

# Männer

<b>100 m</b>	Gesche, Bodo , jg 58 /	10,5 (1978)
<b>200 m</b>	Gain, David, jg87	21,7 (2013)
<b>400 m</b>	Gesche, Bodo , jg 58	47,3
<b>800 m</b>	Waldröhl, Josef jg 37	1:55,4 (1957)
<b>1000m</b>	Luenig,Eberhard jg37	2:30,8 (1968)
<b>1500 m</b>	Luenig,Eberhard jg37	3:54,2 (1969)
<b>3000 m</b>	Luenig,Eberhard jg37	8:28,8 (1959)
<b>5000 m</b>	Lummers, Johannes	14:50,4 (1966)
<b>10.000 m</b>	Luenig,Eberhard jg37	31,54 (1969)
<b>25 km</b>	Pohlmann,Jörg jg63	1:24:01 (1988)
<b>Halbmarathon</b>	Blieschies,Rüdiger jg62	1:12:11 (1995)
<b>Marathon</b>	Pohlmann,Jörg jg63	2:29:39 (1988)
<b>100 km</b>		
<b>110 m-Hürden</b>	Lobinger,Hans-Joachim jg42	15,2 (1964)
<b>200 m-Hürden</b>	Lobinger,Hans-Joachim jg42	25,6 (1965)
<b>400 m-Hürden</b>	Schuster, Anselm jg61	56,1 (1984)
<b>3000 m-Hindernis</b>	Lummer,Johannes jg39	9:23,4 (1966)
<b>Hoch</b>	Brünglinghaus,Ralf jg57	2,05 (1977)
<b>Weit</b>	Fröhlich,Stefan jg58	7,13 (1976)
<b>Drei</b>	Ebenfeld,Dietrich jg36	14,44 (1960)
<b>Stabhoch</b>	Ebenfeld,Dietrich jg36	3,62 (1960)
<b>Kugel</b>	Welbhoff,Heinz jg32	13,65 (1954)
<b>Diskus</b>	Kraft,Eberhard jg43	40,73 (1966)
<b>Speer neu</b>	Pozingis,Henrikas jg93	61,77 (2014)
<b>Hammer</b>	Ebenfeld,Dietrich jg36	35,95 (1958)
<b>3-Kampf</b>	Lobinger,H-Joachim jg40	2.128 (1965)
<b>5-Kampf</b>	Wolf,hans-willi jg36	3.307 (1958)
<b>10-Kampf</b>	Ebenfeld,Dietrich jg36	6.245 (1960)
<b>4 x 100 m</b>	FRITSCH - FRÖHLICH - KÖLPIN - Gesche	42,2 (1976)
<b>4 x 400 m</b>	JESSER - Fröhlich - Kölpin - Gesche	3:13,5 (1976)
<b>3 x 1000 m</b>	KEPPLER - HAUCK - BLIESCHIES	7:37,57 (1994)

	<h1>Frauen</h1>	
<b>100 m</b>	Bollig-Krupp, Marianne jg45	11,9 (1967)
<b>200 m</b>	Bollig-Krupp, Marianne jg45	24,4 (1968)
<b>400 m</b>	Udelhoven, Tilia jg92	56,35 (2011)
<b>800 m</b>	Udelhove, Luna jg94	2:07,30 (2011)
<b>1500 m</b>	Udelhove, Luna jg94	4:27,81 (2012)
<b>3000 m</b>	Exner, Florentina jg91	10:34,90 (2010)
<b>5000 m</b>	Bender, Annette jg62	18:59,15 (1985)
<b>10.000 m</b>		
<b>25 km</b>	Bender, Annette jg62	1:48:16 (1985)
<b>Halbmarathon</b>	Marquardt, Doris jg81	1:26:11 (2019)
<b>Marathon</b>	Marquardt, Doris jg81	2:51:56 (2015)
<b>100 km</b>		
<b>100 m-Hürden</b>	Udelhoven, Tilia jg92	14,05 (2011)
<b>400 m-Hürden</b>	Udelhoven, Tilia jg92	60,82 (2009)
<b>Hoch</b>	Udelhoven, Tilia jg92	1,75 (2011)
<b>Weit</b>	Udelhoven, Tilia jg92	6,42 (2011)
<b>Drei</b>	Udelhoven, Tilia jg92	12,01 (2011)
<b>Stabhoch</b>		
<b>Kugel</b>	Udelhoven, Tilia jg92	11,59 (2011)
<b>Diskus</b>	Henk-Burwinkel, Gisela jg40	35,67 (1960)
<b>Speer neu</b>	Udelhoven, Tilia jg92	46,73 (2011)
<b>Hammer</b>		
<b>5-Kampf</b>		
<b>7-Kampf</b>	Udelhoven, Tilia jg92	6.000 (2011)
<b>10-Kampf</b>		
<b>4 x 100 m</b>		
<b>4 x 400 m</b>		
<b>3 x 800 m</b>	T.Udelhoven – Christina Zwerenz– L.Udelhoven	6: 45,0 min (07.05. 2011 in Kaarst)