

Kreisrekorde NLV-Kreises Salzgitter

Männer

100 m	10,7	Kurt Koch MTV Salzgitter	Königsutter 26.09.65
	10,7	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Letter 30.08.75
200 m	21,8	Kurt Koch MTV Salzgitter	Hannover 24.07.65
400 m	48,30	Frank Hosak Vorw.Gebhardshagen	Hannover 02.06.84
800 m	1:52,0	Hans-Dieter Wiegand SV Union Salzgitter	Braunschweig 26.06.60
1000 m	2:28,0	Stefan Kratz Vorw.Gebhardshagen	Braunschweig 03.08.83
1500 m	3:53,56	Horst Tartler LG Salzgitter	Göttingen 28.06.86
1 Meile	4:24,1	Stefan Kratz LG Salzgitter	Osterode 26.09.87
3000 m	8:33,5	Horst Tartler LG Salzgitter	Alfeld 21.08.86
5000 m	14:48,5	Dieter Goehl SV Union Salzgitter	Osterode 05.06.88
10000 m	31:18,2	Dieter Goehl SV Union Salzgitter	Oldenburg 22.06.85
10 km Lauf	33:40	Klaus-Dieter Heinrich LG Salzgitter	Hannover 05.04.98
10 km Lauf - Mann.	1:47:36	LG Salzgitter Rainer Lindemann - Klaus-Dieter Heinrich - Uwe Münch	Wolfenbüttel 01.05.2000
Halbmarathon	1:11:35	Rainer Lindemann LG Salzgitter	Rheinzabern 09.04.95
Halbmarathon-Mann.	3:47:20	LG Salzgitter Rainer Lindemann – Klaus-Dieter Heinrich - Harald Plumeyer	Emmerthal 08.08.93
25 km Lauf	1:21:39	Dieter Goehl SV Union Salzgitter	Emmerthal 14.03.87
25 km Lauf - Mann.	4:16:07	SV Union Salzgitter Dieter Goehl – Horst Kassebaum - Ernst Kleedehn	Schladen 17.03.84
Marathonlauf	2:22:41	Dieter Goehl SV Union Salzgitter	Herzlake 27.10.85
Marathonlauf-Mann.	7:31:08	SV Union Salzgitter Dieter Goehl – Horst Kassebaum - Ulf Mietens	Herzlake 27.10.85
100 km Lauf	7:18:31	Rainer Lindemann LG Salzgitter	Neuwittenbek 24.09.94
Stundenlauf	17990	Dieter Goehl SV Union Salzgitter	Alfeld 14.04.85

10000 m Bahngehen	43:57,2	Gerhard Weidner LG Salzgitter	Kempen 19.08.72
10 km Gehen	44:00,2	Uwe Jakob TSV Salzgitter	Salzgitter 04.10.80
20 km Gehen	1:27:40	Gerhard Weidner TSV Salzgitter	Naumburg 16.04.76
20 km Gehen - Mann.	4:36:37	TSV Salzgitter Gerhard Weidner – Karl Degener - Hans-Joachim Kloppe	Stuttgart 11.08.79
50 km Gehen	4:00:28	Gerhard Weidner TSV Salzgitter	Hamburg 08.04.73
50 km Gehen - Mann.	12:37:54	TSV Salzgitter Gerhard Weidner - Karl Degener - Hans-Joachim Kloppe	Eschborn 01.10.78
110 m Hürden	14,88	Thomas Jüttner SV Union Salzgitter	Wunstorf 17.09.88
400 m Hürden	53,67	Manfred Spittler SV Union Salzgitter	Oldenburg 11.06.83
3000 m Hindernis	9:13,94	Nils Behrendt LG Salzgitter	Ahlen 07.08.94
4 x 100 m	43,56	LG Salzgitter Sebastian Elki - Martin Borufka - Michael Linke - Peter Bogacz	Bremervörde 29.05.94
4 x 200 m	1:30,1	TSV Salzgitter Oliver Cot - Kobes - Frank Pietzsch - Dirk Hoffmeister	Salzgitter 11.07.85
4 x 400 m	3:21,7	SV Union Salzgitter Gerd Stöver - Hans-Dieter Wiegand - Günter Stockhaus - Ekkard Preen	Wolfenbüttel 04.09.60
4 x 800 m	7:46,39	LG Salzgitter Felix Wiese - Andreas Schwanbeck - Nils Behrendt - Martin Borufka	Winsen 25.05.95
3 x 1000 m	7:42,5	SV Union Salzgitter Hans Schraven - Manfred Wiegand - Hans-Dieter Wiegand	Hannover 02.08.62
4 x 1500 m	17:03,6	LG Salzgitter Hans-Joachim Klüsener - Horst Tartler - Stefan Kratz - Jörg Dalluhn	Osterode -11.06.86
Hochsprung	2,04	Thomas Jüttner SV Union Salzgitter	Salzgitter 21.09.80
	2,04	Axel Jüttner SV Union Salzgitter	Hannover 03.06.84
Stabhochsprung	3,80	Martin Eisenschmidt SV Union Salzgitter	Salzgitter 20.09.81
Weitsprung	7,22	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Oldenburg 12.06.77
Dreisprung	14,48	Martin Hoffmann Vorw.Gebhardshagen	Salzgitter 29.05.82
Kugelstoßen (7,26 kg)	14,50	Heinz Deutsch MTV Salzgitter	Langelsheim 61
Diskuswerfen (2 kg)	43,62	Bernd Kolbe SV Union Salzgitter	Osnabrück 01.07.73

Hammerwerfen (7,26 kg)	53,33	Björn Lippold SV Union Salzgitter	Salzgitter 01.10.03
Speerwerfen (800 g) ab 1986	54,50	Frank Dolling LG Salzgitter	Salzgitter 05.05.90
Int. Fünfkampf	3.430	Günter Stockhaus SV Union Salzgitter 6,47 - 48,35 - 22,4 - 30,69 - 4:13,9	Braunschweig 12.05.63
Int. Fünfkampf - Mann.	rd 9500	SV Union Salzgitter Frank Dorloff 3258 6,40-58,58-24,0-36,10-4:55,1 Bernd Kolbe 3228 6,14-62,80-23,9-37,78-5:09,0 Manfred Spittler rd 3018	Braunschweig 25.05.75
Zehnkampf	6.565	Dirk Hoffmeister LG Salzgitter 11,52 - 7,00 - 10,66 - 2,00 - 51,09 15,41 - 30,18 - 3,40 - 45,72 - 4:43,63	Hannover 28./29.05.88
Zehnkampf - Mann.	17.305	LG Salzgitter Dirk Hoffmeister 6453 11,39 - 6,94 - 9,69 - 1,96 - 51,20 15,55 - 29,12 - 3,30 - 44,96 - 4:35,57 Thomas Halberkamp 5912 11,61 - 6,20 - 11,37 - 1,92 - 53,36 16,28 - 30,12 - 2,90 - 38,22 - 4:41,78 Clemens Lücke 4940 ?	Oldenburg 24./25.06.89

Frauen

100 m	12,22	Melanie Lipp SV Union Salzgitter	Salzgitter 29.05.93
200 m	24,46	Melanie Lipp SV Union Salzgitter	Osnabrück 13.06.92
400 m	54,79	Melanie Lipp SV Union Salzgitter	Delmenhorst 05.06.94
800 m	2:04,07	Ursula Heldt TSV Salzgitter	München 25.07.82
1000 m	3:01,9	Dunja Mende SV Union Salzgitter	Suderburg 19.07.91
1500 m	4:21,0	Ursula Heldt TSV Salzgitter	Kevelaer 23.05.83
1 Meile	5:51,95	Therese Marek MTV Salzgitter	Alfeld 05.06.01
3000 m	9:55,8	Ursula Heldt TSV Salzgitter	Salzgitter 07.07.84
5000 m	19:01,5	Ilona Stec LG Salzgitter	Wolfsburg 23.04.86
10000 m	41:45,1	Bettina Goehl SV Union Salzgitter	Alfeld 12.04.87
10 km Lauf	41:42	Karin Heinrich LG Salzgitter	Wolfenbüttel 19.09.04

10 km Lauf - Mann.	2:43:59	LG Salzgitter Karin Heinrich - Ilona Woelke - Helga Heidrich	Hannover 05.04.98
15 km Lauf	65:07	Gisela Hessel LG Salzgitter	Salzgitter 01.09.91
15 km Lauf - Mann.	3:33:38	SV Union Salzgitter Sandra Heintzky - Anke Bühl - Dunja Mende	Celle 23.03.91
Halbmarathon	1:31:21	Karin Heinrich LG Salzgitter	Paderborn 30.03.02
Halbmarathon - Mann.	5:49:01	LG Salzgitter Karin Heinrich - Claudia Münch - Ilona Woelke	Schladen 04.09.99
25 km Lauf	1:33:52	Ursula Heldt TSV Salzgitter	Schladen 17.03.84
25 km Lauf - Mann.	6:37:35	TSV Salzgitter Löffler - Brandes - Steffens	Altenau 19.09.81
Marathonlauf	3:09:13	Gisela Hessel LG Salzgitter	Berlin 29.09.91
Marathonlauf - Mann.	12:02:06	LG Salzgitter Karin Heinrich - Claudia Münch Ulrike Chebowski	Berlin 26.09.99
Stundenlauf	10360	Sibylle Schunke SV Union Salzgitter	Uslar 17.10.15
100 m Hürden	14,77	Ulrike Froböse SV Union Salzgitter	Lüchow 06.07.80
400 m Hürden	63,5	Katja Fastnacht SV Union Salzgitter	Osterode 05.06.88
4 x 100 m	50,04	SV Union Salzgitter Tanja Wäterling - Sabine Maibom - Iris Schrader - Yvonne Blume	Braunschweig 02.07.2000
4 x 400 m	4:06,1	LG Salzgitter Silke Busch - Astrid Wiethake - Wiebke Gossow – Doris Lerner	Wolfsburg 21.05.86
3 x 800 m	6:58,7	TSV Salzgitter Jutta Stec - Ilona Stec - Ursula Heldt	Hildesheim 05.05.84
Olympische Staffel (400-200-200-800)	4:20,20	SV Union Salzgitter Sonja Mamontow - Yvonne Blume - Sabine Maibom - Pia Galler	Oldenburg 07.06.98
Hochsprung	1,70	Sandra Schulze SV Union Salzgitter	Göttingen 30.06.92
Stabhochsprung	2,00	Britta Gluth SV Union Salzgitter	Osterode 18.06.94
Weitsprung	5,50	Yvonne Blume SV Union Salzgitter	Osterode 12.07.97
Dreisprung	10,87	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter	Verden 20.06.10
Kugelstoßen (4 kg)	12,51	Julia Horn SV Union Salzgitter	Schöningen 29.05.99
Diskuswerfen (1 kg)	34,68	Gudrun Borowsky SV Union Salzgitter	Letter 22.06.75
Hammerwerfen (4 kg)	48,89	Lisa Husmann	Göttingen

Speerwerfen (600 g) (neu ab 99)	34,95	SV Union Salzgitter Melanie Bremer SV Union Salzgitter	13.06.10 Zittau 11.07.15
Fünfkampf	3.280	Ulrike Froböse SV Union Salzgitter 14,6 - 1,64 - 8,51 - 5,10 - 2:36,4	Verden 15.06.80
Fünfkampf - Mann.	7.667	SV Union Salzgitter Katja Fastnacht 3118 16,07 - 1,58 - 8,06 - 5,12 - 2:29,03 Sandra Schulze 2411 17,09 - 1,54 - 8,89 - 4,39 - 3:07,27 Bettina Groß 2138 18,24 - 1,42 - 7,12 - 4,55 - 3:00,97	Verden 25.09.88
Siebenkampf	4.437	Katja Fastnacht SV Union Salzgitter 15,84 - 1,60 - 8,63 - 26,60 5,12 - 30,48 - 2:29,13	Goslar 06./07.08.88
Siebenkampf - Mann.	10.848	SV Union Salzgitter Katja Fastnacht 4337 15,4 - 1,48 - 8,20 - 26,3 5,36 - 29,96 - 2:31,0 Sandra Schulze 3349 16,6 - 1,52 - 8,86 - 28,4 4,43 - 23,40 - 3:08,4 Bettina Groß 3162 17,6 - 1,44 - 7,57 - 27,9 4,78 - 18,02 - 3:00,8	Salzgitter 27./28.08.88

männliche Jugend U 20

100 m	10,7	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Letter 30.08.75
200 m	22,2	Jürgen Prüfer SV Union Salzgitter	Ilse 19.05.84
400 m	48,30	Frank Hosak Vorw.Gebhardshagen	Hannover 02.06.84
800 m	1:53,90	Manfred Mamontow SV Union Salzgitter	Bielefeld 29.07.72
1000 m	2:30,7	Manfred Mamontow SV Union Salzgitter	Braunschweig 16.07.72
1500 m	4:00,2	Albrecht Nause SV Union Salzgitter	Hannover 21.09.66
3000 m	8:48,9	Oliver Jungherr SV Union Salzgitter	Alfeld 09.06.87
5000 m	15:41,05	Oliver Jungherr SV Union Salzgitter	Oldenburg 07.06.86
10000 m	33:17,0	Oliver Jungherr SV Union Salzgitter	Langelshiem 21.05.87
10 km Lauf	38:36	Sven Alex SV Union Salzgitter	Okertalsperre 18.04.10
15 km Lauf	52:14	Max Mertins SV Union Salzgitter	Celle 23.03.91
15 km Lauf - Mann.	2:44:54	SV Union Salzgitter	Salzgitter

		Max Mertins - Stefan Giesecke - Frank Polzen	14.04.91
Halbmarathon	1:24:29	Sven Alex	Hannover
25 km Lauf	1:28:31	SV Union Salzgitter	02.05.10
		Ulf Mietens	Daverden
Marathonlauf	2:38:29	SV Union Salzgitter	17.06.85
		Ulf Mietens	Herzlake
		SV Union Salzgitter	27.10.85
Stundenlauf	17.374	Ulf Mietens	Alfeld
		SV Union Salzgitter	14.04.85
5000 m Bahngehen	21:48,4	Uwe Jakob	Dortmund
		TSV Salzgitter	15.09.79
10 km Gehen	45:07,6	Uwe Jakob	Göttingen
		TSV Salzgitter	22.09.79
20 km Gehen	1:31:58	Uwe Jakob	Oensbach
		TSV Salzgitter	21.09.80
110 m Hürden	14,96	Dirk Hoffmeister	Schöningen
		TSV Salzgitter	30.06.85
400 m Hürden	54,39	Walter Kirchhoff	Hannover
		TSV Salzgitter	17.05.81
2000 m Hindernis	5:54,14	Nils Behrendt	Dortmund
		LG Salzgitter	03.07.93
3000 m Hindernis	9:33,26	Nils Behrendt	Hameln
		LG Salzgitter	20.06.93
4 x 100 m	43,9	SV Union Salzgitter	Rotenburg
		Marco Reimann - Andreas Tilch - Oliver Slesak - Jürgen Prüfer	10.07.85
4 x 400 m	3:27,3	TSV Salzgitter	Hildesheim
		Oliver Cot - Andreas Schwanbeck - Dirk Hoffmeister - Volker Abraham	05.05.84
3 x 1000 m	7:44,6	LG Salzgitter	Salzgitter
		Klaus Kaletka - Jürgen Lubrecht - Manfred Mamontow	25.07.71
Schwedenstaffel	2:01,8	SV Union Salzgitter	Salzgitter
		Albrecht Nause - Hans-Georg Kulcke - Helmut Luczzyk - Wolf-Erhard Wondollek	01.05.66
Olympische Staffel	3:29,8	SV Union Salzgitter	Oldenburg
		Albrecht Nause - Herbert Werner - Helmut Luczzyk - Hans-Georg Kulcke (800-200-200-400)	17.09.66
Hochsprung	2,04	Thomas Jüttner	Salzgitter
		SV Union Salzgitter	21.09.80
Stabhochsprung	3,70	Martin Eisenschmidt	Salzgitter
		SV Union Salzgitter	28.09.80
Weitsprung	7,22	Lothar Czimenga	Oldenburg
		SV Union Salzgitter	12.06.77
Dreisprung	13,88	Dirk Hoffmeister	Salzgitter
		TSV Salzgitter	11.09.85
Kugelstoßen (6 kg) (ab 2003)	14,70	Dennis Tiemann	Uslar
		SV Union Salzgitter	10.10.09
Diskuswerfen (1,75 kg)	46,36	Bernd Kolbe	Bukarest/RUM
		SV Union Salzgitter	12.07.69

Speerwerfen (800 g) (neu ab 86)	51,18	Florian Olbrich SV Union Salzgitter	Delmenhorst 15.06.97
Hammerwerfen (6 kg) (ab 2003)	53,46	Björn Lippold SV Union Salzgitter *mit 6,25 kg	Hameln 01.09.01
Fünfkampf	3.402	Martin Borufka LG Salzgitter 11,25w - 6,62 - 8,99 - 1,84 - 50,64	Vöhrum 01.05.93
Fünfkampf - Mann.	15.286	LG Salzgitter Martin Borufka 3402 11,25w - 6,62 - 8,99 - 1,84 - 50,64 Michael Linke 3191 11,80w - 6,50 - 10,48 - 1,88 - 55,16 Daniel Nowak 3140 11,44w - 5,64 - 12,67 - 1,68 - 52,81 Marc Langer 3080 11,71w - 6,58 - 10,10 - 1,76 - 55,72 Michael Zick 2473 11,94w - 5,57 - 7,71 - 1,52 - 55,96	Vöhrum 01.05.93
Zehnkampf	5.998	Manfred Spittler SV Union Salzgitter 11,3 - 6,30 - 10,15 - 1,91 - 51,6 16,1 - 28,38 - 3,10 - 48,34 - 4:57,4 * mit Mä-Geräten erzielt	Gretesch 21./22.09.74
Zehnkampf - Mann.	16.230	SV Union Salzgitter Manfred Spittler 5998 11,3 - 6,30 - 10,15 - 1,91 - 51,6 16,1 - 28,38 - 3,10 - 48,34 - 4:57,4 Uwe Lippold 5916 11,5 - 6,24 - 11,88 - 1,70 - 54,1 16,9 - 39,82 - 3,30 - 53,58 - 5:18,6 Detlef Schmidt 4316 11,7 - 5,32 - 8,75 - 1,60 - 56,4 19,1 - 23,30 - 2,40 - 33,26 - 5:11,9 * mit Mä-Geräten erzielt	Gretesch 21./22.09.74

männliche Jugend U 18

100 m	10,7	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Letter 30.08.75
200 m	22,2	Jürgen Prüfer SV Union Salzgitter	Ilse 19.05.84
400 m	49,3	Jürgen Lubrecht LG Salzgitter	Osnabrück 03.07.71
800 m	1:55,9	Albrecht Nause SV Union Salzgitter	Fröndenberg 26.09.65
1000 m	2:36,3	Albrecht Nause SV Union Salzgitter	Berlin 06.06.65
1500 m	4:07,8	Manfred Mamontow SV Union Salzgitter	Bielefeld 19.09.71
3000 m	9:04,6	Markus Rieger MTV Lichtenberg	Schöningen 30.06.85
5000 m	15:56,0	Markus Rieger MTV Lichtenberg	Salzgitter 06.07.85

7,5 km Lauf	26:09	Nils Behrendt LG Salzgitter	Salzgitter 14.04.91
10 km Lauf	44:59	Sven Alex SV Union Salzgitter	Palma d Mallorca 21.10.07
Halbmarathon	1:36:39	Sven Alex SV Union Salzgitter	Palma d Mallorca 19.10.08
5000 m Bahngehen	23:34,9	Uwe Jakob TSV Salzgitter	Bielefeld 01.05.77
10000 m Bahngehen	53:33,4	Achim Niesel LG Salzgitter	Augsburg 29.08.71
10 km Gehen	48:26,1	Uwe Jakob TSV Salzgitter	Nordstemmen 22.07.77
20 km Gehen	1:55:54	Jens Goetz TSV Salzgitter	Nordholz 20.04.80
110 m Hürden	14,62	Tobias Schilling LG Salzgitter	Hameln 20.06.99
400 m Hürden	57,2	Manfred Spittler SV Union Salzgitter	Salzgitter 24.06.72
2000 m Hindernis	6:13,80	Jörg Dalluhn TSV Salzgitter Nils Behrendt LG Salzgitter	Salzgitter 15.07.80 Zeven 23.06.91
4 x 100 m	45,34	LG Salzgitter Maic Jabs - Daniel Nowak - Christoph Heinrich - Michael Zick	Holzminden 21.06.92
3 x 1000 m	8:07,6	LG Salzgitter Martin Borufka - Sebastian Elki - Nils Behrendt	Celle 09.05.91
Schwedenstaffel	2:08,8	SV Union Salzgitter Jörg Maiborn - Hans-Dieter Kayser - Lothar Czimenga - Burkhard Bartlog	Braunschweig 26.04.75
Hochsprung	2,00	Frank Wystrach TSV Salzgitter	München 28.07.79
Stabhochsprung	3,30	Uwe Lippold SV Union Salzgitter	Rheinhausen 08.10.72
Weitsprung	6,89	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Letter 30.08.75
Dreisprung	13,79	Martin Stephan TSV Salzgitter	Braunschweig 16.06.62
Kugelstoßen (5 kg)	14,44	Jens Sommer LG Salzgitter	Braunschweig 23.04.95
Diskuswerfen (1,5 kg)	39,78	Uwe Lippold SV Union Salzgitter	Salzgitter 27.03.71
Speerwerfen (700 g) (ab 2003)	51,73	Kristof Szymanski MTV Salzgitter	Braunschweig 30.06.07
Hammerwerfen (5 kg)	52,00	Björn Lippold SV Union Salzgitter	Hameln 19.06.99
Fünfkampf	3.118	Jens Sommer LG Salzgitter 11,67 - 6,04 - 11,63 - 1,72 - 53,46	Salzgitter 16.09.95

*mit A-Jgd.-Geräten

Zehnkampf	5.564	Jens Sommer LG Salzgitter 11,67 - 6,04 - 11,63 - 1,72 - 53,46 18,56 - 33,68 - 3,20 - 41,4 - 4:58,31 *mit A-Jgd.-Geräten	Salzgitter 16./17.09.95
-----------	-------	---	----------------------------

w e i b l i c h e J u g e n d U 2 0

100 m	12,0	Waltraut Wora LG Salzgitter	Goslar 10.06.70
200 m	24,46	Melanie Lipp SV Union Salzgitter	Osnabrück 13.06.92
400 m	57,9	Melanie Lipp SV Union Salzgitter	Salzgitter 16.05.92
800 m	2:16,0	Gudrun Borowsky SV Union Salzgitter	Braunschweig 18.06.72
1500 m	4:54,7	Sandra Heintzky SV Union Salzgitter	Greene 12.10.85
3000 m	10:44,0	Jutta Stec TSV Salzgitter	Braunschweig 22.08.82
5000 m	19:23,9	Sandra Heintzky SV Union Salzgitter	Unterlüß 19.10.89
10000 m	48:19,24	Carina Meyer SV Union Salzgitter	Greene 10.09.08
10 km Lauf	47:08	Carina Meyer SV Union Salzgitter	Wolfenbüttel 18.03.07
Halbmarathon	1:52:41	Larissa Krum SV Borussia Salzgitter	Hannover 05.05.02
Marathonlauf	3:58:31	Sandra Heintzky SV Union Salzgitter	Berlin 01.10.89
100 m Hürden	14,77	Ulrike Froböse SV Union Salzgitter	Lüchow 06.07.80
400 m Hürden	63,5	Katja Fastnacht SV Union Salzgitter	Osterode 05.06.88
4 x 100 m	50,05	SV Union Salzgitter Vareska Kaese - Melanie Lipp - Steffanie Lipp - Iris Schrader	Osnabrück 13.06.92
4 x 400 m	4:07,22	SV Union Salzgitter Sonja Mamontow - Yvonne Blume - Sabine Maibom - Pia Galler	Hameln 14.06.98
3 x 800 m	7:21,2	LG Salzgitter Elke Max - Marion Skorsetz - Gudrun Borowsky	Andernach 19.09.71
Olympische Staffel	4:30,20	SV Union Salzgitter Sonja Mamontow - Yvonne Blume - Sabine Maibom - Pia Galler	Oldenburg 07.06.98
Schwedenstaffel	2:31,0	SV Union Salzgitter Sonja Mamontow - Pia Galler - Sabine Maibom - Wiebke Potstada	Edemissen 08.09.98
Hochsprung	1,68	Ulrike Froböse	Salzgitter

		SV Union Salzgitter	01.06.80
Stabhochsprung	1,90	Heike Werner LG Salzgitter	Salzgitter 11.09.95
Weitsprung	5,50	Yvonne Blume SV Union Salzgitter	Osterode 12.07.97
Dreisprung	10,87	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter	Verden 20.06.10
Kugelstoßen (4 kg)	12,51	Julia Horn SV Union Salzgitter	Schöningen 29.05.99
Diskuswerfen (1 kg)	34,68	Gudrun Borowsky SV Union Salzgitter	Letter 22.06.75
Hammerwerfen (4 kg)	48,89	Lisa Husmann SV Union Salzgitter	Göttingen 13.06.10
Speerwerfen (600 g) (ab 99)	33,11	Jennifer Böttcher SV Borussia Salzgitter	Salzgitter 29.05.04
Vierkampf	2.655	Katja Fastnacht SV Union Salzgitter	Goslar 06.08.88
Vierkampf - Mann.	9.773	SV Union Salzgitter Sandra Schulze 71 2476 16,40 - 1,48 - 10,85 - 28,06 Uta Scharnke 71 1909 17,90 - 1,28 - 8,01 - 28,13 Maren Altschwager 71 1901 19,73 - 1,48 - 7,42 - 28,20 Ilka Fischer 72 1833 18,30 - 1,40 - 6,87 - 29,25 Anke Pallad 72 1654 20,39 - 1,48 - 7,48 - 30,95	Hannover 16.06.90
Siebenkampf	4.437	Katja Fastnacht SV Union Salzgitter	Goslar 06./07.08.88
Siebenkampf - Mann.	10.848	SV Union Salzgitter Katja Fastnacht 69 4337 15,4 - 1,48 - 8,20 - 26,3 5,36 - 29,96 - 2:31,0 Sandra Schulze 71 3349 16,6 - 1,52 - 8,86 - 28,4 4,43 - 23,40 - 3:08,4 Bettina Groß 71 3162 17,6 - 1,44 - 7,57 - 27,9 4,78 - 18,02 - 3:00,8	Salzgitter 27./28.08.88

weibliche Jugend U 18

100 m	12,55	Sabine Maibom SV Union Salzgitter	Duisburg 10.07.99
200 m	25,62	Sabine Maibom SV Union Salzgitter	Salzgitter 30.06.99
400 m	60,3	Gudrun Borowsky LG Salzgitter	Königslutter 18.07.72

800 m	2:16,0	Gudrun Borowsky LG Salzgitter	Braunschweig 18.06.72
1500 m	4:54,7	Sandra Heintzky SV Union Salzgitter	Greene 12.10.85
3000 m	11:08,6	Sandra Heintzky SV Union Salzgitter	Zeven 14.07.85
7,5 km Lauf	33:38	Carmen Mundt SV Union Salzgitter	Emmerthal 11.05.97
7,5 km Lauf - Mann.	1:45,56	SV Union Salzgitter Carmen Mundt - Pia Galler - Daniela Siems	Emmerthal 11.05.97
100 m Hürden	14,77	Ulrike Froböse SV Union Salzgitter	Lüchow 06.07.80
400 m Hürden	65,71	* A-Jgd.-Hürden Katja Fastnacht SV Union Salzgitter	Holzminden 21.06.86
4 x 100 m	51,34	SV Union Salzgitter Wiebke Potstada - Sabine Maibom - Sonja Mamontow - Yvonne Blume	Wunstorf 03.07.97
3 x 800 m	7:21,2	LG Salzgitter Elke Max - Marion Skorsetz - Gundrun Borowsky	Andernach 19.09.71
Hochsprung	1,68	Ulrike Froböse SV Union Salzgitter	Salzgitter 01.06.80
Weitsprung	5,50	Yvonne Blume SV Union Salzgitter	Osterode 12.07.97
Dreisprung	10,87	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter	Verden 20.06.10
Kugelstoßen (3 kg)	13,30	Julia Horn SV Union Salzgitter	Papenburg 24.08.96
Diskuswerfen (1 kg)	31,30	Gudrun Borowsky SV Union Salzgitter	Salzgitter 08.06.74
Hammerwerfen (3 kg)	48,72	Lisa Husmann SV Union Salzgitter	Halle 19.05.07
Speerwerfen (500 g) (ab 13)	32,86 **	Martha Wiencke SV Borussia Salzgitter **mit 600g	Kalefeld 05.07.12
Vierkampf	2.646	Julia Horn SV Union Salzgitter 16,14 - 1,60 - 10,31 - 13,63w	Salzgitter 13.09.97
Vierkampf-Mann.	11.219*	SV Union Salzgitter Julia Horn 2646 16,14 - 1,60 - 10,31 - 13,63w Tanja Wäterling 2554 15,06 - 1,36 - 9,48 - 13,08w Sonja Mamontow 2301* 16,66 - 1,48 - 7,60 - 13,45W Daniela Siems 1987* 17,39W - 1,36 - 8,20 - 14,34w Pia Galler 1731* 19,61w - 1,32 - 6,59 - 13,66W	Salzgitter 13.09.97
Siebenkampf	3.912	Martha Wiencke	Quedlinburg

		SV Borussia Salzgitter	21./22.07.12
		17,07 - 1,48 - 10,10 - 13,98	
		4,82 - 32,75 - 2:42,78	
Siebenkampf-Mann.	10.635*	SV Union Salzgitter	Salzgitter
		Julia Horn 3864	13./14.09.97
		16,14 - 1,60 - 10,31 - 13,63w	
		4,82 - 25,94 - 3:06,46	
		Sonja Mamontow 3558*	
		16,66 - 1,48 - 7,60 - 13,45W	
		4,72 - 15,82 - 2:41,09	
		Daniela Siems 3213*	
		17,39W - 1,36 - 8,20 - 14,34w	
		4,18 - 27,68 - 2:51,99	

männliche Jugend U 16

4 x 75 m	35,68	LG Salzgitter	Scheeßel
		Marc Langer - Martin Borufka -	16.07.89
		Sebastian Elki - Michael Linke	
4 x 100 m	48,5	TSV Salzgitter	Salzgitter
		Wolfgang Bendlin - Rolf Keil -	18.09.66
		Bernhard Schweinitzer - Bernhard Golla	
3 x 1000 m	8:33,7	TSV Salzgitter	Wolfsburg
		Dirk Hoffmeister - Andreas Schwanbeck -	20.05.82
		Georgios Stefanidis	
Dreikampf - Mann.	6.255	SV Union Salzgitter	Salzgitter
		Jasper Stein 00 1.455	22.09.14
		12,4 - 4,10 - 11,43	
		Daniel Stumpe 99 1.298	
		13,2 - 4,71 - 7,92	
		Tobias Thobor 99 1.253	
		13,5 - 4,42 - 8,12	
		Alexander Herbst 00 1.157	
		13,3 - 3,97 - 6,88	
		Lars Crome 00 1.092	
		14,4 - 3,89 - 7,38	
Vierkampf - Mann.	rd 9.540	LG Salzgitter	Salzgitter
		Gunnar Möller 2076	13.09.86
		12,1 - 5,44 - 1,52 - 10,55	
		Torsten Kluske rd 1960	
		Claudio Rieger 1885	
		13,1 - 5,15 - 1,56 - 8,44	
		Sandor Welcel rd 1840	
		Ingo Uhde 1776	
		12,7 - 4,23 - 1,36 - 9,69	
Achtkampf - Mann.	12.193	LG Salzgitter	Salzgitter
		Daniel Nowak 4230	29./30.09.90
		12,38 - 4,90 - 13,06 - 1,68	
		34,16 - 2,40 - 34,86 - 3:05,25	
		Maic Jabs 4134	

12,32 - 5,71 - 12,24 - 1,52
 34,40 - 2,60 - 28,94 - 3:16,93
 Rene Paddags 3829
 12,85 - 4,94 - 12,50 - 1,52
 29,56 - 2,20 - 31,94 - 3:49,09

männliche Jugend M 15

75 m	8,8	Arne Rieche LG Salzgitter	Salzgitter 17.07.88
100 m	11,4	Uwe Eidner TSV Salzgitter	Ilse 18.06.78
300 m	40,16	Benjamin KÜch LG Salzgitter	Osterode 30.04.11
800 m	1:58,0	Jürgen Lubrecht LG Salzgitter	Hildesheim 11.07.71
1000 m	2:37,0	Jürgen Lubrecht LG Salzgitter	Göttingen 29.05.71
2000 m	6:10,8	Jörg Maibom SV Union Salzgitter	Cuxhaven 09.06.73
3000 m	9:08,41	Markus Rieger MTV Lichtenberg	Weyhe 28.08.83
5 km Lauf	22:32	Gregor Marek MTV Salzgitter	Hannover 14.05.2000
80 m Hürden	11,12	Tobias Schilling LG Salzgitter	Gladbeck 05.09.98
300 m Hürden	43,7	Uwe Eidner TSV Salzgitter	Ilse 01.05.78
3000 m Bahngehen	13:48,8	Uwe Jacob TSV Salzgitter	Hildesheim 21.09.76
5000 m Bahngehen	24:50,2	Ulf KÜch LG Salzgitter	Bad Kreuznach 29.04.72
Hochsprung	1,90	Arne Rieche LG Salzgitter	Flensburg 18.09.88
Stabhochsprung	3,00	Uwe Lippold LG Salzgitter	Salzgitter 27.09.70
	3,00	Horst Fischer LG Salzgitter	Salzgitter 27.09.70
	3,00	Tobias Schilling LG Salzgitter	Lage 16.08.98
Weitsprung	6,57	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Braunschweig 21.09.74
Dreisprung	12,49	Dirk Hoffmeister TSV Salzgitter	Göttingen 18.09.82
Kugelstoßen (4 kg)	15,21	Arne Rieche LG Salzgitter	Flensburg 18.09.88
Diskuswerfen (1 kg)	43,42	Uwe Lippold SV Union Salzgitter	Salzgitter 12.04.69
Hammerwerfen (4 kg)	43,74	Björn Lippold SV Union Salzgitter	Salzgitter 13.09.97

Speerwerfen (600 g) (ab 99)	45,95	Jasper Stein SV Union Salzgitter	Schöningen 30.05.15
Ballwerfen (200 g)	77,00	Jürgen Hagen MTV Salzgitter	Salzgitter 04.05.63
Schlagballwerfen (80 g)	74,50	Manfred Spittler SV Union Salzgitter	Wolfenbüttel 15.06.69
Dreikampf	1.590	Jonas Heisler SV Union Salzgitter	Salzgitter 03.09.18
Vierkampf	2.192	11,9 – 5,20 – 10,70 Arne Rieche LG Salzgitter	Göttingen 14.06.87
Achtkampf	4.623	12,2 - 5,45 - 1,65 - 12,03 Arne Rieche LG Salzgitter	Berlin 24./25.09.88
Block-WK Spr/Spr	2.551	11,43 - 5,80 - 14,62 - 1,78 41,82 - 2,60 - 37,72 - 3:02,91 Nikolas Raeth SV Union Salzgitter	Edemissen 04.07.21
Block-WK Lauf	2.429	12,36 - 12,56 - 5,16 - 1,60 - 23,83 Benjamin Küch LG Salzgitter	Winsen 29.05.11
Block-WK Wurf	2.500	12,68 - 13,04 - 5,03 - 54,00 - 7:14,10 Christoph Schunke SV Union Salzgitter	Edemissen 21.06.08
		13,09 - 12,93 - 5,02 - 10,85 - 29,67	

männliche Jugend M 14

75 m	9,2	Gerhard Bieber TSV Salzgitter	Salzgitter 27.08.67
	9,2	Daniel Nowak LG Salzgitter	Salzgitter 16.09.89
100 m	11,6	Uwe Eidner TSV Salzgitter	Hannover 20.07.77
300 m	42,19	Benjamin Küch MTV Salzgitter	Dessau 22.08.10
800 m	2:30,4	Nikolas Raeth SV Union Salzgitter	Salzgitter 28.06.21
1000 m	2:45,3	Jürgen Lubrecht LG Salzgitter	Empelde 28.06.70
2000 m	6:17,1	Olaf Kaschemekat TSV Salzgitter	Stadthagen 21.08.77
3000 m	9:39,75	Markus Rieger MTV Lichtenberg	Salzgitter 05.09.82
5 km Lauf	22:32	Gregor Marek MTV Salzgitter	Hannover 14.05.2000
80 m Hürden	11,61	Tobias Schilling LG Salzgitter	Salzgitter 13.09.97
300 m Hürden	51,2	Christoph Schunke SV Union Salzgitter	Edemissen 31.08.07
3000 m Bahngehen	14:47,4	Ulf Küch	Salzgitter

5000 m Bahngehen	26:18,1	LG Salzgitter Jörg Starke TSV Salzgitter	28.10.71 Salzgitter 24.09.78
Hochsprung	1,81	Detlef Keymling TSV Salzgitter	Saarbrücken 15.09.74
Stabhochsprung	2,86	Horst Fischer MTV Salzgitter	Salzgitter 29.06.69
Weitsprung	5,87	Jens Sommer LG Salzgitter	Vöhrum 09.08.92
Kugelstoßen (4 kg)	13,60	Arne Rieche LG Salzgitter	Schöningen 21.06.87
Diskuswerfen (1 kg)	43,42	Uwe Lippold SV Union Salzgitter	Salzgitter 12.04.69
Hammerwerfen (4 kg)	34,51	Dennis Tiemann SV Union Salzgitter	Salzgitter 11.09.04
Speerwerfen (600 g) (ab 99)	35,64	Dennis Tiemann SV Union Salzgitter	Salzgitter 30.06.04
Ballwerfen (200 g)	74,00	Uwe Lippold SV Union Salzgitter	Salzgitter 17.08.69
Schlagballwerfen (80 g)	74,50	Manfred Spittler SV Union Salzgitter	Wolfenbüttel 15.06.69
Dreikampf	1.456	Yannik Hein SV Borussia Salzgitter 12,4 - 4,10 - 11,43	Salzgitter 06.05.18
Vierkampf	2.192	Arne Rieche LG Salzgitter 12,2 - 5,45 - 1,65 - 12,03	Göttingen 14.06.87
Achtkampf	4.053	Tobias Schilling LG Salzgitter 11,61 - 5,66 - 9,57 - 1,56 32,28 - 2,30 - 33,74 - 3:17,08	Salzgitter 13./14.09.97
Block-WK Spr./Spr.	2.551	Nikolas Raeth SV Union Salzgitter 12,36 - 12,56 - 5,16 - 1,60 - 23,83	Edemissen 04.07.21
Block-WK Wurf	2.360	Christoph Schunke SV Union Salzgitter 13,33 - 14,14 - 4,75 - 9,74 - 31,39	Hameln 24.06.07

weibliche Jugend U 16

4 x 75 m	38,33	SV Union Salzgitter Sandra Hörner - Sabine Maibom - Wiebke Potstada - Yvonne Blume	Osterode 12.07.97
4 x 100 m	52,01	SG Borussia/Union Salzgitter Michelle Rautmann - A.Mull - S.Cassel - L.Nöcel	Papenburg 15.07.07
3 x 800 m	7:21,2	LG Salzgitter Elke Max - Marion Skorsetz - Gudrun Borowsky	Andernach 18.09.71
Dreikampf - Mann.	5.529	SV Union Salzgitter Malika Cassel 99 1.270	Salzgitter 01.07.14

14,42 - 4,36 - 7,06
 Lea Steinbach 00 1.154
 14,64 - 3,80 - 6,39
 Tabea Timme 00 1.154
 14,99 - 3,61 - 7,38
 Pauline Koch 00 1.093
 15,63 - 3,80 - 6,49
 Lena Heinemann 00 858
 17,66 - 3,23 - 5,52

Vierkampf - Mann. rd. 8.420

TSV Salzgitter
 Doris Lerner rd. 1790

Salzgitter
 07.06.78

Heike Krokowsky 1769
 13,5 - 4,49 - 1,41 - 6,67
 Petra Grosser 1633
 14,1 - 3,96 - 1,33 - 7,17
 Petra Utzig 1629
 13,9 - 4,02 - 1,33 - 6,61
 Bettina Petrach 1602
 13,7 - 4,00 - 1,33 - 5,84

Siebenkampf - Mann. 8.072

SV Union Salzgitter

Salzgitter
 17./18.09.11

Hannah Johns 2848
 15,00 - 1,24 - 8,53 - 14,54
 3,76 - 21,97 - 2:52,35
 Isabell Stumpe 2644
 17,41 - 1,24 - 7,27 - 14,47
 4,07 - 17,42 - 3:03,97
 Aisosa Erhahon 2580
 16,55w - 1,24 - 5,88 - 14,21
 4,06 - 12,38 - 2:58,66

weibliche Jugend W 15

75 m	9,4	Tanja Wäterling SV Union Salzgitter	Oldenburg 13.06.95
100 m	12,7	Ulrike Froböse MTV Salzgitter	Salzgitter 06.05.78
300 m	44,27	Annika Ewert MTV Salzgitter	Schöningen 29.05.10
800 m	2:16,0	Gudrun Borowsky SV Union Salzgitter	Braunschweig 18.06.72
2000 m	7:02,03	Meike Müller LG Salzgitter	Salzgitter 20.09.92
3000 m	11:08,6	Sandra Heintzky SV Union Salzgitter	Zeven 14.07.85
80 m Hürden	12,36	Yvonne Blume SV Union Salzgitter	Osterode 12.07.97
300 m Hürden	47,49	Annika Ewert MTV Salzgitter	Göttingen 12.06.10
Hochsprung	1,64	Julia Horn SV Union Salzgitter	Oldenburg 13.06.95
Weitsprung	5,50	Yvonne Blume	Osterode

Dreisprung	10,60	SV Union Salzgitter Sophia Benkert SV Borussia Salzgitter	12.07.97 Delmenhorst 27.08.16
Kugelstoßen (3 kg)	13,30	Julia Horn SV Union Salzgitter	Papenburg 24.08.96
Diskuswerfen (1 kg)	28,26	Cornelia Sommer TSV Salzgitter	Salzgitter 08.06.68
Hammerwerfen (3 kg)	48,72	Lisa Husmann SV Union Salzgitter	Halle 19.05.07
Speerwerfen (500 g)	31,06 **	Martha Wiencke MTV Salzgitter ** 600g Speer	Nienhagen 06.06.10
Ballwerfen (200 g)	54,65	Ilona Braun SV Union Salzgitter	Salzgitter 02.10.66
Schlagballwerfen (80 g)	56,00	Julia Horn SV Union Salzgitter	Oldenburg 13.07.94
Dreikampf	1.449	Sophia Benkert SV Borussia Salzgitter 13,52 - 4,84 - 8,29	Salzgitter 30.04.16
Vierkampf	2.019	Sophia Benkert SV Borussia Salzgitter 13,23 - 4,92 - 8,73 - 1,52	Harlingerode 04.06.16
Siebenkampf	3.488	Martha Wiencke MTV Salzgitter 13,03 - 1,52 - 9,14 - 13,70 4,70 - 28,82 - 2:32,18	Salzgitter 11./12.09.10
Block-WK Sprint/Sprung	2.612	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter 13,09 - 12,87 - 5,18 - 1,52 - 23,34	Edemissen 21.06.08
Block-WK Lauf	2.087	Martha Wiencke MTV Salzgitter 14,87 - 15,11 - 3,91 - 34,00 - 8:22,99	Braunschweig 19.04.09
Block-WK Wurf	2.402	Carolin Kaletka SV Borussia Salzgitter 13,89 - 12,67 - 4,77 - 9,40 - 20,75	Edemissen 14.06.14

weibliche Jugend W 14

75 m	9,91	Iris Schrader SV Union Salzgitter	Papenburg 31.08.91
100 m	12,8	Ulrike Froböse MTV Salzgitter	Hannover 01.05.77
300 m	44,34	Annika Ewert MTV Salzgitter	Salzgitter 30.08.09
800 m	2:18,3	Gudrun Borowsky SV Union Salzgitter	Hameln 18.07.71
2000 m	7:02,03	Meike Müller LG Salzgitter	Salzgitter 20.09.92
3000 m	12:26,05	Lena Huck MTV SZ	Salzgitter 02.05.15
80 m Hürden	12,38	Annika Ewert	Salzgitter

300 m Hürden	48,65	MTV Salzgitter Annika Ewert MTV Salzgitter	12.09.09 Salzgitter 29.08.09
Hochsprung	1,64	Julia Horn 81 SV Union Salzgitter	Oldenburg 13.06.95
Weitsprung	5,10	Tanja Wäterling 80 SV Union Salzgitter	Celle 04.09.94
Kugelstoßen (3 kg)	12,19	Julia Horn 81 SV Union Salzgitter	Salzgitter 17.09.95
Diskuswerfen (1 kg)	26,34	Hilke Gleichfeld LG Salzgitter	Salzgitter 07.04.73
Hammerwerfen (3 kg)	31,30	Julia Horn 81 SV Union Salzgitter	Vöhrum 19.08.95
Speerwerfen (500 g) (seit 2000)	27,86 **	Martha Wiencke MTV Salzgitter ** mit 600 g	Braunschweig 06.09.09
Ballwerfen (200 g)	48,00	Christine Alker TSV Salzgitter Julia Horn SV Union Salzgitter	Salzgitter 30.09.77 Berlin 20.09.95
Schlagballwerfen (80 g)	56,00	Julia Horn SV Union Salzgitter	Oldenburg 13.07.94
Dreikampf	1.413	Carolin Kaletka SV Borussia Salzgitter 13,80w - 4,62 - 8,56	Salzgitter 31.08.13
Vierkampf	2.016	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter 13,11 - 5,00 - 8,77 - 1,48	Salzgitter 01.07.07
Siebenkampf	3.426	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter 12,91 - 1,48 - 8,09 - 13,10 4,99 - 23,46 - 2:38,22	Hamel 23./24.06.07
Block-WK Sprint/Sprung	2.501	Lena Nöcel SV Borussia Salzgitter 13,20 - 14,03 - 4,88 - 1,52 - 22,92	Edemissen 07.07.07
Block-WK Lauf	2.087	Martha Wiencke MTV Salzgitter 14,87 - 15,11 - 3,91 - 34,00 - 8:22,99	Braunschweig 19.04.09
Block-WK Wurf	2.230	Carolin Kaletka SV Borussia Salzgitter 14,07 - 14,04 - 4,73w - 8,27 - 18,58	Edemissen 24.08.13

Senioren

Senioren M 30

100 m	11,68	Urbschat, Christian 79 SV Union	Celle 15.06.14
200 m	23,30	Urbschat, Christian 79 SV Union	Celle 14.06.14
400 m	50,64	Spittler, Manfred 55	München

800 m	1:54,9	SV Union Schraven, Hans 35	20.07.85 Burgdorf
1000 m	2:32,8	SV Union Schraven, Hans 35	14.08.65 Braunschweig
1500 m	4:11,8	SV Union Schraven, Hans 35	09.06.65 Braunschweig
1 Meile	4:54,0	SV Union Künnecke, Walter 52	11.06.67 Salzgitter
3000 m	9:01,0	TSV SZ Kleedehn, Ernst 51	24.09.82 Braunschweig
5000 m	15:08,2	SV Union Kleedehn, Ernst 51 SV Union	29.08.84 Alfeld 12.06.84
10000 m	31:49,5	Goehl, Dieter 59 SV Union	Salzgitter 26.05.90
10 km Lauf	33:40	Heinrich, Klaus-Dieter 54 LG SZ	Hannover 05.04.98
10 km Lauf - Mann.	1:48:43	LG Salzgitter Heinrich, Klaus-Dieter 54-Harmel, Gerhard 55- Trull, Holger 58	Alfeld 18.03.01
Halbmarathon	1:11:35	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Rheinzabern 09.04.95
Halbmarathon- Mann.	3:53:01	LG Salzgitter Lindemann, Rainer 49-Heinrich, Klaus-Dieter 54- Plumeyer, Harald 46	Salzgitter 19.03.95
Marathonlauf	2:27:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Hannover 18.04.93
Marathonlauf - Mann.	8:01:37	LG Salzgitter Lindemann, Rainer 49 - Dazou, Michael 44 - Plumeyer, Harald 46	Hannover 18.04.93
100 km Lauf	7:18:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Neuwittenbek 25.09.94
Stundenlauf	17.651	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Schladen 10.10.98
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	43:57,2	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Kempfen 19.08.72
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:27:40,0	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Naumburg 16.04.76
20 km Straßengehen-Mann	4:33:40,0	TSV Salzgitter Mayr, Heinz 35 - Hupfeld, Werner 37- Weidner, Gerhard 33	Berlin 31.03.68
20 km Bahngehen	1:34:11,0	Schuth, Gerd 40 TSV SZ	Delmenhorst 01.10.72
30 km Bahngehen	2:23:28,8	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Ilse 22.10.72
50 km Bahngehen	4:11:26,8	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Ilse 22.10.72
50 km Straßengehen	4:00:27,0	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Hamburg 08.04.73
50 km Straßengehen-Mann	12:37:53,7	TSV Salzgitter	Eschborn

		Weidner, Gerhard 33-Degener, Karl 43- Kloppe, Hans-Jürgen 48	01.10.78
110 m Hürden	16,9	Pfeiffer, Eugen 36 SV Union	Salzgitter 10.09.66
400 m Hürden	54,7	Spittler, Manfred 55 SV Union	Baunatal 25.05.85
3000 m Hindernis	10:05,8	Bock, Herbert 34 SV Union	Salzgitter 10.10.65
4 x 100 m	50,33	SV Union Salzgitter Schunke, Matthias 64-Zechmann, Andreas 69- Graumann, Martin 79-Raeth, Torben 78	Wunstorf 24.05.09
Hochsprung	1,94	Schwabe, Heinrich 48 LG SZ	Salzgitter 09.05.87
Stabhochsprung	3,10	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Salzgitter 28.05.80
	3,10	Spittler, Manfred 55 SV Union	Salzgitter 17.09.85
Weitsprung	6,64	Jüttner, Thomas 62 SV Union	Wunstorf 18.07.92
Dreisprung	12,44	Schwabe, Heinrich 48 MTV Lichtenberg	Salzgitter 19.09.79
Kugelstoßen (7,26 kg)	13,96	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 10.02.62
Diskuswerfen (2 kg)	41,31	Breith, Wolfgang 36 SV Union	Braunschweig 25.08.68
Hammerwerfen (7,26 kg)	48,80	Lippold, Björn 82 SV Union	Bremen 03.10.13
Speerwerfen (800 g)	54,50	Dolling, Frank 57 LG SZ	Salzgitter 05.05.90
Gewichtswurf (15,88 kg)	13,07	Lippold, Björn 82 SV Union	Munster 29.09.12
Dreikampf (100/W/Ku)	1.420	Raeth, Torben 78 SV Union 13,0 - 5,57 - 10,18	Salzgitter 22.09.14
Fünfkampf	2.928	Stockhaus, Günter 38 SV Union 6,32 - 50,78 - 23,9 - 31,92 - 5:18,6	Salzgitter 27.09.69
Fünfkampf - Mann	6.626	SV Union Salzgitter Jüttner, Thomas 62 2.480 6,36 - 37,02 - 24,60 - 28,28 - 5:41,89 Spittler, Manfred 55 2.161 5,29 - 36,06 - 25,74 - 27,04 - 5:33,11 Siems, Peter 51 1.985 5,00 - 30,30 - 27,09 - 21,76 - 5:01,23	Wunstorf 26.09.93
Zehnkampf	4.844	Schwanbeck, Andreas 64 LG SZ 12,60 - 5,90 - 8,38 - 1,68 - 54,89 18,85 - 26,28 - 2,70 - 36,74 - 4:36,63	Peine 30.04./01.05.94
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.876	Lippold, Björn 82	Bremen

		SV Union	03.10.13
		48,80 - 11191 - 38,89 - 38,10 - 12,79	
Werfer-Fünfkampf - Mannschaft	(Ha/Ku/Di/Sp/Gew)		
	6.757	SV Union Salzgitter	Herrenhausen
		Lippold, Björn 82 2.824	28.04.12
		45,95 - 11,91 - 36,27 - 40,41 - 12,21	
		Graumann, Martin 79 2.074	
		24,09 - 12,05 - 30,81 - 32,83 - 8,88	
		Dröge, Sebastian 82 1.859	
		27,78 - 10,31 - 26,94 - 27,61 - 8,51	

Senioren M 35

100 m	11,68	Urbschat, Christian 79 SV Union	Celle 15.06.14
200 m	23,30	Urbschat, Chrstian 79 SV Union	Celle 14.06.14
400 m	57,6	Pfeiffer, Eugen 36 SV Union	Salzgitter 20.09.75
800 m	2:06,4	Starke, Reinhard 45 TSV SZ	Salzgitter 21.05.83
1000 m	2:46,6	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Obersuhl 31.08.75
1500 m	4:17,8	Künnecke, Walter 52 SV Union	Osterode 05.06.88
1 Meile	4:54,24	Mietens, Ulf 66 SV Union	Soltau 05.06.02
3000 m	9:13,1	Künnecke, Walter 52 SV Union	Osterode 18.05.88
5000 m	15:38,7	Kassebaum, Horst 48 SV Union	Braunschweig 07.06.86
10000 m	32:47,19	Kassebaum, Horst 48 SV Union	München 20.07.85
10 km Lauf	33:40	Heinrich, Klaus-Dieter 54 LG SZ	Hannover 05.04.98
Halbmarathon	1:11:35	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Rheinzabern 09.04.95
Marathonlauf	2:27:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Hannover 18.04.93
100 km Lauf	7:18:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Neuwittenbek 25.09.94
Stundenlauf	17.651	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Schladen 10.10.98
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	43:57,2	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Kempen 19.08.72
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:27:40,0	Weidner, Gerhard 33	Naumburg

30 km Bahngehen	2:23:28,8	TSV SZ Weidner, Gerhard 33	16.04.76 Ilsede
50 km Straßengehen	4:00:27,0	TSV SZ Weidner, Gerhard 33	22.10.72 Hamburg
50 km Bahngehen	4:11:26,8	LG SZ Weidner, Gerhard 33	08.04.73 Ilsede
		TSV SZ	22.10.72
110 m Hürden	17,65	Jüttner, Thomas 62	Kevelaer
		SV Union	18.06.04
400 m Hürden	62,0	Pfeiffer, Eugen 36	Salzgitter
		SV Union	03.06.71
3000 m Hindernis	11:30,1	Starke, Reinhard 45	Salzgitter
		TSV SZ	09.10.80
Hochsprung	1,94	Schwabe, Heinrich 48	Salzgitter
		LG SZ	09.05.87
Stabhochsprung	2,90	Lippold, Karl-Heinz 50	Salzgitter
		SV Union	30.08.86
Weitsprung	6,15	Halberkamp, Herbert 43	Salzgitter
		MTV Lichtenberg	12.05.79
Dreisprung	12,44	Schwabe, Heinrich 48	Salzgitter
		MTV Lichtenberg	05.06.85
Kugelstoßen (7,26 kg)	13,38	Graumann, Martin 79	Salzgitter
		SV Union	20.09.14
Diskuswerfen (2 kg)	38,02	Hülsemann, Torsten 76	Celle
		SV Union	18.06.17
Hammerwerfen (7,26 kg)	45,46	Lippold, Björn 82	Celle
		SV Union	17.06.17
Speerwerfen (800 g) (ab 1986)	51,28	Glinka, Rainer 48	Oldenburg
		SV Union	14.06.87
Gewichtswurf (15,88 kg)	12,41	Lippold, Björn	Salzgitter
		SV Union	16.09.17
Dreikampf (100/W/Ku)	1.505	Torben Raeth 78	Salzgitter
		SV Union	22.09.14
Fünfkampf	2.252	13,0 - 5,57 - 10,18 Spittler, Manfred 55	Wunstorf
		SV Union	26.09.93
Zehnkampf	3.360	5,29 - 36,06 - 25,74 - 27,04 - 5:33,11 Haase, Gerhard 39	Salzgitter
		TSV SZ	16./17.09.77
		12,3 - 5,13 - 8,08 - 1,30 - 60,3	
		23,1 - 20,08 - ogV - 26,10 - 5:03,3	
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.713	Lippold,, Björn 82	Salzgitter
		SV Union	13.05.17
		44,47 - 10,73 - 34,80 - 36,92 - 12,04	

Senioren M 40

100 m	11,79	Zechmann, Andreas 69	Salzgitter
		SV Union	17.09.11
200 m	23,74	Zechmann, Andreas 69	Wunstorf
		SV Union	10.06.12

400 m	58,64	Neydek, Jürgen 61 GA Gebhardshagen	Osterode 06.09.03
800 m	2:12,3	Mildenberger, Karl-Heinz 34 TSV SZ	Göttingen 20.08.77
1000 m	2:46,6	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Obersuhl 31.08.75
1500 m	4:23,3	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Hannover 31.07.79
1 Meile	5:16,2	Siems, Peter 51 SV Union	Wolfenbüttel 30.06.00
3000 m	9:23,4	Heinrich, Klaus-Dieter 54 LG SZ	Seesen 16.08.95
5.000 m	15:59,32	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Berlin 20.08.94
10000 m	33:23,00	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Berlin 19.08.94
10 km Lauf	33:40	Heinrich, Klaus-Dieter 54 LG SZ	Hannover 05.04.98
10 km Lauf - Mann.	1:48:43	LG Salzgitter Heinrich, Klaus-Dieter 54-Harmel, Gerhard 55- Trull, Holger 58	Alfeld 18.03.01
Halbmarathon	1:11:35	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Rheinzabern 09.04.95
Halbmarathon- Mann.	3:53:01	LG Salzgitter Lindemann, Rainer 49-Heinrich, Klaus-Dieter 54- Plumeyer, Harald 46	Salzgitter 19.03.95
Marathonlauf	2:27:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Hannover 18.04.93
Marathonlauf - Mann.	8:01:37	LG Salzgitter Lindemann, Rainer 49 - Dazou, Michael 44 - Plumeyer, Harald 46	Hannover 18.04.93
100 km Lauf	7:18:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Neuwittenbek 25.09.94
Stundenlauf	17.651	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Schladen 10.10.98
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	49:19,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Salzgitter 07.09.96
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:27:40,0	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Naumburg 16.04.76
20 km Straßengehen-Mann	5:21:06	TSV Salzgitter Weidner, Gerhard 33 - Steffens, Franz 33 - Kaschel, Wolfgang 34	Kassel 02.05.81
30 km Straßengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
50 km Straßengehen	4:00:27,0	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Hamburg 08.04.73
110 m Hürden	17,65	Jüttner, Thomas 62 SV Union	Kevelaer 18.06.04

3000 m Hindernis	11:38,6	Wehrschmidt, Heinz 42 TSV SZ	Salzgitter 01.09.82
4 x 100 m	51,13	SV Union Salzgitter Jüttner, Axel 64 - Neydek, Jürgen 61- Siems, Peter 51 - Jüttner, Thomas 62	Dörpen 22.08.04
3 x 1000 m	9:57,6	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 - Steffens, Franz 33 - Löffler, Richard 36	Schladen 11.09.96
Hochsprung	1,81	Schwabe, Heinrich 48 LG SZ	Hamburg 23.08.98
Stabhochsprung	2,60	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Salzgitter 11.07.94
Weitsprung	5,89	Jüttner, Axel 64 SV Union	Salzgitter 08.05.04
Dreisprung	9,85	Kruck, Gerhard 31 TSV SZ	Salzgitter 27.09.78
	9,85	Siems, Peter 51 SV Union	Salzgitter 18.06.97
Kugelstoßen (7,26 kg)	12,60	Kleiner, Johannes 61 MTV SZ	Edemissen 27.09.03
Diskuswerfen (2 kg)	38,02	Hülsemann, Torsten 76 SV Union	Celle 18.06.17
Hammerwerfen (7,26 kg)	36,72	Selnow, Georg 34 SV Union	Bad Gandersheim 01.09.74
Speerwerfen (800 g) (ab1986)	47,60	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 14.05.94
Gewichtswurf (7,26 kg)	11,31	Hülsemann, Torsten SV Union	Salzgitter 21.09.19
Dreikampf	1.294	Raeth, Torben 78 SV Union	Salzgitter 07.09.20
Fünfkampf	2.331	14,3 - 4,79 - 9,91 Siems, Peter 51 SV Union	Seesen 24.09.95
Zehnkampf	3.351	5,00 - 30,30 - 27,09 - 21,76 - 5:01,23 Gleichfeld, Detlef 36 TSV SZ	Salzgitter 28./29.07.78
		13,2 - 4,82 - 7,90 - 1,24 - 60,5 28,6 - 19,52 - ogV - 25,30 - 5:04,0	
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.694	Hülsemann, Torsten SV Union	Salzgitter 21.09.19
		33,49 - 12,47 - 34,80 - 28,04 - 10,99	

Senioren M45

100 m	13,06	Marks, Holger 63 SV Union	Salzgitter 04.05.13
200 m	27,66	Schunke, Matthias 64 SV Union	Salzgitter 21.06.00
400 m	61,6	Dauzou, Michael 44 LG SZ	Osterode 22.05.93

800 m	2:15,8	Kruck, Gerhard 31 TSV SZ	Salzgitter 06.08.77
1000 m	2:49,5	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Braunschweig 15.05.80
1500 m	4:24,4	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Kalefeld 14.08.80
1 Meile	5:16,2	Siems, Peter 51 SV Union	Wolfenbüttel 30.06.00
3000 m	9:27,6	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Wolfsburg 18.08.80
5.000 m	15:59,32	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Berlin 20.08.94
10000 m	33:23,00	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Berlin 19.08.94
10 km Lauf	35:02	Heinrich, Klaus-Dieter 54 LG SZ	Greene 19.03.00
Halbmarathon	1:11:35	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Rheinzabern 09.04.95
Marathonlauf	2:32:13	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Frankfurt 23.10.94
100 km Lauf	7:18:31	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Neuwittenbek 25.09.94
Stundenlauf	17651	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Schladen 10.10.98
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	49:19,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Salzgitter 07.09.96
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:28:44,9	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Stuttgart 11.08.79
30 km Straßengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
50 km Straßengehen	4:00:49	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Rhede 19.04.80
110 m Hürden	20,23	Wiencke, Carsten 62 MTV SZ	Wunstorf 24.05.09
Hochsprung	1,81	Schwabe, Heinrich 48 LG SZ	Hamburg 23.08.98
Stabhochsprung	1,70	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Oldendorf 02.05.98
Weitsprung	5,37	Schunke, Matthias 64 SV Union	Osterode 25.04.09
Dreisprung	9,85	Kruck, Gerhard 31 TSV SZ	Salzgitter 27.09.78
	9,85	Siems, Peter 51 SV Union	Salzgitter 18.06.97
Kugelstoßen (7,26 kg)	11,92	Sprinke, Hermann 33 TSV SZ	Braunschweig 15.05.82

Diskuswerfen (2 kg)	31,82	Hülsemann, Torsten 76 SV Union	Edemissen 04.07.21
Hammerwerfen (7,26 kg)	32,50	Sprinke, Hermann 33 TSV SZ	Göttingen 31.05.80
Speerwerfen (800 g)	47,60	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 14.05.94
Dreikampf	1.237	Schunke, Matthias 64 SV Union	Salzgitter 19.09.12
Fünfkampf	2.231	14,0 - 4,72 - 6,48 Schunke, Matthias 64 SV Union	Stuhr 09.09.12
		5,07 - 33,08 - 28,21 - 17,11 - 5:50,64	

Senioren M50

100 m	13,06	Marks, Holger 63 SV Union	Salzgitter 04.05.13
200 m	28,43	Schunke, Matthias 64 SV Union	Greene 04.06.14
400 m	61,92	Siems, Peter 51 SV Union	Oldenburg 26.08.01
800 m	2:20,32	Siems, Peter 51 SV Union	Oldenburg 26.08.01
1000 m	2:57,62	Dauzou, Michael 44 SV Union	Salzgitter 03.06.95
1500 m	4:33,5	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Gronau 29.06.85
1 Meile	5:30,4	Siems, Peter 51 SV Union	Salzgitter 30.06.04
3.000 m	9:41,5	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Celle 14.08.85
5.000 m	16:50,2	Steffens, Franz 33 TSV SZ	Alfeld 18.08.84
10000 m	34:35,10	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Hamburg 23.08.85
10 km Lauf	33:56	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Wolfenbüttel 01.05.00
10 km Lauf - Mann.	1:55:25	LG Salzgitter Lindemann, Rainer 49 - Abraham, Paul 42 Löffler, Richard 36	Wolfenbüttel 01.05.00
Halbmarathon	1:12:58	Lindemann, Reiner 49 LG SZ	Magdeburg 04.03.00
Halbmarathon - Mann.	4:05:12	LG Salzgitter Wolter, Karl 40 - Abraham, Hans 35 Löffler, Richard 36	Emmerthal 08.08.93
Marathonlauf	2:41:04	Abraham, Hans 35 TSV SZ	Berlin 29.09.85
Mannschaft – Mann.	8:27:22	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 - Löffler, Richard 36 Weidner, Gerhard 33	Daverden 17.06.87
100 km Lauf	7:20:04	Lindemann, Rainer 49 LG SZ	Hanau 22.04.00

Stundenlauf	15.269	Abraham, Hans 35 LG SZ	Schladen 12.10.96
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	49:19,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Salzgitter 07.09.96
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:35:50	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Rodenbach 30.04.83
30 km Straßengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
50 km Straßengehen	4:14:37	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Letter 28.08.83
100 m Hürden	19,07	Wiencke, Carsten 62 MTV SZ	Celle 14.06.14
4 x 100 m	66,2	SV Union Salzgitter Flamm, Johannes 45-Siems, Peter 51- Hasenberg, Peter 40-Dauzou, Michael 44	Salzgitter 20.06.01
3 x 1000 m	9:57,6	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 - Steffens, Franz 33 - Löffler, Richard 36	Schladen 11.09.96
Hochsprung	1,81	Schwabe, Heinrich 48 LG SZ	Hamburg 23.08.98
Stabhochsprung	1,70	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Oldendorf 02.05.98
Weitsprung	5,17	Schunke, Matthias 64 SV Union	Osterode 26.04.14
Dreisprung	9,26	Wiencke, Carsten 62 MTV SZ	Sulingen 06.06.15
Kugelstoßen (6 kg)	13,00	Kleiner, Johannes 61 MTV SZ	Wunstorf 10.06.12
Diskuswerfen (1,5 kg)	35,52	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Wolfsburg 29.03.03
Hammerwerfen (6 kg)	30,24	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	BS-Rüningen 02.07.14
Speerwerfen (700 g)	43,01	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 17.04.04
Gewichtswurf (11,34 kg)	12,16	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	Salzgitter 02.08.14
Dreikampf	1.380	Schunke, Matthias 64 SV Union 14,7 - 4,84 - 7,49	Salzgitter 20.07.15
Int.Fünfkampf	2.076	Schunke, Matthias 64 SV Union 4,68 - 29,27 - 29,43 - 21,31 - 6:28,17	Hannover 02.09.18
Zehnkampf	3.802+	Krüger, Dieter 43 MTV SZ 14,78 - 4,38 - 8,31 - 1,50 - 69,84	Gateshead/GB 29./30.07.99

20,82+ - 22,88 - ogV - 23,48+ - 6:23,9

Senioren M 55

100 m	13,34	Jüttner, Axel 64 SV Union	Edemissen 17.08.19
200 m	29,11	Schunke, Matthias 64 SV Union	Blankenburg 22.06.19
400 m	64,81	Siems, Peter 51 SV Union	Osterode 02.09.06
800 m	2:25,57	Siems, Peter 51 SV Union	Verden 21.06.08
1000 m	3:07,24	Löffler, Richard 36 LG SZ	Hannover 29.09.92
1500 m	4:49,41	Löffler, Richard 36 LG SZ	Delmenhorst 15.06.91
1 Meile	5:32,1	Siems, Peter 51 SV Union	Salzgitter 12.07.06
3.000 m	10:19,7	Löffler, Richard 36 LG SZ	Unterlüß 16.06.92
5.000 m	17:17,60	Werner, Herbert 48 LG SZ	Greene 25.06.03
10000 m	36:21,8	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Salzgitter 27.08.88
10 km Lauf	37:01	Werner, Herbert 48 LG SZ	Hasede 16.05.03
Halbmarathon	1:20:45	Abraham, Hans 35 LG SZ	Hamburg 15.09.96
Marathonlauf	2:51:41	Abraham, Hans 35 LG SZ	Berlin 29.09.96
Stundenlauf	15.269	Abraham, Hans 35 LG SZ	Schladen 12.10.96
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	49:19,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Salzgitter 07.09.96
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:37:46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Seelze 28.03.93
30 km Straßengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
50 km Straßengehen	4:23:29	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Kerpen-Horrem 23.05.93
110 m Hürden	20,82	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Gateshead/GB 30.07.99
Hochsprung	1,50	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Minden 01.08.98
Stabhochsprung	1,70	Krüger, Dieter 43	Oldendorf

Weitsprung	5,13	MTV SZ Jüttner, Axel 64 SV Union	02.05.98 Salzgitter 01.07.19
Dreisprung	7,33	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Brandenburg 04.09.21
Kugelstoßen (6 kg)	12,07	Kleiner, Johannes SV Union	Celle 18.06.17
Diskuswerfen (1,5 kg)	32,90	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Wolfsburg 01.04.06
Hammerwerfen (6 kg)	30,24	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	BS-Rüninge 02.07.14
Speerwerfen (700 g)	43,01	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 17.04.04
Gewichtswurf (11,34 kg)	12,16	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	Salzgitter 02.08.14
Dreikampf	2.024	Jüttner, Axel 64 SV Union 13,4 – 5,13 – 9,36	Salzgitter 01.07.19
Zehnkampf	4.382+	Krüger, Dieter 43 MTV SZ 14,78 - 4,38 - 8,31 - 1,50 - 69,84 20,82+ - 22,88 - ogV - 23,48+ - 6:23,9	Gateshead/GB 29./30.07.99
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.530	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ 26,03 - 10,03 - 29,98 - 29,14 - 9,75	Herrenhausen 28.04.12

Senioren M 60

100 m	15,38	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Greene 21.05.03
200 m	31,99	Siems, Peter 51 SV Union	Kalefeld 29.09.13
400 m	68,3	Dauzou, Michael 44 SV Union	Wolfenbüttel 21.05.05
800 m	2:29,8	Löffler, Richard 36 LG SZ	Greene 05.06.96
1000 m	3:26,74	Steffens, Franz 33 LG SZ	Salzgitter 03.06.95
1500 m	4:55,18	Abraham, Hans 35 LG SZ	Minden 20.08.95
1 Meile	5:44,52	Kassebaum, Horst 48 SV Union	Salzgitter 23.06.10
3000 m	10:42,09	Löffler, Richard 36 LG SZ	Osterode 17.07.96
5000 m	18:02,60	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Minden 28.08.93
10000 m	37:48,52	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Lübeck 26.08.94

10 km Lauf	38:05	Steffens, Franz 33 LG SZ	Hannover 14.05.95
10 km Lauf - Mann.	1:57:57	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 - Löffler, Richard 36 Bergmann, Johann 37	Hannover 05.04.98
Halbmarathon	1:20:45	Abraham, Hans 35 LG SZ	Hamburg 15.09.96
Halbmarathon - Mann.	4:08:14	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 -Löffler, Richard 36 - Steffens, Franz 33	Hamburg 15.09.96
Marathonlauf	2:51:41	Abraham, Hans 35 LG SZ	Berlin 29.09.96
Marathonlauf - Mann.	9:13:27	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 - Löffler, Richard 36 Mildenberger, Karl-Heinz 34	Berlin 29.09.96
Stundenlauf	15.269	Abraham, Hans 35 LG SZ	Schladen 12.10.96
5000 m Bahngehen	24:07,71	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Buffalo/USA 22.07.95
10000 m Bahngehen	49:19,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Salzgitter 07.09.96
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km Straßengehen	1:37:46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Seelze 28.03.93
30 km Straßengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
50 km Straßengehen	4:23:29	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Kerpen-Horrem 23.05.93
3 x 1000 m	9:57,6	LG Salzgitter Abraham, Hans 35 - Steffens, Franz 33 - Löffler, Richard 36	Schladen 11.09.96
Hochsprung	1,44	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Schweinfurt 01.08.03
Weitsprung	4,48	Krüger, Dieter 43 MTV SZ	Greene 21.05.03
Dreisprung	7,33	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Brandenburg 04.09.21
Kugelstoßen (5 kg)	11,38	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Großburgwedel 04.08.01
Diskuswerfen (1 kg)	36,84	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	Salzgitter 10.06.15
Hammerwerfen (5 kg)	35,21	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	Braunschweig 01.07.15
Speerwerfen (600 g)	35,55	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 17.04.10
Gewichtswurf (9,08 kg)	13,64	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	Zella-Mehlis 28.08.16
Dreikampf	1.178	Siems, Peter 51 SV Union 16,6 - 3,60 - 8,17	Salzgitter 20.07.15

Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.855	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ	Zella-Mehlis 28.08.16
		33,51 – 10,35 – 31,00 – 26,45 – 13,64	
Werfer-Fünfkampf - Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	6.260	SV Union Salzgitter	Salzgitter 08.04.17
		Lippold, Karl-Heinz 50 2.220	
		23,02 – 7,61 – 28,14 – 20,72 – 8,95	
		Olbrich, Christoph 53 2.078	
		21,80 - 8,08 – 25,54 – 28,31 - 8,85	
		Siems, Peter 51 1.962	
		19,62 – 7,96 – 22,37 – 19,48 – 8,20	

Senioren M 65

100 m	15,63	Siems, Peter 51 SV Union	Edemissen 14.08.16
200 m	32,50	Siems, Peter 51 SV Union	Bad Gandersheim 11.06.16
800 m	2:37,7	Steffens, Franz 33 LG SZ	Greene 27.05.98
1000 m	4:25,5	Kötz, Harald 46 SV Union	Uslar 07.06.21
1500 m	5:14,93	Steffens, Franz 33 LG SZ	Salzgitter 30.05.98
1 Meile	6:03,7	Kötz, Harald 46 SV Union	Salzgitter 13.06.12
3000 m	11:47,48	Kötz, Harald 46 SV Union	Delmenhorst 28.05.11
5000 m	19:19,06	Steffens, Franz 33 LG SZ	Vöhrum 20.05.98
10000 m	41:46,3	Löffler, Richard 36 LG SZ	Vechelde 25.04.03
10 km Lauf	40:00	Abraham, Hans 35 LG SZ	Greene 19.03.00
Halbmarathon	1:28:02	Abraham, Hans 35 LG SZ	Freiburg 25.03.00
Marathonlauf	3:00,15	Abraham, Hans 35 LG SZ	Duisburg 30.04.00
Stundenlauf	13.674	Kötz, Harald 46 SV Union	Uslar 12.10.13
3.000 m Bahngehen	16:17,2	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Linz (A) 17.03.06
5000 m Bahngehen	25:58,33	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 09.07.00
10000 m Bahngehen	50:40,9	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Letter 13.06.98
10 km Straßengehen	52:24	Weidner, Gerhard 33	Achern-Önsbach

20 km Straßengehen	1:44:40	LG SZ Weidner, Gerhard 33	15.04.00 Berlin
30 km Straßengehen	2:55:07	LG SZ Weidner, Gerhard 33 LG SZ	03.07.98 Jyväskylä/Fin 14.07.00
Hochsprung	1,29	Spittler, Manfred 55 SV Union	Zeven 29.08.20
Weitsprung	3,48	Siems, Peter 51 SV Union	Salzgitter 29.08.16
Dreisprung	7,33	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Brandenburg 04.09.21
Kugelstoßen (5 kg)	11,38	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Großburgwedel 04.08.01
Diskuswerfen (1 kg)	36,29	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Greene 26.05.04
Hammerwerfen (5 kg)	23,03	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Salzgitter 18.04.15
Speerwerfen (600 g)	30,75	Olbrich, Christoph 53 SV Union	Zeven 29..08.20
Gewichtswurf (9,08 kg)	10,07	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Salzgitter 16.09.17
Dreikampf (100/Weit/Kugel)	1.452	Siems, Peter 51 SV Union 15,7 - 3,48 - 7,98	Salzgitter 29.08.16
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.359	Olbrich, Christoph 53 SV Union 21,51 – 8,41 – 26,94 – 28,62 – 8,30	Salzgitter 21.09.19

Senioren M70

100 m	15,9	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Salzgitter 13.09.21
200 m	34,6	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Salzgitter 28.06.21
800 m	3:04,93	Kötz, Harald 46 SV Union	Schöningen 25.06.16
1000 m	4:25,5	Kötz, Harald 46 SV Union	Uslar 07.06.21
1500 m	6:13,59	Kötz, Harald 46 SV Union	Schöningen 26.06.16
1 Meile	6:57,3	Kötz, Harald 46 SV Union	Salzgitter 08.06.16
3000 m	13:44,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Delmenhorst 28.05.11
5000 m	22:22,77	Abraham, Paul 42 LG SZ	Zgorzelec/PL 23.08.12
10000 m	45:45,1	Kötz, Harald 46 LG SZ	Uslar 15.10.16
10 km Lauf	44:36	Löffler, Richard 36	Wolfenbüttel

Halbmarathon	1:36:01	LG SZ Löffler, Richard 36	02.04.06 Herten
Marathonlauf	4:51:33	LG SZ Kaminski, Kurt 25	26.03.06 Hamburg
Stundenlauf	13.187	LG SZ Kötz, Harald 46 SV Union	30.04.95 Uslar 15.10.16
3.000 m Bahngehen	16:17,2	Weidner, Gerhard 33	Linz / A
5.000 m Bahngehen	27:44,41	LG SZ Weidner, Gerhard 33	17.03.06 Aarhus/DK
10.000 m Bahngehen	59:00,85	LG SZ Weidner, Gerhard 33	26.07.04 Großburgwedel
10 km Straßengehen	55:57	LG SZ Weidner, Gerhard 33	02.08.03 Sindelfingen
20 km Straßengehen	1:59:06	LG SZ Weidner, Gerhard 33	14.03.04 Aarhus/DK 29.07.04
Weitsprung	3,33	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Salzgitter 28.06.21
Dreisprung	7,33	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Brandenburg 04.09.21
Kugelstoßen (4 kg)	12,37	Deutsch, Heinz 32	Stendal
Diskuswerfen (1 kg)	36,29	MTV SZ Deutsch, Heinz 32	30.06.02 Greene
Hammerwerfen (4 kg)	29,70	MTV SZ Schrader, Klaus 38	26.05.04 Salzgitter
Speerwerfen (500 g)	26,16	SV Innerstetal Schrader, Klaus 38	19.04.08 Salzgitter
Gewichtwurf (7,25 kg)	14,73	SV Innerstetal Deutsch, Heinz 32	02.07.08 Edemissen
Dreikampf (100/Weit/Kugel)	1.455	MTV SZ Bode, Friedhelm 51 SV Union	30.09.06 Salzgitter 13.09.21
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	3.171	15,9 - 2,91 - 8,90 Deutsch, Heinz 32	Edemissen
Wurf-Fünfkampf - Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	7.082	MTV SZ 23,70 - 11,15 - 33,35 - 21,20 - 14,73 SV Union Salzgitter	30.09.06 Salzgitter
		Flachowsky, Gerhard 46 2.607	30.06.21
		24,37 - 7,43 - 27,19 - 17,00 - 10,43	
		Lippold, Karl-Heinz 50 2.238	
		23,15 - 7,39 - 26,07 - 18,30 - 10,08	
		Bode, Friedhelm 51 2.237	
		24,46 - 8,35 - 22,81 - 18,32 - 9,72	

Senioren M75

800 m	3:26,42	Kötz, Harald 46	Edemissen
-------	---------	-----------------	-----------

1000 m	4:25,5	SV Union Kötz, Harald 46	04.07.21 Uslar
3000 m	13:44,46	SV Union Weidner, Gerhard 33 LG SZ	07.06.21 Delmenhorst 28.05.11
5000 m	22:42,13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Dessau 06.06.09
10 km Lauf	46:32	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Otterndorf 12:09.09
5000 m Bahngehen	30:46,33	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Wunstorf 09.06.12
Dreisprung	7,33	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Brandenburg 04.09.21
Kugelstoßen (4 kg)	11,79	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Dessau 07.06.09
Diskuswerfen (1 kg)	33,50	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Salzgitter 10.06.07
Hammerwerfen (4 kg)	28,29	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Salzgitter 23.08.08
Speerwerfen (500 g)	22,64	Schrader, Klaus 38 MTV SZ	Sarstedt 21.04.13
Gewichtswurf (7,26 kg)	11,10	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Porta Westfalica 24.07.21
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	3201	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Meppen 26.04.09
		27,48 - 11,16 - 28,98 - 20,81 - 9,65	

Senioren M 80

Kugelstoßen (3 kg)	11,13	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Erfurt 13.07.12
Diskuswerfen (1 kg)	27,27	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Herrenhausen 28.04.12
Hammerwerfen (3 kg)	30,72	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Wunstorf 09.06.12
Speerwerfen (400 g)	16,79	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Zella-Mehlis 22.09.12
Gewichtswurf (5,45 kg)	11,50	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Zella-Mehlis 22.09.12
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	3.415	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Herrenhausen 28.04.12
		25,61 - 10,73 - 27,27 - 16,63 - 11,10	

Senioren M 85

Kugelstoßen (3 kg)	8,50	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 15.09.18
Diskuswerfen (1 kg)	17,84	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 15.09.18
Hammerwerfen (3 kg)	26,64	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 25.05.18
Speerwerfen (400 g)	13,49	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 15.09.18
Gewichtswurf (5,45 kg)	8,91	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 15.09.18
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	3.001	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ	Salzgitter 15.09.18
		24,88 - 8,50 - 17,84 - 12,73 - 8,91	

Seniorinnen

Seniorinnen W 30

100 m	12,5	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 17.06.73
200 m	25,7	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 17.06.73
400 m	59,20	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Wilhelmshaven 28.06.80
800 m	2:13,4	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Obersuhl 31.08.75
1000 m	3:07,4	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Salzgitter 04.05.80
1500 m	5:09,3	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Gronau 04.06.83
1 Meile	5.51,95	Marek, Theresa 65 MTV SZ	Alfeld 05.06.01
3000 m	10:38,2	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Hamburg 30.04.75
5000 m	20:21,6	Marek, Therese 65 MTV SZ	Greene 05.06.96
10000 m	43:14,5	Gossow, Ingrid 42 MTV Lichtenberg	Hannover 27.07.79
10 km Lauf	41:42	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Wolfenbüttel 19.09.04
10 km-Mann.	2:43:59	LG Salzgitter Heinrich, Karin 59 - Woelke, Ilona 47 - Heidrich, Helga 43	Hannover 05.04.98

Halbmarathon	1:31:21	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Paderborn 30.03.02
Halbmarathon-Mann.	5:49:01	LG Salzgitter Heinrich, Karin 59 - Münch, Claudia 63 Woelke, Ilona 47	Schladen 04.09.99
Marathonlauf	3:09:13	Hessel, Gisela 47 LG SZ	Berlin 29.09.91
Marathonlauf - Mann.	12:02:06	LG Salzgitter Heinrich, Karin 59 - Münch, Claudia 63 Chebowski, Ulrike 56	Berlin 26.09.99
Stundenlauf	10360	Schunke, Sibylle SV Union	Uslar 17.10.15
100 m Hürden	24,8	Groß, Ingeborg 41 SV Union	Salzgitter 20.06.79
4 x 100 m	60,50	SV Union Salzgitter Schunke, Sibylle 68 - Johns, Birgit 65 - Rautmann, Edda - Raeth, Iris 77	Celle 30.05.10
Hochsprung	1,38	Scarale, Katja 78 SV Union	Schöningen 26.05.18
Weitsprung	5,03	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 17.06.73
Kugelstoßen (4 kg)	10,49	Horn, Julia SV Union	Salzgitter 02.05.15
Diskuswerfen (1 kg)	29,97	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Salzgitter 18.04.98
Hammerwerfen (4 kg)	34,83	Bremer, Melanie SV Union	Gronau 28.05.17
Speerwerfen (600 g)	34,95	Bremer, Melanie SV Union	Zittau 11.07.15
Gewichtswurf (9,08 kg)	10,18	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 03.09.16
Dreikampf	1.383	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 20.07.15
Werfer-Fünfkampf	1.401	14,8 - 4,46 - 9,76 Vree, Sarah SV Union	Salzgitter 14.04.18
Werfer-Fünfkampf-Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	5.882	19,15 - 6,72 - 16,72 - 19,29 - 7,26 SV Union Salzgitter Alex, Edda 66 2131 22,97 - 7,71 - 17,98 - 19,82 - 7,72 Bremer, Melanie 78 1991 20,36 - 9,44 - 18,60 - 28,24 - 7,87 Johns, Birgit 65 1760 24,20 - 6,87 - 14,62 - 11,17 - 6,87	Herrenhausen 10.05.14

Seniorinnen W 35

100 m	12,5	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 17.06.73
-------	------	--------------------------------	--------------------------

200 m	25,7	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 17.06.73
400 m	59,20	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Wilhelmshave 28.06.80
800 m	2:13,4	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Obersuhl 31.08.75
1000 m	3:07,4	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Salzgitter 04.05.80
1500 m	5:09,3	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Gronau 04.06.83
1 Meile	5.51,95	Marek, Theresa 65 MTV SZ	Alfeld 05.06.01
3000 m	10:38,2	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Hamburg 30.04.75
5000 m	20:39,2	Gossow, Ingrid 42 MTV Lichtenberg	Hannover 31.07.79
10000 m	43:14,5	Gossow, Ingrid 42 MTV Lichtenberg	Hannover 27.07.79
10 km Lauf	41:42	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Wolfenbüttel 19.09.04
Halbmarathon	1:31:21	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Paderborn 30.03.02
Marathonlauf	3:09:13	Hessel, Gisela 47 LG SZ	Berlin 29.09.91
Stundenlauf	10360	Schunke, Sibylle SV Union	Uslar 17.10.15
100 m Hürden	24,8	Groß, Ingeborg 41 SV Union	Salzgitter 20.06.79
Hochsprung	1,38	Scarale, Katja 78 SV Union	Schöningen 26.05.18
Weitsprung	5,03	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 17.06.73
Kugelstoßen (4 kg)	10,13	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 13.05.17
Diskuswerfen (1 kg)	29,97	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Salzgitter 18.04.98
Hammerwerfen (4 kg)	34,83	Bremer, Melanie SV Union	Gronau 28.05.17
Speerwerfen (600 g)	34,95	Bremer, Melanie 78 SV Union	Zittau 11.07.15
Gewichtswurf (9,08 kg)	10,18	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 03.09.16
Dreikampf	1.482	Bremer, Melanie 78 SV Union 14,8 - 4,46 - 9,76	Salzgitter 20.07.15
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.566	Bremer, Melanie 78 SV Union 32,81 - 9,37 - 24,67 - 29,72 - 10,00	Salzgitter 03.09.16

Seniorinnen W 40			
------------------	--	--	--

100 m	13,1	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Salzgitter 17.06.80
200 m	26,54	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Wilhelmshaven 29.06.80
400 m	59,20	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Wilhelmshaven 28.06.80
800 m	2:15,46	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	München 21.06.80
1000 m	3:07,4	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Salzgitter 04.05.80
1500 m	5:09,3	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Gronau 04.06.83
3000 m	10:53,6	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 14.08.83
5000 m	20:51,7	Gossow, Ingrid 42 MTV Lichtenberg	Moringen 12.06.82
10000 m	43:50,0	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Schladen 24.05.00
10 km Lauf	41:42	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Wolfenbüttel 19.09.04
Halbmarathon	1:31:21	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Paderborn 30.03.02
Marathonlauf	3:09:13	Hessel, Gisela 47 LG SZ	Berlin 29.09.91
Stundenlauf	10360	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Uslar 17.10.15
4 x 100 m	63,6	SV Union Salzgitter Richter, Renate 51 - Johns, Birgit 65 - Cassel, Bettina 65 - Rautmann, Edda 66	Salzgitter 16.07.07
Hochsprung	1,38	Scarale, Katja 78 SV Union	Schöningen 26.05.18
Weitsprung	4,44	Gossow, Ingrid 42 MTV Lichtenberg	Salzgitter 08.09.82
Kugelstoßen (4 kg)	9,82	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 06.05.18
Diskuswerfen (1 kg)	29,70	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Osterode 17.06.00
Hammerwerfen (4 kg)	31,30	Bremer, Melanie 78 SV Union	Hornburg 05.05.18
Speerwerfen (600 g)	32,91	Bremer, Melanie 78 SV Union	Mönchengladb. 30.06.18
Gewichtswurf (9,08 kg)	9,04	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 14.04.18
Dreikampf	1.349	Scarale, Katja 78 SV Union 15,3 - 3,96 - 8,19	Salzgitter 01.07.19
Fünfkampf (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	1.859	Schunke, Sibylle 68	Stuhr

		SV Union	09.09.12
		15,87 - 3,92 - 6,12 - 1,19 - 3:17,40	
Fünfkampf - Mannschaft (100/Weit/Kugel/Hoch/800)			
	5.853	SV Union Salzgitter	Stuhr
		Rautmann, Edda 66 2.223	04.09.11
		16,19 - 3,57 - 7,90 - 1,19 - 3:11,95	
		Johns, Birgit 65 1.842	
		15,64 - 3,71 - 7,01 - 1,07 - 3:51,08	
		Schunke, Sibylle 68 1.788	
		16,20 - 3,87 - 6,22 - 1,19 - 3:20,25	
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)			
	2.664	Bremer, Melanie 78	Horneburg
		SV Union	05.05.18
		31,30 - 9,42 - 20,53 - 32,10 - 8,91	
Werfer-Fünfkampf-Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)			
	5.211	SV Union Salzgitter	Herrenhausen
		Rautmann, Edda 66 2.008	27.04.13
		22,03 - 7,20 - 18,22 - 17,05 - 7,74	
		Johns, Birgit 65 1.774	
		23,94 - 6,95 - 14,97 - 13,02 - 6,41	
		Schunke, Sibylle 68 1.429	
		13,84 - 6,19 - 14,31 - 17,62 - 5,05	

Seniorinnen W 45

100 m	13,6	Gleichfeld, Antje 38	Gronau
		TSV SZ	05.06.83
200 m	27,86	Gleichfeld, Antje 38	Schriesheim
		TSV SZ	03.07.83
400 m	61,3	Gleichfeld, Antje 38	Salzgitter
		TSV SZ	18.05.85
800 m	2:20,3	Gleichfeld, Antje 38	Greene
		TSV SZ	01.06.85
1000 m	4:11,2	Gluth, Irmhild 37	Salzgitter
		SV Union	12.08.82
1500 m	5:09,3	Gleichfeld, Antje 38	Gronau
		TSV SZ	04.06.83
3000 m	10:53,6	Gleichfeld, Antje 38	Braunschweig
		TSV SZ	14.08.83
5000 m	20:53,66	Marek, Theresa 65	Osterode
		MTV SZ	28.08.10
10000 m	57:57,9	Schunke, Sibylle	Uslar
		SV Union	17.10.15
10 km Lauf	41:42	Heinrich, Karin 59	Wolfenbüttel
		LG SZ	19.09.04
Halbmarathon	1:33:45	Heinrich, Karin 59	Alfeld
		LG SZ	03.10.04
Marathonlauf	3:27:01	Heinrich, Karin 59	Hannover
		LG SZ	02.05.04
Stundenlauf	10360	Schunke, Sibylle	Uslar
		SV Union	17.10.15

Hochsprung	1,30	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 03.05.14
Weitsprung	4,32	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Braunschweig 14.08.83
Kugelstoßen (4 kg)	9,08	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Salzgitter 06.05.06
Diskuswerfen (1 kg)	28,68	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Salzgitter 29.06.05
Hammerwerfen (4 kg)	27,92	Johns, Birgit 65 SV Union	Celle 15.06.14
Speerwerfen (600 g)	23,59	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Salzgitter 10.09.05
Gewichtswurf (9,08 kg)	7,97	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 12.04.14
Dreikampf (100/Weit/Kugel)	1.302	Johns, Birgit 65 SV Union 15,5 - 3,57 - 6,91	Salzgitter 28.08.13
Fünfkampf (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	2.223	Rautmann, Edda 66 SV Union 16,19 - 3,57 - 7,90 - 1,19 - 3:11,95	Stuhr 04.09.11
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	16,61 - 3,29 - 2.150	- 5,35 - 1,27 - 3:42,60 Rautmann, Edda 66 SV Union 23,12 - 7,76 - 20,33 - 17,32 - 7,95	Herrenhausen 28.04.12

Seniorinnen W 50

100 m	15,69	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 04.05.02
200 m	34,16	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Kalefeld 23.09.18
800 m	3:31,60	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Hannover 02.09.18
1000 m	4:20,9	Schlenker, Anneliese 21 SV Union	Salzgitter 19.08.75
3000 m	16:06,1	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Uslar 19.10.19
10 km Lauf	45:21	Gröger, Gudrun 57 SV Union	Wolfenbüttel 01.05.07
Halbmarathon	2:00:32	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Greene 07.10.00
Marathonlauf	4:32:40	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Berlin 26.09.99
Hochsprung	1,30	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 03.05.14
Weitsprung	3,97	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 12.05.01

Kugelstoßen (3 kg)	8,55	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 13.05.17
Diskuswerfen (1 kg)	20,42	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 16.04.16
Hammerwerfen (3 kg)	30,09	Johns, Birgit 65 SV Union	Celle 17.06.17
Speerwerfen (500 g)	21,67	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 02.07.03
Gewichtswurf (7,26 kg)	9,30	Johns, Birgit 65 SV Union	Salzgitter 13.08.16
Dreikampf (100/Weit/Kugel)	1.392	Schunke, Sibylle 68 SV Union 16,61 - 3,63 - 6,97	Braunschweig 14.09.19
Fünfkampf (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	2.222	Schunke, Sibylle 68 SV Union 16,35 - 3,50 - 7,00 - 1,15 - 3:31,60	Hannover 02.09.18
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.346	Alex, Edda 66 SV Union 26,36 - 8,21 - 20,42 - 15,22 - 8,94	Salzgitter 16.04.16
Wurf-Fünfkampf-Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	6.510	SV Union Salzgitter (W50/55) Alex, Edda 66 2.228 25,22 - 8,30 - 18,17 - 15,48 - 8,30 Johns, Birgit 65 2.205 29,12 - 7,21 - 15,64 - 13,31 - 9,30 Kloppenburger, Marion 65 2.077 23,89 - 7,72 - 19,23 - 13,45 - 7,72	Salzgitter 13.08.16
	7.322	SV Union Salzgitter (W50+) Richter, Renate 51 2.889 23,10 - 6,63 - 14,60 - 18,35 - 9,67 Alex, Edda 66 2.228 25,22 - 8,30 - 18,17 - 15,48 - 8,30 Johns, Birgit 65 2.205 29,12 - 7,21 - 15,64 - 13,31 - 9,30	Salzgitter 13.08.16

Seniorinnen W 55

100 m	16,10	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 18.07.15
200 m	35,75	Richter, Renate 51 SV Union	Leinefelde 14.07.19
800 m	3:42,60	Richter, Renate 51 SV Union	Stuhr 09.09.12
3000 m	17:21,74	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Salzgitter 10.09.05
10 km Lauf	59:50	Heidrich, Helga 43 LG SZ	Hannover 05.04.98

Halbmarathon	2:26:06	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Herten 26.03.06
Marathonlauf	4:56:56	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Hannover 05.05.02
Hochsprung	1,30	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 03.05.14
Weitsprung	3,80	Richter, Renate 51 SV Union	Osterode 16.05.07
Kugelstoßen (3 kg)	7,39	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 30.06.21
Diskuswerfen (1 kg)	18,41	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 30.06.21
Hammerwerfen (3 kg)	27,96	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 11.07.07
Speerwerfen (500 g)	20,29	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 11.07.07
Gewichtswurf (7,26 kg)	7,53	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 30.06.21
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.126	Alex, Edda 66 SV Union 23,11-7,13-16,16-13,41-7,26	Salzgitter 30.06.21

Seniorinnen W 60

100 m	16,10	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 18.07.15
200 m	35,75	Richter, Renate 51 SV Union	Leinefelde 14.07.19
800 m	3:42,60	Richter, Renate 51 SV Union	Stuhr 09.09.12
10 km Lauf	67:15	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Willershausen 23.08.08
Halbmarathon	2:46:39	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Wolfenbüttel 15.09.19
Hochsprung	1,30	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 03.05.14
Weitsprung	3,69	Richter, Renate 51 SV Union	Uslar 04.08.13
Kugelstoßen (3 kg)	7,21	Richter, Renate 51 SV Union	Harlingerode 28.06.14
Diskuswerfen (1 kg)	15,97	Richter, Renate 51 SV Union	Uslar 04.10.14
Hammerwerfen (3 kg)	25,26	Richter, Renate 51 SV Union	Braunschweig 21.05.11
Speerwerfen (500 g)	19,86	Richter, Renate 51 SV Union	Uslar 17.10.15
Gewichtswurf (5,45 kg)	10,94	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 17.08.13

Dreikampf	1.753	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 28.08.13
-----------	-------	--------------------------------	------------------------

Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.533	Richter, Renate 51 SV Union 20,40 - 6,88 - 14,83 - 17,63 - 10,94	Salzgitter 17.08.13
------------------------------------	-------	--	------------------------

Seniorinnen W 65

100 m	16,40	Richter, Renate 51 SV Union	Edemissen 14.08.16
200 m	35,75	Richter, Renate 51 SV Union	Leinefelde 14.07.19
800 m	3:51,93	Richter, Renate 51 SV Union	Hameln 15.09.19
10 km Lauf	69:10	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Okertalsperre 15.04.18
Halbmarathon	2:46:39	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Wolfenbüttel 15.09.19
Hochsprung	1,25	Richter, Renate 51 SV Union	Edemissen 14.08.16
Weitsprung	3,65	Richter, Renate 51 SV Union	Perth / Austr. 05.11.16
Kugelstoßen (3 kg)	7,03	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 03.09.18
Diskuswerfen (1 kg)	14,95	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 15.09.18
Hammerwerfen (3 kg)	24,17	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 08.04.17
Speerwerfen (500 g)	18,84	Richter, Renate 51 SV Union	Uslar 31.07.16
Gewichtswurf (5,45 kg)	10,39	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 08.04.17
Dreikampf	1.948	Richter, Renate 51 SV Union 17,0 - 3,41 - 6,76	Salzgitter 18.09.17
Fünfkampf	3.285	Richter, Renate 51 SV Union 17,19 - 3,30 - 6,76 - 1,19 - 3:51,93	Hameln 15.09.19
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.889	Richter, Renate 51 SV Union 23,10 - 6,63 - 14,60 - 18,35 - 9,67	Salzgitter 13.08.16

Seniorinnen W 70

100 m	17,08	Richter, Renate 51 SV Union	Osterode 21.08.21
200 m	36,23	Richter, Renate 51 SV Union	Brandenburg 04.09.21
10 km Lauf	69:10	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Okertalsperre 15.04.18
Halbmarathon	2:46:39	Woelke, Ilona 47 LG SZ	Wolfenbüttel 15.09.19
Hochsprung	1,18	Richter, Renate 51 SV Union	Baunatal 11.09.21
Weitsprung	3,38	Richter, Renate 51 SV Union	Edemissen 04.07.21
Kugelstoßen (3 kg)	6,98	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 13.09.21
Diskuswerfen (1 kg)	14,14	Richter, Renate 51 SV Union	Osterode 21.08.21
Hammerwerfen (3 kg)	21,71	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 17.09.21
Speerwerfen (500 g)	15,34	Richter, Renate 51 SV Union	Edemissen 04.07.21
Gewichtswurf (5,45 kg)	8,70	Richter, Renate 51 SV Union	Salzgitter 30.06.21
Dreikampf	2.060	Richter, Renate 51 SV Union 17,5 - 3,02 - 6,98	Salzgitter 13.09.21
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.907	Richter, Renate 51 SV Union 20,75 - 6,90 - 12,80 - 14,29 - 8,21	Salzgitter 02.10.21