

MÄNNER

Disziplin	Leistung	Jahrg	Datum	Ort
100m				
Di Vittoria, Alessio	11,77 (-1,0)	1999	07.08.19	Pfungstadt
Simon, Harry	14,7 (1,2)	1962	19.06.19	Alsheim
100m Hürden				
Simon, Harry	22,45 (0,1)	1962	06.09.19	Venedig
400m				
Stierstorfer, Lukas	54,08	1999	20.06.19	Mörfelden
Bienhaus, André	56,62	1989	05.09.19	Pfungstadt
Simon, Harry	77,46	1962	05.09.19	Venedig
800m				
Kuntz, Cullen	1:54,44	1989	12.07.19	Weinheim
Bienhaus, André	2:02,12	1989	08.06.19	Pfungstadt
Stierstorfer, Lukas	2:04,46	1999	08.06.19	Pfungstadt
Dollmann, Björn	2:05,45	1980	07.08.19	Pfungstadt
Freund, Maximilian	2:07,77	1967	07.08.19	Pfungstadt
Anbau, Daniel	2:08,12	1978	05.09.19	Pfungstadt
Peschel, Thorsten	2:15,46	1970	03.07.19	Pfungstadt
Drewes, Michael	2:21,42	1970	25.08.19	Wiesbaden
Stoll, Christian	2:22,90	1959	18.05.19	Niederselters
Berg, Walter	2:40,54	1952	12.07.19	Leinefelde-Worbis
1500m				
Osman, Ilyas Yonis	3:40,86	1999	23.06.19	Koblenz
Kuntz, Cullen	3:56,66	1989	17.08.19	Kessel-Lo (BE)
Bassou, Mohamed	3:58,13	1998	08.06.19	Pfungstadt
Dollmann, Björn	4:11,31	1980	03.07.19	Pfungstadt
Gemmerich, Johannes	4:24,75	1985	05.05.19	Sulzbach
Bergmann, Nils	4:29,26	1998	03.07.19	Pfungstadt
Stierstorfer, Lukas	4:29,95	1999	08.05.19	Pfungstadt
Bäss, Jens	4:37,71	1976	17.05.19	Niederselters
Peschel, Thorsten	4:38,74	1970	13.07.19	Leinefelde-Worbis
Stoll, Christian	4:43,78	1959	03.07.19	Pfungstadt
Drewes, Michael	4:46,00	1970	03.07.19	Pfungstadt
Berg, Walter	5:40,56	1952	08.06.19	Pfungstadt
Schulz, Thomas	6:15,10	1967	28.09.19	Nieder-Olm
Simon, Harry	7:28,69	1962	28.09.19	Nieder-Olm
3000m				
Osman, Ilyas Yonis	7:56,30	1999	17.07.19	Kessel-Lo (BE)
Kuntz, Cullen	8:53,8	1989	15.05.19	Wiesbaden
Dollmann, Björn	9:10,5	1980	15.05.19	Wiesbaden
Bergmann, Nils	9:21,37	1998	10.07.19	Trebur
Bienhaus, Andre	9:29,19	1989	11.04.19	Darmstadt
Bäss, Jens	9:51,4	1976	15.05.19	Wiesbaden
Peschel, Thorsten	10:02,3	1970	15.05.19	Wiesbaden
Drewes, Michael	10:10,7	1970	15.05.19	Wiesbaden

Stoll, Christian	10:13,5	1959	15.05.19	Wiesbaden
Sänger, Sören	11:03,94	1999	08.06.19	Pfungstadt
Schüttler, Wilhelm	11:51,3	1954	15.05.19	Wiesbaden
Nellen, Marc	12:40,98	1971	25.08.19	Wiesbaden

5000m

Osman, Ilyas Yonis	13:40,91	1999	21.08.19	Wiesbaden
Fiedler, Fabian	15:26,15	1990	29.08.19	Göttingen
Kuntz, Cullen	15:52,53	1989	08.05.19	Pfungstadt
Dollmann, Björn	16:08,98	1980	08.05.19	Pfungstadt
Bergmann, Nils	16:13,05	1998	17.08.19	Borken
Zerres, Markus	16:38,67	1961	08.05.19	Pfungstadt
Bäss, Jens	16:54,87	1976	08.05.19	Pfungstadt
Heimel, Andreas	16:54,99	1972	21.08.19	Wiesbaden
Stoll, Christian	17:20,21	1959	21.08.19	Wiesbaden
Bienhaus, André	17:24,82	1989	05.09.19	Pfungstadt
Peschel, Thorsten	17:34,94	1970	08.05.19	Pfungstadt
Stierstorfer, Lukas	17:46,62	1999	21.08.19	Wiesbaden
Möllers, Ralf	18:10,72	1968	21.08.19	Wiesbaden
Schüttler, Wilhelm	20:29,60	1954	12.07.19	Leinefelde-Worbis
Nellen, Marc	22:10,38	1971	21.08.19	Wiesbaden
Semmel, Peter	22:28,75	1952	21.08.19	Wiesbaden
Erlinghagen, Maximilian	22:47,18	1992	21.08.19	Wiesbaden

10000m

Fiedler, Fabian	32:11,12	1990	07.04.19	Hünfeld
Heimel, Andreas	34:24,58	1972	20.09.19	Trier
Zerres, Markus	34:34,14	1961	07.04.19	Hünfeld
Herzog, Philipp	35:35,17	1998	07.04.19	Hünfeld
Stoll, Christian	37:17,19	1959	07.04.19	Hünfeld
Bergmann, Nils	37:23,66	1998	07.04.19	Hünfeld
Schüttler, Wilhelm	42:31,94	1954	07.04.19	Hünfeld
Berg, Walter	45:46,23	1952	07.04.19	Hünfeld
Semmel, Peter	46:32,37	1952	07.04.19	Hünfeld

10 km

Osman, Ilyas Yonis	0:28:53	1999	13.10.19	Berlin
Ernst, Jannik	0:31:47	1990	15.09.19	Siegburg
Fiedler, Fabian	0:32:16	1990	03.08.19	Bellheim
Dollmann, Björn	0:32:40	1980	07.12.19	Jügesheim
Kuntz, Cullen	0:33:27	1989	22.04.19	Jügesheim
Herzog, Philipp	0:34:17	1998	24.03.19	Niederrodenbach
Bäss, Jens	0:34:40	1976	05.01.19	Jügesheim
Bergmann, Nils	0:34:27	1998	15.09.19	Siegburg
Stoll, Christian	0:37:04	1959	22.09.19	Niederrodenbach
Özaykut, Heiko	0:37:27	1972	22.04.19	Jügesheim
Schneider, Martin	0:39:08	1968	14.06.19	Wallau
Schüttler, Wilhelm	0:41:40	1954	05.01.19	Jügesheim
Schmidt, Mirco	0:44:03	1976	14.06.19	Wallau
Nellen, Marc	0:44:30	1971	02.11.19	Jügesheim
Hennemann, Christoph	0:44:35	1970	24.03.19	Niederrodenbach
Semmel, Peter	0:45:31	1952	24.03.19	Niederrodenbach

10 km Mannschaft

TV Waldstraße Wiesbaden 2:07:48 15.09.19 Siegburg
Stoll 1959, Schüttler 1954, Semmel 1952

Halbmarathon

Ernst, Jannik 1:09:35 1990 10.03.19 Frankfurt
Fiedler, Fabian 1:10:03 1990 08.09.19 Koblenz
Zerres, Markus 1:16:31 1961 10.03.19 Kandel
Schneider, Martin 1:22:46 1969 10.03.19 Kandel
Weichsel, Felix 1:33:26 1979 05.05.19 Mainz
Winter, Thorsten 1:33:37 1964 15.09.19 Neu-Isenburg
Häußler, Matthias 1:34:54 1977 05.05.19 Mainz
Kruzynski, Andreas 1:48:10 1986 05.05.19 Mainz
Schmolke, Christoph 1:55:23 1994 05.05.19 Mainz
Garufo, Salvatore 2:14:09 1977 05.05.19 Mainz

Marathon

Ernst, Jannik 2:24:26 1990 27.10.19 Frankfurt
Fiedler, Fabian 2:28:07 1990 06.10.19 Bremen
Zerres, Markus 2:40:05 1961 28.04.19 Düsseldorf
Bäss, Jens 2:47:06 1976 28.04.19 Düsseldorf
Schneider, Martin 2:47:19 1969 28.04.19 Düsseldorf
Winter, Thorsten 3:26:04 1964 27.10.19 Frankfurt

Marathon Mannschaft

TV Waldstraße 8:50:05 27.10.19 Frankfurt
Ernst 2:24:26, Bäss 2:59:35; Winter 3:26:04

4x400m

TV Waldstraße Wiesbaden 3:44,64 22.05.19 Wiesbaden
Kuntz (89), Stierstorfer (99), Freund (67), Anbau (78)

TV Waldstraße Wiesbaden 4:29,28 22.05.19 Wiesbaden
Stoll (59), Drews (70), Schmidt (76), Bergmann (99)

3 x 1000m

TV Waldstraße Wiesbaden 8:20:08 22.05.19 Wiesbaden
Kuntz (89), Stierstorfer (99), Anbau (78)

TV Waldstraße Wiesbaden 9:04,35 22.05.19 Wiesbaden
Freund (67), Bergmann (99), Stoll (59)

TV Waldstraße Wiesbaden 10:09,10 22.05.19 Wiesbaden
Drews (70), Schmidt (76), Sängler (99)

TV Waldstraße Wiesbaden 10:11,10 10.08.19 Zella-Mehlis
Schüttler (54), Berg(52), Stoll (59)

TV Waldstraße Wiesbaden 10:46,27 22.05.19 Wiesbaden
Schüttler (54), Möllers (68), Winter (64)

TV Waldstraße Wiesbaden 11:26,53 26.06.19 Jügesheim
Semmel (52), Schüttler (54), Berg (52)

Speerwurf (700g)

Schulz, Thomas	33,93	1967	28.09.19	Nieder-Olm
Simon, Harry	28,95	1962	03.07.19	Pfungstadt
Freund, Maximilian	26,56	1967	28.09.19	Nieder-Olm

Weitsprung

Simon, Harry	4,18 (0,4)	1962	06.09.19	Venedig
--------------	------------	------	----------	---------

Kugelstoßen (6kg)

Simon, Harry	9,84	1962	05.09.19	Venedig
--------------	------	------	----------	---------

Diskuswurf (1,5kg)

Schulz, Thomas	32,76	1967	28.09.19	Nieder-Olm
Simon, Harry	29,60	1962	19.06.20	Alsheim
Freund, Maximilian	26,11	1967	28.09.19	Nieder-Olm

Hochsprung

Simon, Harry	1,36	1962	05.09.19	Venedig
--------------	------	------	----------	---------

Stabhochsprung

Simon, Harry	2,80	1962	09.09.19	Venedig
--------------	------	------	----------	---------

10-Kampf

Simon, Harry	4128	1962	5./6.9.19	Venedig
--------------	------	------	-----------	---------

5-Kampf

Freund, Maximilian	2880	1967	28.09.19	Nieder-Olm
Schulz, Thomas	2526	1967	28.09.19	Nieder-Olm
Simon, Harry	1920	1962	28.09.19	Nieder-Olm

FRAUEN**100m**

Spengler, Anne	12,84 (1,3)	1992	25.05.19	Kassel
Jox, Natascha	13,82 (-1,6)	1993	20.06.19	Mörfelden

200m

Spengler, Anne	27,19 (-1,8)	1992	26.05.19	Kassel
Jox, Natascha	27,96 (-1,4)	1993	20.06.19	Mörfelden

400m

Althaus, Franziska	65,1	1998	15.05.19	Wiesbaden
Hegewald, Anne	65,42	1980	13.07.19	Leinefelde-Worbis
Sarajski, Liliane	68,07	1988	10.07.19	Trebur
Ritschel, Anja	89,84	1946	20.06.19	Mörfelden

800m

Althaus, Franziska	2:20,63	1998	03.07.19	Pfungstadt
Hegewald, Anne	2:22,90	1980	08.06.19	Pfungstadt
Sarajski, Liliane	2:30,64	1988	08.06.19	Pfungstadt
Ritschel, Anja	3:30,94	1946	12.07.19	Leinefelde-Worbis

1500m

Althaus, Franziska	4:39,81	1988	22.06.19	Koblenz
Hegewald, Anne	4:54,07	1980	21.08.19	Wiesbaden
Gruchala, Jasmin	5:25,38	1985	17.05.19	Niederselters
Sarajski, Liliane	5:26,27	1988	08.05.19	Pfungstadt
Martens, Vera	5:30,91	1969	13.07.19	Leinefelde-Worbis
Schenk, Karin	5:45,62	1973	13.07.19	Leinefelde-Worbis
Ritschel, Anja	7:00,53	1946	03.07.19	Pfungstadt

3000m

Althaus, Franziska	9:54,33	1998	07.08.19	Pfungstadt
Hegewald, Anne	10:33,9	1980	15.05.19	Wiesbaden
Gruchala, Jasmin	11:19,52	1985	08.06.19	Pfungstadt
Schenk, Karin	11:32,75	1973	07.08.19	Pfungstadt
Sarajski, Liliane	11:37,2	1988	15.05.19	Wiesbaden
Martens, Vera	11:42,16	1969	03.07.19	Pfungstadt
Seitz, Pauline	11:55,83	1998	08.06.19	Pfungstadt
Sander, Tabea	13:32,06	1998	07.08.19	Pfungstadt

5000m

Althaus, Franziska	18:06,39	1988	25.06.19	Koblenz
Martens, Vera	19:52,12	1969	08.05.19	Pfungstadt
Schenk, Karin	19:58,06	1973	14.07.19	Leinefelde-Worbis
Seitz, Pauline	22:12,76	1998	21.08.19	Wiesbaden
Sander, Tabea	22:46,75	1998	21.08.19	Wiesbaden
Ritschel, Anja	25:11,52	1946	21.08.19	Wiesbaden

10.000m

Schenk, Karin	39:41,88	1973	20.09.19	Trier
Martens, Vera	40:53,91	1969	20.09.19	Trier
Ritschel, Anja	51:10,71	1946	08.06.19	Essen

10 km

Schenk, Karin	0:39:48	1973	15.09.19	Siegburg
Martens, Vera	0:41:11	1969	05.01.19	Jügesheim
Gruchala, Jasmin	0:41:28	1985	13.10.19	Offenbach
Althaus, Franziska	0:43:07	1998	14.06.19	Wallau
Göttmann, Charlene	0:48:45	1986	14.06.19	Wallau
Gabel, Dorothee	0:49:36	1986	14.06.19	Wallau
Werner, Britta	0:50:27	1984	02.11.19	Jügesheim
Ramrath-Schuth, Martina	0:52:03	1960	24.03.19	Niederrodenbach
Ritschel, Anja	0:52:24	1946	15.09.19	Siegburg
Wagner, Christine	0:53:29	1981	14.06.19	Wallau

10km Mannschaft

TV Waldstraße Wiesbaden	2:04:25		22.09.19	Niederrodenbach
Schenk 39:56; Martens (41:49), Gruchala (42:40)				

Halbmarathon

Pieper, Julia	1:23:21	1992	13.10.19	Köln
Althaus, Franziska	1:29:26	1998	05.05.19	Mainz
Gruchala, Jasmin	1:34:21	1985	05.05.19	Mainz

Heese, Carmen	1:37:15	1971	13.10.19	Bad Hersfeld
Stader, Ute	1:44:04	1965	05.05.19	Mainz
Wagner, Christine	1:54:49	1981	06.04.19	Brechen
Ramrath-Schuth, Martina	2:01:27	1960	10.03.19	Frankfurt

Marathon

Ramrath-Schuth, Martina	4:36:32	1960	27.10.19	Frankfurt
-------------------------	---------	------	----------	-----------

4 x 400m

TV Waldstraße	4:25,11		22.05.19	Wiesbaden
Althaus (1998), Ruoff (2002), Briger (1997), Sarajski (1988)				

3x800m

TV Waldstraße	7:28,93		22.05.19	Wiesbaden
Ruoff (2002), Althaus (1998), Briger (1997)				

TV Waldstraße	8:20,52		22.05.19	Wiesbaden
Sarajski (1988), Aiki (2001), Seitz (1998)				

JUGEND MJU20

800m

Klenk, Tobias	2:17,35	2001	25.08.19	Wiesbaden
---------------	---------	------	----------	-----------

JUGEND WJU18

800m

Ruoff, Miriam	2:21,6	2002	15.05.19	Wiesbaden
---------------	--------	------	----------	-----------

1500m

Ruoff, Miriam	4:36,99	2002	25.06.19	Koblenz
---------------	---------	------	----------	---------

3000m

Ruoff, Miriam	9:53,69	2002	30.05.19	Osterode
---------------	---------	------	----------	----------

5000m

Ruoff, Miriam	16:56,66	2002	08.06.19	Essen
---------------	----------	------	----------	-------

10km

Ruoff, Miriam	37:34	2002	24.03.19	Brunssum (NL)
---------------	-------	------	----------	---------------

JUGEND WJU16

800m

Wissig, Luisa	2:23,57	2004	21.08.19	Wiesbaden
---------------	---------	------	----------	-----------

1500m

Wissig, Luisa	5:05,16	2004	05.09.19	Pfungstadt
---------------	---------	------	----------	------------

3000m

Wissig, Luisa	11:46,09	2004	07.04.19	Hünfeld
---------------	----------	------	----------	---------

5km

Wissig, Luisa

20:44 2004

22.09.19 Niederrodenbach