

Disziplin	Leistung	Name, Vorname Jg/AK	Datum	Ort	1/13
-----------	----------	---------------------	-------	-----	------

**Hinweise:**

- Die Liste enthält die Vereinsrekorde der Männer / Frauen / U23 / MJA / MJB / WJA / WJB, basierend auf Leistungen ab 1961.
- Klasseneinteilung nach aktueller DLO 2017 (das bedeutet u.a.: bis 1987 waren 19-Jährige der Hauptklasse zugeordnet. Deren Leistungen erscheinen hier nicht in der MHK, sondern in der MJA/U20).
- GVR = Gesamtvereinsrekord (d.h. der VR in einer Jugend- oder Schülerklasse ist besser als der VR bei Männern/Frauen).

**MÄNNER**

60 m (Halle)		7,70 Conka, Daniel 1979	14. 01.2004	Ffm-Kalbach	
	GVR	7,2 Sorgenfrei, Knut 1974/MJA	29.02.1992	Darmstadt	
	GVR	7,2 Krug, Alexander 1974/MJA	29.02.1992	Darmstadt	
100 m		11,3 Lenke, Wolfgang 1947	xx.06.1969	Darmstadt	
	GVR	10,9 Heinrich Müller jun. 1952/MJB	xx. xx.1968	Nieder-Olm	
	GVR	10,9 Heinrich Müller jun. 1952/MJB	25.08.1968	Heppenheim	
100 m (Halle)		13,92 Schlappner, Gunold 1959/M40	11.03.2001	Ffm-Kalbach	
(265m-Rundbahn)	GVR	12,89 John, Thomas /T 1988/MJA	01.12.2006	Kienbaum_Kadertest	
200 m		22,7 Sorgenfrei, Knut 1974	19.06.1994	Groß-Gerau	
	GVR	22,66 Sorgenfrei, Knut 1974/MJA	05.06.1993	Darmstadt	
200 m (Halle)		25,23 Conka, Daniel 1979	14.01.2004	Ffm-Kalbach	
400 m		53,3 Schwarz, Roland 1944	03.05.1970	Rüsselsheim	
	GVR	50,20 Sorgenfrei, Knut 1974/MJA	10.07.1993	Darmstadt	
400 m (Halle)		58,98 Heim, Roland 1968/M40	18.01.2009	Mannheim	
800 m		1:55,22 Hanson, Sebastian 1993	02.07.2014	Pfungstadt	
800 m (Halle)		2:08,44 Heim, Roland 1968/M40	28.02.2009	Düsseldorf	
1000 m		2:30,5 Lutz, Ronald 1951	26.07.1975	Friedrichsdorf	
1000 m (Halle)		--- keine Leistung bekannt			
(265m-Rundbahn)	GVR	2:40,x John, Thomas /T 1988/MJA	01.12.2006	Kienbaum_Kadertest	
1500 m		3:49,7 Mayer, Günter 1941/M35	03.09.1977	Neckargemünd	
1500 m (Halle)		3:52,x Mayer, Günter 1941/M35	xx.02.1978	Sindelfingen	
1 Meile (1609 m) Ginsheim		4:35,8 Zwingel, Bernhard 1956	13.06.1985	Bischofsheim-	
2000 m		5:56,2 Lutz, Ronald 1951/M30	14.04.1983	Frankfurt	
3000 m (Halle)		8:22,4 Mayer, Günter 1941/M30	xx.02.1974	Dortmund	
5000 m		14:22,4 Lunnon, Robert /GBR 1951	28.06.1980	Wetzlar	
5000 m (Halle)		--- keine Leistung bekannt			
(265m-Rundbahn)	GVR	15:22 Dehmer, Sebastian /T 1982/MJA	05.03.2000	Kienbaum_Kadertest	
5 km Straße (erst ab 2012 geführt)		16:41,0 Obst, Michael 1970/M40	22.09.2012	Hanau-Rodenbach	
10000 m		29:22,7 Lunnon, Robert /GBR 1951	26.04.1980	Troisdorf	
10 km	(30:21)	30:20 Dehmer, Sebastian /T 1982	31.12.2004	Frankfurt/M.	
10 km 3er-Mannschaft	1:37:38 c	Dehmer, Sebastian /T 1982 (30:31)/ Dehmer, Tobias /T 1984 (33:10)/ Obst, Michael 1970/M35 (33:57)	31.12.2006	Frankfurt/M.	
10 km 4er-Mannschaft	2:20:04	Reichel, Horst /T 82 (34:24)/ John, Thomas /T 88/MJA (35:05)/ Obst, Michael 70/M35 (35:07) Donnelly, Sean /T 87/MJA (35:28)	08.12.2007	Reinheim	
10 km 5er-Mannschaft	2:49:51	Pauls, Klaus-Peter 1959 (32:24)/ Heitzenröder, Heinz 1944/M40 (34:03)/ Thomasberger, Roland 1952/M35 (34:05)/ Männecke, Walter 1960 (34:35)/ Lutz, Ronald 1951/M35 (34:44)	13.02.1988	Groß-Gerau	
10 km 6er-Mannschaft	3:23:13	Dehmer, Sebastian /T 1982 (32:12)/ Wingenfeld, Sascha /T 1976 (33:00)/ Schmoll, Daniel /T 1982 (33:01)/ Reichel, Horst /T 1982 (34:33)/ Obst, Michael 1970/M30 (35:12)/ Dehmer, Tobias /T 1984/MJA (35:26)	14.12.2002	Reinheim	

Disziplin	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum Ort	2/13
15 km	47:12,5	Mayer, Günter 1941/M30	15.03.1975 Griesheim	
15 km Mannschaft	2:29:12	Mayer, Günter 1941/M30 (48:37)/ Lammer, Adolf 1945/M30 (49:31)/ Zöller, Phillip 1939/M35 (51:04)	05.08.1975 Griesheim	
10 Meilen (16093m)	54:42	Mielke, Günter 1942/M45	13.03.1990 Frankfurt/M.	
10 Meilen (16093 m) Mannschaft	2:55:36	Prötzel, Stefan 1964 (56:32)/ Hofmann, Klaus 1949/M40 (59:24)/ Hof, Jürgen 1964 (59:40)	03.03.1991 Frankfurt/M.	
Stundenlauf	17729 m	Jost, Andreas 1951	27.08.1977 Griesheim	
20 km	1:04:49,4 oder 1:06:16 oder 1:07:54 oder 1:09:52	Mayer, Günter 1941/M40 Siefert, Wolfgang 1951 Marenholz, Helmut 64/M30 Metzger, Otto 49	08.04.1984 DA-Eberstadt (VL) 04.11.1973 Mörlenbach (VL) 24.06.1995 Altheim (VL) 01.09.1974 Gronau/Bottwartal	
Halbmarathon	1:04:48	Chrbolka, Vit/CSR 1966	08.03.1992 Frankfurt/M.	
Halbmarathon 3er-Mannschaft	3:33:47	Graine, Abdel 1966/M30 (1:09:38)/ Marenholz, Helmut 1964/M30 (1:10:50)/ Barion, Jörg 1957/M40 (1:13:19)	03.10.1997 Griesheim	
Halbmarathon 5er-Mannschaft	6:16:16	Sandner, Bernd 1955 (1:12:48)/ Moog, Karl-Heinz 1941/M40 (1:13:17)/ Männecke, Walter 1960 (1:15:26)/ Thomasberger, Roland 1952/M30 (1:16:54)/ Heitzenröder, Heinz 1944/M40 (1:17:51)	26.08.1984 Egelsbach	
25000 m (Bahn)	1:31:14,2	Raatz, Horst 1947	07.07.1976 Dieburg	
25 km	1:18:31,2	Siefert, Wolfgang 1951	02.05.1976 Ameln	
25 km 3er-Mannschaft	4:10:58	Siefert, Wolfgang 1951 (1:20:57)/ Metzger, Otto 1949 (1:24:08)/ Zöller, Philipp 1939/M35 (1:25:53)	13.09.1975 Achern-Önsbach	
25 km 5er-Mannschaft	7:08:01	Siefert, Wolfgang 1951 (1:20:32)/ Jost, Andreas 1951 (1:25:29)/ Dietzel, Frank-Norbert 1949 (1:25:35)/ Zöller, Philipp 1939/M35 (1:26:54)/ Scholz, Dieter 1938/M35 (1:29:51)	17.11.1976 Griesheim	
30 km	1:36,20	Siefert, Wolfgang 1951	04.09.1976 Ebikon/SUI	
30 km Mannschaft	7:02:42,6	Hofmann, Klaus 49/M55 (2:15:31,9)/ Gündogan, Serhad /T 1974/M30 (2:22:47,1)/ Röth, Andreas 61/M45 (2:24:23,6)	26.03.2006 Eschollbrücken	
Marathon	2:21:08,8	Siefert, Wolfgang 1951	13.03.1976 Griesheim	
Marathon 3er-Mannschaft	7:16:34	Siefert, Wolfgang 1951 (2:21:40)/ Dietzel, Frank-Norbert 1949 (2:27:06)/ Metzger, Otto 1949 (2:27:48)	03.05.1975 Dülmen	
Marathon 4er-Mannschaft	12:43:54	Moog, Karl-Heinz 41/M30 (2:57:12)/ Krügler, Uwe 37/M35 (3:00:45)/ Rink, Wilfried 47/MHK (3:05:50)/ Raatz, Horst 47/MHK (3:40:25)	Nachtmarathon 29.07.1972 Kressbronn	
Marathon 10er-Mannschaft (Sonderwertung Frankfurt)	28:50:48	Graine, Abdel 66 (2:26:24)/ Mielke, Günter 1942/M50 (2:32:45)/ Thomeczek, Christian 1966 (2:42:11)/ Eisenberg, Walter 1948/M45 (2:46:16)/ Rejjali, Ahmed 1947/M45 (2:49:57)/ Bürklein, Hans-Konrad 1948/M45 (2:55:50)/ Quambusch, Bernd /T 1962/M30 (2:59:06)/ Weckmüller, Rainer 1955/M40 (2:59:46)/ Risch, Karin 1946/W45 (3:08:59)/ Harreus, Jutta 1956/W35 (3:29:34)	29.10.1995 Frankfurt/M.	
50 km	3:33:41	Heller, Heiko 1958/M35	10.03.1996 Marburg	
50 km Mannschaft	10:55:07	Rejjali, Ahmed 1947/M45 (3:36:17)/ Hofmann, Klaus 1949/M45 (3:38:28)/ Heller, Heiko 1958/M35 (3:40:22)	08.04.1995 Rodenbach	
60 km	4:31:06 z	Rejjali, Ahmed 1947/M45	16.04.1994 Rodenbach	
70 km	5:18:17 z	Rejjali, Ahmed 1947/M45	16.04.1994 Rodenbach	

Disziplin	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum Ort	3/13
80 km	6:07:58 z	Rejjali, Ahmed 1947/M45	16.04.1994 Rodenbach	
90 km	6:58:34 z	Rejjali, Ahmed 1947/M45	16.04.1994 Rodenbach	
100 km	7:35:15	Dietzel, Frank-Norbert 1949	07./08.06.1974 Biel/SUI	
100 km (Bahn)	6:50:19	Dietzel, Frank-Norbert 1949	06.11.1976 London/GBR	
6-h-Lauf	64,087 km	Hofmann, Klaus 1949/M50	06.04.2003 Ottobrunn/München	
12-h-Lauf	80,787 km	Kratochwil, Dr. Anselm 1951/M50	02.10.2005 Köln-Weiden	
24-h-Lauf	159,128 km	Hofmann, Klaus 1949/M55	06./07.05.2006 Basel/SUI	
110 m Hürden	19,6	Schwarz, Roland 1944	22.09.1968 Leimen	
3000 m Hindernis	9:49,8	Hering, Richard 1958	28.08.1982 Rimbach	
4 x 100 m	44,8	Wagner, P. 19xx/Mxx/ Steinhoff, Wolfgang 1938/M30/ Brennecke, R. 1950/ Lenke, Wolfgang 1947	07.10.1972 Darmstadt	
4 x 200 m (Halle)	1:53,15	Hunte, Marco /T 1962/ Dickmann, Jörn-Oliver /T 1962/ Zöller, Thomas 1964/ Stork, Volker /T 1967	26.01.2008 Hanau	
4 x 400 m	3:40,5	Baumann, Siegfried 19xx/Mxx/ Tresselt, Wilfried 19xx/Mxx/ Wagner, Peter 19xx/Mxx/ Steinhoff, Wolfgang 1938/M30	20.07.1969 Traisa	
	GVR 3:36,4	Schmidt, Walter 1965/ Umber, Wolfgang 1965/ Tobler, Thomas 1965/ Schwäch, Uwe 1965	19.05.1983 Mainz	
4 x 800 m	8:24,2	Barion, Jörg 1957/ Kling, Rainer 1966/MJA/ Pauls, Klaus-Peter 1959/ Zwingel, Bernd 1956	02.07.1985 Darmstadt	
3 x 1000 m	8:10,8	Kraus, Jürgen 1950/M30/ Hering, Richard 1958/ Sandner, Bernd 1955	08.09.1981 Darmstadt	
4 x 1500 m	16:56,4	Siefert, Wolfgang 1951/ Marquardt, Norbert 1946/ Lammer, Adolf 1945/M30/ Lutz, Ronald 1951	30.08.1975 Steinbach/Ts.	
Marathon-Staffel Mörfelden (4 x 10,55km)	2:27:37	Mielke, Günter 1942/M50 (37:16)/ Korte, René 1972 (37:49)/ Männecke, Walter 1960/M30 (37:26)/ Marenholz, Helmut 1964/M30 (35:06)	16.01.1994 Mörfelden	
5 x 10 km-Staffel	3:09:52	Rimpl, Jochim /T 1965 (34:10)/ Ebli, Ralf /T 1966 (36:26)/ Allers, Michael /T 1963 (38:02)/ Raschka, C. /T 1965 (40:37)/ Lindig, Lutz /T 1967 (40:37)	28.03.1993 Eschollbrücken	
50 km Gehen Straße	6:28:03	Dorow, Manfred 1940/M40	13.07.1.80 Husum	
Hochsprung	1,70 m	Schwarz, Roland 1944	xx.xx.1969 xxxxxx	
	GVR 1,80 m	Demers, Thomas 1968/M15	28.05.1983 Darmstadt	
Hochsprung (Halle)	1,40 m	Hunte, Marco 1962/M45	07.02.2009 Stadtallendorf	
Stabhochsprung	2,60 m	Schwarz, Roland 1944	22. 9.68 Leimen	
Weitsprung	6,45 m	Steinhoff, Wolfgang 1938/M30	07.10.1972 Darmstadt	
	GVR 6,54 m	Sorgenfrei, Knut 1974/MJA	14.05.1993 Griesheim	
Weitsprung (Halle)	5,09 m	Stork,Volker /T 1967/M40	26.01.2008 Hanau	
Dreisprung	---	keine Leistung bekannt		
	GVR 11,83 m	Müller jun., Heinrich 1952/M15	xx.xx.1967 xxxxxx	
Kugelstoß 7,26 kg	14,01 m	Steinhoff, Wolfgang 1938/M30	06.05.1970 Darmstadt	
Kugelstoß (Halle) 7,26 kg	7,24 m	Zöller, Thomas 1964/M40	03.02.2007 Stadtallendorf	
Diskuswurf 2 kg	36,54 m	Steinhoff, Wolfgang 1938/M30	xx.xx.1972 Nieder-Erlenbach	
Hammerwerfen 7,26 kg	29,77 m	Walther, Erich 19xx/Mxx	17.06.1962 Darmstadt	

Disziplin	Leistung	Name, Vorname Jg/AK	Datum	Ort	4/13
Speerwurf 800 g (alter Speer)	54,16 m	Steinhoff, Wolfgang 1938/M30	06.05.1970	Darmstadt	
Speerwurf 800 g (neuer Speer)	38,19 m	Schlappner, Gunold 1959/M40	10.06.2001	Wetzlar	
Fünfkampf (ohne Altersfaktor) (Weit/Speer/200m/Diskus/1500m)	2239 P	Schlappner, Gunold 1959/M40 (5,14 - 36,93 - 26,99 (+0,0) - 24,81 - 4:49,63)	14.07.2001	Geisenheim	
Fünfkampf (mit Altersfaktor) (Weit/Speer/200m/Diskus/1500m)	2671 P	Schlappner, Gunold 1959/M40 (5,14 - 36,93 - 26,99 (+0,0) - 24,81 - 4:49,63)	14.07.2001	Geisenheim	
Fünfkampf Mannschaft (mit Altersfaktor)	7094 P	Schlappner, Gunold 1959/M40 (2588 P) (5,09 - 35,29 - 27,22 (+0,8) - 22,29 - 4:45,71) Beitat, Harald 1959/M40 (2298 P) (4,48 - 29,50 - 27,85 (+0,8) - 18,28 - 4:34,91) Heß, Wolfgang 1950/M50 (2208 P) (4,35 - 27,22 - 28,33 (+0,2) - 19,61 - 5:25,40)	26.08.2000	Groß-Gerau	
Zehnkampf (100m/Weit/Kugel/Hoch/400m/ 110mH/Diskus/ Stabhoch/Speer/1500m)	5242 P	Schwarz, Roland 1944 (11,9 - 6,10 - 11,29 - 1,55 - 54,5 - 19,6 - 32,34 - 2,60 - 42,80 - 4:50,3)	21./22.09.1968	Leimen	

## BESONDERE LÄUFE - MÄNNER

### EINZELLÄUFE (sortiert nach Streckenlänge)

Thyon-Dixence (16,35 km +680 hm)	1:59:39,7	Zöllner, Thomas 1964/M35	03.08.2003	Thyon-Dixence/SUI	
Nürburgringlauf (23,8 km ±500 hm)	1:34:00	Männecke, Walter 1960/M30	10.10.1993	Nürnberg	
Rund um den Wolfgangsee (27 km)	1:45:02	Prötzel, Stefan 1964	18.10.1992	St.Wolfgang/AUT	
Rund um den Wolfgangsee (27 km) Mannschaft	5:37:52	Prötzel, Stefan 1964 (1:45:02)/ Harreus, Emil 1953/M35 (1:51:26)/ Heger, Fritz 1942/M50 (2:01:24)	18.10.1992	St.Wolfgang/AUT	
Hermannslauf (31 km +570 hm -775 hm)	1:54:24	Kuttich, Björn 1986/MHK	27.04.2014	Bielefeld	
Sierre-Zinal (31 km +2200 hm -800 hm)	3:05:50	Andreas Jost 1951	12.08.1979	Sierre/SUI	
Les Cretes Vosgiennes (33 km ±1000 hm)	3:10:59	Hofmann, Klaus 1949/M50	24.08.2003	Le Markstein/FRA	
Kilauea Volcano Wilderness Marathon (42,195 km)	5:57:53	Kratochwil, Dr. Anselm 1951/M50	31.07.2004	Kilauea/Hawaii/USA	
Brocken-Marathon (42,195 km ±1150 hm)	3:43:27	Herdel, Ludwig 195/M45	15.10.2000	Wernigerode/Harz	
Jungfrau-Marathon (42,195 km +1829 hm -305 hm)	3:52:02,3	Gölzenleuchter, Gunnar/T 1965/M40	09.09.2006	Interlaken/SUI	
Pikes Peak Marathon (42,195 km ±2300 hm)	5:01:10	Schütz, Wolfgang 1955/M40	17.08.1997	Manitou Springs/USA	
Silvretta-Ferwall-Bergmar. (42,3 km ±1386 hm)	3:33:48,7	Starck, Rainer 1960/M40	26.08.2001	Galtür/AUT	
Schwäbische Alb Marathon (44km ±1040 hm)	3:39:21	Hofmann, Klaus 1949/M45	26.10.1996	Schwäbisch Gmünd	
Keufelskopf Marathon Trail (45km ±1900 hm)	6:40:09	Hofmann, Klaus 1949/M65	23.05.2015	Reichweiler	
Wings for Life World Run	47,83 km	Obst, Michael 1970/M40	04.05.2014	Darmstadt	
Karwendelauf (52 km +2281 hm -2100 hm)	5:41:20	Heim, Roland 1968/M45	30.08.2014	Scharnitz → Pertisau/AUT	
Böhmweglauf (58 km +1400 hm -xxx hm)	4:46:00	Heller, Heiko 1958/M35	08.10.1995	Deggendorf	
Rennsteiglauf (66,5 km +1250 hm - 969 hm)	5:14:32	Eisenberg, Walter 1948/M45	18.05.1996	Eisenach/Hohe Sonne	
Rennsteiglauf (72,7 km +1470 hm - 969 hm)	7:24:24	Reiss, Alexander, 1969/M45	17.05.2014	Eisenach	
Swiss Alpine Marathon (67 km ±2300 hm) (laut späterer exakter Streckenvermessung 72,1 km)	7:00:38,9	Hofmann, Klaus 1949/M45	30.07.1994	Davos/SUI	
Zugspitz Ultra Trail (100 km ±5420 hm)	25:29.21,6	Kaster, Gerhard 1958/M55	23.06.2013	Grainau	
Eiger Ultra Trail (101 km ±6700 hm)	20:13.26,9	Kaster, Gerhard 1958/M55	20./21.07.2013	Grindelwald/SUI	
Lavaredo Ultra Trail (119 km ±5850 hm)	28:54:00	Kaster, Gerhard 1958/M55	27.06.2014	Cortina d'Ampezzo/ITA	

### ETAPPENLÄUFE (sortiert nach Streckenlänge)

Brüder-Grimm-Lauf (82km / 5 Etappen)	4:55:02	Kuttich, Björn 1986	05.-07.06.2015	Hanau → Steinau	
Brüder-Grimm-Lauf (82km / 5 Etappen) Mannschaft	17:52:13	Schäfer, Jan 1987 (5:46:34)/ Witteborg, Heiko 1977/M35 (6:00:42)/ Buss, Keijo 1991 (6:04:57)	05.-07.06.2015	Hanau → Steinau	
Verdon Trail Adventure (108 km / 3 Etappen / ±4335 hm)	14:11:36	Hofmann, Klaus 1949/M50 ( 3:38:17 - 4:22:59 - 6:10:20 ) ( 37 km 31 km 40 km ) ( ±857 hm ±1393 hm ±2085 hm )	26.-28.06.2003	Aiguines/FRA	
Trans Alpine Run (292 km +13733 hm)	42:24:29,5	Team PARK Ranger (Peter Krichbaum/AlexanderReiss)	30.08.-06.09.2014	Ruhpolding → Sexten	
Swiss Jura Marathon	33:53:19	Hofmann, Klaus 1949/M45	30.06 -06.07.1996	Genf → Basel/SUI	

Disziplin	Leistung	Name, Vorname Jg/AK	Datum	Ort	5/13
(323 km / 7 Etappen +8412 hm -8527 hm)		(3:45:25 - 4:15:28 - 3:59:49 - 4:25:51 - 6:27:02 - 5:36:20 - 5:34:24) ( 45 km 47 km 37 km 42 km 53 km 49 km 50 km ) (+1200 hm +730 hm +1380 hm +1028 hm +1340 hm +1634 hm +1100 hm) ( -534 hm -1021 hm -1389 hm -773 hm -1890 hm -1590 hm -1330 hm)			
Brest - Rennes (265,5 km / 7 Etappen) (Etappen 1 bis 6 Einzelläufer, Etappe 7 freie Staffel „Quer durch die Bretagne“)	17:15:18	Philipp Zöllner 39/M40/ Jürgen Kraus 50/MHK/ Karl-Heinz Moog 41/M35/ Detlef Krause* 58/M30/ Fritz Heger 42/M35/ Dieter Scholz 38/M40	27.10.-28. 10.1979	Brest → Rennes	

## JUNIOREN

100 m	11,3	Lenke, Wolfgang 1947
200 m	GVR 22,7	Sorgenfrei, Knut 1974
400 m	54,6	Hering, Richard 1958
800 m	1:55,22	Hanson, Sebastian 1993
1000 m	2:37,5	Jansen, Uwe 1961
1500 m	4:09,33	Hanson, Sebastian 1993
2000 m	6:06,00	Hanson, Sebastian 1993
3000 m	8:59,4	Jansen, Uwe 1961
3000 m (Halle)	8:35,73	Dehmer, Sebastian /T 1982
5000 m	16:01	Wilke, Thomas /T 1979
	16:18,0	Korte, René 1972
5 km (erst ab JBL 2012 geführt)	17:35	Hanson, Sebastian 1993
10000 m	35:03,9	Hering, Richard 1958
10 km	(30:21) 30:20	Dehmer, Sebastian /T 1982 (30:21)
15 km	53:13	Hering, Richard 1958
Stundenlauf	16560 m	Korte, René 1972
20 km	1:06:16	Siefert, Wolfgang 1951
Halbmarathon	1:14:42,8	Schmoll, Daniel /T 1982
25 km	1:34:04	Belz, Christian /T 1975
Marathon	(3:07:24) 3:07,19	Mokros, Christian /T 1986
3000 m Hindernis	10:14,3	Hering, Richard 1958
4 x 800 m	8:36,07	Rzepa, Dominik 1979/ Conka, Daniel 1979/ Meyer, Robert 1979/ Gotta, Paulo 1979

## M22/M21/M20 = U23

xx.06.1969	Darmstadt
19.06.1994	Groß-Gerau
26.07.1979	Ludwigshafen/Rh.
02.07.2014	Pfungstadt
19.08.1982	Ludwigshafen/Rh.
07.05.2014	Pfungstadt
30.04.2013	Mainz
09.06.1982	Ludwigshafen/Rh.
19.01.2002	Saarbrücken_OSP
18.03.2000	Griesheim-Testlauf
03.06.1992	Pfungstadt
31.12.2014	Griesheim
10.10.1979	Darmstadt
31.12.2004	Frankfurt/M.
25.10.1980	Bacharach
25.09.1993	Pfungstadt
04.11.1973	Mörtenbach
03.10.2003	Griesheim
06.04.1996	Jügesheim
29.10.2006	Frankfurt/M.
30.08.1980	Rimbach
29.06.1999	Bürstadt

Disziplin	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum Ort	6/13
<b>FRAUEN</b>				
35 m (Halle)	5,50	Frotscher, Leslie 1974	26.02.1994 Lorsch	
60 m (Halle)	9,29	Adler, Birgit 1965/W40	04.02.2006 Stadtallendorf	
100 m	12,6	Noä(-Zöller), Rosel 1940	xx.xx.1961 Coburg	
200 m	28,5	Frotscher, Kirsten 1974	19.06.1994 Groß-Gerau	
	GVR 28,2	Eisenbeiß, Dorth 1966/WJB/damals WJA	16.08.1983 Darmstadt	
200 m (Halle)	30,81	Stubbe, Astrid 1970/W45	10.01.2016 Ffm-Kalbach	
400 m	63,19	Frotscher, Kirsten 1974	06.07.1994 Pfungstadt	
400 m (Halle)	67,48	Stubbe, Astrid 1970/W45	14.02.2016 Erfurt	
800 m	2:28,64	Korte, Irena 1953/W40	30.05.1987 Bad Vilbel	
	GVR 2:20,49	Henning, Meike 1977/WJB	28.07.1993 Pfungstadt	
800 m (Halle)	2:42,80	Stubbe, Astrid 1970/W45	10.01.2016 Ffm-Kalbach	
1000 m	3:09,0	Korte, Irena 1953/W45	03.08.1988 Wolfskehlen	
	GVR 3:08,07	Erbenich, Bettina 1978/WJA	17.07.1996 Pfungstadt	
1500 m	4:52,53	Korte, Irena 1953/W40	18.07.1993 Ludwigshafen/Rhein	
1500 m (Halle)	5:19,04	Wagner, Nicole 1977/W40	28.01.2017 Ludwigshafen/Rhein	
1 Meile (1609 m)	5:47,8	Bayer, Gabriele 1945/W40	21.08.1985 Mörfelden	
3000 m	10:06,6	Hille, Claudia /T 1965/W30	21.04.1998 Darmstadt	
3000 m (Halle)	11:36,67	Wagner, Nicole 1977/W40	12.02.2017 Stadtallendorf	
5000 m	17:10,46	Hille, Claudia /T 1965/W30	06.06.1998 Edenkoben	
5 km (Straße) (erst ab 2012 geführt)	19:35,7	Richter, Nadine 1982/W30	12.05.2013 Darmstadt	
10000 m	36:50,09	Hille, Claudia /T 1965/W30	25.04.1998 Baunatal	
10 km	36:01,3	Hille, Claudia /T 1965/W35	01.07.2000 Bad Soden	
10 km - 3er-Mannschaft	1:59:30	Hille, Claudia /T 1965/W35 (36:28)/ Siegl, Inge 1965/W35 (37:45)/ Leonhardt, Regina 1980 (45:17)	29.04.2001 Münster bei Dieburg	
Stundenlauf	14520 m	Bayer, Gabriele 1945/W35	06.10.1984 Neckargemünd	
15 km	57:54	Korte, Irena 1953/W35	02.10.1988 Kassel	
15 km Mannschaft	2:58:33	Bayer, Gabriele 1945/W40 (61:46)/ Seidler, Ute 1957/W30 (58:53)/ Korte, Irena 1953/W35 (57:54)	02.10.1988 Kassel	
10 Meilen (16093 m)	1:08:04	Kaster, Elke 1957	03.03.1985 Frankfurt/M.	
10 Meilen (16093 m) Mannschaft	3:49:08	Seipel, Angelika 1954/W35 (1:08:42)/ Bednarczyk, Ursula 1942/W45 (1:16:22)/ Mayer, Herta 1937/W50 (1:24:04)	03.03.1991 Frankfurt/M.	
20 km	1:22:25,6	Bernhardt, Sandra /T 1979	28.09.2003 Kronberg/Ts. (VL)	
Halbmarathon	1:18:38	Hille, Claudia /T 1965/W30	03.10.1999 Griesheim	
Halbmarathon Mannschaft	4:15:46	Hille, Claudia /T 1965/W30 (1:18:38)/ Siegl, Inge 1965/W30 (1:23:46)/ Urbanski, Jasmin 1980/WJA (1:33:22)	03.10.1999 Griesheim	
25 km	1:40:26	Gäcklein, Waldtraut 1949	27.04.1985 Ffm-Schwanheim	
25 km Mannschaft	5:21:20	Weber(-Seidler), Ute 57/WHK (1:45:52)/ Kaster, Elke 1957/WHK (1:46:10)/ Bayer, Gabriele 1945/W40 (1:49:18)	19.10.1986 Frankenberg	
30 km	2:18:06 z	Lüken, Kerstin /T 1976/W35	27.10.2013 Frankfurt	
Marathon	2:47:24	Schmidt, Miriam /T 1969	07.03.1999 Napa/USA	
Marathon Mannschaft	8:55:58 bc	Hille, Claudia /T 1965/W35 (2:56:53)/ Schmidt, Miriam 1969/W30 (2:59:30)/ Siegl, Inge 1965/W35 (2:59:35)	28.10.2001 Frankfurt/M.	
50 km	3:47:27	Risch, Karin 1946/W50	10.03.1996 Marburg	
60 km	4:57:21 z	Risch, Karin 1946/W45	16.04.1994 Rodenbach	
70 km	5:55:37 z	Risch, Karin 1946/W45	16.04.1994 Rodenbach	
80 km	6:53:58 z	Risch, Karin 1946/W45	16.04.1994 Rodenbach	
90 km	7:52:50 z	Risch, Karin 1946/W45	16.04.1994 Rodenbach	
100 km	8:47:21 z	Risch, Karin 1946/W45	16.04.1994 Rodenbach	



Disziplin	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum	Ort	7/13
100 Meilen (161 km +3000 hm -x hm)	25:45:00	Ngamkam, Angela 1966/W35	23.04.2005	Rothaarsteig-Nonstop	
6-h-Lauf (Straße)	62,220 km	Ngamkam, Angela 1966/W40	08.09.2007	Weißenstadt	
12-h-Lauf (Straße)	102,624 km	Ngamkam, Angela 1966/W40	17.06.2006	Fellbach/Schmiden	
24-h-Lauf (Straße)	186,536 km	Ngamkam, Angela 1966/W35	16./17.07.2005	Köln	
6-Tage-Lauf (Straße)	333,087 km	Ngamkam, Angela 1966/W40	10.-16.06.2007	Antibes/FRA	
4 x 200 m (Halle)	2:14,48	Zöller, Eva /T 1966/W40/ Jung, Andrea /T 1962/W45/ Heß, Heide 1952/W55/ Diefenbach, Ute 1959/W45	26.01.2008	Hanau	
4 x 400 m	4:51,55	Seim, Gabriele 1965/W50/ Adler, Birgit 1965/W50/ Peters-Karbstein, Marion 1964/W50/ Schoormann, Vera 1965/W50	04.06.2015	Viernheim	
3 x 800 m	7:40,41	Korte, Irena 19 53/W35/ Seipel, Angelika 1954/W35/ Seidler, Ute 1957/W30	17.08.1991	Trier	
	GVR 7:27,57	Erbenich, Bettina 1978/WJB/ Müller, Carmen 1978/WJB/ Henning, Meike 1977/WJB	15.05.1994	Rüsselsheim	
Marathon-Staffel Mörfelden (4 x 10,55 km) Frauen	2:58:40	Liebel, Annette /T 1970 (45:04)/ Sander, Heike 1957/W35 (47:36)/ Risch, Karin 1946/W50 (44:07)/ Kopp, Susanne /T 1962 (41:53)	14.01.1996	Mörfelden	
Marathon-Staffel Mörfelden (4 x 10,55 km) Mixed	3:01:35	Geisenhof, Gerd /T 1963/M40 (41:23)/ Diefenbach, Ute 1959/W45 (49:14)/ Seifert, Ulli /T 1966/W40 (46:49)/ Hofmann, Klaus 1949/M55 (44:19)	14.01.2007	Mörfelden	
5 x 10 km-Staffel	4:08:06	Liebel, Annette /T 1970 (45:18)/ Bernhardt, Brunhilde /T 1953/W40 (49:15)/ Hammann, A. /T 1969 (49:37)/ Horn, Christina /T 19xx (51:26)/ Nitsche, Karin /T 1950/W40 (52:30)	28.03.1993	Eschollbrücken	
Hochsprung	1,51 m	Frotscher, Kirsten 1974	01.05.1994	Darmstadt	
Hochsprung (Halle)	1,50 m	Frotscher, Kirsten 1974	26.02.1994	Lorsch	
Weitsprung	5,03 m	Noä(-Zöller), Rosel 1940	17.09.1961	Coburg	
	GVR 5,15 m	Heger, Stefanie 1968/WJA/damals WHK	10.05.1987	Darmstadt	
Kugelstoß 4 kg	9,64 m	Noä(-Zöller), Rosel 1940	xx.xx.1961	xxxxxxx	
Kugelstoß (Halle) 4 kg	7,43 m	Frotscher, Leslie 1974	26.02.1994	Lorsch	
Diskuswurf 1 kg	20,93 m	Titz, Sabrina 1982	27.04.2008	Reinheim	
Speerwurf 600 g	31,27 m	Riedel, Birgit 1961/W45	05.08.2009	Pfungstadt	
Zweikampf (Halle) (35m/Kugel)	1222 P	Frotscher, Leslie 1974 (5,50 - 7,43)	26.02.1994	Lorsch	
Dreikampf (100m/Weit/Kugel)	1194 P	Titz, Sabrina 1982 (14,8 - 4,07 - 8,30)	30.06.2007	Eschollbrücken	

## BESONDERE LÄUFE - FRAUEN

### EINZELLÄUFE (sortiert nach Streckenlänge)

Rund um den Wolfgangsee (27 km)	2:09:08	Seidler, Ute 1957/W30	20.10.1991	St. Wolfgang/AUT
Sierre-Zinal (31 km +2200 hm -800 hm)	4:46:38	Risch, Karin 1946/W45	13.08.1995	Sierre/SUI
Wings for Life World Run	31,34 km	Wälzlein, Cathrin 1986/W30	07.05.2017	München
Trail Uewersauer (48,2 km ±900 hm)	5:17:54	Ngamkam, Angela 1966/W35	20.11.2005	Heiderscheid /LUX
Harzquerung (51 km +1200 -1200 hm) Nordhausen	5:50:39	Ngamkam, Angela 1966/W35	30. 04.2005	Wernigerode ->
Two Oceans Marathon (56 km +500 hm -450 hm)	5:48:01	Diefenbach, Ute 1959/W45	07.0 4.2007	Kapstadt/RSA
Röntgenlauf (63,3 km ±850 hm)	7:31:47	Ngamkam, Angela 1966/W40	28.10.2007	Remscheid
Rennsteiglauf (66,5 km +1250 hm - 969 hm)	6:16:22	Risch, Karin 1946/W50	18.05.1996	Eisenach/Hohe Sonne
Weltkulturerbe-Rheintal-Lauf (67 km)	7:27:13	Ngamkam, Angela 1966/W35	09.10.2004	Koblenz → Bingen
Finama Fidelitas Nachtlauf (80 km ±800 hm)	10:23:20	Ngamkam, Angela 1966/W40	23.-24.06.2006	Karlsruhe

Disziplin	Leistung	Name, Vorname Jg/AK	Datum Ort	8/13
Badwater Ultra Marathon (217,3 km +4000 hm -1430 hm)	45:31:00	Ngamkam, Angela 1966/W40	24.-26. 07.2006 Badwater/USA	
<b>ETAPPENLÄUFE (sortiert nach Streckenlänge)</b>				
Brüder-Grimm-Lauf (82km / 5 Etappen)	6:02:49,18	Risch, Karin 1946/W50	07.- 09.06.1996 Hanau → Steinau	
Brüder-Grimm-Lauf (82km / 5 Etappen) Mannschaft	19:44:31	Wälzlein, Cathrin 1986 (6:17:50)/ Witteborg, Kathrin 1982/W30 (6:22:27)/ Krah, Tamara 1989 (7:04:14)	06.-08.06.2014 Hanau → Steinau	
IsarRun (338 km / 5 Etappen)	42:11:13	Ngamkam, Angela 1966/W40 ( 62 km - 75 km - 72 km - 59 km - 66 km )	15.-19.05.2006 Plattling → Scharnitz	

## JUNIORINNEN

35 m (Halle)	5,50	Frotscher, Leslie 1974	26.02.1994 Lorsch
100 m	12,6	Noä(-Zölller), Rosel 1940	xx.xx.1961 Coburg
200 m	28,5	Frotscher, Kirsten 1974	19.06.1994 Groß-Gerau
400 m	63,19	Frotscher, Kirsten 1974	06.07.1994 Pfungstadt
3000 m	12:36,68	Erbenich, Bettina 1978	27.04.1999 Darmstadt
5000 m	17:22	Sieburger, Lisa /T 1991	20.04.2013 Saarbrücken_OSP
10000 m	39:19,xx	Sieburger, Lisa/T 1991	09.04.2011 Saarbrücken_OSP
10 km	38:14	Sieburger, Lisa /T 1991	31.12.2012 Griesheim
10 km - Mannschaft	2:22:56	Leonhardt, Regina 1980 (45:17)/ Caprano, Laura 1980 (47:55)/ Caprano, Lisa 1980 (49:44)	29.04.2001 Münster bei Dieburg
15 km	1:11:23	Boesner, Rebekka /T 1987	22.11.2008 Rüsselsheim
Halbmarathon	1:40:27,65	Rossmann, Catherine /T 1990	23.09.2012 Bensheim
25 km	1:48:28	Schröckel, Katja /T 1965	18.11.1987 Griesheim
3 x 800 m	8:10,52	Bauer, Eva 1985/WJA/ Reershemius, Wiebke 1984/ Heß, Margarete 1986/WJA	25.04.2004 Mengerskirchen
Hochsprung	1,51 m	Frotscher, Kirsten 1974	01.05.1994 Darmstadt
Hochsprung (Halle)	1,50 m	Frotscher, Kirsten 1974	26.02.1994 Lorsch
Weitsprung	5,03 m	Noä(-Zölller), Rosel 1940	17.09.1961 Coburg
Kugelstoß 4 kg	9,64 m	Noä(-Zölller), Rosel 1940	xx.xx.1961 xxxxxxxxxx
Kugelstoß (Halle) 4 kg	7,43 m	Frotscher, Leslie 1974	26.02.1994 Lorsch
Zweikampf (Halle) (35m/Kugel)	1222 P	Frotscher, Leslie 1974 (5,50 - 7,43)	26.02.1994 Lorsch

## W22/W21/W20 = U23



Disziplin	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum	Ort	9/13
-----------	----------	--------------------	-------	-----	------

## MÄNNLICHE JUGEND A

## MJA = M19/M18 = U20

50 m (Halle)	6,7	Schwäch, Uwe 1965	20.02.1983	Darmstadt	
60 m (Halle)	GVR 7,2	Sorgenfrei, Knut 1974	29.02.1992	Darmstadt	
	GVR 7,2	Krug, Alexander 1974	29.02.1992	Darmstadt	
100 m	11,50	Sorgenfrei, Knut 1974	09.05.1993	Darmstadt	
100 m (Halle) (265m-Rundbahn)	GVR 12,89	John, Thomas /T 1988	01.12.2006	Kienbaum_Kadertest	
200 m	22,66	Sorgenfrei, Knut 1974	05.06.1993	Darmstadt	
200 m (Halle)	24,90	Mörtel, Andreas 1979	24.01.1998	Stadtallendorf	
300 m	38,9	Schmidt, Walter 1965	04.05.1983	Darmstadt	
400 m	50,20	Sorgenfrei, Knut 1974	10.07.1993	Darmstadt	
800 m	2:02,33	Hanson, Sebastian 1993	01.08.2012	Pfungstadt	
800 m (Halle)	2:05,93	Hanson, Sebastian 1993	22.01.2011	Ffm-Kalbach	
1000 m	2:37,01	Hanson, Sebastian 1993	07.09.2011	Pfungstadt	
1000 m (Halle) (265m-Rundbahn)	GVR 2:40,x	John, Thomas /T 1988	01.12.2006	Kienbaum_Kadertest	
1500 m	4:04,8	Jansen, Uwe 1961	05.06.1980	Darmstadt	
2000 m	5:39,8	Jansen, Uwe 1961	06.05.1980	Darmstadt	
3000 m	8:44,65	Dehmer, Sebastian /T 1982	23.08.2000	Pfungstadt	
3000 m (Halle)	9:19,25	Gotta, Paulo 1979	24.01.1998	Stadtallendorf	
5000 m	15:11,5	Jansen, Uwe 1961	21.06.1980	Frankfurt/M.	
5000 m (Halle) (265m-Rundbahn)	GVR 15:22	Dehmer, Sebastian /T 1982	05.03.2000	Kienbaum_Kadertest	
5 km	15:29,21	John, Thomas /T 1988	01.04.2006	Saarbrücken_OSP	
10000 m	31:32,9	Jansen, Uwe 1961	01.05.1980	Frankfurt/M.	
10 km	31:25,8	Dehmer, Sebastian/T 1982	03.10.2001	Griesheim	
10 km - 3er-Mannschaft	2:04:21	Schnägelberger, David 1987/MJB (40:36)/ Betz, Sebastian 1987/MJB (40:56)/ Reckers, Philip 1985 (42:49)	06.06.2003	Wolfskehlen	
15 km	51:15,7	Jansen, Uwe 1961	02.08.1980	Griesheim	
15 km - Mannschaft	2:52:21,86	Zirkelbach, Carsten 1979 (53:39,83)/ Gotta, Paulo 1979 (57:21,96)/ Meyer, Robert 1979 (1:01:20,07)	21.09.1997	Schotten	
Stundenlauf	13399 m	Hanson, Sebastian 1993	05.05.2011	Griesheim	
Halbmarathon	1:33:38,3	Reckers, Philip 1985	03.10.2004	Griesheim	
25 km	1:27:20,3	Jansen, Uwe 1961	21.11.1979	Griesheim	
Marathon	2:37:21	Jansen, Uwe 1961	26.10.1980	New York/USA	
300 m Hürden	44,8	Lenke, Wolfgang 1947	xx.10.1965	Gernsheim	
2000 m Hindernis	6:32,41	Meyer, Robert 1979	14.06.1997	Friedberg	
4 x 100 m	47,4	Förster, W. 46/MJA/ Lenke, Wolfgang 47/MJB/ Röder, Peter 47/MJB/ Knoth, Manfred 47/MJB	15.08.1964	Darmstadt	
	„Mit Gastläufer?“ 47,11	Conka, Daniel 1979/ Vlach, Christian 1979 (SG Weiterstadt)/ Schmitt, Raphael 1981/MJB/ Späth, Mike 1981/MJB	02.07.1997	Pfungstadt	
	„Mixed!“ 51,58	Rosowski, Simon 1993/MJB/ Kern, Laura(!) 1991/WJA/ Meister, Manuel 1992/MJB/ Varga, Christian 1992/MJB	10.05.2009	Egelsbach	
4 x 400 m	GVR 3:36,4	Schmidt, Walter 1965/ Umber, Wolfgang 1965/ Tobler, Thomas 1965/ Schwäch, Uwe 1965	19.05.1983	Mainz	
3 x 1000 m	8:12,6	Rzepa, Dominik 1979/ Gotta, Paulo 1979/ Meyer, Robert 1979	10.06.1997	Griesheim	
3000 m Gehen Bahn	17:50,0	Raatz, Horst 1947	xx.xx.1965	Darmstadt	
5000 m Gehen Bahn	29:15,8	Raatz, Horst 1947	xx.11.1965	Darmstadt	

Disziplin 10/13	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum Ort
10000m Gehen Bahn	1:09:31,6	Raatz, Horst 1947	xx.xx.1966 Darmstadt
10 km Gehen Straße	1:09:33	Raatz, Horst 1947	xx.xx.1966 Darmstadt
Hochsprung	1,76 m	Hanson, Sebastian 1993	07.09.2011 Pfungstadt
Hochsprung (Halle)	1,50 m	Meister, Manuel 1992	21.02.2010 Darmstadt
Stabhochsprung	2,40 m	Knoth, Manfred 1947	29.08.1965 Bad Nauheim
Weitsprung	GVR 6,54 m	Sorgenfrei, Knut 1974	14.05.1993 Griesheim
Kugelstoß 6,25 kg	11,99 m	Eisinger, Günther 1950	xx.xx.1968 Berlin
Kugelstoß 7,26 kg	6,26 m	Hanson, Sebastian 1993	06.06.2011 Griesheim
Diskuswurf 1,5 kg	29,16 m	Röder, Peter 1947	xx.10.1965 Gernsheim
Speerwurf 800 g	42,94 m	Knoth, Manfred 1947	29.08.1965 Bad Nauheim
Fünfkampf (100m/Weit/Kugel/Hoch/1000m)	5450 P (12,2 - 5,82 - 10,61 - 1,50 - 3:03,3)	Knoth, Manfred 1947	28.08.1965 Bad Nauheim
Fünfkampf (100m/Weit/Kugel/Hoch/400m)	5964 P (11,75 - 5,98 - 8,66 - 1,70 - 50,20)	Sorgenfrei, Knut 1974	10.07.1993 Darmstadt

## MÄNNLICHE JUGEND B

35 m (Halle)	5,2	Antoni, Cornel 1974	03.03.1991 Babenhausen
50 m (Halle)	6,6	Klemens, Wolfram 19xx (falls 1967, sonst M15)	20.02.1983 Darmstadt
60 m (Halle)	7,5	Sorgenfrei, Knut 1974	20.01.1991 Darmstadt
100 m	10,9	Müller jun., Heinrich 1952	xx.xx.1968 Heppenheim
	10,9	Müller jun., Heinrich 1952	26.08.1968 Nieder-Olm
100 m (Halle) (265m-Rundbahn)	12,35	Mokros, Christian/T 1986	30.11.2002 Kienbaum_Kadertest
200 m	23,9	Sorgenfrei, Knut 1974	08.05.1991 Pfungstadt
300 m	38,77	Sorgenfrei, Knut 1974	26.05.1991 Bensheim
400 m	55,2	Kling, Rainer 1966	22.09.1982 Darmstadt
800 m	2:02,5	Rau, Harald 1958	21.06.1975 Kassel
1000 m	2:40,47	Müller, Nils 1981	27.05.1998 Pfungstadt
1000 m (Halle) (265m-Rundbahn)	2:50,0	Ebli, Christian /T 1981	13.12.1997 Kienbaum_Kadertest
1500 m	4:17,59	Meyer, Robert 1979	12.06.1996 Pfungstadt
1 Meile (1609 m)	5:27,37	Reckers, Philip 1985	09.05.2001 Pfungstadt
3000 m	8:59,91	Schnägelberger, David 1987	31.05.2003 Schweinfurt
3000 m (Halle)	9:39,62	Schnägelberger, David 1987	19.01.2003 Ffm-Kalbach
5000 m	16:13,5	Gotta, Paulo 1979	29.08.1995 Wiesbaden
5000 m (Halle) (265m-Rundbahn)	18:08,9	Mokros, Christian/T 1986	30.11.2002 Kienbaum_Kadertest
5 km	16:15,5	John, Thomas /T 1988	19.03.2005 Griesheim
7,5 km	24:58	Gotta, Paulo 1979	06.10.1996 Aarbergen/Taunus
7,5 km - Mannschaft	1:18:36	Gotta, Paulo 1979 (24:58)/ Meyer, Robert 1979 (26:25)/ Zirkelbach, Carsten 1979 (27:13)	06.10.1996 Aarbergen/Taunus
10000 m	35:54,6	Jansen, Uwe 1961	08.07.1978 Darmstadt
10 km	34:21,5	Gotta, Paulo 1979	19.10.1996 Walldorf
10 km - Mannschaft	1:52:33,6	Schnägelberger, David 1987 (35:04,0)/ Betz, Christian 1987 (36:37,0)/ Weisensee, Adrian 1988 (40:52,6)	28.03.2004 Frankenberg
15 km	1:08:50	Krämer, Bernd 1958	15.03.1975 Griesheim
Halbmarathon	1:23:53,5	Schnägelberger, David 1987	03.10.2004 Griesheim

## MJB = M17/M16 = U18

Disziplin 11/13	Leistung	Name, Vorname Jg/AK	Datum Ort
25 km	1:51:18	Rau, Harald 1958	20.11.1974 Griesheim
400 m Hürden	69,69	Varga, Christian 1992	10.05.2009 Egelsbach
2000 m Hindernis	6:22,10	Meyer, Robert 1979	22.09.1996 Hofgeismar
4 x 400 m	3:47,05	Conka, Daniel 1979/ Rzepa, Dominik 1979/ Meyer, Robert 1979/ Gotta, Paulo 1979	19.06.1996 Pfungstadt
4 x 100 m	46,0	Müller jun., Heinrich 1952/M15/ Brennecke, Rolf 1950/ Eisinger, Günther 1950/ Hemmel, Andreas 1950	08.07.1967 Gelnhausen
3 x 1000 m	8:12,15	Späth, Mike 1981/ Müller, Nils 1981/ Schmitt, Raphael 1981	14.06.1998 Egelsbach
Olympische Staffel (400-200-200-800)	GVR 4:01,6	M. Knoth 47/MJB/ H. Weißmantel xx/Mxx/ W. Lenke 47/MJB/ P. Röder 47/MJBMJB	15.08.1964 Darmstadt
Marathon-Staffel Mörfelden (4 x 10,55 km) (offiziell erst ab 2014 als U20)	2:43:39	Gotta, Paulo 79 (39:43)/ Fischbach, Swen 79 (43:15)/ Mörtel, Andreas 79 (40:37)/ Meyer, Robert 79/MJB (40:04)	15.01.1995 Mörfelden
Hochsprung	1,63 m	Sorgenfrei, Knut 1974	26.05.1991 Bensheim
Hochsprung (Halle)	1,63 m	Sorgenfrei, Knut 1974	17.02.1991 Lorsch
Weitsprung	5,89 m	Best, Lothar 1953	xx.xx.1969 Griesheim
Weitsprung (Halle)	5,32 m	Artur, Julius 1990	04.02.2007 Darmstadt
Kugelstoß 5 kg	12,22 m	Eisinger, Günther 1950	04.09.1966 Darmstadt
Kugelstoß (Halle) 5 kg	9,21 m	Aktepe, Mesut 1974	21.01.1990 Darmstadt
Kugelstoß (Halle) 6,25 kg	6,91 m	Artur, Julius 1990	29.01.2006 Darmstadt
Diskuswurf 1,5 kg	37,97 m	Eisinger, Günther 1950	22.04.1967 Langen
Hammerwerfen	41,68 m	Eisinger, Günther 1950	25.04.1967 Darmstadt
Speerwurf 700 g	35,95 m	Höhl, Heinrich 1990	29.04.2007 Reinheim
	oder 52,00 m	Flauaus, Jürgen 19xx (falls 1959, sonst M15)	08.06.1975 Rüsselsheim
Dreikampf (100m/Weit/Kugel)	1364 P	Artur, Julius 1990 (12,2 - 5,55 - 6,96)	30.06.2007 Eschollbrücken
Fünfkampf (100m/Weit/Kugel/Hoch/300m)	4724 P	Aktepe, Mesut 1974 (13,3 - 4,72 - 9,02 - 1,42 - 43,9)	15.09.1990 Darmstadt
Fünfkampf (100m/Weit/Kugel/Hoch/400m)	1769 P	Fischer, Dominik 1991 (13,24 - 4,68 - 8,07 - 1,40 - 62,55)	01.09.2007 Reinheim

Disziplin 12/13	Leistung	Name, Vorname Jg/AK	Datum Ort
<b>WEIBLICHE JUGEND A</b>			<b>WJA = W19/W18 = U20</b>
35 m (Halle)	5,6	Frotscher, Kirsten 1974	15.02.1992 Lorsch
50 m (Halle)	7,0	Heger, Stefanie 1968	02.03.1986 Darmstadt
60 m (Halle)	el 8,56	Kern, Laura 1991	21.02.2010 Darmstadt
	man 8,5	Frotscher, Kirsten 1974	20.01.1991 Darmstadt
	man 8,5	Frotscher, Leslie 1974	29.02.1992 Darmstadt
100 m	12,9	Heger, Stefanie 1968	24.05.1986 Darmstadt
200 m	28,46	Frotscher, Kirsten 1974	09.05.1993 Darmstadt
200 m (Halle)	---	keine Leistung bekannt	
400 m	63,75	Henning, Meike 1977	21.05.1995 Münster bei Dieburg
800 m	2:21,5	Eisenbeiß, Dorthie 1966	30.06.1984 Wiesbaden
800 m (Halle)	---	keine Leistung bekannt	
1000 m	GVR 3:08,07	Erbenich, Bettina 1978	17.07.1996 Pfungstadt
10 km	38:30,6	Veit, Alexandra /T 1985	29.03.2003 Griesheim
10 km - 3er-Mannschaft	2:13:23,5	Veit, Alexandra 1985 /T (38:30,6)/ Bauer, Eva 1985 (46:41,5)/ Duchemin, Nathalie 1986/WJB (48:11,4)	29.03.2003 Griesheim
15 km	1:02:32	Urbanski, Jasmin 1980	04.10.1998 Neuhoof bei Fulda
Halbmarathon	1:33:22	Urbanski, Jasmin 1980	03.10.1999 Griesheim
50 m Hürden (Halle)	9,6	Heger, Stefanie 1968	02.03.1986 Darmstadt
60 m Hürden (Halle)	10,93	Kern, Laura 1991	21.02.2010 Darmstadt
100 m Hürden	18,76	Frotscher, Kirsten 1974	15.08.1992 Darmstadt
4 x 100 m	53,8	Frotscher, Kirsten 1974/ Thiel, Anja 1974/ Frotscher, Leslie 1974/ Wawrzinek, Karin 1973	23.08.1992 Seeheim-Jugenheim
3 x 800 m	7:32,6	Kreilinger, Henrike 1976/ Müller, Carmen 1978/WJB/ Henning, Meike 1977/WJB	14.06.1994 Griesheim
Olympische Staffel (400-200-200-800)	GVR 5:00,6	Landshuter, Alexandra 1974/ Pingel, Verena 1976/WJB/ Wawrzinek, Karin 1973/ Thiel, Anja 1974	09.06.1992 Griesheim
Hochsprung	1,49 m	Frotscher, Kirsten 1974	15.08.1992 Darmstadt
Hochsprung (Halle)	1,41 m	Frotscher, Leslie 1974	24.01.1993 Darmstadt
	1,41 m	Frotscher, Kirsten 1974	24.01.1993 Darmstadt
Weitsprung	GVR 5,15 m	Heger, Stefanie 1968	10.05.1987 Darmstadt
Weitsprung (Halle)	4,85 m	Frotscher, Kirsten 1974	29.02.1992 Darmstadt
Kugelstoß 4 kg	9,29 m	Maul, Melanie 1990	10.05.2009 Egelsbach
Kugelstoß (Halle) 4 kg	8,64 m	Kern, Laura 1991	21.02.2010 Darmstadt
Diskuswurf 1 kg	23,98 m	Wawrzinek, Karin 1973	23.08.1992 Seeheim-Jugenheim
Speerwurf 600 g	27,09 m	Janssen, Annika 1991	27.04.2008 Reinheim
Dreikampf (Halle) (Hoch/35m/Kugel)	2250 P	Frotscher, Kirsten 1974 (1,36 - 5,6 - 6,76)	15.02.1992 Lorsch
Vierkampf (100mHü/Hoch/Kugel/200m)	3289 P	Frotscher, Kirsten 1974 (18,76 - 1,49 - 7,17 - 28,58)	15.08.1992 Darmstadt
Siebenkampf (100mHü/Hoch/Kugel/200m/ Weit/Speer/800m)	5646 P	Frotscher, Kirsten 1974 (18,76 - 1,49 - 7,17 - 28,58 - 4,60 - 16,96 - 2:42,08)	15./16.08.1992 Darmstadt
Siebenkampf - Mannschaft	---	keine Leistung bekannt	
DJMM (Gruppe I)	14790 P	Wawrzinek, Karin 1973/ Thiel, Anja 1974/ Pingel, Verena 1976/WJB/ Landshuter, Alexandra 1974/ Frotscher, Kirsten 1974/ Henning, Meike 1977/W15/ Frotscher, Leslie 1974/ Thiel, Andrea 1976/WJB/ Konrad, Katja 1974	23.08.1992 Seeheim-Jugenheim

Disziplin 13/13	Leistung	Name,Vorname Jg/AK	Datum Ort
<b>WEIBLICHE JUGEND B</b>			
35 m (Halle)	5,5	Frotscher, Kirsten 1974	03.03.1991 Babenhausen
		5,5 Frotscher, Leslie 1974	03.03.1991 Babenhausen
50 m (Halle)	---	keine Leistung bekannt	
60 m (Halle)	8,48	Titz, Sabrina 1982	28.02.1999 Darmstadt
100 m	13,19 (0,0)	Kern, Laura 1991	04.07.2007 Pfungstadt
100 m (Halle)	(265m-Rundbahn) 14,59	Veit, Alexandra /T 1985	30.11.2002 Kienbaum_Kadertest
200 m	GVR 28,2	Eisenbeiß, Dorth 1966	16.08.1983 Darmstadt
200 m (Halle)	31,7	Landshuter, Alexandra 1974	27.01.1991 Mannheim
300 m	49,52	Walther, Rebekka 1982	11.06.1998 Heusenstamm
400 m	65,03	Erbenich, Bettina 1978	06.07.1994 Pfungstadt
800 m	GVR 2:20,49	Henning, Meike 1977	28.07.1993 Pfungstadt
800 m (Halle)	2:32,45	Frotscher, Kirsten 1974	27.01.1991 Mannheim
1000 m	3:13,85	Henning, Meike 1977	06.07.1994 Pfungstadt
1000 m (Halle)	(265m-Rundbahn) 3:04,1	Veit, Alexandra /T 1985	30.11.2002 Kienbaum_Kadertest
1500 m	4:56,54	Veit, Alexandra /T 1985	17.06.2001 Reinheim
3000 m	10:33,82	Veit, Alexandra /T 1985	04.08.2002 Walldorf/Baden
3000 m (Halle)	11:21,80	Walther, Rebekka 1982	18.01.1998 Frankfurt/M.
5000 m	20:20,3	Ritter, Vera 1968	14.09.1985 Höchst-Sandbach
5000 m (Halle)	(265m-Rundbahn) 18:01,5	Veit, Alexandra /T 1985	30.11.2002 Kienbaum_Kadertest
5 km (Straße)	19:09,7	Trietsch, Mascha /T 1994	26.09.2010 Griesheim
7,5 km	30:02	Walther, Rebekka 1982	18.10.1998 Aichach
10 km (Straße)	38:46	Veit, Alexandra /T 1985	14.12.2002 Reinheim
10 km (Straße) - Mannschaft	2:23:14	Veit, Alexandra /T 1985 (42:48)/ Bauer, Eva 1985 (48:06)/ Batroff, Tamineh 1985 (52:20)	29.04.2001 Münster bei Dieburg
15 km (Straße)	1:10:51	Ritter, Vera 1968	25.08.1984 Griesheim
Halbmarathon	1:39:41	Urbanski, Jasmin 1980	10.11.1996 Griesheim
25 km (Straße)	1:51:57	Ritter, Vera 1968	27.04.1985 Ffm-Schwanheim
50 m Hürden (Halle)	9,6	Eisenbeiß, Dorth 1966	20.02.1983 Darmstadt
60 m Hürden (Halle)	10,64	Kern, Laura 1991	10.02.2008 Darmstadt
100 m Hürden	17,90	Kern, Laura 1991	01.09.2007 Reinheim
400 m Hürden	86,17	Arnold, Stephanie 1993	10.05.2009 Egelsbach
4 x 100m	---	keine Leistung bekannt	
3 x 800 m	GVR 7:27,57	Erbenich, Bettina 1978/ Müller, Carmen 1978/ Henning, Meike 1977	15.05.1994 Rüsselsheim
Hochsprung	1,50 m	Kern, Laura 1991	01.09.2007 Reinheim
Hochsprung (Halle)	1,51 m	Kern, Laura 1991	10.02.2008 Darmstadt
Weitsprung	5,13 m	Heger, Stefanie 1968	14.05.1985 Darmstadt
Weitsprung (Halle)	4,83 m	Titz, Sabrina 1982	28.02.1999 Darmstadt
Kugelstoß 4 kg	9,46 m	Kern, Laura 1991	29.04.2007 Reinheim
Kugelstoß (Halle) 4 kg	9,30 m	Maul, Melanie 1990	04.02.2007 Darmstadt
Diskuswurf 1 kg	23,71 m	Maul, Melanie 1990	12.05.2007 Seeheim-Jugenheim
Speerwurf 600 g	32,74 m	Janssen, Annika 1991	01.09.2007 Reinheim
Dreikampf (100m/Kugel/Weit)	1615 P	Kern, Laura 1991 (13,0 - 4,53 - 8,79)	30.06.2007 Eschollbrücken
Siebenkampf (100mHü/Kugel/100m/Hoch/ Weit/Speer/800m)	5197 P	Frotscher, Kirsten 1974 (19,6 - 7,36 - 14,0 - 1,33 4,46 - 13,34 - 2:44,6)	15./16.09.1990 Darmstadt
Siebenkampf - Mannschaft	15273 P	Frotscher, Leslie 1974 (5424 P)/ Frotscher, Kirsten 1974 (5420 P)/ Landshuter, Alexandra 1974 (4429 P)	14./15.09.1991 Darmstadt

**WJB = W17/W16 = U18**