2:24:08	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Frankfurt 15.05.83
Marathonlauf Mannschaft	8:09:53	LG Wilhelmshaven Hoijczyk, (42) Hippler, (47) Wonneberger, (42)	Hamburg 24.04.88
110 m Hürden	16,0	Nolte, Gerald (63) OTB Osnabrück	Nordhorn 04.07.03
400 m Hürden	55,63	Lescow, Kilian (66) OTB Osnabrück	Delmenhorst 10.06.06
3000 m Hindernis	9:59,48	Breeck, Christian (58) SC Melle 03	Jyväskylä/FIN 15.07.00
4 x 100 m Staffel	44,97	OTB Osnabrück Tute, Heiko (61) Nolte, Gerald (63) Deppe, Gert (64) Petersen, Jens (65)	Schweinfurt 09.07.05
4 x 400 m Staffel	3:29,75	OTB Osnabrück Tute, Heiko (61) Petersen, Jens (65) Bisewski, Christoph (63) Deppe, Gert (64)	Vaterstetten 16.07.05
3 x 1000 m Staffel	8:18,46	OFV Ostercappeln Pikutzki, Claus (60) Oppermann, Achim (58) Karsch, Dr. Michael (57)	Kevelaer 19.08.00

4 x 1500 m Staffel	19:48,9	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Tjarks, Eduard (54) Knobel, Karl-Heinz (53) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Christians, Borchard (58)	Remels 09.05.98
5 x 10 km Staffel	3:05:10	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Christians, Borchard (58) Knobel, Karl-Heinz (53) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Tjarks, Eduard (54) Ludwig, Reinhard (59)	Oldenburg 24.06.00
10.000 m Bahngehen	54:40,62	Wollherr, Rajmund (62) LG Osnabrück	Neustadt/Rbg. 25.04.04
10 km Str.-Gehen	57:57	Wollherr, Rajmund (62) LG Osnabrück	Dessau 19.09.04
20 km Str.-Gehen	1:37:32	Müller, Julius (38) Adelheider TV	Delmenhorst 29.04.79
Hochsprung	1.84	Giesselmann, Bernd (68) Fortuna Wirdum	Delmenhorst 08.06.08
Stabhochsprung	4.50	Hillebrecht, Martin (61) DSC Oldenburg	Zeven 30.05.04
Weitsprung	6.68*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Oldenburg 12.06.02
Dreisprung	12.60*	Müller, Christoph (64) OTB Osnabrück	Verden 21.05.05
Kugelstoss	16.27	Spiller, Peter (41) LG Papenburg/Aschendorf	Hannover 28.06.81
Diskuswurf	50.40	Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil	Marienhafe 05.09.83
Hammerwurf	55.12	Bury, Wilfried (54) TSG Dissen	Lüchow 22.05.94
Speerwurf	57.28	Tholen, Heiner (48) LG Oldenburg	Oldenburg 19.08.88
Gewichtswurf	13.78	Kieras, Günther (61) TV Rütenbrock	Groß Hesepe 08.10.05
Fünfkampf	3.239	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Hannover 02.09.84
Fünfkampf Mannschaft	8.196	VfL Lingen Schauf, Norbert (52) Christel, Norbert (50) Buss, Heinz (50)	Lingen 25.09.94
Zehnkampf	5.043	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich 11,7-5,95-8,98-1,68-54,4 20,1-28,40-2,80-36,66-4:36,4	Zeven 05.10./06.10.85
Zehnkampf Mannschaft	12.475	OTB Osnabrück Müller, Christoph (64) Nolte, Gerald (63) Strüber, Heiko (66)	Osnabrück 29.04./30.04.06
Werfer-Fünfkampf	2.974	Kieras, Günther (61) TV Rütenbrock 13,16-40,69-43,67-36,50-13,58	Stade 09.04.05
DAMM Gruppe A	8.158	LAC Emden/Aurich	Aurich
DAMM Gruppe B	3.830	LGG Ganderkesee	Ganderkesee

Seniorinnen W 40

100 m Lauf	13,02*	Fieger, Birgitta (64) Heidmühler FC	Zittau 07.07.07
200 m Lauf	26,98*	Bischof, Birgit (56) LGG Ganderkesee	Schweinfurt 18.09.99
400 m Lauf	60,08	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Jyväskylä/FIN 12.07.00

800 m Lauf	2:10,73	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Delmenhorst 20.09.98
1000 m Lauf	2:52,29	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Papenburg 25.09.98
1500 m Lauf	4:33,13	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Cesenatico/ITA 14.09.98
1 Meile	6:09,0	Hörig, Silvia (62) LG Wilhelmshaven	Ofen 06.10.06
3000 m Lauf	10:13,2	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Oldenburg 27.06.01
5000 m Lauf	17:50,5	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Borgholzhausen 22.06.01
10.000 m Lauf	36:56,7	Karsch, Jutta (61) SC Herringhausen	Melle 04.09.02
1 Stunde Lauf	14.170	Beyer, Antonia (66) VfL Lönningen	Dörpen 07.10.07
10 km Lauf	37:28	Spallek, Christiane (65) LG Wilhelmshaven	Ofen 03.10.05
10 km Lauf Mannschaft	2:08:16	TV Norden Klostermann, Waltraud (60) Hartmann, Irmgard (62) Gronewold, Elke (67)	Norden 19.04.08
15 km Lauf	1:02:58	Reemts, Gerda (49) SV Concordia Ihrhove	Papenburg 11.10.92
100 km Lauf	9:24:38	Nußbeck, Jutta (44) Delmenhorster TV	Rodenbach 31.10.87
Halbmarathonlauf	1:23:09	Spallek, Christiane (65) LG Wilhelmshaven	Lönningen 28.10.06
Halbmarathonlauf Mannschaft	4:47:57	LG Wilhelmshaven Paga, Ulla (52) Ahrens, Sabine (42) Student, B. (41)	Emmerthal 08.08.93
Marathonlauf	2:56:31	Spallek, Christiane (65) LG Wilhelmshaven	Lönningen 25.06.05
Marathonlauf Mannschaft	10:58:23	Ender Laufgemeinschaft Ringena, Marion (59) Kortylack, Gisela (56) Faust, Anja (60)	Steinfurt 17.03.01
80 m Hürden	12,59*	Lichte, Urte (67) LG Osnabrück	Salzgitter 09.06.07
100 m Hürden	17,3	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Wilhelmshaven 09.05.92
3 x 800 m Staffel	11:39,6	Fortuna Wirdum Thiele, Helmi (52) Gerken, (65) Georgs, Elke (59)	Moorhusen 12.07.06
10 km Str.-Gehen	65:14	Lorenz, Erika (47) LG Delmenhorst/Diepholz	Letter 09.04.88
Hochsprung	1.42	Vormoor, Andrea (62) LG Osnabrück	Wunstorf 04.06.05
Stabhochsprung	1.79	Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum	Marienhafe 09.07.03
Weitsprung	5.24	Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Bremen 10.09.05
Dreisprung	10.86*	Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Schweinfurt 09.07.05
Kugelstoss	10.55	Peperkorn, Ute (69) SC Melle 03	Wunstorf 24.05.09
Diskuswurf	30.11	Grönniger, Renate (65) SV Germania Twist	Groß Hesepe 04.04.09
Hammerwurf	33.90	Neese, Birgit (66) SV Brake	Nordenham 30.06.07
Speerwurf	27.03	Beyer, Antonia (66) VfL Lönningen	Delmenhorst 26.09.09
Gewichtswurf	7.99	Neese, Birgit (66) SV Brake	Bremerhaven 31.05.06

Fünfkampf	2.985	Bischof, Birgit (56) LGG Ganderkesee	Koblenz 20.06.99
Siebenkampf	3.244	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Zeven 02.10./03.10.94
DAMM Gruppe A	4.107		Lingen
DAMM Gruppe B	2.665		Lingen

Senioren M 45

100 m Lauf	11,3	Lammers, Georg (05)	Stollhamm 14.08.51
200 m Lauf	23,82*	Tute, Heiko (61) OTB Osnabrück	Ahlen 10.06.06
400 m Lauf	52,77	Tute, Heiko (61) OTB Osnabrück	Salzgitter 10.06.07
800 m Lauf	2:04,19	Freese, Hermann (36) TV Cloppenburg	Schrisheim 02.07.89
1000 m Lauf	2:44,4	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Oldenburg 01.08.90
1500 m Lauf	4:17,50	Breeck, Christian (58) SC Melle 03	Celle 17.08.03
1 Meile	5:19,7	Dietz, Ralf (52) Emder Laufgemeinschaft	Emden 25.08.00
3000 m Lauf	9:13,7	Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland	Oldenburg 24.07.85
5000 m Lauf	15:28,6	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Ihlow 15.05.83
10.000 m Lauf	32:14,2	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Bunde 20.05.83
1 Stunde Lauf	16.925	Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland	Leer 03.05.89
10 km Lauf	32:00	Freuse, Horst (41) LG Oldenburg	Moslesfehn 11.06.88
25 km Lauf	1:22:02	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Paderborn 02.04.83
100 km Lauf	7:59:16	Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland	Kienbaum 27.03.04
Halbmarathonlauf	1:14:19	Grabowsky, Klaus-Dieter (53) SC Spelle-Venhaus	Xanten 27.03.99
Marathonlauf	2:26:41	Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland	Bremen 24.04.83
110 m Hürden	15,6	John, Hinrich (36) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 17.06.81
400 m Hürden	58,70	Tute, Heiko (61) OTB Osnabrück	Kevelaer 28.06.08
3000 m Hindernis	10:20,68	Breeck, Christian (58) SC Melle 03	San Sebastian/ES 03.10.05
20 km Str.-Gehen	1:41:31	Müller, Julius (38) Adelheider TV	Pisa/ITA 28.04.86
Hochsprung	1.80	Hillebrecht, Martin (61) DSC Oldenburg	Celle 24.09.06
Stabhochsprung	4.40	Hillebrecht, Martin (61) DSC Oldenburg	Braunschweig 01.07.07
Weitsprung	6.64*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Ahlen 10.06.06
Dreisprung	15.13*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Garbsen 22.05.06
Kugelstoss	17.35	Brüning, Wolfgang (62) TuS Schwei	Nordenham 08.05.09

Diskuswurf	46.56	Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil	Marienhafe 24.09.88
Hammerwurf	49.18	Bury, Wilfried (54) TSG Dissen	Dissen 10.09.99
Speerwurf	53.32	Logemann, Bernd (60) LGG Ganderkesee	Celle 26.06.05
Gewichtswurf	13.66	Kieras, Günther (61) TV Rütenbrock	Meppen 18.08.07
Fünfkampf	3.307	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Osnabrück 10.09.89
Zehnkampf	6.057	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich 12,3-5,49-9,41-1,51-56,7 20,8-26,42-2,60-38,48-4:56,2	Aurich 03.06./04.06.89
Werfer-Fünfkampf	2.847	Kieras, Günther (61) TV Rütenbrock 12,78-38,93-42,29-36,26-12,84	Meppen 28.04.07
DAMM Gruppe A	8.397	LAC Emden/Aurich	Aurich

Seniorinnen W 45

100 m Lauf	12,92*	Bischof, Birgit (56) LGG Ganderkesee	Oldenburg 25.08.01
200 m Lauf	26,51	Bischof, Birgit (56) LGG Ganderkesee	Oldenburg 25.08.01
400 m Lauf	63,91	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Salzgitter 21.06.03
800 m Lauf	2:20,24	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Dörpen 21.08.04
1000 m Lauf	3:30,6	Hörig, Silvia (62) LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 10.09.08
1500 m Lauf	4:53,91	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Celle 17.08.03
1 Meile	6:08,1	Werner, Veronika (58) TuS Ofen	Ofen 06.10.06
3000 m Lauf	10:39,85	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Büdelndorf 24.08.03
5000 m Lauf	18:25,18	Klostermann, Waltraud (60) TV Norden	Essen 15.06.07
10.000 m Lauf	39:12,8	Klostermann, Waltraud (60) TV Norden	Aurich 05.04.08
1 Stunde Lauf	13.780	Hörig, Silvia (62) LG Wilhelmshaven	Schortens 09.06.09
10 km Lauf	38:46	Brinkmann, Eva (64) VfL Germania Leer	Otterndorf 12.09.09
Halbmarathonlauf	1:29:19	Horst, Hannelore (49) LG Osnabrück	Neustadt/Holstei 22.03.97
Marathonlauf	2:59:26	Brinkmann, Eva (64) VfL Germania Leer	Bremen 04.10.09
80 m Hürden	12,8	Bischof, Birgit (56) LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.06.01
5000 m Bahngehen	33:45,0	Lorenz, Erika (47) LG Delmenhorst	Schwanewede 10.04.94
10 km Str.-Gehen	1:08,53	Lorenz, Erika (47) LG Delmenhorst	Herten-Bertlich 15.05.94
Hochsprung	1.41	Braunisch, Silvia (59) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 18.07.06
Stabhochsprung	1.81	Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum	Marienhafe 06.07.05
Weitsprung	5.01	Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Delmenhorst 25.06.06
Dreisprung	10.55*	Keller, Renate (61) LG Osnabrück	Zittau 07.07.07

Kugelstoss	11.03	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Oldenburg 14.06.87
Diskuswurf	26.84	Pott, Traute (57) VfL Lingen	Lingen 17.06.08
Hammerwurf	30.81	De Groot, Inga (52) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 06.10.07
Speerwurf	24.21	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 07.07.05
Gewichtswurf	8.55	De Groot, Inga (52) LGG Ganderkesee	Huchting 03.10.07
Fünfkampf	3.851	Bischof, Birgit (56) LGG Ganderkesee	Wilhelmshaven 30.09.01
Werfer-Fünfkampf	1.958	De Groot, Inga (52) LGG Ganderkesee	Huchting 03.10.07
		7,85-25,88-28,29-21,80-8,55	

Senioren M 50

100 m Lauf	11,9	John, Hinrich (36) LG Wilhelmshaven	Oldenburg 09.07.86
200 m Lauf	25,76*	Lüers, Heiner (58) TSG Westerstede	Wilhelmshaven 14.09.08
400 m Lauf	57,51	Lüers, Heiner (58) TSG Westerstede	Verden 21.06.08
800 m Lauf	2:08,53	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Papenburg 16.05.93
1000 m Lauf	2:45,06	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Papenburg 25.04.92
1500 m Lauf	4:26,43	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Lingen 10.05.92
1 Meile	5:15,7	Onken, Gerhard (49) VfL Germania Leer	Emden 03.09.99
3000 m Lauf	9:38,2	Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland	Oldenburg 18.07.90
5000 m Lauf	16:19,50	Grabowsky, Klaus-Dieter (53) SC Spelle-Venhaus	Neustadt/Rbg. 25.04.04
10.000 m Lauf	34:28,0	Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland	Bunde 06.09.91
1 Stunde Lauf	16.780	Jans, Peter (40) Emdener Laufgemeinschaft	Leer 16.05.90
10 km Lauf	33:31	Frense, Horst (41) Heidmühler FC	Löningen 07.05.94
10 km Lauf Mannschaft	1:53:36	LC Delmenhorst Ulbrich, Horst (55) Rittel, Carl-Ludwig (51) Becker, Joachim (50)	Wolfenbüttel 02.04.06
25 km Lauf	1:27:31	Marken, Georg (37) SV Moslesfehn	Papenburg 11.11.08
100 km Lauf	7:59:16	Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland	Kienbaum 27.03.04
Halbmarathonlauf	1:15:35	Grabowsky, Klaus-Dieter (53) SC Spelle-Venhaus	Siegburg 14.03.04
Halbmarathonlauf Mannschaft	4:05:41	VfL Oldenburg Frense, Horst (41) Scholz, Wolfgang (43) Fuchs, Helmut (40)	Hamburg 15.09.96
Marathonlauf	2:38:26	Marken, Georg (37) SV Moslesfehn	Bremen 11.09.88
Marathonlauf Mannschaft	9:23:24	LC Delmenhorst Ulbrich, Horst (55) Rittel, Carl-Ludwig (51) Bleiker, Detlef (53)	Bremen 25.09.05

100 m Hürden	20,5	Deppen, Werner (48) OTB Osnabrück	Osnabrück 09.09.00
110 m Hürden	21,10	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Zeven 03.10.94
400 m Hürden	66,97	Lüers, Heiner (58) TSG Westerstede	Papenburg 28.08.09
4 x 100 m Staffel	50,0	TuS Gildehaus Schütmaat, (33) Abel, Hartmut (39) Gnoth, Siegbert (40) Krüger, (36)	Lingen 23.06.90
4 x 400 m Staffel	4:27,9	VfL Lingen Fuhlroth, Manfred (40) Sterrenberg, Bernt (40) Thesing, Johannes (42) Remling, Dr. Ludwig (42)	Lingen 05.09.95
4 x 800 m Staffel	11:08,4	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Jans, Peter (40) Meinen, Wilhelm (41) Hesse, Helmut (46) Romanowski, Arnold (46)	Remels 09.05.98
3 x 1000 m Staffel	9:12,65	SC Melle 03 Althaus, Thomas (57) Suhrhoff, Rolf (57) Breeck, Christian (58)	Kevelaer 28.06.08
4 x 1500 m Staffel	22:25,9	Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Jans, Peter (40) Meinen, Wilhelm (41) Hesse, Helmut (46) Romanowski, Arnold (46)	Remels 09.05.98
20 km Str.-Gehen	1:50:36	Bielefeld, Ernst (32) SV Brake	Scheeßel 08.05.82
Hochsprung	1.68	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Rheine 16.09.90
Stabhochsprung	2.52	Lüers, Heiner (58) TSG Westerstede	Delmenhorst 03.07.09
Weitsprung	6.45*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	St. Wendel 28.06.09
Dreisprung	14.44*	Knabe, Wolfgang (59) OSC Damme	Lübeck 18.07.09
Kugelstoss	13.28	Mücher, Michael (54) SV Georgsheil	Georgsheil 26.07.04
Diskuswurf	43.61	Mücher, Michael (54) SV Georgsheil	Georgsheil 27.05.05
Hammerwurf	50.75	Bury, Wilfried (54) TSG Dissen	Dissen 03.10.06
Speerwurf	45.52	Kaun, Ingo (55) LAC Emden/Aurich	Verden 28.05.06
Gewichtswurf	15.70	Willms, Eberhard (51) LAC Emden/Aurich	Leverkusen 11.06.05
Fünfkampf	3.330	Lüers, Heiner (58) TSG Westerstede	Hannover 06.09.09
Zehnkampf	5.479	5,42(+0.6)-31,05-26,37(+0.0)-32,26-5:15, Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Zeven 02.10./03.10.94
Werfer-Fünfkampf	2.613	Willms, Eberhard (51) LAC Emden/Aurich	Aurich 08.07.05
DAMM Gruppe A	5.653	11,00-34,70-40,75-28,41-14,52 VfL Lingen	Lingen

Seniorinnen W 50

100 m Lauf	13,89	Schnieder, Ortrud (41) OTB Osnabrück	Buffalo/USA 16.07.95
200 m Lauf	28,37*	Braunisch, Silvia (59) LGG Ganderkesee	Delmenhorst 26.09.09
400 m Lauf	65,59	Braunisch, Silvia (59) LGG Ganderkesee	Nienhagen 01.05.09
800 m Lauf	2:25,43	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Vaterstetten 10.07.09
1500 m Lauf	4:54,95	Koop, Annette (58) LG Emstal Dörpen	Vaterstetten 10.07.09
1 Meile	5:57,2	Werner, Veronika (58) TuS Ofen	Bad Zwischenahn 10.10.08
3000 m Lauf	11:23,5	Häfker, Ingrid (38) Delmenhorster TV	Delmenhorst 10.06.88
5000 m Lauf	20:02,0	Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor	Aurich 05.07.96
10.000 m Lauf	41:22,4	Häfker, Ingrid (38) Delmenhorster TV	Verden 25.08.88
1 Stunde Lauf	13.681	Werner, Veronika (58) TuS Ofen	Schortens 09.06.09
10 km Lauf	41:29	Horst, Hannelore (49) LG Osnabrück	Stuhr 21.03.99
10 km Lauf Mannschaft	2:16:47	OSC Damme Rolfes, Silvia (59) Scholz, Petra (59) Kramer, Christina (58)	Lemwerder 22.03.09
100 km Lauf	10:14:58	Kupke, Ingrid (42) SC Melle 03	Rodenbach 12.04.97
Halbmarathonlauf	1:31:31	Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor	Bokel 06.10.96
Halbmarathonlauf Mannschaft	5:10:20	TuS Blau-Weiß Lohne Rolfes, Silvia (59) Scholz, Petra (59) Kramer, Christina (58)	Zeven 04.10.09
Marathonlauf	3:11:32	Horst, Hannelore (49) LG Osnabrück	Hamburg 25.04.99
Marathonlauf Mannschaft	11:09:44	OSC Damme Rolfes, Silvia (59) Scholz, Petra (59) Kramer, Christina (58)	Hannover 03.05.09
80 m Hürden	14,3	de Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Oldenburg 30.06.03
Hochsprung	1.40	Braunisch, Silvia (59) LGG Ganderkesee	Wunstorf 23.05.09
Weitsprung	4.54	Braunisch, Silvia (59) LGG Ganderkesee	Delmenhorst 25.09.09
Dreisprung	8.49	Braunisch, Silvia (59) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 14.05.09
Kugelstoss	11.95	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Schwerin 24.07.93
Diskuswurf	28.56	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Wunstorf 04.06.05
Hammerwurf	36.01	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Celle 26.06.05
Speerwurf	30.05	Iben, Anke (58) LGG Ganderkesee	Delmenhorst 26.09.09
Gewichtswurf	11.81	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Meppen 22.04.06
Siebenkampf	2.775	de Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee 14,3-1,28-9,43-31,3 4,26-28,83-3:24,8	Oldenburg 30.06./01.07.03

Werfer-Fünfkampf	3.303	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee 9,31-27,25-32,63-26,14-11,36	Leverkusen 12.06.05
Senioren M 55			
100 m Lauf	12,5	Harmeling, Alois (48) SV Quitt Ankum	Bersenbrück 03.09.05
200 m Lauf	26,51	Bresser, Lutz (24) OSC Damme	Köln 20.09.80
400 m Lauf	59,7	Bresser, Lutz (24) OSC Damme	Lohne 14.09.80
800 m Lauf	2:12,7	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Oldenburg 27.08.97
1000 m Lauf	2:51,07	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Dörpen 22.08.97
1500 m Lauf	4:31,98	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Schweinfurt 17.08.97
1 Meile	5:18,08	Döhmen, Burkhard (50) SC Herringhausen	Osnabrück 05.07.05
3000 m Lauf	10:10,0	Albers, Franz (38) VfL Germania Leer	Aurich 30.06.95
5000 m Lauf	17:03,10	Grabowsky, Klaus-Dieter (53) SC Spelle-Venhaus	Unterlüß 27.04.08
10.000 m Lauf	35:52,50	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Delmenhorst 02.08.96
1 Stunde Lauf	16.010	Grabowsky, Klaus-Dieter (53) SC Spelle-Venhaus	Börger 22.08.08
10 km Lauf	35:02	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Lohne 22.06.96
25 km Lauf	1:37:07	Ostendorf, Manfred (43) SFN Vechta	Oldenburg 10.03.07
100 km Lauf	9:04:53	Bauer, Alfred (35) TuS Blau-Weiß Lohne	Rheine 05.09.92
Halbmarathonlauf	1:17:01	Frense, Horst (41) VfL Oldenburg	Hamburg 15.09.96
Marathonlauf	2:49:39	Albers, Franz (38) VfL Germania Leer	Hamburg 30.04.95
100 m Hürden	19,00*	Borchers, Enno (44) FC Rastede	Schweinfurt 01.08.03
400 m Hürden	76,7	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Aurich 29.09.03
20 km Str.-Gehen	2:01:35	Blauhut, Rolf (40) LC Delmenhorst	Kaiserslautern 31.03.96
Hochsprung	1.68	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Schweinfurt 16.08.97
Stabhochsprung	3.30	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Enschede/NED 14.10.01
Weitsprung	5.45	Ritz, Michael (51) LC Nordhorn	Nordhorn 06.05.06
Dreisprung	11.64	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Nordhorn 10.10.97
Kugelstoss	11.70	Mücher, Michael (54) SV Georgsheil	Georgsheil 11.07.09
Diskuswurf	41.46	Mücher, Michael (54) SV Georgsheil	Georgsheil 14.10.09
Hammerwurf	42.42	Beyer, Klaus (42) SV Holtland	Osnabrück 13.09.97
Speerwurf	43.48	Meiners, Bernhard (47) DJK Spahnharrenstätte	Meppen 22.04.06
Gewichtswurf	15.07	Willms, Eberhard (51) LAC Emden/Aurich	Meppen 28.04.07
Fünfkampf	3.230	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Wilhelmshaven 26.09.99

Zehnkampf	5.530	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Zeven 15.09./16.09.01
		13,69(+1.5)-4,28(+0.0)-8,74-1,40-68,09 20,36(+0.6)-28,54-2,30-31,50-6:13,29	
Werfer-Fünfkampf	1.871	Berenzen, Siegfried (49) SV Groß Hesepe	Leverkusen 11.06.05
		10,21-26,57-26,53-23,38-10,39	

Seniorinnen W 55

100 m Lauf	14,7	Jatho, Renate (41) VfL Oldenburg	Oldenburg 11.05.96
200 m Lauf	33,54*	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Wunstorf 23.05.09
800 m Lauf	3:37,4	Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum	Aurich 20.07.08
1500 m Lauf	6:23,33	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Oldenburg 27.07.94
1 Meile	7:12,9	Schneider, Christine (48) Emder Laufgemeinschaft	Emden 22.09.06
3000 m Lauf	12:28,6	Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor	Aurich 25.07.03
5000 m Lauf	21:48,36	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Turku/FIN 25.07.91
10.000 m Lauf	43:55,3	Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn 30.07.02
1 Stunde Lauf	11.440	Alde, Hildegard (50) VfL Lönningen	Molbergen 09.09.07
10 km Lauf	43:19	Schellenberg, Waltraut (47) LG Wilhelmshaven	Stuhr 17.03.02
100 km Lauf	10:14:56	Kupke, Ingrid (42) SC Melle 03	Rodenbach 12.04.97
Halbmarathonlauf	1:36:36	Schellenberg, Waltraut (47) LG Wilhelmshaven	Emmerthal 19.10.02
Marathonlauf	3:23:39	Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor	Duisburg 30.04.00
Hochsprung	1.25	Hundt, Hildegard (33) LG Oldenburg	Scheeßel 02.09.89
Weitsprung	4.23*	Hoppe, Ute (38) TuS Blau-Weiß Lohne	Lübeck 27.08.94
Kugelstoss	11.32	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 22.06.99
Diskuswurf	34.16	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Oldenburg 09.07.97
Hammerwurf	35.30	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Delmenhorst 05.08.07
Speerwurf	27.03	Breithaupt, Inge (52) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 09.10.09
Gewichtswurf	11.25	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Bad Oeynhausen 28.07.07
Werfer-Fünfkampf	2.404	De Groot, Inge (52) LGG Ganderkesee	Bad Oeynhausen 28.07.07
		8,77-27,68-34,77-24,32-11,25	

Senioren M 60

100 m Lauf	12,7	Wiemer, Heinz (29) LG Oldenburg	Bützfleth 22.06.91
200 m Lauf	26,8 *	Wiemer, Heinz (29) LG Oldenburg	Delmenhorst 09.07.89
400 m Lauf	62,9	Bresser, Lutz (24) OSC Damme	Lüdenscheid 14.07.87
800 m Lauf	2:17,95	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Potsdam 22.08.02

1000 m Lauf	3:01,54	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Papenburg 27.09.02
1500 m Lauf	4:42,70	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Potsdam 19.08.02
1 Meile	5:13,90	Aschenbrenner, Erich (42) TV Meppen	Osnabrück 13.08.02
3000 m Lauf	10:09,09	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Oldenburg 20.08.03
5000 m Lauf	17:05,08	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Delmenhorst 08.08.03
10.000 m Lauf	36:34,06	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Schweinfurt 01.08.03
1 Stunde Lauf	15.175	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Schortens 13.06.06
10 km Lauf	35:47	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Troisdorf 14.09.03
10 km Lauf Mannschaft	1:57:48	VfL Oldenburg Ostendorf, Manfred (43) Frense, Horst (41) Mohnsame, Klaus (43)	Luckenwalde 11.06.05
Halbmarathonlauf	1:20:49	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Willershausen 12.10.03
Halbmarathonlauf Mannschaft	4:24:58	VfL Oldenburg Ostendorf, Manfred (43) Frense, Horst (41) Sprick, Wilhelm (42)	Willershausen 12.10.03
Marathonlauf	3:02:55	Albers, Franz (38) VfL Germania Leer	Hamburg 25.04.99
Marathonlauf Mannschaft	9:39:06	PSV Osnabrück Liliensiek, Horst (37) Friedrich, Ekkehard (37) Böll, Dieter (38)	Hamburg 25.04.99
100 m Hürden	18,80*	Borchers, Enno (44) VfL Rastede	Schweinfurt 11.07.08
110 m Hürden	18,9 *	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Zittau 13.08.04
300 m Hürden	52,31	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Vaterstetten 17.07.05
4 x 100 m Staffel	60,8	VfL Oldenburg Sager, Bernhard (41) Miersch, Werner (38) Ostendorf, Manfred (43) Sprenger, Klaus (41)	Oldenburg 28.06.03
3 x 1000 m Staffel	10:28,1	PSV Osnabrück Friedrich, (37) Liliensiek, (37) Winter, (36)	Osnabrück 21.05.97
20 km Str.-Gehen	2:18:07	Dohnalek, Rudolf (27) LG Unterweser Brake	Turku/FIN 25.07.91
Hochsprung	1.36	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Wunstorf 04.06.05
Stabhochsprung	2.80	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Delmenhorst 07.06.08
Weitsprung	4.72*	Borchers, Enno (44) VfL Rastede	Aachen 05.08.06
Dreisprung	9.31*	Borchers, Enno (44) VfL Rastede	Verden 22.06.08
Kugelstoss	11.75	Keck, Heinz (41) SC Schölerberg	Osnabrück 06.08.05
Diskuswurf	45.31	Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil	Marienhafe 19.07.06
Hammerwurf	42.03	Beyer, Klaus (42) SV Holtland	Delmenhorst 09.04.05
Speerwurf	43.40	Meiners, Bernhard (47) DJK Spahnharrenstätte	Salzgitter 09.06.07

Gewichtswurf	12.49	Keck, Heinz (41) SC Schölerberg	Leverkusen 11.06.05
Fünfkampf	1.853	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Hofgeismar 19.06.05
Fünfkampf Mannschaft	3.885	OTB Osnabrück Grüning, Helmut (43) Keck, Heinz (41) Gawrych, Walter (34)	Zeven 19.09.04
Zehnkampf	6.174	Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich	Aarhus/DEN 22.07./23.07.04
Werfer-Fünfkampf	2.272	Keck, Heinz (41) SC Schölerberg	Osnabrück 17.05.05
DAMM Gruppe A	4.373	VfL Lingen	Lingen
DAMM	4.188	LG Osnabrück	Osnabrück

Seniorinnen W 60

100 m Lauf	15,8 *	Hundt, Hildegard (33) BTB Oldenburg	Tostedt 22.08.93
200 m Lauf	35,12*	Hundt, Hildegard (33) BTB Oldenburg	Minden 29.08.93
800 m Lauf	3:25,38	Häfker, Ingrid (38) LC Delmenhorst	Delmenhorst 06.07.00
1500 m Lauf	6:21,51	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Malmö/SWE 19.07.96
1 Meile	7:34,6	König, Käthe (36) Ender Laufgemeinschaft	Emden 25.08.00
3000 m Lauf	13:28,8	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Aurich 28.06.96
5000 m Lauf	22:24,38	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 11.08.96
10.000 m Lauf	44:32,3	Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor	Warsingsfehn 06.07.05
1 Stunde Lauf	12.509	Fehlberg, Jutta (45) LC Delmenhorst	Delmenhorst 16.04.05
10 km Lauf	43:52	Horst, Hannelore (49) TV Georgsmarienhütte	Lemwerder 22.03.09
10 km Lauf Mannschaft	2:58:54	Jakob, (35) Kaczmarek, (35) Kröger, (26)	Osnabrück 15.03.97
100 km Lauf	12:16:26	Kupke, Ingrid (42) TuRa Melle	Rheine 31.08.02
Halbmarathonlauf	1:31:03	Horst, Hannelore (49) TV Georgsmarienhütte	Halle 06.09.09
Marathonlauf	3:18:09	Horst, Hannelore (49) TV Georgsmarienhütte	Bremen 04.10.09
5000 m Bahngehen	31:49,76	Häfker, Ingrid (38) LC Delmenhorst	Lübeck 03.09.00
10 km Str.-Gehen	1:11,25	Häfker, Ingrid (38) LC Delmenhorst	Eilenburg 27.03.99
Hochsprung	1.25	Hundt, Hildegard (33) LG Oldenburg	Tostedt 22.08.93
Weitsprung	3.10	Stolle, Heide (43) SV Brake	Seefeld 02.07.05
Kugelstoss	9.09	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 02.10.05
Diskuswurf	24.57	Hoppe, Ute (38) TuS Blau-Weiß Lohne	Papenburg 28.09.01

Hammerwurf	27.53	Fiedler, Ute (44) SV Holtland	Delmenhorst 18.09.05
Speerwurf	21.60	Nagel, Almut (22) Delmenhorster TV	Delmenhorst 13.05.82

Senioren M 65

100 m Lauf	13,0	Bresser, Lutz (24) OSC Damme	Bützfleth 24.06.89
200 m Lauf	28,06	Bresser, Lutz (24) OSC Damme	Lüdenscheidt 15.05.89
400 m Lauf	63,50	Keck, Heinz (41) SC Schölerberg	Riccione/ITA 13.09.07
800 m Lauf	2:48,89	Remling, Dr. Ludwig (42) VfL Lingen	Wunstorf 23.05.09
1000 m Lauf	3:29,2	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Melle 04.09.02
1500 m Lauf	5:26,6	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Melle 28.08.02
1 Meile	6:42,1	Janssen, Menno (39) SV Amisia Wolthusen	Emden 09.09.05
3000 m Lauf	11:11,1	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Melle 29.05.02
5000 m Lauf	19:24,74	Ostendorf, Manfred (43) VfL Oldenburg	Bremen 26.04.09
10.000 m Lauf	39:48,4	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Nordhorn 20.04.02
1 Stunde Lauf	12.902	Blauhut, Rolf (40) LC Delmenhorst	Buxtehude 09.04.06
10 km Lauf	40:07	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Lingen 01.06.02
Halbmarathonlauf	1:28:07	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Emmerthal 19.10.02
Marathonlauf	3:14:36	Liliensiek, Horst (37) PSV Osnabrück	Berlin 29.09.02
100 m Hürden	20,00*	Borchers, Enno (44) VfL Rastede	Vaterstetten 10.07.09
5000 m Bahngehen	30:27,5	Lersch, Heiko (39) SV Brake	Großburgwedel 06.08.05
10.000 m Bahngehen	61:22,62	Lersch, Heiko (39) SV Brake	Neustadt 25.04.04
10 km Str.-Gehen	62:05	Lersch, Heiko (39) SV Brake	Kerpen 04.06.05
Hochsprung	1.57	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Vaterstetten 15.07.05
Stabhochsprung	3.20	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Celle 26.06.05
Weitsprung	4.46	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Nordhorn 06.05.06
Dreisprung	10.24	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Nordhorn 03.10.07
Kugelstoss	11.76	Riep, Kurt (38) TV Hude	Huchting 24.04.05
Diskuswurf	46.82	Riep, Kurt (38) TV Hude	Bremerhaven 11.05.05
Hammerwurf	40.57	Beyer, Klaus (42) SV Holtland	Groß Hesepe 14.04.07
Speerwurf	45.44	Gnoth, Siegbert (40) TuS Gildehaus	Lingen 15.08.09
Gewichtswurf	14.43	Beyer, Klaus (42) SV Holtland	Meppen 27.04.08
Fünfkampf	3.218	Wiemer, Heinz (29) Eintracht Delmenhorst	Lingen 25.09.94

4,27-26,60-28,69-28,72-6:38,12

Zehnkampf	2.932	Keck, Heinz (41) SC Schölerberg 13,65(+0.7)-4,11(-1.1)-9,97-1,18-65,05 21,14(+4.1)-33,78-2,00-29,39-6:18,98	Riccione/ITA 04.09./05.09.07
Werfer-Fünfkampf	2.658	Riep, Kurt (38) TV Hude 11,31-45,37-31,01-32,24-13,00	Bremerhaven 14.09.05

Seniorinnen W 65

100 m Lauf	16,04*	Hoppe, Ute (38) TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 06.07.03
1 Meile	8:52,3	König, Käthe (36) Ender Laufgemeinschaft	Emden 10.09.04
3000 m Lauf	14:14,9	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Aurich 25.07.03
5000 m Lauf	24:29,4	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Aurich 12.07.02
10.000 m Lauf	50:17,1	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Schortens 11.06.02
1 Stunde Lauf	11.590	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Schortens 14.06.05
10 km Lauf	49:08	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Ofen 03.10.02
Halbmarathonlauf	1:51:40	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Schortens 06.04.03
Marathonlauf	3:58:23	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Frankfurt/M. 28.10.01
Hochsprung	1.11	Hundt, Hildegard (33) LG Oldenburg	Minden 31.07.98
Weitsprung	3.28	Seggermann, Ulla (39) SV Lemwerder	Berne 06.07.08
Kugelstoss	9.22	Alms, Sabine (42) LGG Ganderkesee	Ganderkesee 06.10.07
Diskuswurf	23.12	Hoppe, Ute (38) TuS Blau-Weiß Lohne	Lohne 26.04.03
Hammerwurf	25.54	Kitzel, Renate (31) LG Delmenhorst	Zeven 01.06.97
Speerwurf	19.23	Kitzel, Renate (31) LG Delmenhorst	Delmenhorst 19.07.98

Senioren M 70

100 m Lauf	14,34*	Wiemer, Heinz (29) Eintracht Delmenhorst	Hagen 21.08.99
200 m Lauf	29,77	Wiemer, Heinz (29) Delmenhorster SC	Hagen 22.08.99
400 m Lauf	81,42	Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer	Delmenhorst 31.07.09
800 m Lauf	2:51,42	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Oldenburg 20.08.03
1000 m Lauf	3:53,38	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Oldenburg 13.08.03
1500 m Lauf	5:51,43	Albers, Franz (38) VfL Germania Leer	Delmenhorst 03.08.08
1 Meile	7:38,0	Gerrietzen, Johann (32) LAC Emden/Aurich	Emden 09.08.02
3000 m Lauf	12:03,47	Albers, Franz (38) VfL Germania Leer	Delmenhorst 07.06.08
5000 m Lauf	20:47,08	Winter, Heinz (36) TV Georgsmarienhütte	Neustadt/Rbg. 23.04.06
10.000 m Lauf	42:16,93	Winter, Heinz (36) TV Georgsmarienhütte	Aachen 04.08.06

1 Stunde Lauf	13.625	Winter, Heinz (36) TV Georgsmarienhütte	Osnabrück 23.06.06
10 km Lauf	41:21	Winter, Heinz (36) TV Georgsmarienhütte	Wolfenbüttel 02.04.06
Halbmarathonlauf	1:35:42	Winter, Heinz (36) TV Georgsmarienhütte	Neumünster 15.10.06
Marathonlauf	3:39:06	Albers, Franz (38) VfL Germania Leer	Mainz 04.05.08
80 m Hürden	21,62	Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer	Winsen 12.09.09
300 m Hürden	70,38	Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer	Nienhagen 21.05.09
Hochsprung	1.32	Sauerbaum, Ernst (30) SV Nordenham	Kevelaer 18.08.00
Stabhochsprung	1.82	Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer	Minden 05.05.07
Weitsprung	4.38	Thaden, Thade (33) ATV Rodenkirchen	Seefeld 28.08.04
Kugelstoss	12.63	Riep, Kurt (38) TV Hude	Spaden 19.04.08
Diskuswurf	43.04	Riep, Kurt (38) TV Hude	Verden 22.06.08
Hammerwurf	39.13	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Holtland 23.09.05
Speerwurf	35.05	Bux, Ernst (36) Heidmühler FC	Aachen 04.08.06
Gewichtswurf	14.18	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Groß Hesepe 08.10.05
Fünfkampf	633	Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer	Wilhelmshaven 14.09.08
Zehnkampf	3.640	Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer	Winsen 12.09./13.09.09
Werfer-Fünfkampf	2.220	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Groß Hesepe 08.10.05
		9,36-28,72-36,01-22,78-14,18	

Seniorinnen W 70

100 m Lauf	23,5	Heinrichs, Grete (19) Elsflether TB	Elsfleth 30.09.94
3000 m Lauf	15:00,4	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Leer 09.09.06
5000 m Lauf	26:22,52	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 25.06.06
10.000 m Lauf	54:40,7	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Schortens 12.06.07
1 Stunde Lauf	10.910	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Schortens 13.06.06
10 km Lauf	53:01	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Ofen 03.10.06
Halbmarathonlauf	1:58:47	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Herten 26.03.06
Marathonlauf	4:38:29	Willerts, Elfriede (36) LG Wilhelmshaven	Posen 20.07.06
Weitsprung	2.71	Parohl, Lieselotte (23) TuS Tossens	Tossens 26.08.95
Kugelstoss	7.36	Hoppe, Ute (38) TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 03.08.08
Diskuswurf	20.05	Hoppe, Ute (38) TuS Blau-Weiß Lohne	Delmenhorst 03.08.08

Senioren M 75

100 m Lauf	15,80*	Wiemer, Heinz (29) Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst 12.09.04
200 m Lauf	34,21*	Wiemer, Heinz (29) Eintracht Delmenhorst	Wunstorf 04.06.05
400 m Lauf	92,20	Kohn, Gottfried (25) Delmenhorster SC	Delmenhorst 02.07.00
800 m Lauf	3:54,56	Kohn, Gottfried (25) Delmenhorster SC	Delmenhorst 18.08.00
1000 m Lauf	4:29,2	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn 10.10.08
1500 m Lauf	8:28,90	Kohn, Gottfried (25) Eintracht Delmenhorst	Delmenhorst 19.06.01
1 Meile	7:37,0	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Bad Zwischenahn 10.10.08
3000 m Lauf	14:32,3	Ferch, Adolf (10) TuRa Melle	Melle 03.04.85
5000 m Lauf	26:12,6	Ungemach, Andreas (33) TV Georgsmarienhütte	Melle 26.08.09
10.000 m Lauf	48:37,1	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Warsingsfehn 03.05.08
1 Stunde Lauf	12.200	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Delmenhorst 19.04.08
10 km Lauf	49:17	Weichbrodt, Heinz-Georg (33) LG Wilhelmshaven	Oldenburg 09.03.08
Halbmarathonlauf	1:55:28	Kock, Jans SV Holtland	Bremen 24.09.06
Marathonlauf	5:27:28	Vogel, Siegfried (32) Eintracht Delmenhorst	Berlin 30.09.07
Hochsprung	1.22	Wiemer, Heinz (29) Eintracht Delmenhorst	Nordenham 27.08.05
Weitsprung	4.08	Jahn, Rudi (29) TSV Abbehausen	Seefeld 02.07.05
Kugelstoss	11.60	Korte, Ernst (04) VfL Lingen	Gronau 21.06.81
Diskuswurf	35.18	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Wirdum 03.10.06
Hammerwurf	37.78	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Verden 27.05.06
Speerwurf	26.50	Löhr, Hermann (32) TV Bissendorf-Holte	Porta Westfalica 10.06.07
Gewichtswurf	12.32	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Meppen 22.04.06
Werfer-Fünfkampf	2.084	Dreger, Edgar (31) SV Holtland	Meppen 22.04.06
		9,91-27,13-35,20-21,29-12,32	

Seniorinnen W 75

100 m Lauf	23,5	Heinrichs, Grete (19) Elsflether TB	Elsfleth 30.09.94
------------	------	--	----------------------

Senioren M 80

100 m Lauf	19,24	Döring, Arno (21) TuRa Melle	Zittau 17.08.01
5000 m Lauf	30:19,70	Beckmann, Wilhelm (19) LC Delmenhorst	Delmenhorst 04.06.00
10 km Lauf	69:50	Sucher, Erwin (15) Poliz. SV Wilhelmshaven	Schortens 19.08.95
Hochsprung	1.00	Modrey, Herbert (22) OTB Osnabrück	Osnabrück 26.08.03

Weitsprung	2.71	Döring, Arno (21) TuRa Melle	Potsdam 18.08.01
Kugelstoss	10.63	Meyer, Heinz (26) OTB Osnabrück	Osnabrück 16.05.06
Diskuswurf	24.15	Meyer, Heinz (26) OTB Osnabrück	Osnabrück 04.07.06
Hammerwurf	28.66	Meyer, Heinz (26) OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.06
Speerwurf	22.40	Kitzel, Joachim (23) Delmenhorster TV	Huchting 29.04.07

Senioren M 80

Gewichtswurf	12.50	Wildenhayn, Wolfgang (26) OTB Osnabrück	Osnabrück 25.04.06
Werfer-Fünfkampf	1.619	Meyer, Heinz (26) OTB Osnabrück 8,98-20,82-26,29-17,89-10,56	Osnabrück 09.10.07

Senioren M 85

100 m Lauf	21,8	Schierhold, Ernst (19) VfL Germania Leer	Leer 01.10.05
1000 m Lauf	7:59,4	Schulz, Ernst (16) VfL Germania Leer	Leer 01.10.05
Kugelstoss	7.04	Kitzel, Joachim (23) Delmenhorster TV	Porta Westfalica 01.06.08
Diskuswurf	15.38	Kellner, Walter (18) VfL Lingen	Groß Hesepe 14.04.07
Hammerwurf	22.43	Kitzel, Joachim (23) Delmenhorster TV	Porta Westfalica 01.06.08