

Kreisrekorde NLV-Kreis Salzgitter

Stand: 08.11.2024

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
5 km Lauf	22:18	Adrian Kaletka SV Borussia Salzgitter	Wolfenbüttel 01.05.23
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	Langelshiem 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	Sudenburg 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 Heinatzky - 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 SV Union Salzgitter	Göttingen 13.06.10
Speerwerfen (600 g) (neu ab 99)	34,95	Melanie Bremer SV Union Salzgitter	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	Langelshem 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 Max Mertins - Stefan Giesecke - Frank Polzen	Salzgitter 14.04.91
Halbmarathon	1:24:29	Sven Alex SV Union Salzgitter	Hannover 02.05.10
25 km Lauf	1:28:31	Ulf Mietens SV Union Salzgitter	Daverden 17.06.85
Marathonlauf	2:38:29	Ulf Mietens SV Union Salzgitter	Herzlake 27.10.85
Stundenlauf	17.374	Ulf Mietens SV Union Salzgitter	Alfeld 14.04.85
5000 m Bahngehen	21:48,4	Uwe Jakob TSV Salzgitter	Dortmund 15.09.79
10 km Gehen	45:07,6	Uwe Jakob TSV Salzgitter	Göttingen 22.09.79
20 km Gehen	1:31:58	Uwe Jakob TSV Salzgitter	Oensbach 21.09.80
110 m Hürden	14,96	Dirk Hoffmeister TSV Salzgitter	Schöningen 30.06.85
400 m Hürden	54,39	Walter Kirchhoff TSV Salzgitter	Hannover 17.05.81
2000 m Hindernis	5:54,14	Nils Behrendt LG Salzgitter	Dortmund 03.07.93
3000 m Hindernis	9:33,26	Nils Behrendt LG Salzgitter	Hamel 20.06.93
4 x 100 m	43,9	SV Union Salzgitter Marco Reimann - Andreas Tilch - Oliver Slesak - Jürgen Prüfer	Rotenburg 10.07.85
4 x 400 m	3:27,3	TSV Salzgitter Oliver Cot - Andreas Schwanbeck - Dirk Hoffmeister - Volker Abraham	Hildesheim 05.05.84
3 x 1000 m	7:44,6	LG Salzgitter Klaus Kaletka - Jürgen Lubrecht - Manfred Mamontow	Salzgitter 25.07.71
Schwedenstaffel	2:01,8	SV Union Salzgitter Albrecht Nause - Hans-Georg Kulcke - Helmut Luczzyk - Wolf-Erhard Wondollek	Salzgitter 01.05.66
Olympische Staffel	3:29,8	SV Union Salzgitter Albrecht Nause - Herbert Werner - Helmut Luczzyk - Hans-Georg Kulcke (800-200-200-400)	Oldenburg 17.09.66
Hochsprung	2,04	Thomas Jüttner SV Union Salzgitter	Salzgitter 21.09.80
Stabhochsprung	3,70	Martin Eisenschmidt SV Union Salzgitter	Salzgitter 28.09.80
Weitsprung	7,22	Lothar Czimenga SV Union Salzgitter	Oldenburg 12.06.77
Dreisprung	13,88	Dirk Hoffmeister TSV Salzgitter	Salzgitter 11.09.85
Kugelstoßen (6 kg)	14,70	Dennis Tiemann	Uslar

(ab 2003)		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)	51,18	Florian Olbrich	Delmenhorst
(neu ab 86)		SV Union Salzgitter	15.06.97
Hammerwerfen (6 kg)	53,46	Björn Lippold	Hameln
(ab 2003)		SV Union Salzgitter	01.09.01
		*mit 6,25 kg	
Fünfkampf	3.402	Martin Borufka	Vöhrum
		LG Salzgitter	01.05.93
		11,25w - 6,62 - 8,99 - 1,84 - 50,64	
Fünfkampf - Mann.	15.286	LG Salzgitter	Vöhrum
		Martin Borufka 3402	01.05.93
		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	
Zehnkampf	5.998	Manfred Spittler	Gretesch
		SV Union Salzgitter	21./22.09.74
		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	
Zehnkampf - Mann.	16.230	SV Union Salzgitter	Gretesch
		Manfred Spittler 5998	21./22.09.74
		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	

männliche Jugend U 18

100 m	10,7	Lothar Czimenga	Letter
		SV Union Salzgitter	30.08.75
200 m	22,2	Jürgen Prüfer	Ilse
		SV Union Salzgitter	19.05.84
400 m	49,3	Jürgen Lubrecht	Osnabrück
		LG Salzgitter	03.07.71
800 m	1:55,9	Albrecht Nause	Fröndenberg
		SV Union Salzgitter	26.09.65
1000 m	2:36,3	Albrecht Nause	Berlin
		SV Union Salzgitter	06.06.65
1500 m	4:07,8	Manfred Mamontow	Bielefeld
		SV Union Salzgitter	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	53,80	Nikolas Raeth SV Union Salzgitter	Hannover 25.05.24
2000 m Hindernis	6:13,80	Nils Behrendt LG Salzgitter	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 Maibom - 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 *mit A-Jgd.-Geräten	Salzgitter 16.09.95
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

weibliche Jugend U 20

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 SV Union Salzgitter	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 15,84 - 1,60 - 8,63 - 26,60	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 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 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	Königsutter 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 SV Borussia Salzgitter 17,07 - 1,48 - 10,10 - 13,98 4,82 - 32,75 - 2:42,78	Quedlinburg 21./22.07.12
Siebenkampf-Mann.	10.635*	SV Union Salzgitter Julia Horn 3864 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	Salzgitter 13./14.09.97

männliche Jugend U 16

4 x 75 m	35,68	LG Salzgitter Marc Langer - Martin Borufka - Sebastian Elki - Michael Linke	Scheeßel 16.07.89
4 x 100 m	48,5	TSV Salzgitter Wolfgang Bendlin - Rolf Keil - Bernhard Schweinitzer - Bernhard Golla	Salzgitter 18.09.66
3 x 1000 m	8:33,7	TSV Salzgitter Dirk Hoffmeister - Andreas Schwanbeck - Georgios Stefanidis	Wolfsburg 20.05.82
Dreikampf - Mann.	6.255	SV Union Salzgitter Jasper Stein 00 1.455 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	Salzgitter 22.09.14

Vierkampf - Mann.	rd 9.540	LG Salzgitter Gunnar Möller 2076 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	Salzgitter 13.09.86
Achtkampf - Mann.	12.193	LG Salzgitter Daniel Nowak 4230 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	Salzgitter 29./30.09.90

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	38,43	Nikolas Raeth SV Union Salzgitter	Osterode 24.08.22
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
		11,9 – 5,20 – 10,70	
Vierkampf	2.192	Arne Rieche LG Salzgitter	Göttingen 14.06.87
		12,2 - 5,45 - 1,65 - 12,03	
Achtkampf	4.623	Arne Rieche LG Salzgitter	Berlin 24./25.09.88
		11,43 - 5,80 - 14,62 - 1,78	
		41,82 - 2,60 - 37,72 - 3:02,91	
Block-WK Spr/Spr	2.728	Nikolas Raeth SV Union Salzgitter	Uslar 03.10.22
		12,07 - 12,32 - 5,42 - 1,64 - 33,90	
Block-WK Lauf	2.429	Benjamin Küch LG Salzgitter	Winsen 29.05.11
		12,68 - 13,04 - 5,03 - 54,00 - 7:14,10	
Block-WK Wurf	2.500	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	Salzgitter

1000 m	2:45,3	SV Union Salzgitter Jürgen Lubrecht	28.06.21 Empelde
2000 m	6:17,1	LG Salzgitter Olaf Kaschemekat	28.06.70 Stadthagen
3000 m	9:39,75	TSV Salzgitter Markus Rieger MTV Lichtenberg	21.08.77 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 LG Salzgitter	Salzgitter 28.10.71
5000 m Bahngehen	26:18,1	Jörg Starke TSV Salzgitter	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
Neunkampf	3.175	Ole Behrens SV Union Salzgitter 15,09 - 4,08 - 10,09 - 1,25 16,26 - 27,29 - ogV - 27,06 - 4:08,44	BS-Rüningen 31.08./01.09.24

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 Lauf	1.971	Dominic Swoboda SV Union Salzgitter 13,89 - 16,24 - 4,71 - 39,00 - 8:23,38	Fallersleben 16.09.23
Block-WK Wurf	2.360	Christoph Schunke SV Union Salzgitter 13,33 - 14,14 - 4,75 - 9,74 - 31,39	Hameln 24.06.07

w e i b l i c h e J u g e n d U 1 6

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 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	Salzgitter 01.07.14
Vierkampf - Mann.	rd. 8.420	TSV Salzgitter Doris Lerner rd. 1790 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	Salzgitter 07.06.78
Siebenkampf - Mann.	8.072	SV Union Salzgitter 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	Salzgitter 17./18.09.11

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 SV Union Salzgitter	Osterode 12.07.97
Dreisprung	10,60	Sophia Benkert SV Borussia Salzgitter	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	Edemissen 21.06.08
		13,09 - 12,87 - 5,18 - 1,52 - 23,34	
Block-WK Lauf	2.087	Martha Wiencke MTV Salzgitter	Braunschweig 19.04.09
		14,87 - 15,11 - 3,91 - 34,00 - 8:22,99	
Block-WK Wurf	2.402	Carolin Kaletka SV Borussia Salzgitter	Edemissen 14.06.14
		13,89 - 12,67 - 4,77 - 9,40 - 20,75	

w e i b l i c h e J u g e n d W 1 4

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	Hamel 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 MTV Salzgitter	Salzgitter 12.09.09
300 m Hürden	48,65	Annika Ewert MTV Salzgitter	Salzgitter 29.08.09
5 km Lauf	22:52	Tostmann, Imke SV Borussia	Wolfenbüttel 18.09.22
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	Hameln 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 M30

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	50,64	Spittler, Manfred 55 SV Union	München 20.07.85
800 m	1:54,9	Schraven, Hans 35 SV Union	Burgdorf 14.08.65
1000 m	2:32,8	Schraven, Hans 35 SV Union	Braunschweig 09.06.65
1500 m	4:11,8	Schraven, Hans 35 SV Union	Braunschweig 11.06.67
1 Meile	4:54,0	Künnecke, Walter 52 TSV SZ	Salzgitter 24.09.82
3000 m	9:01,0	Kleedehn, Ernst 51 SV Union	Braunschweig 29.08.84
5000 m	15:08,2	Kleedehn, Ernst 51 SV Union	Alfeld 12.06.84
10000 m	31:49,5	Goehl, Dieter 59 SV Union	Salzgitter 26.05.90
5 km Lauf	22:18	Kaletka, Adrian 91 SV Borussia	Wolfenbüttel 01.05.23
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	Kempen 19.08.72
10 km StraÙengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km StraÙengehen	1:27:40,0	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Naumburg 16.04.76
20 km StraÙengehen-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 StraÙengehen	4:00:27,0	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Hamburg 08.04.73
50 km StraÙengehen-Mann	12:37:53,7	TSV Salzgitter Weidner, Gerhard 33-Degener, Karl 43- Kloppe, Hans-Jürgen 48	Eschborn 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)	1.456	Duschek, Maximilian 88 SV Union 12,4 - 5,56 - 9,08	Salzgitter 04.09.23
Fünfkampf	2.928	Stockhaus, Günter 38 SV Union	Salzgitter 27.09.69
Fünfkampf - Mann	6.626	6,32 - 50,78 - 23,9 - 31,92 - 5:18,6 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 SV Union 48,80 - 11191 - 38,89 - 38,10 - 12,79	Bremen 03.10.13
Werfer-Fünfkampf - Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	6.757 ??	SV Union Salzgitter Lippold, Björn 82 2.824 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	Herrenhausen 28.04.12

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	56,58	Duschek, Maximilian 88 SV Union	Salzgitter 27.04.24

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
5 km Lauf	25:06	Rohland, Frank 77 SV Borussia	Wolfenbüttel 01.05.23
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 TSV SZ	Naumburg 16.04.76
30 km Bahngehen	2:23:28,8	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 Bahngehen	4:11:26,8	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Ilse 22.10.72
110 m Hürden	17,65	Jüttner, Thomas 62 SV Union	Kevelaer 18.06.04
400 m Hürden	62,0	Pfeiffer, Eugen 36 SV Union	Salzgitter 03.06.71
3000 m Hindernis	11:30,1	Starke, Reinhard 45 TSV SZ	Salzgitter 09.10.80
Hochsprung	1,94	Schwabe, Heinrich 48 LG SZ	Salzgitter 09.05.87
Stabhochsprung	2,90	Lippold, Karl-Heinz 50 SV Union	Salzgitter 30.08.86

Weitsprung	6,15	Halberkamp, Herbert 43 MTV Lichtenberg	Salzgitter 12.05.79
Dreisprung	12,44	Schwabe, Heinrich 48 MTV Lichtenberg	Salzgitter 05.06.85
Kugelstoßen (7,26 kg)	13,96	Deutsch, Heinz MTV SZ	Salzgitter 62
Diskuswerfen (2 kg)	38,02	Hülsemann, Torsten 76 SV Union	Celle 18.06.17
Hammerwerfen (7,26 kg)	45,46	Lippold, Björn 82 SV Union	Celle 17.06.17
Speerwerfen (800 g) (ab 1986)	51,28	Glinka, Rainer 48 SV Union	Oldenburg 14.06.87
Gewichtswurf (15,88 kg)	12,41	Lippold, Björn SV Union	Salzgitter 16.09.17
Dreikampf (100/W/Ku)	1.523	Maximilian Duschek 88 SV Union	Salzgitter 04.09.23
Fünfkampf	2.291	12,4 - 5,56 - 9,08 Spittler, Manfred 55 SV Union	Wunstorf 26.09.93
Zehnkampf	3.319	5,29 - 36,06 - 25,74 - 27,04 - 5:33,11 Haase, Gerhard 39 TSV SZ	Salzgitter 16./17.09.77
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.718	12,3 - 5,13 - 8,08 - 1,30 - 60,3 23,1 - 20,08 - ogV - 26,10 - 5:03,3 Lippold,, Björn 82 SV Union	Salzgitter 13.05.17
		44,47 - 10,73 - 34,80 - 36,92 - 12,04	

Senioren M 40

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

5 km Lauf	25:06	Rohland, Frank 77 SV Borussia	Wolfenbüttel 01.05.23
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 - Dauzou, 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	1.282	Raeth, Torben 78 SV Union	Salzgitter 07.09.20
		14,3 - 4,79 - 9,91	
Fünfkampf	2.331	Siems, Peter 51 SV Union	Seesen 24.09.95
		5,00 - 30,30 - 27,09 - 21,76 - 5:01,23	
Zehnkampf	3.239	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)	2.621	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

5 km Lauf	25:06	Rohland, Frank 77 SV Borussia	Wolfenbüttel 01.05.23
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)	12,30	Graumann, Martin 79 SV Union	Stadthagen 28.09.24
Diskuswerfen (2 kg)	33,00	Graumann, Martin 79 SV Union	Stadthagen 28.09.24
Hammerwerfen (7,26 kg)	34,59	Graumann, Martin 79 SV Union	Salzgitter 19.06.24
Speerwerfen (800 g)	47,60	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 14.05.94
Gewichtswurf (15,88 kg)	12,50	Graumann, Martin 79 SV Union	Stadthagen 28.09.24
Dreikampf	1.239	Schunke, Matthias 64 SV Union 14,0 - 4,72 - 6,48	Salzgitter 19.09.12

Fünfkampf	2.217	Schunke, Matthias 64 SV Union 5,07 - 33,08 - 28,21 - 17,11 - 5:50,64	Stuhr 09.09.12
Wurf-Fünfkampf	2.647	Graumann, Martin 79 SV Union 32,62 - 11,50 - 31,48 - 28,80 - 10,23	Hannover 28.04.24

Senioren M 50

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 StraÙengehen	49:13	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Naumburg 28.04.96
20 km StraÙengehen	1:35:50	Weidner, Gerhard 33 TSV SZ	Rodenbach 30.04.83
30 km StraÙengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
50 km StraÙengehen	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-	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)	43,93	Koppenhöfer, Steffen SV Union	Borsum 10.09.22
Speerwerfen (700 g)	43,01	Glinka, Rainer 48 SV Union	Salzgitter 17.04.04
Gewichtswurf (11,34 kg)	15,10	Koppenhöfer, Steffen SV Union	Bremen 02.09.23
Dreikampf	1.368x	Schunke, Matthias 64 SV Union 14,7 - 4,84 - 7,49	Salzgitter 20.07.15
Int.Fünfkampf	2.060x	Schunke, Matthias 64 SV Union 4,68 - 29,27 - 29,43 - 21,31 - 6:28,17	Hannover 02.09.18
Zehnkampf	3.554+x	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

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 MTV SZ	Oldendorf 02.05.98
Weitsprung	5,13	Jüttner, Axel 64 SV Union	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-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	1.993x	Jüttner, Axel 64 SV Union 13,4 – 5,13 – 9,36	Salzgitter 01.07.19
Zehnkampf	4.094+x	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)	2.442x	Himstedt, Reinhold 55 LG SZ 26,03 - 10,03 - 29,98 - 29,14 - 9,75	Herrenhausen 28.04.12

Senioren M60

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	1.150x	Siems, Peter 51 SV Union 16,6 - 3,60 - 8,17	Salzgitter 20.07.15

Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.687x	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)	5.885x	SV Union Salzgitter	Salzgitter 08.04.17
		Lippold, Karl-Heinz 50 2.080x	
		23,02 – 7,61 – 28,14 – 20,72 – 8,95	
		Olbrich, Christoph 53 1.957x	
		21,80 - 8,08 – 25,54 – 28,31 - 8,85	
		Siems, Peter 51 1.848x	
		19,62 – 7,96 – 22,37 – 19,48 – 8,20	

Senioren M 65

100 m	15,50	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Uslar 07.07.23
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
5 km Lauf	25:33	Kaletka, Martin 58 SV Borussia	Wolfenbüttel 01.05.23
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 LG SZ	Achern-Önsbach 15.04.00
20 km Straßengehen	1:44:40	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Berlin 03.07.98
30 km Straßengehen	2:55:07	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Jyväskylä/Fin 14.07.00
Hochsprung	1,29	Spittler, Manfred 55 SV Union	Zeven 29.08.20
Weitsprung	3,77	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Blankenburg 03.06.23
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)	1.403	Siems, Peter 51 SV Union 15,7 - 3,48 - 7,98	Salzgitter 29.08.16
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.218	Olbrich, Christoph 53 SV Union 21,51 – 8,41 – 26,94 – 28,62 – 8,30	Salzgitter 21.09.19

Senioren M70

100 m	15,50	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Uslar 07.07.23
200 m	33,16	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Blankenburg 03.06.23
400 m	88,21	Siems, Peter 51 SV Union	Uslar 04.08.24
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
5 km Lauf	26:28	Siems, Peter 51 SV Union	Greene 21.04.24
10 km Lauf	44:36	Löffler, Richard 36 LG SZ	Wolfenbüttel 02.04.06
Halbmarathon	1:36:01	Löffler, Richard 36 LG SZ	Herten 26.03.06
Marathonlauf	4:51:33	Kaminski, Kurt 25 LG SZ	Hamburg 30.04.95
Stundenlauf	13.187	Kötz, Harald 46 SV Union	Uslar 15.10.16
3.000 m Bahngehen	16:17,2	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Linz / A 17.03.06
5.000 m Bahngehen	27:44,41	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Aarhus/DK 26.07.04
10.000 m Bahngehen	59:00,85	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Großburgwedel 02.08.03
10 km Straßengehen	55:57	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Sindelfingen 14.03.04
20 km Straßengehen	1:59:06	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	Aarhus/DK 29.07.04
Weitsprung	3,77	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Blankenburg 03.06.23
Dreisprung	7,33	Flachowsky, Gerhard 46 SV Union	Brandenburg 04.09.21
Kugelstoßen (4 kg)	12,37	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Stendal 30.06.02
Diskuswerfen (1 kg)	36,29	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Greene 26.05.04
Hammerwerfen (4 kg)	31,05	Bode, Friedhelm 51 SV Union	Salzgitter 19.06.24
Speerwerfen (500 g)	26,78	Olbrich, Christoph 53 SV Union	Blankenburg 03.06.23
Gewichtwurf (7,26 kg)	14,73	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ	Edemissen 30.09.06
Dreikampf (100/Weit/Kugel)	1.608	Bode, Friedhelm 51 SV Union 16,3 - 3,54 - 9,67	Salzgitter 26.08.24
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.873	Deutsch, Heinz 32 MTV SZ 23,70 - 11,15 - 33,35 - 21,20 - 14,73	Edemissen 30.09.06
Wurf-Fünfkampf - Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	6.540	SV Union Salzgitter Flachowsky, Gerhard 46 2.417x 24,37 - 7,43 - 27,19 - 17,00 - 10,43 Bode, Friedhelm 51 2.065x 24,46 - 8,35 - 22,81 - 18,32 - 9,72 Lippold, Karl-Heinz 50 2.058x 23,15 - 7,39 - 26,07 - 18,30 - 10,08	Salzgitter 30.06.21

Senioren M 75

200 m	43,93	Flachowsky, Gerhard SV Union	Edemissen 08.05.22
400 m	94,77	Flachowsky, Gerhard SV Union	Lovosice / CZ 13.08.22
800 m	3:26,42	Kötz, Harald 46 SV Union	Edemissen 04.07.21
1000 m	4:25,5	Kötz, Harald 46 SV Union	Uslar 07.06.21
3000 m	13:44,46	Weidner, Gerhard 33 LG SZ	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
Weitsprung	3,04	Flachowsky, Gerhard SV Union	Lovosice / CZ 14.08.22
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
Fünfkampf (We/Sp/200/Di/1500) 4778x?		Flachowsky, Gerhard 46 SV Union 2,86 - 16,84 - 43,93 - 27,29 - aufgeg.	Edemissen 08.05.22
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew) 2.911x		Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ 27,48 - 11,16 - 28,98 - 20,81 - 9,65	Meppen 26.04.09

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)	17,19	Flachowsky, Gerhard 44 SV Union	Erfurt 21.04.24
Gewichtswurf (5,45 kg)	11,63	Flachowsky, Gerhard 44 SV Union	Hannover 28.04.24
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.810	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ 25,61 - 10,73 - 27,27 - 16,63 - 11,10	Herrenhausen 28.04.12

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)	2.510x	Deutsch, Heinrich 32 MTV SZ 24,88 - 8,50 - 17,84 - 12,73 - 8,91	Salzgitter 15.09.18

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

Dreisprung	8,66	Bremer, Melanie 78 SV Union	Schöningen 01.06.24
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	2.177	14,8 - 4,46 - 9,76 Bremer, Melanie 78 SV Union 32,81 - 9,37 - 24,67 - 29,72 - 10,00	Salzgitter 03.09.16

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
Dreisprung	8,66	Bremer, Melanie 78 SV Union	Schöningen 01.06.24
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	1.442	Bremer, Melanie 78 SV Union 14,8 - 4,46 - 9,76	Salzgitter 20.07.15
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.262	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
Dreisprung	8,66	Bremer, Melanie 78 SV Union	Schöningen 01.06.24
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	Horneburg 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	1.277	Scarale, Katja 78 SV Union 15,3 - 3,96 - 8,19	Salzgitter 01.07.19
Fünfkampf (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	1.743	Schunke, Sibylle 68 SV Union 15,87 - 3,92 - 6,12 - 1,19 - 3:17,40	Stuhr 09.09.12
Fünfkampf - Mannschaft (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	5.488	SV Union Salzgitter Rautmann, Edda 66 2.087x 16,19 - 3,57 - 7,90 - 1,19 - 3:11,95 Johns, Birgit 65 1.726x 15,64 - 3,71 - 7,01 - 1,07 - 3:51,08 Schunke, Sibylle 68 1.675x 16,20 - 3,87 - 6,22 - 1,19 - 3:20,25	Stuhr 04.09.11
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.385	Bremer, Melanie 78 SV Union 31,30 - 9,42 - 20,53 - 32,10 - 8,91	Horneburg 05.05.18
Werfer-Fünfkampf-Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	4.713	SV Union Salzgitter Rautmann, Edda 66 1.806x 22,03 - 7,20 - 18,22 - 17,05 - 7,74 Johns, Birgit 65 1.584x 23,94 - 6,95 - 14,97 - 13,02 - 6,41 Schunke, Sibylle 68 1.323x 13,84 - 6,19 - 14,31 - 17,62 - 5,05	Herrenhausen 27.04.13

Seniorinnen W 45

100 m	13,6	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Gronau 05.06.83
200 m	27,86	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Schriesheim 03.07.83
400 m	61,3	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Salzgitter 18.05.85
800 m	2:20,3	Gleichfeld, Antje 38 TSV SZ	Greene 01.06.85
1000 m	4:11,2	Gluth, Irmhild 37 SV Union	Salzgitter 12.08.82
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	20:53,66	Marek, Theresa 65 MTV SZ	Osterode 28.08.10
10000 m	57:57,9	Schunke, Sibylle SV Union	Uslar 17.10.15
10 km Lauf	41:42	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Wolfenbüttel 19.09.04
Halbmarathon	1:33:45	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Alfeld 03.10.04
Marathonlauf	3:27:01	Heinrich, Karin 59 LG SZ	Hannover 02.05.04
Stundenlauf	10360	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Uslar 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
Dreisprung	8,66	Bremer, Melanie 78 SV Union	Schöningen 01.06.24
Kugelstoßen (4 kg)	9,26	Bremer, Melanie 78 SV Union	Zeven 09.09.23
Diskuswerfen (1 kg)	28,68	Neydek, Elke 60 GA Gebhardshagen	Salzgitter 29.06.05
Hammerwerfen (4 kg)	30,82	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 28.06.23
Speerwerfen (600 g)	31,17	Bremer, Melanie 78 SV Union	Mönchengladbach 12.08.23
Gewichtswurf (9,08 kg)	8,61	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 28.08.24
Dreikampf (100/Weit/Kugel)	1.311	Bremer, Melanie 78 SV Union 16,2 - 3,75 - 8,44	Salzgitter 04.09.23

Fünfkampf (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	2.087	Rautmann, Edda 66 SV Union	Stuhr 04.09.11
		16,19 - 3,57 - 7,90 - 1,19 - 3:11,95	
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.475	Bremer, Melanie 78 SV Union	Salzgitter 28.08.24
		27,41 - 9,06 - 22,86 - 27,77 - 8,61	

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
Stundenlauf	9.576	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Uslar 15.10.22
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)	1.248	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Braunschweig 14.09.19
		16,61 - 3,63 - 6,97	
Fünfkampf (100/Weit/Kugel/Hoch/800)	2.011	Schunke, Sibylle 68 SV Union	Hannover 02.09.18
		16,35 - 3,50 - 7,00 - 1,15 - 3:31,60	

Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.017	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 16.04.16
		26,36 - 8,21 - 20,42 - 15,22 - 8,94	
Wurf-Fünfkampf-Mannschaft (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	5.561	SV Union Salzgitter (W50/55)	Salzgitter
		Alex, Edda 66 1.913x	13.08.16
		25,22 - 8,30 - 18,17 - 15,48 - 8,30	
		Johns, Birgit 65 1.861x	
		29,12 - 7,21 - 15,64 - 13,31 - 9,30	
		Kloppenburg, Marion 65 1.787x	
		23,89 - 7,72 - 19,23 - 13,45 - 7,72	

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)	1.840	Alex, Edda 66 SV Union	Salzgitter 30.06.21
		23,11-7,13-16,16-13,41-7,26	

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	1.573	Richter, Renate 51 SV Union 16,2 - 3,48 - 6,24	Salzgitter 28.08.13
Werfer-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.229	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	1.726	Richter, Renate 51 SV Union 17,0 - 3,41 - 6,76	Salzgitter 18.09.17
Fünfkampf	2.849	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)	2.526	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)	9,20	Richter, Renate 51 SV Union	Borsum 10.09.22
Dreikampf	1.787	Richter, Renate 51 SV Union 17,5 - 3,02 - 6,98	Salzgitter 13.09.21
Wurf-Fünfkampf (Ha/Ku/Di/Sp/Gew)	2.529	Richter, Renate 51 SV Union 20,75 - 6,90 - 12,80 - 14,29 - 8,21	Salzgitter 02.10.21