

Bestenliste Leichtathletik-Kreis Lüdenscheid 2010

Gesamtpokalwertung

1.	LG Halver-Schalksmühle	5184 Punkte
2.	LG Plettenberg/Herscheid	3198 Punkte
3.	Turboschnecken Lüdenscheid	2439 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	2089 Punkte
5.	TSV Rönsahl	1227 Punkte
6.	LG MTV/St.R. Altena	940 Punkte
7.	TV Wiblingwerde	933 Punkte
8.	TSV Altena	925 Punkte
9.	TSG Valbert	587 Punkte
10.	TuS Neuenrade	442 Punkte
11.	TS Evingsen	274 Punkte
12.	TuS Dahle 04	187 Punkte
13.	TV Jahn Plettenberg	176 Punkte
14.	TuS Jahn Werdohl	42 Punkte

Männer M70

10 km [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 49:52 Geck, Siegfried 38 LG Plettenberg/Herscheid

50:47 Geck, Siegfried 38 LG Plettenberg/Hersche 19.06. Halver

Halbmarathon [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009:

2:41:53 Cordt, Gerd 37 Turboschnecken Lüdencs 03.10. Köln

Kugelstoß 4,0 kg [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 10,53 Rath, Uwe 36 TV Wiblingwerde

10,37 Rath, Uwe 36 TV Wiblingwerde 20.03. Wuppertal
9,79 Höhn, Arnold 40 TSG Valbert 19.06. Köln

Diskuswurf 1,0 kg [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 27,61 Rath, Uwe 36 TV Wiblingwerde

34,37 Höhn, Arnold 40 TSG Valbert 29.05. Schalksmühle
28,71 Röcken, Hans 40 LG Plettenberg/Hersche 02.05. Plettenberg
27,26 Rath, Uwe 36 TV Wiblingwerde 02.05. Plettenberg

Hammerwurf 4,0 kg [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 46,90 Seddon, Peter 37 LG Plettenberg/Herscheid

45,15 Seddon, Peter 37 LG Plettenberg/Hersche 22.05. Altena
41,30 Röcken, Hans 40 LG Plettenberg/Hersche 17.10. Plettenberg

Speerwurf 500 g [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 28,74 Rath, Uwe 36 TV Wiblingwerde

29,12 Rath, Uwe 36 TV Wiblingwerde 17.07. Witten

Pokalwertung [\[M70 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

1.	LG Plettenberg/Herscheid	38 Punkte
2.	TV Wiblingwerde	28 Punkte
3.	TSG Valbert	19 Punkte
4.	Turboschnecken Lüdenscheid	10 Punkte

Männer M65

10 km	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 48:02 Hoffmann, Gerd 43 TSG Valbert				
44:19	Haude, Franz	45	TSV Rönsahl	07.02.	Köln-Porz
50:47	Geck, Siegfried	38	LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver
51:27	Meier, Hans-Jürgen	43	Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
54:33	Hoffmann, Gerd	43	TSG Valbert	29.05.	Rönsahl
15 km	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
1:36:43	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
20 km	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
2:09:26	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
Halbmarathon	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
2:16:33	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:53	Cordt, Gerd	37	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
25 km	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
2:42:18	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
Marathon	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
4:39:48	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
Stundenlauf	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
12253 m	Hoffmann, Gerd	43	TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
Kugelstoß 5,0 kg	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 9,64 Andreoli, Luigi 41 LG Plettenberg/Herscheid				
9,37	Andreoli, Luigi	41	LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Schalksmühle
Gewichtswurf 9,70 kg	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
11,45	Andreoli, Luigi	41	LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
Diskuswurf 1,0 kg	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 37,91 Röcken, Hans 40 LG Plettenberg/Herscheid				
34,37	Höhn, Arnold	40	TSG Valbert	29.05.	Schalksmühle
30,34	Andreoli, Luigi	41	LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Schalksmühle
28,71	Röcken, Hans	40	LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
27,26	Rath, Uwe	36	TV Wiblingwerde	02.05.	Plettenberg
Hammerwurf 5,0 kg	[M65 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 40,15 Röcken, Hans 40 LG Plettenberg/Herscheid				
33,75	Andreoli, Luigi	41	LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg

Speerwurf 600 g [[M65 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 33,61 Schemm, Peter 41 LG Lüdenscheid

16,01 Andreoli, Luigi 41 LG Plettenberg/Hersche 22.05. Altena

Werfer-Fünfkampf [[M65 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2327 Andreoli, Luigi 41 LG Plettenberg/Herscheid

2565 Andreoli, Luigi 41 LG Plettenberg/Hersche 22.05. Altena
32,45/9,30/26,11/16,01/11,02**Pokalwertung** [[M65 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Plettenberg/Herscheid	76 Punkte
2.	Turboschnecken Lüdenscheid	67 Punkte
3.	TSG Valbert	27 Punkte
4.	TSV Rönsahl	10 Punkte
5.	TV Wiblingwerde	7 Punkte

Männer M60**10 km** [[M60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 44:15 Klitscher, Karl-Heinz 47 TSV Rönsahl

44:19	Haude, Franz	45 TSV Rönsahl	07.02.	Köln-Porz
45:32	Klitscher, Karl-Heinz	47 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
50:47	Geck, Siegfried	38 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver
51:27	Meier, Hans-Jürgen	43 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
51:34	Panne, Karl-Heinz	46 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Rönsahl
54:33	Hoffmann, Gerd	43 TSG Valbert	29.05.	Rönsahl
55:20	Breitner, Günter	46 Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
56:46	Rixen, Franz Gert	49 TSV Rönsahl	03.06.	Strombach

15 km [[M60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:36:43 Berg, Karl-Heinz 42 Turboschnecken Lüdenc 26.09. Berlin

20 km [[M60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2:09:26 Berg, Karl-Heinz 42 Turboschnecken Lüdenc 26.09. Berlin

Halbmarathon [[M60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:56:25	Breitner, Günter	46 Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
1:57:23	Panne, Karl-Heinz	46 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA
2:16:33	Berg, Karl-Heinz	42 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:53	Cordt, Gerd	37 Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln

25 km [[M60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2:42:18 Berg, Karl-Heinz 42 Turboschnecken Lüdenc 26.09. Berlin

Marathon [[M60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

3:58:47	Breitner, Günter	46 Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
4:08:39	Panne, Karl-Heinz	46 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA
4:39:48	Berg, Karl-Heinz	42 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Stundenlauf	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 12989m Hoffmann, Gerd 43 TSG Valbert			
12253 m	Hoffmann, Gerd	43 TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
Kugelstoß 5,0 kg	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 9,64 Andreoli, Luigi 41 LG Plettenberg/Herscheid			
9,37	Andreoli, Luigi	41 LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Schalksmühle
9,29	Leweke, Helmut	47 TSV Altena	28.08.	Altena
7,56	Marquardt, Joachim	47 TSV Altena	28.08.	Altena
Gewichtswurf 9,70 kg	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009:			
11,45	Andreoli, Luigi	41 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
Diskuswurf 1,0 kg	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 37,91 Röcken, Hans 40 LG Plettenberg/Herscheid			
34,37	Höhn, Arnold	40 TSG Valbert	29.05.	Schalksmühle
30,34	Andreoli, Luigi	41 LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Schalksmühle
28,71	Röcken, Hans	40 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
27,26	Rath, Uwe	36 TV Wiblingwerde	02.05.	Plettenberg
Hammerwurf 5,0 kg	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009:			
33,75	Andreoli, Luigi	41 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
Speerwurf 600 g	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 33,61 Schemm, Peter 41 LG Lüdenscheid			
16,01	Andreoli, Luigi	41 LG Plettenberg/Hersche	22.05.	Altena
Pokalwertung	[M60 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
1.	Turboschnecken Lüdenscheid		84 Punkte	
2.	LG Plettenberg/Herscheid		65 Punkte	
3.	TSG Valbert		25 Punkte	
4.	LG Halver-Schalksmühle		24 Punkte	
5.	TSV Rönsahl		22 Punkte	
6.	TSV Altena		17 Punkte	
7.	TV Wiblingwerde		7 Punkte	

Männer M55

800 m	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 2:29,24 Nickel, Andreas 52 LG Plettenberg/Herscheid			
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
3000 m	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 10:49,76 Nickel, Andreas 52 LG Plettenberg/Herscheid			
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid

10 km [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 44:15 Klitscher, Karl-Heinz 47 TSV Rönsahl

41:52	Blechinger, Heinrich	54	Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
41:58	Steinhauer, Ulrich	53	Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
44:19	Haude, Franz	45	TSV Rönsahl	07.02.	Köln-Porz
45:12	Wermekes, Dieter	53	TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
45:32	Klitscher, Karl-Heinz	47	TSV Rönsahl	19.06.	Halver
48:58	Mantel, Karl-Wilhelm	54	LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver
50:47	Geck, Siegfried	38	LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver
50:50	Vöbel, Gerd	51	Turboschnecken Lüdenc	17.04.	Gummersbach
51:27	Meier, Hans-Jürgen	43	Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
51:34	Panne, Karl-Heinz	46	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Rönsahl

15 km [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1:23:05 Hahne, Friedrich 53 TSV Altena

1:24:03	Papendick, Ralf	55	Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest
1:24:47	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:27:10	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:35:51	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:36:43	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

20 km [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

1:52:48	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:56:20	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:08:10	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:09:26	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Halbmarathon [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1:48:19 Steinhauer, Ulrich 53 Turboschnecken

Lüdenschaid

1:56:25	Breitner, Günter	46	Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
1:57:23	Panne, Karl-Heinz	46	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA
1:58:57	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:59:15	Papendick, Ralf	55	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
2:00:57	Hahne, Friedrich	53	TSV Altena	21.02.	Hamm
2:02:45	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:15:08	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:16:33	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:53	Cordt, Gerd	37	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln

25 km [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

2:21:35	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
2:25:21	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:40:24	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:42:18	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 3:10:15 Blechinger, Heinrich 54 Turboschnecken

Lüdenschaid

3:58:47	Breitner, Günter	46	Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
4:08:00	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:08:39	Panne, Karl-Heinz	46	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA
4:12:31	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	26.09.	Berlin
4:36:24	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:39:48	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Stundenlauf [[M55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 12989m Hoffmann, Gerd 43 TSG Valbert

12253 m	Hoffmann, Gerd	43	TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
---------	----------------	----	-------------	--------	------------

Hochsprung	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 1,62 Steinacker, Theo 54 LG Plettenberg/Herscheid		
1,60	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
Weitsprung	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 4,85 Steinacker, Theo 54 LG Plettenberg/Herscheid		
5,13 (0,0)	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen	
Kugelstoß 6,0 kg	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 12,03 Pahl, Joachim 54 LG Plettenberg/Herscheid		
12,70	Zocher, Burkhard	55 LG Plettenberg/Hersche	03.07.	Kevelaer	
11,94	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen	
11,84	Pahl, Joachim	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
10,04	Dresel, Lothar	51 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde	
Diskuswurf 1,500 kg	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 46,29 Pahl, Joachim 54 LG Plettenberg/Herscheid		
43,70	Pahl, Joachim	54 LG Plettenberg/Hersche	14.03.	Düsseldorf	
35,68	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
31,75	Dresel, Lothar	51 TV Wiblingwerde	17.07.	Witten	
30,10	Zocher, Burkhard	55 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
26,59	Röcken, Hans	40 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen	
Speerwurf 700 g	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 41,52 Dresel, Lothar 51 TV Wiblingwerde		
41,35	Dresel, Lothar	51 TV Wiblingwerde	22.05.	Altena	
Pokalwertung	[M55 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
1.	Turboschnecken Lüdenscheid		164 Punkte		
2.	LG Plettenberg/Herscheid		108 Punkte		
3.	TuS Neuenrade		44 Punkte		
4.	TV Wiblingwerde		25 Punkte		
5.	TSV Rönsahl		21 Punkte		
6.	LG Halver-Schalksmühle		18 Punkte		
7.	TSG Valbert		10 Punkte		
8.	TSV Altena		6 Punkte		

Männer M50

100 m	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 12,68* Störmann, Hilmar 57 LG Plettenberg/Herscheid		
12,38 (+0,6)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
13,59 (+0,6)	Menken, Michael	59 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
13,72 (-1,3)	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen	
13,91 (+0,6)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid	
200 m	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 28,63* Bauckhage, Jochen 57 LG Plettenberg/Herscheid		
26,93 (0,0)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden	
400 m	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 59,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid		
58,65	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden	

800 m	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 2:24,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid			
2:21,89	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:26,43	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
3000 m	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 10:49,76 Nickel, Andreas 52 LG Plettenberg/Herscheid			
11:01,55	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:10,35	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
10 km	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 40:18 Lemke, Hans-Jörg 57 LG Plettenberg/Herscheid			
38:04	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
40:15	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Attendorf
40:46	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
41:52	Blechinger, Heinrich	54 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
41:58	Steinhauer, Ulrich	53 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
42:54	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf
44:19	Haude, Franz	45 TSV Rönsahl	07.02.	Köln-Porz
44:57	Dumke, Arno	60 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
45:12	Wermekes, Dieter	53 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
45:32	Klitscher, Karl-Heinz	47 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
15 km	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 1:12:28 Schröder, Siegfried 57 LG Plettenberg/Hersch.			
58:02	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:04:30	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:24:03	Papendick, Ralf	55 Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest
1:24:47	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:24:49	Heine, Harald	58 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:27:10	Vogelsang, Volker	54 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:34:13	Gang, Walter	60 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:35:51	Albert, Uwe	51 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:36:43	Berg, Karl-Heinz	42 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:59:22	Hegendorf, Detlef	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
20 km	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009:			
1:52:48	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:53:08	Heine, Harald	58 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:56:20	Vogelsang, Volker	54 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:04:26	Gang, Walter	60 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:08:10	Albert, Uwe	51 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:09:26	Berg, Karl-Heinz	42 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:02	Hegendorf, Detlef	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
Halbmarathon	[M50 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 1:44:51 Schröder, Siegfried 57 LG Plettenberg/Hersch.			
1:23:20	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:31:25	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf
1:32:12	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:56:25	Breitner, Günter	46 Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
1:57:23	Panne, Karl-Heinz	46 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA
1:58:57	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:59:15	Papendick, Ralf	55 Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
1:59:24	Heine, Harald	58 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:00:57	Hahne, Friedrich	53 TSV Altena	21.02.	Hamm
2:02:45	Vogelsang, Volker	54 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

25 km [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2:21:35	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
2:21:41	Heine, Harald	58	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:25:21	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:35:06	Gang, Walter	60	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:40:24	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:42:18	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:22:20	Hegendorf, Detlef	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:10:15 Blechinger, Heinrich 54 Turboschnecken Lüd.

3:13:35	Berula, Andreas	59	Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf
3:58:47	Breitner, Günter	46	Turboschnecken Lüdenc	09.10.	Portland/USA
4:03:13	Heine, Harald	58	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:08:00	Vogelsang, Volker	54	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:08:39	Panne, Karl-Heinz	46	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA
4:12:31	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	26.09.	Berlin
4:20:40	Hoffmann, Frank	56	TSG Valbert	03.10.	Köln
4:27:06	Gang, Walter	60	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:36:24	Albert, Uwe	51	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:39:48	Berg, Karl-Heinz	42	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon Mannschaft [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

13:30:35	Turboschnecken Lüdensch			26.09.	Berlin
	Heine 4:18:17, Vogelsang 4:23:06, Gang 4:49:12				

Stundenlauf [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12989m Hoffmann, Gerd 43 TSG Valbert

12253 m	Hoffmann, Gerd	43	TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
---------	----------------	----	-------------	--------	------------

400 m Hürden [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 67,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid

66,57	Peters, Holger	56	LG Plettenberg/Hersche	02.07.	Kevelaer
-------	----------------	----	------------------------	--------	----------

4 x 100 m [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 51,90 LG Plettenberg/Herscheid

52,60	LG Plettenberg/Herscheid			11.09.	Bad Oeynhausen
	Störmann 57, Peters 56, Steinacker 54, Bauckhage 57				

Hochsprung [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,62 Steinacker, Theo 54 LG Plettenberg/Herscheid

1,60	Steinacker, Dr. Theo	54	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdensch
1,52	Peters, Holger	56	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdensch
1,36	Bauckhage, Jochen	57	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdensch
1,36	Störmann, Hilmar	57	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdensch

Weitsprung [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 4,85 Steinacker, Theo 54 LG Plettenberg/Herscheid

5,13	(0,0)	Steinacker, Dr. Theo	54	LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,81	(+0,3)	Bauckhage, Jochen	57	LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,55	(+0,2)	Störmann, Hilmar	57	LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen

Kugelstoß 6,0 kg [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 12,91 Zocher, Burkhard 55 LG Plettenberg/Herscheid

12,70	Zocher, Burkhard	55 LG Plettenberg/Hersche	03.07.	Kevelaer
11,94	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
11,84	Pahl, Joachim	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11,74	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
10,04	Dresel, Lothar	51 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde

Gewichtswurf 11,340 kg [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

13,94	Peter, Wolfgang	59 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
-------	-----------------	---------------------------	--------	-------------

Diskuswurf 1,500 kg [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 47,41 Hoffmann, Frank 57 LG Plettenberg/Herscheid

46,74	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Kevelaer
43,70	Pahl, Joachim	54 LG Plettenberg/Hersche	14.03.	Düsseldorf
35,68	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
31,75	Dresel, Lothar	51 TV Wiblingwerde	17.07.	Witten
30,10	Zocher, Burkhard	55 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
29,88	Trappe, Klaus-Peter	57 TSV Altena	10.04.	Wiblingwerde
27,06	Peter, Wolfgang	59 LG Plettenberg/Hersche	09.10.	Plettenberg
26,59	Röcken, Hans	40 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen

Hammerwurf 6,0 kg [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 40,15 Röcken, Hans 40 LG Plettenberg/Herscheid

38,42	Peter, Wolfgang	59 LG Plettenberg/Hersche	08.08.	Plettenberg
-------	-----------------	---------------------------	--------	-------------

Speerwurf 700 g [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 41,52 Dresel, Lothar 51 TV Wiblingwerde

41,35	Dresel, Lothar	51 TV Wiblingwerde	22.05.	Altena
38,30	Trappe, Klaus-Peter	57 TSV Altena	22.05.	Altena

DAMM Gruppe A [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 8200 LG Plettenberg/Herscheid

8267	LG Plettenberg/Herscheid	08.05.	Lüdenscheid
------	--------------------------	--------	-------------

Pokalwertung [[M50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Plettenberg/Herscheid	347 Punkte
2.	Turboschnecken Lüdenscheid	202 Punkte
3.	TuS Neuenrade	37 Punkte
4.	TV Wiblingwerde	23 Punkte
5.	TSV ALtena	16 Punkte
6.	TSG Valbert	14 Punkte
7.	LG Halver-Schalksmühle	12 Punkte
8.	TSV Rönsahl	7 Punkte

Männer M45

100 m [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 12,68* Störmann, Hilmar 57 LG Plettenberg/Herscheid

12,38 (+0,6)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
13,59 (+0,6)	Menken, Michael	59 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
13,72 (-1,3)	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
13,91 (+0,6)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid

Leistungen mit Rückenwind:

13,01 (+2,9)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
200 m	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 26,63* Dr. Bacher, Thomas 64 LG Lüdenscheid			
26,93 (0,0)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
27,40 (+0,4)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
30,23 (+0,2)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
400 m	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 59,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid			
58,65	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
800 m	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 2:24,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid			
2:21,89	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:26,43	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1500 m	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 5:08,32 Nickel, Andreas 52 LG Plettenberg/Herscheid			
5:57,17	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
3000 m	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 10:49,76 Nickel, Andreas 52 LG Plettenberg/Herscheid			
10:56,25	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
11:01,55	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:10,35	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
10000 m	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 38:54,1 Nickel, Andreas 52 LG Plettenberg/Herscheid			
39:30,26	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
10 km	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 37:50 Theis, Frank 64 TSV Rönsahl			
38:04	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
38:41	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:49	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	19.08.	Köln
39:17	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
40:15	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Attendorn
40:46	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
41:18	Langwald, Thomas	61 TSG Valbert	19.06.	Halver
41:50	Gebauer, Lothar	61 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
41:52	Blechinger, Heinrich	54 Turboschnecken Lüdencs	19.06.	Halver
41:58	Steinhauer, Ulrich	53 Turboschnecken Lüdencs	19.06.	Halver
10 km Mannschaft	[M45 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 2:33:45 LG Halver-Schalksmühle			
2:04:27	TSV Rönsahl		19.06.	Halver
	Niederwipper 39:17, Theis 39:38, Klitscher 45:32			
2:22:44	LG Halver-Schalksmühle		29.05.	Rönsahl
	Gebauer 44:45, Eicker 46:25, Panne 51:34			
2:23:33	Turboschnecken Lüdenscheid		19.06.	Halver
	Kelting 46:34, Rettig 47:58, Gang 49:01			

15 km [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: :58:34 Theis, Frank 64 TSV Rönsahl

58:02	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:02:05	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	31.12.	Soest
1:03:10	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:04:30	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:09:08	Langwald, Thomas	61 TSG Valbert	09.07.	Amecke
1:13:18	Nalbantis, Jörg	62 Turboschnecken Lüdensc	07.02.	Hamm
1:17:06	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:20:15	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	26.09.	Berlin
1:24:03	Papendick, Ralf	55 Turboschnecken Lüdensc	31.12.	Soest
1:24:47	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

20 km [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:25:15	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:42:18	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
1:43:03	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:52:48	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
1:53:08	Heine, Harald	58 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:56:20	Vogelsang, Volker	54 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:04:26	Gang, Walter	60 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:07:34	Rettig, Frank	62 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:08:10	Albert, Uwe	51 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:09:26	Berg, Karl-Heinz	42 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

Halbmarathon [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:21:23 Theis, Frank 64 TSV Rönsahl

1:23:20	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:25:47	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	05.09.	Köln
1:30:02	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:31:25	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensc	02.05.	Düsseldorf
1:32:12	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:48:23	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
1:48:40	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:49:15	Hoen, Oliver	65 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:56:25	Breitner, Günter	46 Turboschnecken Lüdensc	09.10.	Portland/USA
1:56:59	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	24.10.	Dresden

25 km [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:47:08	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
2:08:55	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:15:07	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	26.09.	Berlin
2:21:35	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt
2:21:41	Heine, Harald	58 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:25:21	Vogelsang, Volker	54 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:35:06	Gang, Walter	60 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:39:39	Rettig, Frank	62 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:40:24	Albert, Uwe	51 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:42:18	Berg, Karl-Heinz	42 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

Marathon [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:10:15 Blechinger, Heinrich 54 Turboschnecken Lüden.

3:07:24	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
3:13:35	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensc	02.05.	Düsseldorf
3:39:54	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
3:42:54	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	03.10.	Köln
3:46:44	Hoen, Oliver	65 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:58:47	Breitner, Günter	46 Turboschnecken Lüdensc	09.10.	Portland/USA
3:59:45	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
4:03:13	Heine, Harald	58 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:08:00	Vogelsang, Volker	54 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:08:39	Panne, Karl-Heinz	46 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Portland/USA

Marathon Mannschaft [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

13:30:35	Turboschnecken Lüdenscheid	26.09.	Berlin
	Heine 4:18:17, Vogelsang 4:23:06, Gang 4:49:12		
14:42:12	Turboschnecken Lüdenscheid	26.09.	Berlin
	Rettig 4:47:59, Albert 4:53:58, Berg 5:00:15		

Stundenlauf [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 14266m Langwald, Thomas 61 TSG Valbert

12253 m	Hoffmann, Gerd	43 TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
---------	----------------	----------------	--------	------------

4 x 100 m [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 51,90 LG Plettenberg/Herscheid

52,60	LG Plettenberg/Herscheid	11.09.	Bad Oeynhausen
	Störmann 57, Peters 56, Steinacker 54, Bauckhage 57		

Hochsprung [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,62 Steinacker, Theo 54 LG Plettenberg/Herscheid

1,60	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,52	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,36	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,36	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,30	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln

Weitsprung [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 4,85 Steinacker, Theo 54 LG Plettenberg/Herscheid

5,13	(0,0)	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,81	(+0,3)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,55	(+0,2)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,10	(-0,5)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach

Kugelstoß 7,260 kg [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

9,00	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln
------	-------------------	---------------------------	--------	------

Diskuswurf 2,0 kg [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 25,97 Arnoldi, Ekkehard 63 LG Plettenberg/Herscheid

24,76	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
-------	-------------------	---------------------------	--------	---------

Speerwurf 800 g [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

35,55	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	10.04.	Osnabrück
-------	-------------------	---------------------------	--------	-----------

Fünfkampf [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2040	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
	4,10 (-0,5) / 34,27 / 30,23 (+0,2) / 24,76 / 5:57,17			

Pokalwertung [[M45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Plettenberg/Herscheid	301 Punkte
2.	Turboschnecken Lüdenscheid	140 Punkte
3.	TSV Rönsahl	110 Punkte
4.	TSG Valbert	74 Punkte
5.	TuS Neuenrade	15 Punkte
6.	LG Halver-Schalksmühle	13 Punkte
7.	LG Lüdenscheid	9 Punkte

Männer M40

100 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009: 12,46* Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle
12,38 (+0,6)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
12,56 (+1,5)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
13,59 (+0,6)	Menken, Michael	59 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
13,72 (-1,3)	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
13,91 (+0,6)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
Leistungen mit Rückenwind:				
13,01 (+2,9)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
200 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009: 25,10* Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle
25,57 (+0,3)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
26,93 (0,0)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
27,40 (+0,4)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
30,23 (+0,2)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
400 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009: 56,25 Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle
55,94	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
58,65	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
800 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009: 2:24,56 Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Herscheid
2:17,04	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	03.06.	Iserlohn
2:19,87	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
2:21,89	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:26,43	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:41,44	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
1000 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009:	
2:58,23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
1500 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009: 4:57,74 Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle
4:57,97	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
5:39,01	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
5:57,17	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
Meile	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009:	
5:56,1	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
3000 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
			BL 2009: 9:43,83 Perisic, Sasha	67 TSV Rönsahl
10:11,49	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:36,06	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:56,25	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
11:01,55	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:10,35	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid

5000 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 16:33,74 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl			
17:45,76	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
18:44,00	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
10000 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 34:14,17 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl			
37:27,1	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.09.	Plettenberg
37:28,25	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
38:36,61	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
39:30,26	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
10 km	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 35:46 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl			
35:55	Perisic, Sasha	67 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
36:28	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.01.	Hamm
38:04	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
38:28	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:32	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	17.04.	Gummersbach
38:41	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:49	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	19.08.	Köln
39:17	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
39:46	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
39:55	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
10 km Mannschaft	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 1:51:52 TSV Rönsahl			
2:04:27	TSV Rönsahl		19.06.	Halver
	Niederwipper 39:17, Theis 39:38, Klitscher 45:32			
2:04:45	Turboschnecken Lüdenscheid		19.06.	Halver
	Sgouradis 40:55, Blechinger 41:52, Steinhauer 41:58			
2:10:45	Turboschnecken Lüdenscheid		19.06.	Halver
	Schüngel 42:53, Zelkas 43:33, Margeit 44:19			
2:15:26	Turboschnecken Lüdenscheid		19.06.	Halver
	Ackermann 44:22, Dumke 44:57, Heine 46:07			
2:22:44	LG Halver-Schalksmühle		29.05.	Rönsahl
	Gebauer 44:45, Eicker 46:25, Panne 51:34			
2:23:33	Turboschnecken Lüdenscheid		19.06.	Halver
	Kelting 46:34, Rettig 47:58, Gang 49:01			
15 km	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 57:56 Bodenstein, Kai-Uwe 67 TSV Rönsahl			
55:39	Sartory, Markus	68 TSV Altena	07.02.	Hamm
58:02	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
59:28	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:02:05	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	31.12.	Soest
1:03:01	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:03:10	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:04:30	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:07:31	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:09:08	Langwald, Thomas	61 TSG Valbert	09.07.	Amecke
1:10:18	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt

20 km [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:19:23	Bodenstein, Kai-Uwe	67	TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:20:57	Sartory, Markus	68	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:25:15	Thon, Ralf	65	TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:28:23	Sgouradis, Panagiotis	66	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:33:56	Rudewig, Michael	66	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:36:57	Zelkas, Ioannis	67	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:37:12	Ackermann, Frank	66	Turboschnecken Lüdensc	31.10.	Frankfurt
1:42:18	Baltres, Andreas	64	TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
1:43:03	Kelting, Guido	63	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:52:48	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Halbmarathon [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:18:54 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

1:23:20	Wieczorek, Dieter	60	LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:23:54	Bodenstein, Kai-Uwe	67	TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:24:30	Denzer, Peter	69	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:25:47	Niederwipper, Harald	62	TSV Rönsahl	05.09.	Köln
1:25:50	Sartory, Markus	68	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:30:02	Thon, Ralf	65	TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:30:56	Schmidt, Paul	70	LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:31:25	Berula, Andreas	59	Turboschnecken Lüdensc	02.05.	Düsseldorf
1:31:47	Keloudis, Georgios	69	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:32:12	Gabor, Peter	60	LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm

25 km [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:39:35	Bodenstein, Kai-Uwe	67	TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:44:26	Sartory, Markus	68	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:47:08	Thon, Ralf	65	TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:49:50	Sgouradis, Panagiotis	66	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:57:59	Rudewig, Michael	66	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
2:01:41	Ackermann, Frank	66	Turboschnecken Lüdensc	31.10.	Frankfurt
2:02:27	Zelkas, Ioannis	67	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:08:55	Kelting, Guido	63	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:15:07	Baltres, Andreas	64	TSV Rönsahl	26.09.	Berlin
2:21:35	Boelter, Lutz	53	TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Marathon [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2:47:14 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

2:54:09	Bodenstein, Kai-Uwe	67	TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
2:55:30	Denzer, Peter	69	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:07:24	Thon, Ralf	65	TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
3:09:58	Sgouradis, Panagiotis	66	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
3:12:38	Keloudis, Georgios	69	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:13:35	Berula, Andreas	59	Turboschnecken Lüdensc	02.05.	Düsseldorf
3:19:03	Sartory, Markus	68	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:29:53	Rudewig, Michael	66	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:34:46	Zelkas, Ioannis	67	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
3:39:54	Kelting, Guido	63	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

Marathon Mannschaft [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 9:26:23 TSV Rönsahl

9:54:52	TSV Rönsahl			02.05.	Düsseldorf
	Denzer 2:55:30, Keloudis 3:12:38, Hoen 3:46:44				
10:37:43	Turboschnecken Lüdenscheid			26.09.	Berlin
	Sgouradis 3:12:57, Zelkas 3:39:16, Kelting 3:45:30				
13:30:35	Turboschnecken Lüdenscheid			26.09.	Berlin
	Heine 4:18:17, Vogelsang 4:23:06, Gang 4:49:12				
14:42:12	Turboschnecken Lüdenscheid			26.09.	Berlin
	Rettig 4:47:59, Albert 4:53:58, Berg 5:00:15				

Stundenlauf	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 14742m Bückemeyer, Thomas 68 TSG Valbert			
12253 m	Hoffmann, Gerd	43 TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
110 m Hürden	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 17,33* Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
17,0 (+1,0)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
400 m Hürden	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 60,49 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
61,60	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Kaiserslautern
3000 m Hindernis	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009:			
13:17,99	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	27.08.	Münster
4 x 100 m	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 51,90 LG Plettenberg/Herscheid			
52,60	LG Plettenberg/Herscheid		11.09.	Bad Oeynhausen
	Störmann 57, Peters 56, Steinacker 54, Bauckhage 57			
Hochsprung	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 1,66 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
1,63	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
1,60	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,52	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,36	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,36	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,30	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln
Stabhochsprung	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 3,40 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
3,50	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Kaiserslautern
Weitsprung	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 5,64 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
5,71 (0,0)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
5,13 (0,0)	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,81 (+0,3)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,55 (+0,2)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,10 (-0,5)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
Leistungen ohne Windmessung:				
5,74	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
Dreisprung	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 11,60 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
11,62 (+0,1)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
Kugelstoß 7,260 kg	[M40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 11,85 Glock, Markus 69 Sportfreunde Altena			
10,55	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
10,35	Seuster, Jörg	67 LG MTV/St.R. Altena	28.08.	Altena
9,25	Hamel, Michael	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
9,00	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln
8,07	Knieper, Uwe	70 TSV Altena	28.08.	Altena

Diskuswurf 2,0 kg [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 31,89 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

30,63	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
24,76	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach

Hammerwurf 7,260 kg [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 38,65 Pusch, Thomas 68 TSV Altena

40,28	Pusch, Thomas	68 TSV Altena	20.06.	Wuppertal
-------	---------------	---------------	--------	-----------

Speerwurf 800 g [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 42,66 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

42,78	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
35,55	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	10.04.	Osnabrück

Fünfkampf [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2980 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

2936	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
	5,56(-0,6)/39,30/25,57(+0,3)/30,63/4:57,97			
2040	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
	4,10(-0,5)/34,27/30,23(+0,2)/24,76/5:57,17			

Zehnkampf [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 6012 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

5749	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15./16.07.	Nyiregyhaza/HUN
	12,59/5,71(0,0)/10,55/1,63/55,94 // 17,94(-1,2)/29,31/3,10/40,51/5:13,88			

Pokalwertung [[M40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Plettenberg/Herscheid	284 Punkte
2.	TSV Rönsahl	228 Punkte
3.	LG Halver-Schalksmühle	183 Punkte
4.	Turboschnecken Lüdenscheid	111 Punkte
5.	TSV Altena	89 Punkte
6.	TSG Valbert	50 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	9 Punkte
8.	LG Lüdenscheid	8 Punkte
9.	TuS Neuenrade	2 Punkte

Männer M35

100 m [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 12,46* Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

12,38 (+0,6)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
12,56 (+1,5)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
13,59 (+0,6)	Menken, Michael	59 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
13,72 (-1,3)	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
13,91 (+0,6)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid

Leistungen mit Rückenwind:

13,01 (+2,9)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
--------------	--------------------	-------------------	--------	-------------

200 m [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 25,10* Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

25,57 (+0,3)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
26,93 (0,0)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
27,40 (+0,4)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
30,23 (+0,2)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach

400 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 56,25 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle	
55,94	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
58,65	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
800 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 2:24,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid	
2:17,04	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	03.06.	Iserlohn
2:19,87	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
2:21,89	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:26,43	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:41,44	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
1000 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009:	
2:58,23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
1500 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 4:57,74 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle	
4:57,97	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
5:39,01	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
5:57,17	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
Meile	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009:	
5:56,1	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
3000 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 9:43,83 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl	
10:11,49	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:36,06	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:56,25	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
11:01,55	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:10,35	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
5000 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 16:33,74 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl	
17:45,76	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
18:44,00	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
10000 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 34:14,17 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl	
37:27,1	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.09.	Plettenberg
37:28,25	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
38:36,61	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
39:30,26	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.

10 km [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 35:46 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

35:55	Perisic, Sasha	67 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
36:28	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.01.	Hamm
38:04	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
38:28	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:32	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	17.04.	Gummersbach
38:41	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:49	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	19.08.	Köln
39:17	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
39:46	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
39:55	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf

10 km Mannschaft [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:51:52 TSV Rönsahl

2:04:27	TSV Rönsahl	19.06.	Halver
	Niederwipper 39:17, Theis 39:38, Klitscher 45:32		
2:04:45	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Sgouradis 40:55, Blechinger 41:52, Steinhauer 41:58		
2:10:45	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Schüngel 42:53, Zelkas 43:33, Margeit 44:19		
2:15:26	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Ackermann 44:22, Dumke 44:57, Heine 46:07		
2:22:44	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Rönsahl
	Gebauer 44:45, Eicker 46:25, Panne 51:34		
2:23:33	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Kelting 46:34, Rettig 47:58, Gang 49:01		

15 km [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 57:56 Bodenstein, Kai-Uwe 67 TSV Rönsahl

55:39	Sartory, Markus	68 TSV Altena	07.02.	Hamm
58:02	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
59:28	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:02:05	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	31.12.	Soest
1:03:01	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:03:10	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:04:30	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:07:31	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:09:08	Langwald, Thomas	61 TSG Valbert	09.07.	Amecke
1:10:18	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt

20 km [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:19:23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:20:57	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:25:15	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:28:23	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:33:56	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:36:57	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:37:12	Ackermann, Frank	66 Turboschnecken Lüdensc	31.10.	Frankfurt
1:42:18	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
1:43:03	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:52:48	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Halbmarathon [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1:18:54 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

1:23:20	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:23:54	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:24:30	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:25:47	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	05.09.	Köln
1:25:50	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:30:02	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:30:56	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:31:25	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensch	02.05.	Düsseldorf
1:31:47	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:32:12	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm

Halbmarathon Mannschaft [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 5:24:50 Turboschnecken Lüdensch

5:42:00	Turboschnecken Lüdensch		03.10.	Köln
	Größe-Jüttermann 1:44:58, Bahr 1:57:47, Papendick 1:59:15			

25 km [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

1:39:35	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:44:26	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:47:08	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:49:50	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
1:57:59	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
2:01:41	Ackermann, Frank	66 Turboschnecken Lüdensch	31.10.	Frankfurt
2:02:27	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
2:08:55	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
2:15:07	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	26.09.	Berlin
2:21:35	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Marathon [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:47:14 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

2:54:09	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
2:55:30	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:07:24	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
3:09:58	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
3:12:38	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:13:35	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensch	02.05.	Düsseldorf
3:19:03	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:28:02	Sifiriklas, Nikolas	74 Turboschnecken Lüdensch	03.10.	Köln
3:29:53	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:34:46	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin

Marathon Mannschaft [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 9:26:23 TSV Rönsahl

9:54:52	TSV Rönsahl		02.05.	Düsseldorf
	Denzer 2:55:30, Keloudis 3:12:38, Hoen 3:46:44			
10:37:43	Turboschnecken Lüdensch		26.09.	Berlin
	Sgouradis 3:12:57, Zelkas 3:39:16, Kelting 3:45:30			
13:04:27	TSG Valbert		03.10.	Köln
	Kayser 3:49:23, Hoffmann 4:20:40, Hoffmann 4:54:24			
13:30:35	Turboschnecken Lüdensch		26.09.	Berlin
	Heine 4:18:17, Vogelsang 4:23:06, Gang 4:49:12			
14:42:12	Turboschnecken Lüdensch		26.09.	Berlin
	Rettig 4:47:59, Albert 4:53:58, Berg 5:00:15			

Stundenlauf [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 14742m Bückemeyer, Thomas 68 TSG Valbert

12253 m	Hoffmann, Gerd	43 TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
---------	----------------	----------------	--------	------------

400 m Hürden	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 60,49 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
61,60	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Kaiserslautern
3000 m Hindernis	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009:			
13:17,99	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	27.08.	Münster
4 x 100 m	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 51,90 LG Plettenberg/Herscheid			
52,60	LG Plettenberg/Herscheid		11.09.	Bad Oeynhausen
	Störmann 57, Peters 56, Steinacker 54, Bauckhage 57			
Hochsprung	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 1,66 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
1,63	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
1,60	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,52	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,36	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,36	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
1,30	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln
Stabhochsprung	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 3,40 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
3,50	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Kaiserslautern
Weitsprung	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 5,64 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
5,71 (0,0)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
5,13 (0,0)	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,81 (+0,3)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,55 (+0,2)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
4,10 (-0,5)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
Leistungen ohne Windmessung:				
5,74	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
Dreisprung	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 11,60 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
11,62 (+0,1)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
Kugelstoß 7,260 kg	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 12,56 Grote, Jens 70 TV Wiblingwerde			
10,55	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
10,35	Seuster, Jörg	67 LG MTV/St.R. Altena	28.08.	Altena
9,25	Hamel, Michael	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
9,00	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln
8,07	Knieper, Uwe	70 TSV Altena	28.08.	Altena
Diskuswurf 2,0 kg	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 31,89 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
30,63	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
24,76	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
Hammerwurf 7,260 kg	[M35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 38,65 Pusch, Thomas 68 TSV Altena			
40,28	Pusch, Thomas	68 TSV Altena	20.06.	Wuppertal

Speerwurf 800 g [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 48,69 Jung, Marcus 73 TSV Altena

42,78	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
35,55	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	10.04.	Osnabrück

Pokalwertung [[M35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Plettenberg/Herscheid	275 Punkte
2.	TSV Rönsahl	228 Punkte
3.	LG Halver-Schalksmühle	153 Punkte
4.	Turboschnecken Lüdenscheid	110 Punkte
5.	TSG Valbert	91 Punkte
6.	TSV Altena	88 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	9 Punkte
8.	LG Lüdenscheid	8 Punkte
9.	TuS Neuenrade	2 Punkte

Männer M30

100 m [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 12,46* Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

12,38 (+0,6)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
12,56 (+1,5)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
13,59 (+0,6)	Menken, Michael	59 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
13,72 (-1,3)	Hoffmann, Frank	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09.	Bad Oeynhausen
13,91 (+0,6)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid

Leistungen mit Rückenwind:

13,01 (+2,9)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
--------------	--------------------	-------------------	--------	-------------

200 m [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 25,10* Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

25,57 (+0,3)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
26,93 (0,0)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden
27,40 (+0,4)	Dr. Bacher, Thomas	64 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
30,23 (+0,2)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach

400 m [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 56,25 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

55,94	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
58,65	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden

800 m [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:24,56 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Herscheid

2:17,04	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	03.06.	Iserlohn
2:19,87	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
2:21,89	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:26,43	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:41,44	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid

1000 m [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

2:58,23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
---------	---------------------	----------------	--------	-----------------

1500 m [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 4:57,74 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

4:57,97	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
5:39,01	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
5:57,17	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach

Meile [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009:

5:56,1	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
--------	-----------------	---------------------------	--------	-------------

3000 m [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 9:43,83 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl

10:11,49	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:36,06	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:56,25	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
11:01,55	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:10,35	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid

5000 m [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 16:33,74 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl

17:45,76	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
17:56,12	Weindorf, Matthias	79 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
18:44,00	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.

10000 m [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 34:14,17 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl

37:27,1	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.09.	Plettenberg
37:28,25	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
38:36,61	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
39:30,26	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.

10 km [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 35:46 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

35:55	Perisic, Sasha	67 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
36:28	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.01.	Hamm
38:04	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
38:22	Weindorf, Matthias	79 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
38:28	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:32	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	17.04.	Gummersbach
38:41	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:49	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	19.08.	Köln
39:17	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
39:46	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt

10 km Mannschaft [\[M30 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 1:51:52 TSV Rönsahl

2:04:27	TSV Rönsahl	19.06.	Halver
	Niederwipper 39:17, Theis 39:38, Klitscher 45:32		
2:04:45	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Sgouradis 40:55, Blechinger 41:52, Steinhauer 41:58		
2:06:42	LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
	Weindorf 38:22, Gebauer 41:50, Bäcker 46:30		
2:10:45	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Schüngel 42:53, Zelkas 43:33, Margeit 44:19		
2:15:26	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Ackermann 44:22, Dumke 44:57, Heine 46:07		
2:22:44	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Rönsahl
	Gebauer 44:45, Eicker 46:25, Panne 51:34		
2:23:33	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Kelting 46:34, Rettig 47:58, Gang 49:01		

15 km [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 57:56 Bodenstein, Kai-Uwe 67 TSV Rönsahl

55:39	Sartory, Markus	68 TSV Altena	07.02.	Hamm
58:02	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
59:28	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:02:05	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	31.12.	Soest
1:03:01	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:03:10	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:04:30	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:07:31	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:09:08	Langwald, Thomas	61 TSG Valbert	09.07.	Amecke
1:10:18	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt

20 km [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:19:23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:20:57	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:25:15	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:28:23	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:33:56	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:36:57	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:37:12	Ackermann, Frank	66 Turboschnecken Lüdensc	31.10.	Frankfurt
1:42:18	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
1:43:03	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:52:48	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Halbmarathon [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:18:54 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

1:23:20	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:23:54	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:24:30	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:25:47	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	05.09.	Köln
1:25:50	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:30:02	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:30:56	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:31:25	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensc	02.05.	Düsseldorf
1:31:47	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:32:12	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm

Halbmarathon Mannschaft [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 5:24:50 Turboschnecken Lüdenscheid

5:42:00	Turboschnecken Lüdenscheid	03.10.	Köln
Große-Jüttermann 1:44:58, Bahr 1:57:47, Papendick 1:59:15			

25 km [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:39:35	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:44:26	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:47:08	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:49:50	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:57:59	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
2:01:41	Ackermann, Frank	66 Turboschnecken Lüdensc	31.10.	Frankfurt
2:02:27	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:08:55	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:15:07	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	26.09.	Berlin
2:21:35	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Marathon [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:47:14 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

2:54:09	Bodenstein, Kai-Uwe	67	TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
2:55:30	Denzer, Peter	69	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:07:24	Thon, Ralf	65	TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
3:09:58	Sgouradis, Panagiotis	66	Turboschnecken Lüdencs	26.09.	Berlin
3:12:38	Keloudis, Georgios	69	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:13:35	Berula, Andreas	59	Turboschnecken Lüdencs	02.05.	Düsseldorf
3:19:03	Sartory, Markus	68	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:28:02	Sifiriklas, Nikolas	74	Turboschnecken Lüdencs	03.10.	Köln
3:29:53	Rudewig, Michael	66	TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:34:46	Zelkas, Ioannis	67	Turboschnecken Lüdencs	26.09.	Berlin

Marathon Mannschaft [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 9:26:23 TSV Rönsahl

9:54:52	TSV Rönsahl			02.05.	Düsseldorf
	Denzer 2:55:30, Keloudis 3:12:38, Hoen 3:46:44				
10:37:43	Turboschnecken Lüdencs			26.09.	Berlin
	Sgouradis 3:12:57, Zelkas 3:39:16, Kelting 3:45:30				
13:04:27	TSG Valbert			03.10.	Köln
	Kayser 3:49:23, Hoffmann 4:20:40, Hoffmann 4:54:24				
13:30:35	Turboschnecken Lüdencs			26.09.	Berlin
	Heine 4:18:17, Vogelsang 4:23:06, Gang 4:49:12				
14:42:12	Turboschnecken Lüdencs			26.09.	Berlin
	Rettig 4:47:59, Albert 4:53:58, Berg 5:00:15				

Stundenlauf [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 14742m Bückemeyer, Thomas 68 TSG Valbert

12253 m	Hoffmann, Gerd	43	TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
---------	----------------	----	-------------	--------	------------

400 m Hürden [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 60,49 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

61,60	Maximowitz, Dirk	66	LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Kaiserslautern
-------	------------------	----	------------------------	--------	----------------

3000 m Hindernis [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

13:17,99	Maximowitz, Dirk	66	LG Halver-Schalksmühle	27.08.	Münster
----------	------------------	----	------------------------	--------	---------

4 x 100 m [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 51,90 LG Plettenberg/Herscheid

52,60	LG Plettenberg/Herscheid			11.09.	Bad Oeynhausen
	Störmann 57, Peters 56, Steinacker 54, Bauckhage 57				

Hochsprung [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1,66 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

1,63	Maximowitz, Dirk	66	LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
1,60	Steinacker, Dr. Theo	54	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdencs
1,52	Peters, Holger	56	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdencs
1,36	Bauckhage, Jochen	57	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdencs
1,36	Störmann, Hilmar	57	LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdencs
1,30	Arnoldi, Ekkehard	63	LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln

Stabhochsprung [[M30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 3,40 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

3,50	Maximowitz, Dirk	66	LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Kaiserslautern
------	------------------	----	------------------------	--------	----------------

Weitsprung	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 5,64 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
5,71	(0,0)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07. Nyiregyhaza/HUN
5,13	(0,0)	Steinacker, Dr. Theo	54 LG Plettenberg/Hersche	11.09. Bad Oeynhausen
4,81	(+0,3)	Bauckhage, Jochen	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09. Bad Oeynhausen
4,55	(+0,2)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	11.09. Bad Oeynhausen
4,10	(-0,5)	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06. Aichach
Leistungen ohne Windmessung:				
5,74		Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04. Lüdenscheid
Dreisprung	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 11,60 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle			
11,62	(+0,1)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	29.05. Schalksmühle
Kugelstoß 7,260 kg	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 12,56 Grote, Jens 70 TV Wiblingwerde			
11,42		Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05. Altena
10,55		Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07. Nyiregyhaza/HUN
10,35		Seuster, Jörg	67 LG MTV/St.R. Altena	28.08. Altena
9,25		Hamel, Michael	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04. Wiblingwerde
9,00		Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06. Köln
8,07		Knieper, Uwe	70 TSV Altena	28.08. Altena
Gewichtswurf 15,880 kg	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009:			
10,79		Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05. Altena
Diskuswurf 2,0 kg	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 38,13 Buschmann, Simon 77 TSV Altena			
36,43		Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05. Altena
30,63		Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06. Aichach
24,76		Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06. Aichach
Hammerwurf 7,260 kg	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 38,65 Pusch, Thomas 68 TSV Altena			
40,28		Pusch, Thomas	68 TSV Altena	20.06. Wuppertal
Speerwurf 800 g	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 48,69 Jung, Marcus 73 TSV Altena			
42,78		Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04. Wiblingwerde
41,35		Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05. Altena
35,55		Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	10.04. Osnabrück
Werfer-Fünfkampf	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 2595 Buschmann, Simon 77 TSV Altena			
2120		Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05. Altena
	o.g.V./11,42/35,34/41,35/10,79			
Pokalwertung	[M30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
1.		LG Plettenberg/Herscheid		271 Punkte
2.		TSV Rönsahl		222 Punkte
3.		LG Halver-Schalksmühle		173 Punkte
4.		TSV Altena		136 Punkte
5.		Turboschnecken Lüdenscheid		118 Punkte
6.		TSG Valbert		73 Punkte
7.		LG MTV/St.R. Altena		8 Punkte
7.		LG Lüdenscheid		8 Punkte
9.		TuS Neuenrade		2 Punkte

Männer

100 m [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 11,70* Henning, Sven 90 LG MTV/St.R. Altena

11,17 (+0,7)	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
11,86 (-0,5)	Visestamkul, Timo	95 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
11,92 (+1,5)	Bein, Simon	90 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
11,95 (0,0)	Leitner, Philip	85 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,09 (+1,0)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,10 (0,0)	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,12 (+0,8)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
11,9 (+0,7)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
12,20 (+1,0)	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
12,0 (+0,5)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	06.06.	Schalksmühle

200 m [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 22,69* Streppel, Tim 91 LG Lüdenscheid

22,44 (-1,0)	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	19.06.	Gladbeck
24,36 (+0,4)	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
24,67 (+0,4)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,00 (0,0)	Bein, Simon	90 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
25,32 (+0,4)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
25,57 (+0,3)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
26,01 (-0,5)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Attendorn
26,25 (+0,4)	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
26,51 (+0,4)	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
26,93 (0,0)	Störmann, Hilmar	57 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden

Leistungen ohne Windmessung:

24,28	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
24,34	Leitner, Philip	85 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
24,56	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
26,45	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid

400 m [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 55,19 Czekalla, Dennis 91 LG Lüdenscheid

51,66	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
53,96	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
55,94	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
58,65	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	13.05.	Minden

800 m [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 2:06,54 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert

2:07,13	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn
2:14,41	Schürmann, Ralf	82 TSV Altena	18.09.	Lüdenscheid
2:15,12	Rump, Henrik	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn
2:17,04	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	03.06.	Iserlohn
2:19,87	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
2:21,89	Peters, Holger	56 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:26,43	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:37,52	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
2:41,44	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid

1000 m	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 2:44,48 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert			
2:58,23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
3:01,84	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:01,96	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:13,05	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	19.09.	Berlin
3:25,54	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
3:26,19	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
3:30,01	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
3:35,41	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:37,4	Witschorke, Dennis	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1500 m	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 4:23,41 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert			
4:54,53	Rump, Henrik	94 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4:57,97	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
5:39,01	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
5:57,17	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
Meile	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 5:44,6 Boldt, Marco 89 LG MTV/St.R. Altena			
5:56,1	Krinke, Stephan	69 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
3000 m	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 9:03,46 Kuß, Nicolas 82 TSV Rönsahl			
10:11,49	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:36,06	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
10:56,25	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	12.08.	Bergisch Gladb.
11:01,55	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:10,35	Lemke, Hans-Jörg	57 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
11:17,81	Nickel, Andreas	52 LG Plettenberg/Hersche	08.05.	Lüdenscheid
5000 m	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 16:33,74 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl			
17:45,76	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
17:56,12	Weindorf, Matthias	79 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
18:44,00	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	19.08.	Bergisch Gladb.
20:47,16	Boldt, Marco	89 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
10000 m	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 34:14,17 Perisic, Sasha 67 TSV Rönsahl			
37:27,1	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.09.	Plettenberg
37:28,25	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
38:26,5	Mazur, Michael	84 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
38:36,61	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
39:30,26	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	26.08.	Bergisch Gladb.
10 km	[M - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 35:40 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert			
33:47	Kuß, Nicolas	82 TSV Rönsahl	19.06.	Halver
35:55	Perisic, Sasha	67 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
36:28	Sartory, Markus	68 TSV Altena	24.01.	Hamm
38:04	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	24.01.	Hamm
38:22	Weindorf, Matthias	79 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
38:28	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:32	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	17.04.	Gummersbach
38:41	Theis, Frank	64 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
38:42	Lill, Bernhard	86 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver
38:49	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	19.08.	Köln

10 km Mannschaft [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:51:52 TSV Rönsahl

1:48:32	TSV Rönsahl	19.06.	Halver
	Kuß 33:47, Perisic 36:14, Keloudis 38:31		
1:57:31	LG Plettenberg/Herscheid	24.01.	Hamm
	Wieczorek 38:04, Schmidt 38:41, Gabor 40:46		
2:00:10	LG Plettenberg/Herscheid	19.06.	Halver
	Lill 38:42, Lemke 40:29, Mantel 40:59		
2:04:27	TSV Rönsahl	19.06.	Halver
	Niederwipper 39:17, Theis 39:38, Klitscher 45:32		
2:04:45	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Sgouradis 40:55, Blechinger 41:52, Steinhauer 41:58		
2:06:42	LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
	Weindorf 38:22, Gebauer 41:50, Bäcker 46:30		
2:10:45	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Schüngel 42:53, Zelkas 43:33, Margeit 44:19		
2:15:13	TSV Altena	24.01.	Hamm
	Sartory 36:28, Lohrey 48:46, Freudl 49:59		
2:15:26	Turboschnecken Lüdenscheid	19.06.	Halver
	Ackermann 44:22, Dumke 44:57, Heine 46:07		
2:22:44	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Rönsahl
	Gebauer 44:45, Eicker 46:25, Panne 51:34		

15 km [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 57:56 Bodenstein, Kai-Uwe 67 TSV Rönsahl

55:39	Sartory, Markus	68 TSV Altena	07.02.	Hamm
58:02	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
59:28	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:02:05	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	31.12.	Soest
1:02:40	Lill, Bernhard	86 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:03:00	Czaja, Lukas	90 Turboschnecken Lüdenc	07.02.	Hamm
1:03:01	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:03:10	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:04:30	Gabor, Peter	60 LG Plettenberg/Hersche	07.02.	Hamm
1:04:59	Mazur, Michael	84 LG Plettenberg/Hersche	31.12.	Soest

15 km Mannschaft [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

3:03:43	LG Plettenberg/Herscheid	07.02.	Hamm
	Wieczorek 0:58:02, Lill 1:02:40, Schmidt 1:03:01		

20 km [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:19:23	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:20:57	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:25:15	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:28:23	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:33:56	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:36:57	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:37:12	Ackermann, Frank	66 Turboschnecken Lüdenc	31.10.	Frankfurt
1:42:18	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	25.04.	Hamburg
1:43:03	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:52:48	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Halbmarathon [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1:18:54 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

1:23:20	Wieczorek, Dieter	60 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:23:54	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:24:10	Lill, Bernhard	86 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:24:30	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
1:25:47	Niederwipper, Harald	62 TSV Rönsahl	05.09.	Köln
1:25:50	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:30:02	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:30:56	Schmidt, Paul	70 LG Plettenberg/Hersche	21.02.	Hamm
1:31:25	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensch	02.05.	Düsseldorf
1:31:47	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf

Halbmarathon Mannschaft [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 5:24:50 Turboschnecken Lüdensch

4:18:26	LG Plettenberg/Herscheid	21.02.	Hamm
	Wieczorek 1:23:20, Lill 1:24:10, Schmidt 1:30:56		
5:42:00	Turboschnecken Lüdensch	03.10.	Köln
	Große-Jüttermann 1:44:58, Bahr 1:57:47, Papendick 1:59:15		

25 km [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

1:39:35	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
1:44:26	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
1:47:08	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
1:49:50	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
1:57:59	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
2:01:41	Ackermann, Frank	66 Turboschnecken Lüdensch	31.10.	Frankfurt
2:02:27	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
2:08:55	Kelting, Guido	63 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
2:15:07	Baltres, Andreas	64 TSV Rönsahl	26.09.	Berlin
2:21:35	Boelter, Lutz	53 TuS Neuenrade	31.10.	Frankfurt

Marathon [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:47:14 Denzer, Peter 69 TSV Rönsahl

2:54:09	Bodenstein, Kai-Uwe	67 TSV Rönsahl	31.10.	Frankfurt
2:55:30	Denzer, Peter	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:07:24	Thon, Ralf	65 TSG Valbert	31.10.	Frankfurt
3:09:58	Sgouradis, Panagiotis	66 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
3:12:38	Keloudis, Georgios	69 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:13:35	Berula, Andreas	59 Turboschnecken Lüdensch	02.05.	Düsseldorf
3:19:03	Sartory, Markus	68 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:28:02	Sifiriklas, Nikolas	74 Turboschnecken Lüdensch	03.10.	Köln
3:29:53	Rudewig, Michael	66 TSV Altena	31.10.	Frankfurt
3:34:46	Zelkas, Ioannis	67 Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin

Marathon Mannschaft [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 9:26:23 TSV Rönsahl

9:54:52	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
	Denzer 2:55:30, Keloudis 3:12:38, Hoen 3:46:44		
10:37:43	Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
	Sgouradis 3:12:57, Zelkas 3:39:16, Kelting 3:45:30		
13:04:27	TSG Valbert	03.10.	Köln
	Kayser 3:49:23, Hoffmann 4:20:40, Hoffmann 4:54:24		
13:30:35	Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
	Heine 4:18:17, Vogelsang 4:23:06, Gang 4:49:12		
14:42:12	Turboschnecken Lüdensch	26.09.	Berlin
	Rettig 4:47:59, Albert 4:53:58, Berg 5:00:15		

Stundenlauf [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 14742m Bückemeyer, Thomas 68 TSG Valbert

12253 m	Hoffmann, Gerd	43 TSG Valbert	17.04.	Lennestadt
---------	----------------	----------------	--------	------------

400 m Hürden [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 60,49 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

61,60 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle 27.06. Kaiserslautern

3000 m Hindernis [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009:

13:17,99 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle 27.08. Münster

4 x 100 m [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 47,51 LG Lüdenscheid

46,07 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid

Knur-Schweizer 91, Rump 94, Grüger 94, Streppel 91
47,89 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid

Rotter 95, Marstedt 93, Kämper 94, Becker 93

48,08 LG Lüdenscheid 12.09. Essen

Kalb 96, Delhougne 95, Nüsken 95, Visestamkul 95

3 x 1000 m [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009:

11:29,90 LG Halver-Schalksmühle 01.10. Essen

Schmalisch 00, Schlabach 99, Bilge 99

Hochsprung [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1,68 Kleve, Max 93 LG Halver-Schalksmühle

1,65 Marstedt, Marvin 93 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid

1,63 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle 15.07. Nyiregyhaza/HUN

1,60 Steinacker, Dr. Theo 54 LG Plettenberg/Hersche 08.05. Lüdenscheid

1,55 Rohrsen, Marc 95 TS Evingsen 25.09. Altena

1,54 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 04.07. Lüdenscheid

1,52 Peters, Holger 56 LG Plettenberg/Hersche 08.05. Lüdenscheid

1,44 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 26.06. Plettenberg

1,38 Hübl, Lukas 97 LG Plettenberg/Hersche 26.06. Plettenberg

1,36 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena 01.05. Schalksmühle

1,36 Bauckhage, Jochen 57 LG Plettenberg/Hersche 08.05. Lüdenscheid

1,36 Störmann, Hilmar 57 LG Plettenberg/Hersche 08.05. Lüdenscheid

Stabhochsprung [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 3,40 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

3,50 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle 26.06. Kaiserslautern

2,40 Kämper, Gavin 94 LG Halver-Schalksmühle 29.05. Schalksmühle

2,30 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 29.05. Schalksmühle

Weitsprung [\[M - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 6,02 Marstedt, Marvin 93 LG Lüdenscheid

6,02 (+0,6) Streppel, Tim 91 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid

5,92 (+0,0) Marstedt, Marvin 93 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid

5,83 (+0,4) Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 04.07. Lüdenscheid

5,71 (0,0) Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle 15.07. Nyiregyhaza/HUN

5,41 (+0,0) Iserhardt, Manuel 85 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid

5,37 (0,0) Visestamkul, Timo 95 LG Lüdenscheid 18.09. Lüdenscheid

5,35 (+0,4) Grüger, Bastian 94 LG Lüdenscheid 18.09. Lüdenscheid

5,33 (0,0) Nüsken, Dominik 95 LG Lüdenscheid 18.09. Lüdenscheid

5,30 (+0,7) Delhougne, Robert 95 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid

5,13 (0,0) Steinacker, Dr. Theo 54 LG Plettenberg/Hersche 11.09. Bad Oeynhausen

Leistungen mit Rückenwind:

6,00 (+4,4) Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 19.09. Berlin

Leistungen ohne Windmessung:

5,95	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
5,93	Kaufmann, Markus	87 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
5,74	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
5,70	Gödde, Dennis	91 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
5,57	Rentrop, Sebastian	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
5,28	Witschorke, Dennis	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

Dreisprung [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 11,60 Maximowitz, Dirk 66 LG Halver-Schalksmühle

11,62 (+0,1)	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
--------------	------------------	---------------------------	--------	--------------

Leistungen ohne Windmessung:

9,16	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
------	------------------	------------------------	--------	--------

Kugelstoß 7,260 kg [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12,56 Grote, Jens 70 TV Wiblingwerde

11,42	Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05.	Altena
10,55	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	15.07.	Nyiregyhaza/HUN
10,35	Seuster, Jörg	67 LG MTV/St.R. Altena	28.08.	Altena
9,77	Iserhardt, Manuel	85 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
9,32	Kaufmann, Markus	87 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
9,25	Hamel, Michael	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
9,00	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Köln
8,07	Knieper, Uwe	70 TSV Altena	28.08.	Altena

Diskuswurf 2,0 kg [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 38,13 Buschmann, Simon 77 TSV Altena

36,43	Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05.	Altena
30,63	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	12.06.	Aichach
24,76	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	12.06.	Aichach
24,51	Iserhardt, Manuel	85 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Hammerwurf 7,260 kg [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 38,65 Pusch, Thomas 68 TSV Altena

40,28	Pusch, Thomas	68 TSV Altena	20.06.	Wuppertal
-------	---------------	---------------	--------	-----------

Speerwurf 800 g [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 48,69 Jung, Marcus 73 TSV Altena

46,29	Marquardt, Jörg	83 TSV Altena	25.09.	Altena
44,58	Iserhardt, Manuel	85 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Hagen
42,78	Maximowitz, Dirk	66 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
42,48	Schlick, Marcel	91 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
41,35	Buschmann, Simon	77 TSV Altena	22.05.	Altena
35,55	Arnoldi, Ekkehard	63 LG Plettenberg/Hersche	10.04.	Osnabrück

Pokalwertung [[M - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	248 Punkte
2.	TSV Rönsahl	236 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	234 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	178 Punkte
5.	TSV Altena	133 Punkte
6.	Turboschnecken Lüdenscheid	115 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	60 Punkte
8.	TSG Valbert	50 Punkte
9.	TV Jahn Plettenberg	8 Punkte
10.	TuS Neuenrade	6 Punkte

männliche Jugend A

100 m [\[MJA - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 11,70* Henning, Sven 90 LG MTV/St.R. Altena

11,17 (+0,7)	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
11,86 (-0,5)	Visestamkul, Timo	95 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
12,09 (+1,0)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,10 (0,0)	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,12 (+0,8)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
11,9 (+0,7)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
12,20 (+1,0)	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
12,0 (+0,5)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	06.06.	Schalksmühle
12,31 (0,0)	Nüsken, Dominik	95 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,3 (+1,5)	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle

Leistungen ohne Windmessung:

12,33	Witschorke, Dennis	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
12,52	Rentrop, Sebastian	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

200 m [\[MJA - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 22,69* Streppel, Tim 91 LG Lüdenscheid

22,44 (-1,0)	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	19.06.	Gladbeck
24,36 (+0,4)	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
24,67 (+0,4)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,32 (+0,4)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
26,01 (-0,5)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Attendorn
26,25 (+0,4)	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
26,51 (+0,4)	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Leistungen ohne Windmessung:

24,28	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
24,56	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
26,45	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid

400 m [\[MJA - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 55,19 Czekalla, Dennis 91 LG Lüdenscheid

51,66	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
53,96	Knur-Schweizer, Dominik	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

800 m [\[MJA - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 2:06,54 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert

2:07,13	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn
2:15,12	Rump, Henrik	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn

1000 m [\[MJA - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 2:44,48 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert

3:01,84	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:01,96	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:13,05	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	19.09.	Berlin
3:25,54	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
3:26,19	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
3:30,01	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
3:35,41	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:37,4	Witschorke, Dennis	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:44,00	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid

1500 m [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 4:23,41 Sapel, Patrick 90 TSG Valbert

4:54,53 Rump, Henrik 94 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid

4 x 100 m [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 47,51 LG Lüdenscheid

46,07 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid

Knur-Schweizer 91, Rump 94, Grüger 94, Streppel 91
47,89 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid

Rotter 95, Marstedt 93, Kämper 94, Becker 93
48,08 LG Lüdenscheid 12.09. Essen
Kalb 96, Delhougne 95, Nüsken 95, Visestamkul 95

3 x 1000 m [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

11:29,90 LG Halver-Schalksmühle 01.10. Essen
Schmalisch 00, Schlabach 99, Bilge 99

Hochsprung [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1,68 Kleve, Max 93 LG Halver-Schalksmühle

1,65 Marstedt, Marvin 93 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid
1,55 Rohrsen, Marc 95 TS Evingsen 25.09. Altena
1,54 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 04.07. Lüdenscheid
1,44 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 26.06. Plettenberg
1,38 Hübl, Lukas 97 LG Plettenberg/Hersche 26.06. Plettenberg
1,36 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena 01.05. Schalksmühle
1,22 Hohmann, Thorben 99 LG Lüdenscheid 26.06. Plettenberg
1,14 Rosendahl, Tim 98 TV Wiblingwerde 26.06. Plettenberg
1,10 Stolz, Dominik 00 LG Plettenberg/Hersche 26.06. Plettenberg
1,10 Klinge, Niklas 00 LG Plettenberg/Hersche 26.06. Plettenberg

Stabhochsprung [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2,13 Kämper, Gavin 94 LG Halver-Schalksmühle

2,40 Kämper, Gavin 94 LG Halver-Schalksmühle 29.05. Schalksmühle
2,30 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 29.05. Schalksmühle

Weitsprung [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 6,02 Marstedt, Marvin 93 LG Lüdenscheid

6,02 (+0,6) Streppel, Tim 91 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid
5,92 (+0,0) Marstedt, Marvin 93 LG Halver-Schalksmühle 04.07. Lüdenscheid
5,83 (+0,4) Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 04.07. Lüdenscheid
5,37 (0,0) Visestamkul, Timo 95 LG Lüdenscheid 18.09. Lüdenscheid
5,35 (+0,4) Grüger, Bastian 94 LG Lüdenscheid 18.09. Lüdenscheid
5,33 (0,0) Nüsken, Dominik 95 LG Lüdenscheid 18.09. Lüdenscheid
5,30 (+0,7) Delhougne, Robert 95 LG Lüdenscheid 04.07. Lüdenscheid
4,88 (+0,3) Woermann, Timo 93 TS Evingsen 06.06. Schalksmühle
4,77 (+0,5) Kalb, Florian 96 LG Lüdenscheid 20.06. Lüdenscheid
4,29 (+0,4) Mußmann, Philipp 95 LG MTV/St.R. Altena 22.05. Altena

Leistungen mit Rückenwind:

6,00 (+4,4) Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 19.09. Berlin

Leistungen ohne Windmessung:

5,95 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 24.04. Lüdenscheid
5,70 Gödde, Dennis 91 TV Jahn Plettenberg 27.06. Düsseldorf
5,57 Rentrop, Sebastian 92 TV Jahn Plettenberg 27.06. Düsseldorf
5,28 Witschorke, Dennis 92 TV Jahn Plettenberg 27.06. Düsseldorf
4,55 Reding, Maurice 94 LG MTV/St.R. Altena 24.04. Lüdenscheid

Dreisprung [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

Leistungen ohne Windmessung:

9,16 Mußmann, Philipp 95 LG MTV/St.R. Altena 25.09. Altena

Kugelstoß 6,0 kg [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12,45 Schlick, Marcel 91 LG MTV/St.R. Altena

12,93	Schlick, Marcel	91 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
10,74	Rentrop, Sebastian	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
9,71	Witschorke, Dennis	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
9,10	Streppel, Tim	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
9,05	Gödde, Dennis	91 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

Speerwurf 800 g [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 42,99 Schlick, Marcel 91 LG MTV/St.R. Altena

42,48 Schlick, Marcel 91 LG MTV/St.R. Altena 04.07. Lüdenscheid

Pokalwertung [[MJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Lüdenscheid	200 Punkte
2.	LG Halver-Schalksmühle	91 Punkte
3.	LG MTV/St.R. Altena	69 Punkte
4.	TV Jahn Plettenberg	26 Punkte
5.	TS Evingsen	12 Punkte
6.	LG Plettenberg/Herscheid	11 Punkte
7.	TuS Neuenrade	5 Punkte
8.	TSV Altena	3 Punkte
8.	TV Wiblingwerde	3 Punkte

männliche Jugend B**100 m** [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 11,9 Grüger, Bastian 94 LG Lüdenscheid

11,86 (-0,5)	Visestankul, Timo	95 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
12,09 (+1,0)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,12 (+0,8)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
11,9 (+0,7)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
12,20 (+1,0)	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
12,0 (+0,5)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	06.06.	Schalksmühle
12,31 (0,0)	Nüsken, Dominik	95 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
12,3 (+1,5)	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
12,85 (+0,5)	Becker, Philipp	93 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
12,85 (+0,8)	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Leistungen ohne Windmessung:

12,59 Mergenhenn, Jonas 93 TV Jahn Plettenberg 27.06. Düsseldorf

200 m [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 24,60* Schwabbauer, Manuel 92 LG Lüdenscheid

24,67 (+0,4)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,32 (+0,4)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
26,01 (-0,5)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Attendorn
26,25 (+0,4)	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
26,51 (+0,4)	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Leistungen ohne Windmessung:

24,56	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
26,45	Heine, Max	93 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid

800 m [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2:12,63 Rump, Henrik 94 LG Lüdenscheid

2:07,13	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn
2:15,12	Rump, Henrik	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn

1000 m [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2:45,67 Grüger, Bastian 94 LG Lüdenscheid

3:01,84	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:01,96	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:13,05	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	19.09.	Berlin
3:25,54	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
3:26,19	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
3:30,01	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
3:35,41	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:44,00	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3:44,0	Rohrsen, Marc	95 TS Evingsen	25.09.	Altena

1500 m [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

4:54,53	Rump, Henrik	94 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
---------	--------------	-------------------	--------	-------------

110 m Hürden [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

15,9 (+1,4)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
-------------	------------------	---------------------------	--------	--------------

4 x 100 m [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 47,51 LG Lüdenscheid

47,89	LG Halver-Schalksmühle		04.07.	Lüdenscheid
	Rotter 95, Marstedt 93, Kämper 94, Becker 93			
48,08	LG Lüdenscheid		12.09.	Essen
	Kalb 96, Delhougne 95, Nüsken 95, Visestamkul 95			

3 x 1000 m [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

11:29,90	LG Halver-Schalksmühle		01.10.	Essen
	Schmalisch 00, Schlabach 99, Bilge 99			

Hochsprung [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,68 Kleve, Max 93 LG Halver-Schalksmühle

1,65	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,55	Rohrsen, Marc	95 TS Evingsen	25.09.	Altena
1,54	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
1,44	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,38	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,36	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,22	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1,14	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,10	Stolz, Dominik	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,10	Klinge, Niklas	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Stabhochsprung [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2,13 Kämper, Gavin 94 LG Halver-Schalksmühle

2,40	Kämper, Gavin	94 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
2,30	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 6,02 Marstedt, Marvin 93 LG Lüdenscheid

5,92	(+0,0)	Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
5,83	(+0,4)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
5,37	(0,0)	Visestamkul, Timo	95 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
5,35	(+0,4)	Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
5,33	(0,0)	Nüsken, Dominik	95 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
5,30	(+0,7)	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,88	(+0,3)	Woermann, Timo	93 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
4,77	(+0,5)	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,29	(+0,4)	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	22.05.	Altena
4,27	(+0,8)	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg

Leistungen mit Rückenwind:

6,00	(+4,4)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	19.09.	Berlin
------	--------	---------------------	------------------------	--------	--------

Leistungen ohne Windmessung:

5,95		Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
4,55		Reding, Maurice	94 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid

Kugelstoß 5,0 kg [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 9,39 Triches, Jan 93 TV Wiblingwerde

11,03		Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
9,68		Woermann, Timo	93 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
9,12		Mergehenn, Jonas	93 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
8,58		Becker, Philipp	93 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
8,50		Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
8,10		Reding, Maurice	94 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid

Diskuswurf 1,500 kg [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

15,91		Becker, Philipp	93 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
-------	--	-----------------	---------------------------	--------	--------------

Speerwurf 700 g [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

40,95		Grüger, Bastian	94 LG Lüdenscheid	05.09.	Attendorn
22,67		Becker, Philipp	93 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde

Dreikampf [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1507		Marstedt, Marvin	93 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
		12,0(+0,8)/5,62(+0,1)/08,50			
1191		Woermann, Timo	93 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
		13,4(+0,8)/4,88(+0,3)/09,68			

Pokalwertung [[MJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Lüdenscheid	162 Punkte
2.	LG Halver-Schalksmühle	161 Punkte
3.	LG MTV/St.R. Altena	58 Punkte
4.	TS Evingsen	32 Punkte
5.	LG Plettenberg/Herscheid	11 Punkte
6.	TV Jahn Plettenberg	8 Punkte
7.	TuS Neuenrade	5 Punkte
8.	TSV Altena	3 Punkte
8.	TV Wiblingwerde	3 Punkte

Hochsprung	[M15 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
BL 2009: 1,51 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena					
1,55	Rohrsen, Marc	95 TS Evingsen	25.09.	Altena	
1,54	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid	
1,44	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
1,38	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg	
1,36	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle	
1,22	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg	
1,14	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg	
1,10	Stolz, Dominik	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg	
1,10	Klinge, Niklas	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg	
1,04	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle	

Stabhochsprung	[M15 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
BL 2009: 2,13 Kämper, Gavin 94 LG Halver-Schalksmühle					
2,30	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle	

Weitsprung	[M15 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
BL 2009: 5,64 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena					
5,83 (+0,4)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid	
5,37 (0,0)	Visestamkul, Timo	95 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid	
5,33 (0,0)	Nüsken, Dominik	95 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid	
5,30 (+0,7)	Delhougne, Robert	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid	
4,77 (+0,5)	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid	
4,29 (+0,4)	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	22.05.	Altena	
4,27 (+0,8)	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
4,19 (-0,3)	Rotter, Philipp	95 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid	
4,07 (+0,1)	Dumke, Marc	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid	
3,76 (+1,3)	Steden, Fabian	96 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena	

Leistungen mit Rückenwind:

6,00 (+4,4)	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	19.09.	Berlin	
-------------	---------------------	------------------------	--------	--------	--

Leistungen ohne Windmessung:

5,95	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid	
------	---------------------	------------------------	--------	-------------	--

Dreisprung	[M15 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
BL 2009:					

Leistungen ohne Windmessung:

9,16	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena	
------	------------------	------------------------	--------	--------	--

Kugelstoß 4,0 kg	[M15 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
BL 2009: 11,63 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena					
12,42	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	20.06.	Lüdenscheid	
9,27	Rentrop, Leon	96 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf	
9,26	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle	
7,38	Ciofolo, Giovanni	96 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid	
6,04	Mußmann, Philipp	95 LG MTV/St.R. Altena	22.05.	Altena	
6,01	Steden, Fabian	96 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena	
4,75	Merx, Yannick	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle	

Diskuswurf 1,0 kg	[M15 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
BL 2009: 36,39 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena					
37,61	Lengenfeldt, Melvin	95 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena	
26,82	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde	
14,87	Rimke, Max	96 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg	

Hammerwurf 4,0 kg [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

13,67 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 02.05. Plettenberg

Speerwurf 600 g [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 39,99 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

38,68 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 25.09. Altena
33,93 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 13.06. Recklinghausen
25,31 Nüsken, Dominik 95 LG Lüdenscheid 24.04. Lüdenscheid
22,44 Mußmann, Philipp 95 LG MTV/St.R. Altena 25.09. Altena

Ballwurf 200 g [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 68,5 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

74,5 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 06.06. Schalksmühle
57,5 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 26.06. Plettenberg
49,5 Delhougne, Robert 95 LG Lüdenscheid 01.05. Schalksmühle
48,5 Nüsken, Dominik 95 LG Lüdenscheid 01.05. Schalksmühle
48,5 Hamel, Christopher 98 LG Halver-Schalksmühle 06.06. Schalksmühle
44,0 Hempel, Malte 97 LG Lüdenscheid 01.05. Schalksmühle
43,0 Schwarzer, Raphael 98 LG Halver-Schalksmühle 06.06. Schalksmühle
41,5 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena 01.05. Schalksmühle
41,5 Glörfeld, Joscha 97 LG Lüdenscheid 26.06. Plettenberg
37,0 Mußmann, Philipp 95 LG MTV/St.R. Altena 01.05. Schalksmühle

Dreikampf [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1595 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

1658 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 06.06. Schalksmühle
12,0(+0,5)/5,58(+0,3)/74,5
1454 Delhougne, Robert 95 LG Lüdenscheid 01.05. Schalksmühle
12,3(+1,5)/5,11(+0,1)/49,5
1401 Nüsken, Dominik 95 LG Lüdenscheid 01.05. Schalksmühle
12,6(+1,5)/4,92(+0,2)/48,5
1284 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 26.06. Plettenberg
13,8(-0,2)/4,27(+0,8)/57,5
1131 Mußmann, Philipp 95 LG MTV/St.R. Altena 01.05. Schalksmühle
13,7(+1,5)/3,92(+0,2)/37,0
1041 Ciofolo, Giovanni 96 LG MTV/St.R. Altena 01.05. Schalksmühle
14,1(+1,4)/3,47(+0,2)/36,0
775 Steden, Fabian 96 LG MTV/St.R. Altena 13.05. Altena
17,4(-0,1)/3,05(+0,4)/33,0

Vierkampf [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2075 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

1666 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle 26.06. Plettenberg
13,8(-0,2)/4,27(+0,8)/1,44/8,21**Blockwettkampf Wurf** [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2638 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

2703 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 24.07. Schalksmühle
12,2(+2,0)/12,9(+1,3)/5,59(+0,1)/11,41/36,53**Pokalwertung** [[M15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Lüdenscheid	185 Punkte
2.	LG MTV/St.R. Altena	181 Punkte
3.	LG Halver-Schalksmühle	114 Punkte
4.	LG Plettengberg/Herscheid	23 Punkte
5.	TuS Neuenrade	15 Punkte
6.	TS Evingsen	11 Punkte
7.	TV Jahn Plettenberg	9 Punkte
8.	TSV Altena	4 Punkte
8.	TV Wiblingwerde	4 Punkte

Schüler M14

100 m [\[M14 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 12,24* Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

13,39	(0,0)	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
13,51	(0,0)	Quitschalle, Jonas	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
13,74	(-0,5)	Dumke, Marc	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
13,8	(-0,2)	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
14,24	(+0,3)	Ciofolo, Giovanni	96 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
14,4	(+0,7)	Merx, Yannick	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
17,1	(+0,1)	Steden, Fabian	96 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena

Leistungen ohne Windmessung:

13,70		Rentrop, Leon	96 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
-------	--	---------------	------------------------	--------	------------

300 m [\[M14 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 42,43 Visestamkul, Timo 95 LG Lüdenscheid

46,59		Dumke, Marc	96 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund
-------	--	-------------	-------------------	--------	----------

1000 m [\[M14 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 3:06,24 Delhounge, Robert 95 LG Lüdenscheid

3:01,96		Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:26,19		Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
3:30,01		Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
3:35,41		Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:38,76		Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:44,00		Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3:45,25		Seyfried, Felix	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:45,2		Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	24.09.	Plettenberg
3:52,81		Kaiser, Jonah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:53,4		Finkernagel, Lukas Maxi	99 TSV Altena	25.09.	Altena

5 km [\[M14 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

21:57		Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	28.03.	Werl
-------	--	--------------	------------------	--------	------

Hochsprung [\[M14 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1,51 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

1,44		Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,38		Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,36		Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,22		Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1,14		Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,10		Stolz, Dominik	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,10		Klinge, Niklas	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,04		Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,02		Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02		Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02		Schindler, Marc Andre	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Weitsprung [\[M14 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 5,64 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

4,77	(+0,5)	Kalb, Florian	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,27	(+0,8)	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
4,07	(+0,1)	Dumke, Marc	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,76	(+1,3)	Steden, Fabian	96 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
3,53	(+0,8)	Merx, Yannick	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
3,47	(+0,2)	Ciofolo, Giovanni	96 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle

Kugelstoß 4,0 kg [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 11,63 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

9,27	Rentrop, Leon	96 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
9,26	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
7,38	Ciofolo, Giovanni	96 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
6,01	Steden, Fabian	96 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
4,75	Merx, Yannick	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Diskuswurf 1,0 kg [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 36,39 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

26,82	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
14,87	Rimke, Max	96 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg

Hammerwurf 4,0 kg [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

13,67	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
-------	-----------------	---------------------------	--------	-------------

Speerwurf 600 g [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 39,99 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

33,93	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	13.06.	Recklinghausen
-------	-----------------	---------------------------	--------	----------------

Ballwurf 200 g [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 68,5 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

57,5	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
48,5	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
44,0	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
43,0	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
41,5	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
41,5	Glörfeld, Joscha	97 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
36,5	Olbrich, Thorben	97 TS Evingsen	25.09.	Altena
36,0	Ciofolo, Giovanni	96 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
35,5	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
34,5	Raffenberg, Pascal	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg

Dreikampf [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1595 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

1284	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	13,8(-0,2)/4,27(+0,8)/57,5
1041	Ciofolo, Giovanni	96 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle	14,1(+1,4)/3,47(+0,2)/36,0
775	Steden, Fabian	96 LG MTV/St.R. Altena	13.05.	Altena	17,4(-0,1)/3,05(+0,4)/33,0

Vierkampf [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2075 Lengenfeldt, Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena

1666	Uellenberg, Jan	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	13,8(-0,2)/4,27(+0,8)/1,44/8,21
------	-----------------	---------------------------	--------	-------------	---------------------------------

Pokalwertung [[M14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	143 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	103 Punkte
3.	LG MTV/St.R. Altena	74 Punkte
4.	LG Plettenberg/Herscheid	32 Punkte
5.	TuS Neuenrade	18 Punkte
6.	TV Jahn Plettenberg	10 Punkte
6.	TV Wiblingwerde	10 Punkte
8.	TS Evingsen	4 Punkte
9.	TuS Dahle 04	1 Punkt
9.	TSV Altena	1 Punkt

Schüler M13

75 m [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

10,17	Quitschalle, Jonas	97 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
10,36 (+0,8)	Schleicher, Florian	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
10,45	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
10,47	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
10,49 (+0,8)	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	20.06.	Lüdenscheid
10,55 (+0,8)	Sesselmann, Aaron	97 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
10,62 (+0,9)	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
10,71 (+0,8)	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	20.06.	Lüdenscheid
10,72 (+0,8)	Ploch, Marcel	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
10,73	Ditten, Maurice	97 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

1000 m [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 3:24,18 Bruckert, Dennis 97 LG Halver-Schalksmühle

3:26,19	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
3:30,01	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
3:35,41	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:44,00	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3:45,25	Seyfried, Felix	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:45,2	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	24.09.	Plettenberg
3:52,81	Kaiser, Jonah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:53,4	Finkernagel, Lukas Maxi	99 TSV Altena	25.09.	Altena
3:55,6	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg

5 km [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

21:57	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	28.03.	Werl
-------	--------------	------------------	--------	------

60 m Hürden [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 13,2 Scholz, Sam 97 LG Halver-Schalksmühle

11,2	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle
------	--------------------	------------------------	--------	--------------

4 x 75 m [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 41,81 LG Lüdenscheid

40,26	LG Lüdenscheid		04.07.	Lüdenscheid
	Stremme 98, Glörfeld 97, Hempel 97, Quitschalle 97			

3 x 1000 m [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

11:29,90	LG Halver-Schalksmühle		01.10.	Essen
	Schmalisch 00, Schlabach 99, Bilge 99			

Hochsprung [\[M13 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1,40 Michael, Paul-Moritz 96 LG Lüdenscheid

1,38	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,36	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,22	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1,14	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,10	Stolz, Dominik	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,10	Klinge, Niklas	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,04	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,02	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Schindler, Marc Andre	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Weitsprung [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 4,54 Sesselmann, Aaron 97 LG Lüdenscheid

4,83	Quitschalle, Jonas	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
4,80	Schleicher, Florian	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,63	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
4,58	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle
4,57	Ditten, Maurice	97 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
4,54	Sesselmann, Aaron	97 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,46	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
4,43	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,38	Ploch, Marcel	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,36	Glörfeld, Joscha	97 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
4,36	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Kugelstoß 3,0 kg [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 9,14 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle

9,65	Quitschalle, Jonas	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
9,04	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	18.09.	Lüdenscheid
8,40	Glörfeld, Joscha	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
8,23	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
7,61	Sesselmann, Aaron	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
7,49	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	08.05.	Ergste
7,44	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
7,25	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
7,10	Dunker, Marcel	97 LG Plettenberg/Hersche	09.10.	Plettenberg
6,96	Ditten, Maurice	97 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

Diskuswurf 750 g [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 25,90 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle

24,68	Dunker, Marcel	97 LG Plettenberg/Hersche	09.10.	Plettenberg
21,40	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	08.05.	Ergste
21,07	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle
20,98	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
15,00	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg

Hammerwurf 3,0 kg [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

20,66	Dunker, Marcel	97 LG Plettenberg/Hersche	09.10.	Plettenberg
13,36	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
12,94	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg

Speerwurf 400 g [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 32,90 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle

32,55	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
31,90	Glörfeld, Joscha	97 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
28,02	Schleicher, Florian	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
26,10	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,34	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
21,22	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	08.05.	Ergste
17,70	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid

Ballwurf 200 g [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 44,0 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle

48,5	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
44,0	Hempel, Malte	97 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
43,0	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
41,5	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
41,5	Glörfeld, Joscha	97 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
36,5	Olbrich, Thorben	97 TS Evingsen	25.09.	Altena
35,5	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
34,5	Raffenberg, Pascal	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
34,0	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
34,0	Hübl, Lukas	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Dreikampf [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1198 Sesselmann, Aaron 97 LG Lüdenscheid

1232	Hempel, Malte 10,6/4,38/44,0	97 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
1220	Lengenfeldt, Robin 10,6/4,41/41,5	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1187	Glörfeld, Joscha 10,9/4,36/41,5	97 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1163	Hamel, Christopher 11,2/4,01/48,5	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
1156	Hübl, Lukas 10,7/4,36/34,0	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1149	Krinke, Niklas Jarod 10,7/4,30/34,00	98 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1130	Schwarzer, Raphael 11,3/4,08/43,0	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
1075	Raffenberg, Pascal 11,5/4,24/34,50	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
1052	Homuth, Benedict 11,4/4,11/32,0	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
917	Rosendahl, Tim 12,0/3,70/26,50	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg

Vierkampf [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1495 Uellenberg, Jan 96 LG Halver-Schalksmühle

1626	Lengenfeldt, Robin 10,6/4,41/1,36/41,5	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1573	Hübl, Lukas 10,7/4,36/1,38/34,0	97 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1200	Rosendahl, Tim 12,0/3,70/1,14/26,5	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
794	Claßen, Johannes 13,8/3,00/0,92/19,0	97 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle

Pokalwertung [[M13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Lüdenscheid	207 Punkte
2.	LG Halver-Schalksmühle	121 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	97 Punkte
4.	LG MTV/St.R. Altena	91 Punkte
5.	TV Wiblingwerde	22 Punkte
6.	TuS Neuenrade	19 Punkte
7.	TV Jahn Plettenberg	8 Punkte
8.	TuS Dahle 04	6 Punkte
9.	TS Evingen	5 Punkte
10.	TSV Altena	2 Punkte

Schüler M12

75 m [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

10,36 (+0,8)	Schleicher, Florian	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
10,47	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
10,49 (+0,8)	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	20.06.	Lüdenscheid
10,62 (+0,9)	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
10,72 (+0,8)	Ploch, Marcel	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
11,25	Kaiser, Jonah	98 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
11,2	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
11,3	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
11,4	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
11,5	Raffenberg, Pascal	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg

1000 m [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 3:24,18 Bruckert, Dennis 97 LG Halver-Schalksmühle

3:30,01	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
3:35,41	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:44,00	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3:45,25	Seyfried, Felix	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:45,2	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	24.09.	Plettenberg
3:52,81	Kaiser, Jonah	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:53,4	Finkernagel, Lukas Maxi	99 TSV Altena	25.09.	Altena
3:55,6	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
3:55,8	Krinke, Jonas	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

5 km [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

21:57	Werner, Nick	98 TuS Neuenrade	28.03.	Werl
-------	--------------	------------------	--------	------

60 m Hürden [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 13,2 Scholz, Sam 97 LG Halver-Schalksmühle

11,2	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle
------	--------------------	------------------------	--------	--------------

Hochsprung [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1,34 Scholz, Sam 97 LG Halver-Schalksmühle

1,36	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,22	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1,14	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,10	Stolz, Dominik	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,10	Klinge, Niklas	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,04	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,02	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Schindler, Marc Andre	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Weitsprung [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 4,54 Sesselmann, Aaron 97 LG Lüdenscheid

4,80	Schleicher, Florian	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,58	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle
4,46	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
4,43	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,38	Ploch, Marcel	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,25	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,24	Raffenberg, Pascal	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
4,11	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
4,11	Kaiser, Jonah	98 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
4,08	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
4,08	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid

Kugelstoß 3,0 kg [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 7,25 Sesselmann, Aaron 97 LG Lüdenscheid

8,23	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
7,49	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	08.05.	Ergste
7,44	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
5,97	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
5,73	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
5,68	Hohage, Mike	98 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde

Diskuswurf 750 g [[M12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 17,76 Dunker, Marcel 97 LG Plettenberg/Herscheid

21,40	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	08.05.	Ergste
21,07	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	29.05.	Schalksmühle
20,98	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
15,00	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg

Hammerwurf 3,0 kg	[M12 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
BL 2009: 17,41 Dunker, Marcel 97 LG Plettenberg/Herscheid				
13,36	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
12,94	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
Speerwurf 400 g	[M12 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
BL 2009: 24,55 Kunzmann, Jan 97 LG Lüdenscheid				
28,02	Schleicher, Florian	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
26,10	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,34	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
21,22	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	08.05.	Ergste
17,70	Stremme, Noah	98 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
Ballwurf 200 g	[M12 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
BL 2009: 44,0 Kunzmann, Jan 97 LG Lüdenscheid				
48,5	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
43,0	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
41,5	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
35,50	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
34,50	Raffenberg, Pascal	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
34,00	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
32,5	Kersten, Vincent	98 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
26,50	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
Dreikampf	[M12 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
BL 2009: 1198 Sesselmann, Aaron 97 LG Lüdenscheid				
1220	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
	10,6/4,41/41,5			
1163	Hamel, Christopher	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	11,2/4,01/48,5			
1149	Krinke, Niklas Jarod	98 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	10,7/4,30/34,00			
1130	Schwarzer, Raphael	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	11,3/4,08/43,0			
1075	Raffenberg, Pascal	98 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
	11,5/4,24/34,50			
1052	Homuth, Benedict	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	11,4/4,11/32,0			
917	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
	12,0/3,70/26,50			
866	Kersten, Vincent	98 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
	12,6/3,39/30,50			
Vierkampf	[M12 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
BL 2009: 1283 Dunker, Marcel 97 LG Plettenberg/Herscheid				
1626	Lengenfeldt, Robin	98 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
	10,6/4,41/1,36/41,5			
1200	Rosendahl, Tim	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
	12,0/3,70/1,14/26,5			
Pokalwertung	[M12 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
1.	LG Halver-Schalksmühle	174 Punkte		
2.	LG MTV/St.R. Altena	106 Punkte		
3.	LG Lüdenscheid	94 Punkte		
4.	LG Plettenberg/Herscheid	52 Punkte		
5.	TV Wiblingwerde	37 Punkte		
6.	TuS Neuenrade	20 Punkte		
7.	TuS Dahle 04	17 Punkte		
8.	TSV Altena	3 Punkte		

Schüler M11

50 m

[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 7,48 Stremme, Noah 98 LG Lüdenscheid

7,5	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
8,09	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
8,24	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,0	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
8,34	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
8,1	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
8,1	Werner, Kilian	99 TS Evingsen	25.09.	Altena
8,37	Grewe, Jan	99 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
8,43	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
8,59	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid

1000 m

[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 3:28,0 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena

3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:45,25	Seyfried, Felix	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:45,2	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	24.09.	Plettenberg
3:53,4	Finkernagel, Lukas Maxi	99 TSV Altena	25.09.	Altena
3:55,6	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
3:55,8	Krinke, Jonas	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
3:59,12	Schindler, Marc Andre	00 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund
4:01,37	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4:03,72	Kahler, Max	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
4:03,83	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen

4 x 50 m

[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 29,90 LG Lüdenscheid

33,68	LG Halver-Schalksmühle		04.07.	Lüdenscheid
	Pfaffenbach 01, Schmalisch 00, Seyfried 00, Weitzel 99			
36,31	LG Lüdenscheid		20.06.	Lüdenscheid
	Brandts 02, Kopietz 02, Griebner 02, Grießer 01			

3 x 1000 m

[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

11:29,90	LG Halver-Schalksmühle		01.10.	Essen
	Schmalisch 00, Schlabach 99, Bilge 99			

Hochsprung

[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1,30 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena

1,22	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1,10	Stolz, Dominik	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,10	Klinge, Niklas	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,04	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1,02	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Schindler, Marc Andre	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Weitsprung [[M11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 4,50 Schleicher, Florian 98 LG Lüdenscheid

4,08	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,02	Werner, Kilian	99 TS Evingsen	25.09.	Altena
3,97	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
3,80	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
3,76	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
3,76	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
3,71	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3,67	Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
3,64	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,62	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle

Schlagballwurf 80 g [[M11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 54,5 Schwarzer, Raphael 98 LG Halver-Schalksmühle

50,5	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
46,0	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
42,0	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
41,0	Naumann, Finn	01 TS Evingsen	25.09.	Altena
40,0	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
39,5	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
39,0	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
38,5	Pfaffenbach, Noah	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
38,0	Maier, Marco	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
36,5	Kahler, Max	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid

Dreikampf [[M11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1113 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena

1082	Schlabach, Maximilian	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	08,0/3,77/50,5			
993	Hohmann, Thorben	99 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
	07,5/3,91/28,5			
976	Seuster, Jan Erik	99 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
	08,0/3,54/39,00			
970	Weitzel, Jan	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	08,1/3,55/39,5			
941	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
	08,5/3,76/37,5			
922	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	08,4/3,32/41,0			
908	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
	08,5/3,61/35,50			
873	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	08,5/3,80/28,5			
858	Pfaffenbach, Noah	01 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	08,8/3,30/37,5			
838	Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
	08,7/3,61/29,00			

Dreikampf Mannschaft [[M11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 4313 LG Lüdenscheid

4355	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	Schlabach 1045, Weitzel 970, Schmalisch 922		
	Seyfried 722, Kasemann 696		
3277	LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	Pfaffenbach 858, Schneider 811, Schlabach 695		
	Börner 583, Sczudlik 330		
2769	TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
	Wenders 727, Mührmann 649, Grotensohn 581		
	Hollweg 458, Hollweg 354		

Vierkampf[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1442 Lengenfeldt, Robin 98 LG MTV/St.R. Altena

1321	Hohmann, Thorben 07,8/4,05/1,22/30,50	99 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
1188	Seuster, Jan Erik 08,2/3,62/1,04/39,0	99 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
1119	Müller, Levin 08,5/3,61/1,02/35,50	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1057	Stolz, Dominik 09,0/3,37/1,10/31,00	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1049	Groß, Paul 08,7/3,61/1,02/29,00	00 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1041	Klinge, Niklas 09,0/3,31/1,10/30,00	00 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Pokalwertung[\[M11 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

1.	LG Halver-Schalksmühle	168 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	70 Punkte
3.	LG MTV/St.R. Altena	69 Punkte
4.	TV Wiblingwerde	45 Punkte
5.	LG Plettenberg/Herscheid	37 Punkte
6.	TS Evingsen	20 Punkte
7.	TuS Dahle 04	8 Punkte
8.	TSV Altena	7 Punkte
9.	TV Jahn Plettenberg	3 Punkte

Schüler**50 m**[\[M10 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 8,05 Switala, Phil 99 LG Plettenberg/Herscheid

8,24	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,34	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
8,43	Müller, Levin	00 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
8,59	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
8,61	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
8,68	Groß, Paul	00 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
8,68	Maier, Marco	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
8,74	Grießer, Leonard	01 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
8,5	Schneider, Tim	00 TS Evingsen	25.09.	Altena
8,77	Kahler, Max	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid

1000 m[\[M10 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 3:57,68 Seyfried, Felix LG Halver-Schalksmühle

3:38,76	Schmalisch, Til	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:45,25	Seyfried, Felix	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:55,6	Kersten, Julian	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
3:55,8	Krinke, Jonas	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
3:59,12	Schindler, Marc Andre	00 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund
4:03,72	Kahler, Max	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
4:03,83	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
4:06,2	Schneider, Tim	00 TS Evingsen	25.09.	Altena
4:06,82	Pfaffenbach, Noah	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
4:07,3	Menke, Dean	01 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg

Hochsprung [[M10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1,10 Seuster, Jan Erik 99 LG MTV/St.R. Altena

1,10	Stolz, Dominik	00	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,10	Klinge, Niklas	00	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,02	Müller, Levin	00	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Groß, Paul	00	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,02	Schindler, Marc Andre	00	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Weitsprung [[M10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 3,88 Hohmann, Thorben 99 LG Lüdenscheid

3,80	Schneider, Justin	01	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
3,76	Kersten, Julian	00	LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
3,76	Müller, Levin	00	TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
3,67	Groß, Paul	00	TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
3,64	Schmalisch, Til	00	LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,47	Grießer, Leonard	01	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,44	Klinge, Niklas	00	LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3,42	Schindler, Marc Andre	00	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,37	Stolz, Dominik	00	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
3,35	Kahler, Max	01	LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g [[M10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 42,0 Schlabach, Maximilian 99 LG Halver-Schalksmühle

46,0	Schmalisch, Til	00	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
41,0	Naumann, Finn	01	TS Evingsen	25.09.	Altena
39,5	Kersten, Julian	00	LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
39,0	Müller, Levin	00	TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
38,5	Pfaffenbach, Noah	01	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
38,0	Maier, Marco	01	LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
36,5	Kahler, Max	01	LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
33,5	Häußler, Adrian	00	LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
33,5	Gehlmann, Marvin	00	TuS Dahle 04	25.09.	Altena
32,5	Schneider, Tim	00	TS Evingsen	25.09.	Altena

Dreikampf [[M10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1009 Schlabach, Maximilian 99 LG Halver-Schalksmühle

941	Kersten, Julian 08,5/3,76/37,5	00	LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
922	Schmalisch, Til 08,4/3,32/41,0	00	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
908	Müller, Levin 08,5/3,61/35,50	00	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
873	Schneider, Justin 08,5/3,80/28,5	01	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
858	Pfaffenbach, Noah 08,8/3,30/37,5	01	LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
838	Groß, Paul 08,7/3,61/29,00	00	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
806	Maier, Marco 08,6/3,15/31,00	01	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
798	Stolz, Dominik 09,0/3,37/31,0	00	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
791	Häußler, Adrian 09,1/3,22/33,5	00	LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
784	Haunstein, Jona Maurice 08,8/3,18/30,0	00	LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle

Vierkampf [\[M10 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 1191 Nockemann, Lukas 99 TV Wiblingwerde

1119	Müller, Levin	00	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
	08,5/3,61/1,02/35,50				
1057	Stolz, Dominik	00	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	09,0/3,37/1,10/31,00				
1049	Groß, Paul	00	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
	08,7/3,61/1,02/29,00				
1041	Klinge, Niklas	00	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	09,0/3,31/1,10/30,00				

Pokalwertung [\[M10 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

1.	LG Halver-Schalksmühle	106 Punkte
2.	TV Wiblingwerde	81 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	65 Punkte
4.	LG MTV/St.R. Altena	44 Punkte
5.	LG Lüdenscheid	36 Punkte
6.	TS Evingsen	15 Punkte
7.	TuS Dahle 04	2 Punkte

Schüler M9

50 m [\[M9 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 8,71 Schneider, Justin 1 LG Halver-Schalksmühle

8,59	Kopietz, Paul-Louis	02	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
8,61	Schneider, Justin	01	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
8,68	Maier, Marco	01	LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
8,74	Grießer, Leonard	01	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
8,77	Kahler, Max	01	LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
8,6	Krinke, Jonas	01	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
8,8	Pfaffenbach, Noah	01	LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
8,8	Grotensohn, Kilian	02	TuS Dahle 04	25.09.	Altena
8,8	Mührmann, Jonas	01	TuS Dahle 04	25.09.	Altena
9,17	Schlabach, Paul	01	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen

1000 m [\[M9 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 3:57,68 Seyfried, Felix LG Halver-Schalksmühle

3:55,8	Krinke, Jonas	01	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
4:03,72	Kahler, Max	01	LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
4:03,83	Schneider, Justin	01	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
4:06,82	Pfaffenbach, Noah	01	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
4:07,3	Menke, Dean	01	LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
4:07,5	Mührmann, Jonas	01	TuS Dahle 04	25.09.	Altena
4:20,46	Renfordt, Max	01	TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
4:36,3	Simon, Pierre	01	LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
4:36,70	Kopietz, Paul-Louis	02	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid

4 x 50 m [\[M9 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)
BL 2009: 35,92 LG Plettenberg/Herscheid

36,31	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
	Brandts 02, Kopietz 02, Griebner 02, Grießer 01		

Weitsprung [[M9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 3,48 Kersten, Julian LG MTV/St.R. Altena

3,80	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
3,47	Grießer, Leonard	01 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,35	Kahler, Max	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,34	Maier, Marco	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3,30	Pfaffenbach, Noah	01 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
3,26	Naumann, Finn	01 TS Evingsen	25.09.	Altena
3,25	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,25	Wenders, Sven	01 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
3,19	Mührmann, Jonas	01 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
3,16	Brandts, Robert	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g [[M9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 38,0 Müller, Levin TV Wiblingwerde

41,0	Naumann, Finn	01 TS Evingsen	25.09.	Altena
38,5	Pfaffenbach, Noah	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
38,0	Maier, Marco	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
36,5	Kahler, Max	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
31,5	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
31,0	Wenders, Sven	01 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
27,5	Mührmann, Jonas	01 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
27,0	Börner, Christopher	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
27,0	Wienand, David	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
27,0	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Dreikampf [[M9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 805 Schneider, Justin 1 LG Halver-Schalksmühle

873	Schneider, Justin	01 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	08,5/3,80/28,5			
858	Pfaffenbach, Noah	01 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	08,8/3,30/37,5			
806	Maier, Marco	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	08,6/3,15/31,00			
729	Grießer, Leonard	01 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
	09,1/3,37/24,00			
727	Wenders, Sven	01 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
	09,7/3,25/31,0			
714	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
	08,9/3,08/24,5			
695	Schlabach, Paul	01 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	09,1/3,03/25,0			
670	Baaijens, Jerom	01 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	09,3/2,93/25,5			
649	Mührmann, Jonas	01 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
	09,1/3,09/19,5			
648	Krinke, Jonas	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	08,6/2,99/16,50			

Dreikampf Mannschaft [[M9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 3179 LG Halver-Schalksmühle

3277	LG Halver-Schalksmühle		01.05.	Schalksmühle
	Pfaffenbach 858, Schneider 811, Schlabach 695			
	Börner 583, Sczudlik 330			
2769	TuS Dahle 04		26.06.	Plettenberg
	Wenders 727, Mührmann 649, Grotensohn 581			
	Hollweg 458, Hollweg 354			

1.	LG Halver-Schalksmühle	128 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	56 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	53 Punkte
4.	TuS Dahle 04	41 Punkte
5.	TS Evingsen	18 Punkte
6.	TV Wiblingwerde	4 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	3 Punkte

Schüler M8

50 m [[M8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 8,71 Schneider, Justin 1 LG Halver-Schalksmühle

8,59	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
8,8	Grotensohn, Kilian	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
9,46	Brandts, Robert	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
9,59	Schleicher, Oskar	03 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
9,69	Plautz, Timon	02 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
9,6	Bauckhage, Lars	03 LG Plettenberg/Hersche	25.09.	Altena
9,85	Griebner, Tim	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
9,7	Johann, Maurice	03 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
10,09	Bakas, Oualid	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
9,9	Börner, Christopher	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
9,9	Schleicher, Oskar	03 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
9,9	Bauckhage, Lars	03 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
9,9	Kayser, Jonathan	03 TS Evingsen	25.09.	Altena

1000 m [[M8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 4:03,61 Kahler, Max 1 LG Halver-Schalksmühle

4:36,70	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
---------	---------------------	-------------------	--------	-------------

Weitsprung [[M8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3,47 Schneider, Justin 1 LG Halver-Schalksmühle

3,25	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,16	Brandts, Robert	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,02	Johann, Maurice	03 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
2,97	Grotensohn, Kilian	02 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
2,94	Schleicher, Oskar	03 TV Wiblingwerde	25.09.	Altena
2,75	Hollweg, Kai	02 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
2,68	Griebner, Tim	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
2,56	Bauckhage, Lars	03 LG Plettenberg/Hersche	25.09.	Altena
2,53	Börner, Christopher	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
2,53	Plautz, Timon	02 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg

Schlagballwurf 80 g [[M8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 35,0 Pfaffenbach, Noah 1 LG Halver-Schalksmühle

27,0	Börner, Christopher	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
27,0	Kopietz, Paul-Louis	02 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
23,5	Grotensohn, Kilian	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
22,5	Schleicher, Oskar	03 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
21,5	Brandts, Robert	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
19,0	Kappel, Leonard	03 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
18,0	Johann, Maurice	03 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
17,0	Hollweg, Kai	02 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
16,5	Bakas, Oualid	02 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
15,5	Bauckhage, Lars	03 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
15,5	Kayser, Jonathan	03 TS Evingsen	25.09.	Altena

Dreikampf[\[M8 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 805 Schneider, Justin 1 LG Halver-Schalksmühle

714	Kopietz, Paul-Louis 08,9/3,08/24,5	02 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
583	Börner, Christopher 09,9/2,53/27,0	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
581	Grotensohn, Kilian 09,7/2,97/19,0	02 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
578	Johann, Maurice 09,7/3,02/18,0	03 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
563	Brandts, Robert 09,6/3,06/15,50	02 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
554	Schleicher, Oskar 09,9/2,69/21,5	03 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
458	Hollweg, Kai 10,8/2,75/17,0	02 TuS Dahle 04	26.06.	Plettenberg
445	Bauckhage, Lars 09,9/2,37/15,5	03 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
408	Bakas, Oualid 10,2/2,26/15,50	02 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
405	Plautz, Timon 09,8/2,53/10,0	02 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg

Pokalwertung[\[M8 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

1.	LG Lüdenscheid	114 Punkte
2.	TuS Dahle 04	44 Punkte
3.	TV Wiblingwerde	34 Punkte
4.	LG Halver-Schalksmühle	27 Punkte
5.	LG Plettenberg/Herscheid	12 Punkte

Frauen W70**10 km**[\[W70 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

1:00:55	Steffens, Ingrid	38 TuS Jahn Werdohl	19.06.	Halver
---------	------------------	---------------------	--------	--------

Pokalwertung[\[W70 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

1.	TuS Jahn Werdohl	10 Punkte
----	------------------	-----------

Frauen W65**10 km**[\[W65 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

1:00:55	Steffens, Ingrid	38 TuS Jahn Werdohl	19.06.	Halver
---------	------------------	---------------------	--------	--------

Pokalwertung[\[W65 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

1.	TuS Jahn Werdohl	10 Punkte
----	------------------	-----------

Frauen W60

Frauen W60

10 km [[W60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:00:55 Steffens, Ingrid 38 TuS Jahn Werdohl 19.06. Halver

Kugelstoß 3,0 kg [[W60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 10,41 Rüsç, Gertraud 48 TV Wiblingwerde

10,12 Rüsç, Gertraud 48 TV Wiblingwerde 22.05. Altena

Speerwurf 400 g [[W60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 29,96 Rüsç, Gertraud 48 TV Wiblingwerde

26,87 Rüsç, Gertraud 48 TV Wiblingwerde 22.05. Altena

Pokalwertung [[W60 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1. TV Wiblingwerde 20 Punkte
2. TuS Jahn Werdohl 10 Punkte

Frauen W55

10 km [[W55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12:08 Brauers, Ka. 52 Turboschnecken Lüdenscheid

54:40 Prachowski, Krystina 55 LG Plettenberg/Hersche 29.05. Attendorn
55:22 Schulte, Gudrun 54 TSG Valbert 29.05. Rönsahl
56:11 Bialuschewski, Christa 54 TSV Altena 19.06. Halver
1:00:55 Steffens, Ingrid 38 TuS Jahn Werdohl 19.06. Halver

15 km [[W55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:21:17 Bialuschewski, Christa 54 TSV Altena

1:24:09 Bialuschewski, Christa 54 TSV Altena 07.02. Hamm

Halbmarathon [[W55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2:07:05 Bialuschewski, Christa 54 TSV Altena 21.02. Hamm

Kugelstoß 3,0 kg [[W55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 10,41 Steinhanses-Kordt, Jutta 51 LG

Plettenberg/Herscheid

10,83 Steinhanses-Kordt, Jutt 51 LG Plettenberg/Hersche 22.05. Altena
10,12 Rüsç, Gertraud 48 TV Wiblingwerde 22.05. Altena

Diskuswurf 1,0 kg [[W55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 27,85 Steinhanses-Kordt, Jutta 51 LG

Plettenberg/Herscheid

26,49 Steinhanses-Kordt, Jutt 51 LG Plettenberg/Hersche 02.05. Plettenberg

Pokalwertung [[W55 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Plettenberg/Herscheid	30 Punkte
2.	TSV Altena	28 Punkte
3.	TV Wiblingwerde	9 Punkte
3.	TSG Valbert	9 Punkte
5.	TuS Jahn Werdohl	7 Punkte

Frauen W50

10 km [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12:07 Fischer, C. 57 Turboschnecken Lüdenscheid

47:46	Stromberger, Melani	60 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
54:40	Prachowski, Krystina	55 LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Attendorn
55:22	Schulte, Gudrun	54 TSG Valbert	29.05.	Rönsahl
56:11	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	19.06.	Halver
58:01	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:00:55	Steffens, Ingrid	38 TuS Jahn Werdohl	19.06.	Halver

15 km [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:15:57 Prachowski, Krystina 55 LG Plettenberg/Hers.

1:24:05	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest
1:24:09	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	07.02.	Hamm
1:25:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

20 km [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:53:53	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
---------	-----------------	--------------------------	--------	--------

Halbmarathon [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:42:04 Springob, Ulrike 59 TSV Altena

1:59:15	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
2:00:04	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:07:05	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	21.02.	Hamm

25 km [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2:22:40	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
---------	-----------------	--------------------------	--------	--------

Marathon [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:57:00 Prachowski, Krystina 55 LG Plettenberg/Hers.

4:18:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
5:03:25	Nitsche, Doris	58 Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln

Kugelstoß 3,0 kg [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 10,44 Steinhanses-Kordt, Jutta 51 LG Plettenberg/Her.

10,83	Steinhanses-Kordt, Jutt	51 LG Plettenberg/Hersche	22.05.	Altena
10,12	Rüsch, Gertraud	48 TV Wiblingwerde	22.05.	Altena

Diskuswurf 1,0 kg [[W50 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 27,85 Steinhanses-Kordt, Jutta 51 LG Plettenberg/Her.

26,49	Steinhanses-Kordt, Jutt	51 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
-------	-------------------------	---------------------------	--------	-------------

1.	Turboschnecken Lüdenscheid	92 Punkte
2.	LG Plettenberg/Herscheid	29 Punkte
3.	TSV Altena	24 Punkte
4.	TV Wiblingwerde	9 Punkte
5.	TSG Valbert	8 Punkte
6.	TuS Jahn Werdohl	5 Punkte

Frauen W45

100 m [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 15,22* Helmig, Evelyn 64 LG MTV/St.R. Altena

15,05 (-0,4) Helmig, Evelyn 64 LG MTV/St.R. Altena 24.04. Lüdenscheid

3000 m [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

11:59,54 Bodenstein-Rutkowski, G 63 TSG Valbert 12.08. Bergisch Gladb.

5000 m [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

20:39,68 Bodenstein-Rutkowski, G 63 TSG Valbert 19.08. Bergisch Gladb.

10 km [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 11:25 Kayser, Aileen 62 Turboschnecken Lüdenscheid

43:14	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdensc	02.05.	Düsseldorf
47:46	Stromberger, Melani	60 Turboschnecken Lüdensc	19.06.	Halver
48:44	Berbecker, Doris	63 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
49:05	Schäfer, Katrin	65 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
51:43	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
52:08	Nies, Petra	61 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
52:20	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdensc	19.06.	Halver
53:00	Nölker, Waltraud	64 TSG Valbert	17.04.	Gummersbach
54:40	Prachowski, Krystina	55 LG Plettenberg/Hersche	29.05.	Attendorn
55:22	Schulte, Gudrun	54 TSG Valbert	29.05.	Rönsahl

15 km [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:12:09 Wasserfuhr, Barbara 64 TSV Rönsahl

1:03:49	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdensc	04.07.	Homberg
1:24:05	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdensc	31.12.	Soest
1:24:09	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	07.02.	Hamm
1:25:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:33:42	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
1:36:37	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

20 km [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:53:53	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:05:52	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:08:40	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

Halbmarathon [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1:29:24 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenscheid

1:30:05	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdensc	05.09.	Köln
1:43:51	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
1:57:01	Nölker, Waltraud	64	TSG Valbert	24.10.	Dresden
1:57:02	Nies, Petra	61	TSV Rönsahl	24.10.	Dresden
1:59:15	Papendick, Ingrid	56	Turboschnecken Lüdensc	03.10.	Köln
2:00:04	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:07:05	Bialuschewski, Christa	54	TSV Altena	21.02.	Hamm
2:11:31	Bodenstein-Rutkowski, G	63	TSG Valbert	03.10.	Köln
2:12:51	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:15:22	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

25 km [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

2:22:40	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:37:50	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
2:41:17	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin

Marathon [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 3:06:02 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenscheid

2:58:45	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdensc	30.05.	Duisburg
3:42:12	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
4:18:44	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:26:46	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:34:25	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
5:03:25	Nitsche, Doris	58	Turboschnecken Lüdensc	03.10.	Köln

Marathon Mannschaft [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

14:07:40	Turboschnecken Lüdenscheid			26.09.	Berlin
	Bartsch 4:33:49, Kelting 4:41:51, Straube 4:52:00				

Weitsprung [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

4,09 (+1,8)	Helmig, Evelyn	64	LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
-------------	----------------	----	---------------------	--------	--------

Leistungen ohne Windmessung:

4,14	Helmig, Evelyn	64	LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
------	----------------	----	---------------------	--------	-------------

Diskuswurf 1,0 kg [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 27,85 Steinhanses-Kordt, Jutta 51 LG Plettenberg/Her.

26,49	Steinhanses-Kordt, Jutt	51	LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
-------	-------------------------	----	------------------------	--------	-------------

Pokalwertung [[W45 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	Turboschnecken Lüdenscheid	184 Punkte
2.	TSV Rönsahl	36 Punkte
3.	TSG Valbert	35 Punkte
4.	LG MTV/St.R. Altena	20 Punkte
5.	LG Halver-Schalksmühle	15 Punkte
6.	LG Plettenberg/Herscheid	12 Punkte
6.	TSV Altena	12 Punkte

Frauen W40

100 m	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 15,22* Helmig, Evelyn 64 LG MTV/St.R. Altena				
15,05 (-0,4)	Helmig, Evelyn	64 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid	
1500 m	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
5:01,72	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid	
Meile	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
5:38,6	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg	
3000 m	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 10:36,86 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Hersch-				
11:03,08	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid	
11:59,54	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	12.08.	Bergisch Gladb.	
5000 m	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
20:39,68	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	19.08.	Bergisch Gladb.	
10 km	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 39:52 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Herscheid				
40:16	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver	
43:14	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf	
47:46	Stromberger, Melani	60 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver	
48:34	Gebauer, Silke	67 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
48:44	Berbecker, Doris	63 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
49:05	Schäfer, Katrin	65 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
51:43	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf	
52:08	Nies, Petra	61 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach	
52:20	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver	
52:38	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
10 km Mannschaft	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 3:35:40 Turboschnecken Lüdenscheid				
2:26:23	LG Halver-Schalksmühle		19.06.	Halver	
	Gebauer 48:34, Berbecker 48:44, Schäfer 49:05				
15 km	[W40 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 59:36 Turra, Monika 68 TSV Rönsahl				
1:03:49	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	04.07.	Homberg	
1:18:18	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:24:05	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest	
1:24:09	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	07.02.	Hamm	
1:24:47	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:25:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:33:42	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:36:37	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	

20 km [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:44:13	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:06	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:53	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:05:52	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:08:40	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Halbmarathon [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:29:24 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid

1:30:05	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdenc	05.09.	Köln
1:43:51	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
1:49:51	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:57:01	Nölker, Waltraud	64	TSG Valbert	24.10.	Dresden
1:57:02	Nies, Petra	61	TSV Rönsahl	24.10.	Dresden
1:59:15	Papendick, Ingrid	56	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
1:59:22	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:00:04	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:07:05	Bialuschewski, Christa	54	TSV Altena	21.02.	Hamm
2:11:31	Bodenstein-Rutkowski, G	63	TSG Valbert	03.10.	Köln

25 km [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2:10:18	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:21:37	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:22:40	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:37:50	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:17	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:06:02 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid

2:58:45	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdenc	30.05.	Duisburg
3:42:12	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:43:56	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:56:25	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:18:44	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:26:46	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:34:25	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
5:03:25	Nitsche, Doris	58	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln

Marathon Mannschaft [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

14:07:40	Turboschnecken Lüdenschaid			26.09.	Berlin
	Bartsch 4:33:49, Kelting 4:41:51, Straube 4:52:00				

Weitsprung [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 4,38 Kreisel, Anja 66 TSV Altena

4,09 (+1,8)	Helmig, Evelyn	64	LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
-------------	----------------	----	---------------------	--------	--------

Leistungen ohne Windmessung:

4,14	Helmig, Evelyn	64	LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenschaid
------	----------------	----	---------------------	--------	-------------

Kugelstoß 4,0 kg [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 9,49 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

8,34	Krischer, Heidi	69	TSV Altena	10.04.	Wiblingwerde
------	-----------------	----	------------	--------	--------------

Gewichtswurf 7,260 kg [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

10,97	Krischer, Heidi	69	TSV Altena	22.05.	Altena
-------	-----------------	----	------------	--------	--------

Diskuswurf 1,0 kg [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 27,85 Steinhanses-Kordt, Jutta 51 LG Plettenberg/Her.

26,49	Steinhanses-Kordt, Jutt	51 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
25,17	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	02.05.	Plettenberg

Hammerwurf 4,0 kg [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 39,20 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

38,02	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	02.05.	Plettenberg
-------	-----------------	---------------	--------	-------------

Speerwurf 600 g [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 26,19 Kreisel, Anja 66 TSV Altena

27,55	Kreisel, Anja	66 TSV Altena	22.05.	Altena
23,60	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	22.05.	Altena

Pokalwertung [[W40 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	Turboschnecken Lüdenscheid	222 Punkte
2.	TSV Altena	67 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	50 Punkte
4.	TSV Rönsahl	31 Punkte
5.	LG Halver-Schalksmühle	28 Punkte
6.	TSG Valbert	27 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	20 Punkte

Frauen W35

100 m [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 15,04* Friemann, Steffi 74 LG Lüdenscheid

15,05 (-0,4)	Helmig, Evelyn	64 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
--------------	----------------	------------------------	--------	-------------

1500 m [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

5:01,72	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
---------	--------------------	---------------------------	--------	-------------

Meile [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

5:38,6	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg
--------	--------------------	---------------------------	--------	-------------

3000 m [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 10:36,86 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Hersch.

11:03,08	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
11:59,54	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	12.08.	Bergisch Gladb.

5000 m [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

20:39,68	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	19.08.	Bergisch Gladb.
----------	-------------------------	----------------	--------	-----------------

10 km	[W35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 39:52 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Herscheid	
40:16	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver
41:33	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	17.04.	Gummersbach
43:14	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf
47:46	Stromberger, Melani	60 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver
48:34	Gebauer, Silke	67 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
48:44	Berbecker, Doris	63 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
49:05	Schäfer, Katrin	65 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver
51:43	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
52:08	Nies, Petra	61 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
52:20	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver

10 km Mannschaft	[W35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 2:20:36 Turboschnecken Lüdenschaid	
2:26:23	LG Halver-Schalksmühle		19.06.	Halver
	Gebauer 48:34, Berbecker 48:44, Schäfer 49:05			

15 km	[W35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 59:36 Turra, Monika 68 TSV Rönsahl	
1:03:49	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	04.07.	Homburg
1:06:42	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:18:18	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:24:05	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest
1:24:09	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	07.02.	Hamm
1:24:47	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:25:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:33:42	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:36:37	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

20 km	[W35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009:	
1:29:29	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:44:13	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:06	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:53	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:05:52	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:08:40	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Halbmarathon	[W35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 1:29:24 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid	
1:30:05	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	05.09.	Köln
1:34:34	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:43:51	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
1:49:51	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:57:01	Nölker, Waltraud	64 TSG Valbert	24.10.	Dresden
1:57:02	Nies, Petra	61 TSV Rönsahl	24.10.	Dresden
1:59:15	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
1:59:22	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:00:04	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:07:05	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	21.02.	Hamm

25 km	[W35 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009:	
1:53:08	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:10:18	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:21:37	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:22:40	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:37:50	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:17	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 3:06:02 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenscheid

2:58:45	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdensc	30.05.	Duisburg
3:16:22	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
3:42:12	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:43:56	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
3:56:25	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:18:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:26:46	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
4:34:25	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdensc	26.09.	Berlin
5:03:25	Nitsche, Doris	58 Turboschnecken Lüdensc	03.10.	Köln

Marathon Mannschaft [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

11:22:14	Turboschnecken Lüdenscheid	26.09.	Berlin
	Busenius 3:17:33, Szombach 3:53:10, Bienlein 4:11:31		
14:07:40	Turboschnecken Lüdenscheid	26.09.	Berlin
	Bartsch 4:33:49, Kelting 4:41:51, Straube 4:52:00		

Weitsprung [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 4,38 Kreisel, Anja 66 TSV Altena

4,09 (+1,8)	Helmig, Evelyn	64 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
-------------	----------------	------------------------	--------	--------

Leistungen ohne Windmessung:

4,14	Helmig, Evelyn	64 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
------	----------------	------------------------	--------	-------------

Kugelstoß 4,0 kg [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 9,49 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

8,34	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	10.04.	Wiblingwerde
------	-----------------	---------------	--------	--------------

Gewichtswurf 7,260 kg [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

10,97	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	22.05.	Altena
-------	-----------------	---------------	--------	--------

Diskuswurf 1,0 kg [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 30,69 Geppert, Silvia 71 TV Wiblingwerde

27,03	Dorr, Michaela	71 LG Plettenberg/Hersche	09.10.	Plettenberg
26,49	Steinhanses-Kordt, Jutt	51 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
25,17	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	02.05.	Plettenberg

Hammerwurf 4,0 kg [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 39,20 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

38,02	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	02.05.	Plettenberg
30,18	Pusch, Melanie	74 TSV Altena	20.06.	Wuppertal

Speerwurf 600 g [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 26,19 Kreisel, Anja 66 TSV Altena

27,55	Kreisel, Anja	66 TSV Altena	22.05.	Altena
23,60	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	22.05.	Altena

Pokalwertung [[W35 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	Turboschnecken Lüdenscheid	263 Punkte
2.	TSV Altena	73 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	59 Punkte
4.	TSV Rönsahl	26 Punkte
5.	LG Halver-Schalksmühle	25 Punkte
5.	TSG Valbert	25 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	20 Punkte

Frauen W30

100 m	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 15,04* Friemann, Steffi 74 LG Lüdenscheid				
15,05 (-0,4)	Helmig, Evelyn	64 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid	
1500 m	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
5:01,72	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid	
Meile	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
5:38,6	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg	
3000 m	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 10:36,86 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Hersch.				
11:03,08	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid	
11:59,54	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	12.08.	Bergisch Gladb.	
5000 m	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
20:39,68	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	19.08.	Bergisch Gladb.	
10 km	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 39:52 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Herscheid				
40:16	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver	
41:33	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	17.04.	Gummersbach	
43:14	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf	
47:46	Stromberger, Melani	60 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver	
48:34	Gebauer, Silke	67 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
48:44	Berbecker, Doris	63 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
49:05	Schäfer, Katrin	65 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
51:43	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf	
52:08	Nies, Petra	61 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach	
52:20	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver	
10 km Mannschaft	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 2:20:36 Turboschnecken Lüdenscheid				
2:26:23	LG Halver-Schalksmühle		19.06.	Halver	
	Gebauer 48:34, Berbecker 48:44, Schäfer 49:05				
15 km	[W30 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 59:36 Turra, Monika 68 TSV Rönsahl				
1:03:49	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	04.07.	Homberg	
1:06:42	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:18:18	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:24:05	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest	
1:24:09	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	07.02.	Hamm	
1:24:47	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:25:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:33:42	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:36:37	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	

20 km [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:29:29	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:44:13	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:06	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:53	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:05:52	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:08:40	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:14:03	Spieß, Anita	77	Turboschnecken Lüdenc	25.04.	Hamburg

Halbmarathon [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:29:24 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid

1:30:05	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdenc	05.09.	Köln
1:34:34	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:43:51	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
1:49:51	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:57:01	Nölker, Waltraud	64	TSG Valbert	24.10.	Dresden
1:57:02	Nies, Petra	61	TSV Rönsahl	24.10.	Dresden
1:59:15	Papendick, Ingrid	56	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
1:59:22	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:00:04	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:07:05	Bialuschewski, Christa	54	TSV Altena	21.02.	Hamm

25 km [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:53:08	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:10:18	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:21:37	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:22:40	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:37:50	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:17	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:06:02 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid

2:58:45	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdenc	30.05.	Duisburg
3:16:22	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:42:12	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:43:56	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:56:25	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:18:44	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:26:46	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:34:25	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:52:12	Spieß, Anita	77	Turboschnecken Lüdenc	25.04.	Hamburg
5:03:25	Nitsche, Doris	58	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln

Marathon Mannschaft [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12:28:39 Turboschnecken Lüdenschaid

11:22:14	Turboschnecken Lüdenschaid			26.09.	Berlin
	Busenius 3:17:33, Szombach 3:53:10, Bienlein 4:11:31				
13:25:12	Turboschnecken Lüdenschaid			03.10.	Köln
	Röther 3:16:35, Nitsche 5:03:25, Nitsche 5:05:12				
14:07:40	Turboschnecken Lüdenschaid			26.09.	Berlin
	Bartsch 4:33:49, Kelting 4:41:51, Straube 4:52:00				

Hochsprung [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,35 Flusche, Gundula 79 TSV Altena

1,25	Flusche, Gundula	79	TSV Altena	25.09.	Altena
------	------------------	----	------------	--------	--------

Weitsprung [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 4,38 Kreisel, Anja 66 TSV Altena

4,09 (+1,8) Helmig, Evelyn 64 LG MTV/St.R. Altena 25.09. Altena

Leistungen ohne Windmessung:

4,14 Helmig, Evelyn 64 LG MTV/St.R. Altena 24.04. Lüdenscheid

Dreisprung [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 9,00 Flusche, Gundula 79 TSV Altena

Leistungen ohne Windmessung:

9,29 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena

Kugelstoß 4,0 kg [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 9,49 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

8,50 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena

8,34 Krischer, Heidi 69 TSV Altena 10.04. Wiblingwerde

Gewichtswurf 7,260 kg [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

10,97 Krischer, Heidi 69 TSV Altena 22.05. Altena

7,26 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena

Diskuswurf 1,0 kg [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 30,69 Geppert, Silvia 71 TV Wiblingwerde

27,03 Dorr, Michaela 71 LG Plettenberg/Hersche 09.10. Plettenberg

26,49 Steinhanses-Kordt, Jutt 51 LG Plettenberg/Hersche 02.05. Plettenberg

25,17 Krischer, Heidi 69 TSV Altena 02.05. Plettenberg

23,79 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena

Hammerwurf 4,0 kg [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 39,20 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

38,02 Krischer, Heidi 69 TSV Altena 02.05. Plettenberg

30,18 Pusch, Melanie 74 TSV Altena 20.06. Wuppertal

20,62 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena

Speerwurf 600 g [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 26,19 Kreisel, Anja 66 TSV Altena

27,55 Kreisel, Anja 66 TSV Altena 22.05. Altena

23,60 Krischer, Heidi 69 TSV Altena 22.05. Altena

22,25 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena

Werfer-Fünfkampf [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2825 Krischer, Heidi 69 TSV Altena

1729 Flusche, Gundula 79 TSV Altena 22.05. Altena
20,62/8,49/23,79/22,25/7,26

Pokalwertung [[W30 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	Turboschnecken Lüdenscheid	276 Punkte
2.	TSV Altena	134 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	59 Punkte
4.	TSV Rönsahl	26 Punkte
5.	LG Halver-Schalksmühle	25 Punkte
5.	TSG Valbert	25 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	20 Punkte

Frauen

100 m [\[W - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 13,34* Lüsebrink, Nina 91 LG Lüdenscheid

13,41 (-0,4)	Hesse, Christina	88 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
13,44 (+1,2)	Lüsebrink, Nina	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,48 (+1,4)	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
13,69 (+0,2)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,77 (+0,2)	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,83 (-0,5)	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
13,6 (0,0)	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
13,85 (-1,0)	Kemmerling, Jessica	88 TV Wiblingwerde	03.10.	Bochum
13,94 (+1,2)	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,97 (+0,3)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
13,97 (+0,9)	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin

Leistungen mit Rückenwind:

13,2 (+3,0)	Kemmerling, Jessica	88 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
13,75 (+2,2)	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin

Leistungen ohne Windmessung:

13,75	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
13,78	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
13,83	Heidrich, Sarah	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

200 m [\[W - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 27,76* Lüsebrink, Nina 91 LG Lüdenscheid

27,40 (0,0)	Hesse, Christina	88 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
28,26 (-0,4)	Kemmerling, Jessica	88 TV Wiblingwerde	05.09.	Attendorn

400 m [\[W - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 67,04 Kirschey, Danica 92 LG Lüdenscheid

65,10	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
-------	-------------------------	------------------	--------	-------------

800 m [\[W - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 2:22,29 Schwaiger, Anna Katharina 94 TuS Neuenrade

2:27,55	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	05.09.	Attendorn
2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
2:37,10	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
2:38,81	Hoffmann, Michelle	97 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
2:53,99	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:55,16	Marek, Hannah	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
2:55,44	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	13.09.	Ahlen
2:57,22	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:59,79	Häbel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen

1000 m [\[W - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009:

3:58,4	Heidrich, Sarah	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
4:25,8	Neumann, Jessica	91 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
4:40,1	Mark, Jennifer	94 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

1500 m	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
5:01,72	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid	
5:12,19	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	02.07.	Menden	
5:34,61	Kirschey, Danica	92 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid	
Meile	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
5:38,6	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.09.	Plettenberg	
3000 m	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 10:36,86 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Hersch.				
11:03,08	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid	
11:45,12	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	20.03.	Oeventrop	
11:59,54	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	12.08.	Bergisch Gladb.	
12:31,04	Kirschey, Danica	92 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid	
14:19,12	Fischer, Maria	90 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid	
5000 m	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009:				
20:39,68	Bodenstein-Rutkowski, G	63 TSG Valbert	19.08.	Bergisch Gladb.	
22:44,81	Bäker, Lisa	92 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid	
10 km	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 39:52 Birbalaite, Vilija 66 LG Plettenberg/Herscheid				
40:16	Birbalaite, Vilija	66 LG Plettenberg/Hersche	19.06.	Halver	
41:33	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	17.04.	Gummersbach	
43:14	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	02.05.	Düsseldorf	
43:37	Rüdiger, Alisa	90 LG Lüdenscheid	19.06.	Halver	
47:46	Stromberger, Melani	60 Turboschnecken Lüdenc	19.06.	Halver	
48:34	Gebauer, Silke	67 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
48:44	Berbecker, Doris	63 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
49:05	Schäfer, Katrin	65 LG Halver-Schalksmühle	19.06.	Halver	
51:43	Wasserfuhr, Barbara	62 TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf	
52:08	Nies, Petra	61 TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach	
10 km Mannschaft	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 2:20:36 Turboschnecken Lüdenscheid				
2:26:23	LG Halver-Schalksmühle		19.06.	Halver	
	Gebauer 48:34, Berbecker 48:44, Schäfer 49:05				
15 km	[W - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
	BL 2009: 59:36 Turra, Monika 68 TSV Rönsahl				
1:03:49	Röther, Claudia	64 Turboschnecken Lüdenc	04.07.	Homberg	
1:06:42	Busenius, Steffi	71 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:18:18	Szombach, Sabine	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:24:05	Papendick, Ingrid	56 Turboschnecken Lüdenc	31.12.	Soest	
1:24:09	Bialuschewski, Christa	54 TSV Altena	07.02.	Hamm	
1:24:47	Bienlein, Caroline	67 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:25:44	Bartsch, Gudrun	57 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:33:42	Kelting, Eveline	65 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:36:37	Straube, Christine	63 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	
1:59:22	Hegendorf, Sabrina	82 Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin	

20 km [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:29:29	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:44:13	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:06	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:53:53	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:05:52	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:08:40	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:14:03	Spieß, Anita	77	Turboschnecken Lüdenc	25.04.	Hamburg
2:41:02	Hegendorf, Sabrina	82	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Halbmarathon [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1:29:24 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid

1:30:05	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdenc	05.09.	Köln
1:34:34	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:43:51	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	17.04.	Gummersbach
1:49:51	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
1:57:01	Nölker, Waltraud	64	TSG Valbert	24.10.	Dresden
1:57:02	Nies, Petra	61	TSV Rönsahl	24.10.	Dresden
1:59:15	Papendick, Ingrid	56	Turboschnecken Lüdenc	03.10.	Köln
1:59:22	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:00:04	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:07:05	Bialuschewski, Christa	54	TSV Altena	21.02.	Hamm

25 km [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1:53:08	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:10:18	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:21:37	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:22:40	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:37:50	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
2:41:17	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:22:20	Hegendorf, Sabrina	82	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin

Marathon [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:06:02 Röther, Claudia 64 Turboschnecken Lüdenschaid

2:58:45	Röther, Claudia	64	Turboschnecken Lüdenc	30.05.	Duisburg
3:16:22	Busenius, Steffi	71	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:42:12	Wasserfuhr, Barbara	62	TSV Rönsahl	02.05.	Düsseldorf
3:43:56	Szombach, Sabine	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
3:56:25	Bienlein, Caroline	67	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:18:44	Bartsch, Gudrun	57	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:26:46	Kelting, Eveline	65	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:34:25	Straube, Christine	63	Turboschnecken Lüdenc	26.09.	Berlin
4:52:12	Spieß, Anita	77	Turboschnecken Lüdenc	25.04.	Hamburg
4:54:24	Hoffmann, Sara	82	TSG Valbert	03.10.	Köln

Marathon Mannschaft [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12:28:39 Turboschnecken Lüdenschaid

11:22:14	Turboschnecken Lüdenschaid	26.09.	Berlin
	Busenius 3:17:33, Szombach 3:53:10, Bienlein 4:11:31		
13:25:12	Turboschnecken Lüdenschaid	03.10.	Köln
	Röther 3:16:35, Nitsche 5:03:25, Nitsche 5:05:12		
14:07:40	Turboschnecken Lüdenschaid	26.09.	Berlin
	Bartsch 4:33:49, Kelting 4:41:51, Straube 4:52:00		

4 x 100 m [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 54,71 LG Lüdenscheid

53,90	LG Lüdenscheid		20.06.	Lüdenscheid
	Neumann 96, Turck 95, Golla 96, Schindler 95			
54,49	LG Halver-Schalksmühle		13.06.	Recklinghausen
	Menschikov 96, Boodes 96, Toffel 97, Kraja 97			
64,3	TSV Altena		25.09.	Altena
	Kreisel 66, Flusche 79, Böing 78, Scheiblich 77			

Olymp. Stf. (400/200/200/800) [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

6:22,8	TSV Altena		25.09.	Altena
	Kreisel 66, Flusche 79, Böing 78, Scheiblich 77			

Hochsprung [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,50 Tauber, Cora 80 TSV Altena

1,48	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,40	Hallas, Svenja	91 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,36	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,35	Stolf, Marlene	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
1,35	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
1,34	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,32	Thamer, Frauke	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,32	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,30	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,28	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,28	Hester, Sarah	95 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Stabhochsprung [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,53 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,70	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
1,60	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 5,02 Lüsebrink, Nina 91 LG Lüdenscheid

5,23	(+1,8)	Kemmerling, Jessica	88 TV Wiblingwerde	03.10.	Bochum
4,90	(+0,7)	Lüsebrink, Nina	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,71	(+0,4)	Strehmel, Cathy	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,70	(+0,4)	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,64	(+0,6)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,59	(0,0)	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
4,59	(+1,8)	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,58	(0,0)	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,52	(+0,5)	Walter, Annika	92 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
4,45	(+0,3)	Beeck, Vanessa	90 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid

Leistungen ohne Windmessung:

4,72		Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,65		Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,63		Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,45		Beeck, Vanessa	90 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid

Dreisprung [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 9,00 Flusche, Gundula 79 TSV Altena

Leistungen ohne Windmessung:

9,29		Flusche, Gundula	79 TSV Altena	22.05.	Altena
------	--	------------------	---------------	--------	--------

Kugelstoß 4,0 kg [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 9,92 Dresel, Henrike 88 TV Wiblingwerde

10,64	Dresel, Henrike	88 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
10,24	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
9,96	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
9,04	Jaschultowski, Sarah	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
9,03	Neumann, Jessica	91 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
8,80	Kemmerling, Jessica	88 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
8,57	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
8,55	Wilke, Veronika	90 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
8,50	Flusche, Gundula	79 TSV Altena	22.05.	Altena
8,34	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	10.04.	Wiblingwerde

Diskuswurf 1,0 kg [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 30,69 Geppert, Silvia 71 TV Wiblingwerde

30,89	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
30,82	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
28,96	Dresel, Henrike	88 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
27,03	Dorr, Michaela	71 LG Plettenberg/Hersche	09.10.	Plettenberg
26,93	Haarmann, Lisa	91 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
26,49	Steinhanses-Kordt, Jutt	51 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
25,17	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	02.05.	Plettenberg
24,59	Wilke, Veronika	90 TV Wiblingwerde	02.05.	Plettenberg
23,92	Feldmann, Jaqueline	94 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
23,79	Flusche, Gundula	79 TSV Altena	22.05.	Altena

Hammerwurf 4,0 kg [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 49,88 Henrichs, Jennifer 87 LG Plettenberg/Herscheid

43,44	Henrichs, Jennifer	87 LG Plettenberg/Hersche	06.08.	Altena
38,02	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	02.05.	Plettenberg
33,69	Feldmann, Jaqueline	94 LG Plettenberg/Hersche	14.03.	Sythen
33,35	Hartwig, Kathrin	88 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
31,93	Hartwig, Svenja	88 LG Plettenberg/Hersche	17.10.	Plettenberg
30,18	Pusch, Melanie	74 TSV Altena	20.06.	Wuppertal
20,62	Flusche, Gundula	79 TSV Altena	22.05.	Altena
17,65	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg

Speerwurf 600 g [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 39,34 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

40,28	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	24.07.	Kreuztal
30,16	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	17.07.	Witten
28,39	Hartwig, Svenja	88 LG Plettenberg/Hersche	22.05.	Altena
27,55	Kreisel, Anja	66 TSV Altena	22.05.	Altena
27,24	Hartwig, Kathrin	88 LG Plettenberg/Hersche	22.05.	Altena
26,79	Kirschey, Danica	92 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
24,12	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
23,60	Krischer, Heidi	69 TSV Altena	22.05.	Altena
22,94	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
22,71	Klaucke, Alena	90 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid

Dreikampf [[W - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1473	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	13,4(+0,8)/4,49(+1,3)/07,79			
1358	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	13,9(+0,8)/4,59(-0,1)/06,84			
1013	Hielscher, Michèle	91 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	15,3(-0,9)/4,19(+0,2)/6,08			
941	Woermann, Lisa	90 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	15,7(-0,9)/3,86(-0,6)/06,92			
537	Potthoff, Carolin	91 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	17,3(-0,9)/3,17(0,0)/5,38			
460	Gesing, Sandy	91 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	19,0(-0,9)/2,79(-0,3)/7,05			

1.	Turboschnecken Lüdenscheid	281 Punkte
2.	LG Halver-Schalksmühle	208 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	137 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	120 Punkte
5.	TV Wiblingwerde	87 Punkte
6.	TSV Altena	61 Punkte
7.	TuS Neuenrade	47 Punkte
8.	TV Jahn Plettenberg	33 Punkte
9.	TS Evingsen	26 Punkte
10.	TSG Valbert	25 Punkte
11.	TSV Rönsahl	24 Punkte

Weibliche Jugend A

100 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 13,34* Lüsebrink, Nina 91 LG Lüdenscheid

13,44 (+1,2)	Lüsebrink, Nina	91 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,48 (+1,4)	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
13,69 (+0,2)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,77 (+0,2)	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,83 (-0,5)	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
13,6 (0,0)	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
13,94 (+1,2)	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,97 (+0,3)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
13,97 (+0,9)	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
13,99 (-0,1)	Drummer, Alena	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid

Leistungen mit Rückenwind:

13,75 (+2,2)	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
--------------	---------------	---------------------------	--------	--------

Leistungen ohne Windmessung:

13,75	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
13,78	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
13,83	Heidrich, Sarah	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

400 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 67,04 Kirschey, Danica 92 LG Lüdenscheid

65,10	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
-------	-------------------------	------------------	--------	-------------

800 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2:22,29 Schwaiger, Anna Katharina 94 TuS Neuenrade

2:27,55	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	05.09.	Attendorn
2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
2:37,10	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
2:38,81	Hoffmann, Michelle	97 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
2:53,99	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:55,16	Marek, Hannah	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
2:55,44	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	13.09.	Ahlen
2:57,22	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:59,79	Häbel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen

1000 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

3:58,4	Heidrich, Sarah	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
4:25,8	Neumann, Jessica	91 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
4:40,1	Mark, Jennifer	94 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf

1500 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

5:12,19	Schwaiger, Anna Kathari	94	TuS Neuenrade	02.07.	Menden
5:34,61	Kirschey, Danica	92	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

3000 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 12:14,50 Rüdiger, Alisa 90 LG Lüdenscheid

11:45,12	Schwaiger, Anna Kathari	94	TuS Neuenrade	20.03.	Oeventrop
12:31,04	Kirschey, Danica	92	LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid

5000 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

22:44,81	Bäker, Lisa	92	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
----------	-------------	----	------------------------	--------	-------------

4 x 100 m [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 54,71 LG Lüdenscheid

53,90	LG Lüdenscheid			20.06.	Lüdenscheid
	Neumann 96, Turck 95, Golla 96, Schindler 95				
54,49	LG Halver-Schalksmühle			13.06.	Recklinghausen
	Menschikov 96, Boodes 96, Toffel 97, Kraja 97				

Hochsprung [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,40 Stolf, Marlene 94 LG Lüdenscheid

1,48	Pauli, Hanne	94	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,40	Hallas, Svenja	91	LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,36	Plautz, Alina	98	TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,35	Stolf, Marlene	94	LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
1,35	Kraja, Evelyn	97	LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
1,34	Esser, Alexandra	97	TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,32	Thamer, Frauke	96	LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,32	Menschikov, Irina	96	LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,30	Braß, Loraine	98	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,28	Toffel, Svenja	97	LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,28	Hester, Sarah	95	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Stabhochsprung [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,53 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,70	Boodes, Ilka	96	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
1,60	Kraja, Evelyn	97	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 5,02 Lüsebrink, Nina 91 LG Lüdenscheid

4,90	(+0,7)	Lüsebrink, Nina	91	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,71	(+0,4)	Strehmel, Cathy	95	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,70	(+0,4)	Pauli, Hanne	94	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,64	(+0,6)	Boodes, Ilka	96	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,59	(0,0)	Owen, Madeleine	94	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
4,59	(+1,8)	Chiduck, Lina	95	LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,58	(0,0)	Eicker, Marie	93	LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,52	(+0,5)	Walter, Annika	92	TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
4,44	(-0,5)	Golla, Lisa	96	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,37	(0,0)	Kraja, Evelyn	97	LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena

Leistungen ohne Windmessung:

4,72	Eicker, Marie	93	LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,65	Chiduck, Lina	95	LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,63	Owen, Madeleine	94	LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,44	Stolf, Marlene	94	LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,38	Misera, Melina	94	TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf

Kugelstoß 4,0 kg [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 9,39 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

10,24	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
9,96	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
9,04	Jaschultowski, Sarah	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
9,03	Neumann, Jessica	91 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
8,57	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
8,33	Haarmann, Lisa	91 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
8,13	Heidrich, Sarah	92 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
8,06	Herzhoff, Verena	94 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
7,89	Grote, Jana	93 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
7,79	Hacke, Sara	92 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde

Diskuswurf 1,0 kg [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 27,64 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

30,89	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
30,82	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
26,93	Haarmann, Lisa	91 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
23,92	Feldmann, Jaqueline	94 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
23,20	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
21,98	Walter, Annika	92 TV Wiblingwerde	02.05.	Plettenberg
18,66	Hacke, Sara	92 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
15,32	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
14,26	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena

Hammerwurf 4,0 kg [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 38,57 Haarmann, Lisa 91 LG Plettenberg/Hersche

33,69	Feldmann, Jaqueline	94 LG Plettenberg/Hersche	14.03.	Sythen
17,65	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg

Speerwurf 600 g [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 39,34 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

40,28	Hamel, Jennifer	92 LG Halver-Schalksmühle	24.07.	Kreuztal
30,16	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	17.07.	Witten
26,79	Kirschey, Danica	92 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
24,12	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
22,94	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
20,88	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
20,82	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
15,59	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
14,91	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn

Dreikampf [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1473	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	13,4(+0,8)/4,49(+1,3)/07,79			
1358	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	13,9(+0,8)/4,59(-0,1)/06,84			
1013	Hielscher, Michèle	91 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	15,3(-0,9)/4,19(+0,2)/6,08			
537	Potthoff, Carolin	91 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	17,3(-0,9)/3,17(0,0)/5,38			
460	Gesing, Sandy	91 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
	19,0(-0,9)/2,79(-0,3)/7,05			

Pokalwertung [[WJA - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	230 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	111 Punkte
3.	TV Wiblingwerde	57 Punkte
4.	LG Plettenberg/Hersche	55 Punkte
5.	TuS Neuenrade	49 Punkte
6.	TV Jahn Plettenberg	43 Punkte
7.	TS Evingsen	21 Punkte

Weibliche Jugend B

100 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 13,47* Kaiser, Tabea 92 LG Lüdenscheid

13,48 (+1,4)	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
13,69 (+0,2)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,77 (+0,2)	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,83 (-0,5)	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
13,6 (0,0)	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
13,94 (+1,2)	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,97 (+0,3)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
13,97 (+0,9)	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
13,99 (-0,1)	Drummer, Alena	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
13,8 (-0,5)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Leistungen mit Rückenwind:

13,75 (+2,2)	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
--------------	---------------	---------------------------	--------	--------

Leistungen ohne Windmessung:

13,75	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
13,78	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf

400 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 67,04 Kirschey, Danica 92 LG Lüdenscheid

65,10	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
-------	-------------------------	------------------	--------	-------------

800 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:22,29 Schwaiger, Anna Katharina 94 TuS Neuenrade

2:27,55	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	05.09.	Attendorn
2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
2:37,10	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
2:38,81	Hoffmann, Michelle	97 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
2:53,99	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:55,16	Marek, Hannah	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
2:55,44	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	13.09.	Ahlen
2:57,22	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:59,79	Häbel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen

1000 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

4:40,1	Mark, Jennifer	94 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
--------	----------------	------------------------	--------	------------

1500 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

5:12,19	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	02.07.	Menden
---------	-------------------------	------------------	--------	--------

3000 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

11:45,12	Schwaiger, Anna Kathari	94 TuS Neuenrade	20.03.	Oeventrop
----------	-------------------------	------------------	--------	-----------

4 x 100 m [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 54,71 LG Lüdenscheid

53,90	LG Lüdenscheid		20.06.	Lüdenscheid
	Neumann 96, Turck 95, Golla 96, Schindler 95			
54,49	LG Halver-Schalksmühle		13.06.	Recklinghausen
	Menschikov 96, Boodes 96, Toffel 97, Kraja 97			

Hochsprung [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1,40 Stolf, Marlene 94 LG Lüdenscheid

1,48	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,36	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,35	Stolf, Marlene	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
1,35	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
1,34	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,32	Thamer, Frauke	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,32	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,30	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,28	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,28	Hester, Sarah	95 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Stabhochsprung [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1,53 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,70	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
1,60	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 4,69 Golla, Kathrin 94 LG Lüdenscheid

4,71	(+0,4)	Strehmel, Cathy	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,70	(+0,4)	Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,64	(+0,6)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,59	(0,0)	Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
4,59	(+1,8)	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,58	(0,0)	Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,44	(-0,5)	Golla, Lisa	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,37	(0,0)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
4,36	(+0,9)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
4,35	(-0,2)	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle

Leistungen ohne Windmessung:

4,72		Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,65		Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,63		Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,44		Stolf, Marlene	94 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,38		Misera, Melina	94 TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf

Kugelstoß 4,0 kg [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 9,39 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

9,96		Eicker, Marie	93 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
9,04		Jaschultowski, Sarah	94 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
8,57		Owen, Madeleine	94 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
8,06		Herzhoff, Verena	94 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
7,89		Grote, Jana	93 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
7,63		Mark, Jennifer	94 TV Jahn Plettenberg	27.06.	Düsseldorf
6,93		Beckmann, Julia	94 LG MTV/St.R. Altena	24.04.	Lüdenscheid
6,91		Misera, Melina	94 TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf
6,84		Pauli, Hanne	94 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
6,12		Trinkaus, Vanessa	94 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena

Diskuswurf 1,0 kg [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 27,64 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

30,89		Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
23,92		Feldmann, Jaqueline	94 LG Plettenberg/Hersche	02.05.	Plettenberg
23,20		Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
15,32		Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
14,26		Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena

Hammerwurf 4,0 kg [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

33,69		Feldmann, Jaqueline	94 LG Plettenberg/Hersche	14.03.	Sythen
-------	--	---------------------	---------------------------	--------	--------

Speerwurf 600 g [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 39,34 Hamel, Jennifer 92 LG Halver-Schalksmühle

30,16	Esser, Alexandra	97	TV Wiblingwerde	17.07.	Witten
24,12	Schindler, Jessica Muri	95	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
22,94	Schleicher, Annicka	96	TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
20,88	Kraja, Evelyn	97	LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
20,82	Boodes, Ilka	96	LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
15,59	Menschikov, Irina	96	LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
14,91	Toffel, Svenja	97	LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn

Dreikampf [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1473	Owen, Madeleine	94	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	13,4(+0,8)/4,49(+1,3)/07,79				
1358	Pauli, Hanne	94	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	13,9(+0,8)/4,59(-0,1)/06,84				

Pokalwertung [[WJB - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	221 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	76 Punkte
3.	TuS Neuenrade	52 Punkte
4.	TV Wiblingwerde	51 Punkte
5.	LG Plettenberg/Herscheid	38 Punkte
6.	TV Jahn Plettenberg	28 Punkte
7.	LG MTV/St.R. Altena	5 Punkte

Schülerinnen W15**100 m** [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 13,3 Schindler, Jessica 95 LG Lüdenscheid

13,69 (+0,2)	Boodes, Ilka	96	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,77 (+0,2)	Neumann, Lea	96	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,83 (-0,5)	Schindler, Jessica Muri	95	LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
13,6 (0,0)	Schülke, Julia	96	LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
13,97 (+0,3)	Kraja, Evelyn	97	LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
13,97 (+0,9)	Chiduck, Lina	95	LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
13,99 (-0,1)	Drummer, Alena	97	LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
13,8 (-0,5)	Toffel, Svenja	97	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
14,09 (+0,6)	Turck, Kristina	95	LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
14,0 (-0,5)	Heiduk, Johanna	97	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Leistungen ohne Windmessung:

13,75	Chiduck, Lina	95	LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
-------	---------------	----	------------------------	--------	------------

300 m [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 46,74 Alberts, Nadine 94 LG Plettenberg/Herscheid

49,63	Schindler, Jessica Muri	95	LG Lüdenscheid	14.05.	Dortmund
-------	-------------------------	----	----------------	--------	----------

800 m [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:22,29 Schwaiger, Anna Katharina 94 TuS Neuenrade

2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
2:37,10	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
2:38,81	Hoffmann, Michelle	97 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
2:53,99	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:55,16	Marek, Hannah	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
2:55,44	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	13.09.	Ahlen
2:57,22	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:59,79	Häbel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
3:02,09	Salewski, Noemi	99 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund

2000 m [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 7:00,98 Schwaiger, Anna Katharina 94 TuS Neuenrade

7:28,78	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	20.03.	Oeventrop
---------	---------------------	------------------	--------	-----------

80 m Hürden [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

14,5 (+1,0)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
14,6 (+1,0)	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
15,48 (-0,1)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
16,48 (-0,2)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	12.09.	Ahlen

4 x 100 m [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 54,71 LG Lüdenscheid

53,90	LG Lüdenscheid		20.06.	Lüdenscheid
	Neumann 96, Turck 95, Golla 96, Schindler 95			
54,49	LG Halver-Schalksmühle		13.06.	Recklinghausen
	Menschikov 96, Boodes 96, Toffel 97, Kraja 97			

Hochsprung [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1,40 Stolf, Marlene 94 LG Lüdenscheid

1,36	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,35	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
1,34	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,32	Thamer, Frauke	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,32	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,30	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,28	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,28	Hester, Sarah	95 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1,26	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,26	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,26	Strehmel, Cathy	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Stabhochsprung [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1,53 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,70	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
1,60	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 4,69 Golla, Kathrin 94 LG Lüdenscheid

4,71 (+0,4)	Strehmel, Cathy	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
4,64 (+0,6)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,59 (+1,8)	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
4,44 (-0,5)	Golla, Lisa	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,37 (0,0)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
4,36 (+0,9)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
4,35 (-0,2)	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
4,25 (+0,5)	Hester, Sarah	95 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
4,23 (+0,0)	Turck, Kristina	95 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,11 (+0,1)	Bussaglia, Antinea	95 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle

Leistungen ohne Windmessung:

4,65	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
4,19	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid

Kugelstoß 3,0 kg [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 10,92 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

12,71	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	04.09.	Lemgo
10,38	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
9,78	Chiduck, Lina	95 LG Halver-Schalksmühle	19.09.	Berlin
9,14	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
8,53	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
8,15	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,04	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
7,86	Strehmel, Cathy	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
7,62	Knieper, Linda	95 TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf
7,47	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn

Diskuswurf 1,0 kg [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 22,72 Feldmann, Jacqueline 94 LG

Plettenberg/Herscheid

30,89	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
23,20	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
15,32	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
14,26	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena

Speerwurf 600 g [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 22,56 Hagemann, Marie-Theres 95 LG

Plettenberg/Herscheid

30,16	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	17.07.	Witten
24,12	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
22,94	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
20,88	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
20,82	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
15,59	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
14,91	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn

Ballwurf 200 g [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 45,5 Hagemann, Marie-Theres 95 LG

Plettenberg/Herscheid

40,0	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
38,0	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
32,5	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
31,5	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
25,5	Bussaglia, Antinea	95 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
19,5	Steinigeweg, Katharina	95 LG MTV/St.R. Altena	13.05.	Altena

Dreikampf [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1424 Schindler, Jessica 95 LG Lüdenscheid

1453	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
	13,6(0,0)/4,48(+0,7)/40,0			
1416	Schindler, Jessica Muri	95 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
	13,7(+0,4)/4,35(-0,2)/38,0			
1339	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	13,6(0,0)/4,08(0,0)/31,5			
1292	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	14,3(+0,4)/4,06(+0,2)/32,5			
1227	Bussaglia, Antinea	95 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	14,4(+0,4)/4,11(+0,1)/25,5			
969	Steinigeweg, Katharina	95 LG MTV/St.R. Altena	13.05.	Altena
	15,8(-0,1)/3,26(0,0)/19,5			

Vierkampf [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

1599	Hester, Sarah	95 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	14,3(0,0)/4,20(+0,4)/1,28/6,84			
1516	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	13,6(0,0)/4,08(0,0)/1,12/6,52			

Siebenkampf [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

2786	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	12./13.09.	Ahlen
	16,48(-0,2)/1,28/7,90/14,54(+0,8) // 4,28(+0,3)/17,65/2:55,44			
2774	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	15,14(-0,1)/1,20/6,87/14,28(+0,2) // 4,30(-2,1)/18,15/2:53,99			
2686	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	17,22(-1,2)/1,32/7,47/14,85(+0,2) // 4,06(-1,7)/15,53/2:57,22			
2673	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	15,48(-0,1)/1,28/6,91/14,49(+0,2) // 4,32(-2,3)/14,91/3:18,70			

Siebenkampf Mannschaft [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

8133	LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	Boodes 2774, Menschikov 2686, Toffel 2673		

Pokalwertung [[W15 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	323 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	93 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	82 Punkte
4.	TV Wiblingwerde	74 Punkte
5.	TuS Neuenrade	22 Punkte
6.	LG MTV/St.R. Altena	10 Punkte

Schülerinnen W14**100 m** [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 13,3 Schindler, Jessica 95 LG Lüdenscheid

13,69 (+0,2)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
13,77 (+0,2)	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
13,6 (0,0)	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
13,97 (+0,3)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
13,99 (-0,1)	Drummer, Alena	97 LG Lüdenscheid	18.09.	Lüdenscheid
13,8 (-0,5)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
14,0 (-0,5)	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
14,48 (+0,3)	Golla, Lisa	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
14,3 (+0,4)	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
14,82 (+0,3)	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid

800 m [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 2:38,66 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
2:37,10	Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
2:38,81	Hoffmann, Michelle	97 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
2:53,99	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:55,16	Marek, Hannah	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
2:55,44	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	13.09.	Ahlen
2:57,22	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn
2:59,79	Häbel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
3:02,09	Salewski, Noemi	99 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund

2000 m [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 7:46,30 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

7:28,78 Cormann, Samira Eve 98 TuS Neuenrade 20.03. Oeventrop

80 m Hürden [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

14,5	(+1,0)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
14,6	(+1,0)	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
15,48	(-0,1)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
16,48	(-0,2)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	12.09.	Ahlen

Hochsprung [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,35 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,36		Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,35		Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
1,34		Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,32		Thamer, Frauke	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
1,32		Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,30		Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,28		Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,26		Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,26		Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,24		Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle

Stabhochsprung [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1,53 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,70		Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
1,60		Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 4,54 Kremer, Aileen 95 LG MTV/St.R. Altena

4,64	(+0,6)	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,44	(-0,5)	Golla, Lisa	96 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
4,37	(0,0)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
4,36	(+0,9)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
4,08	(0,0)	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
4,06	(+0,2)	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
3,35	(-0,7)	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	22.05.	Altena

Leistungen ohne Windmessung:

4,19		Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
4,03		Neumann, Lea	96 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
3,95		Thamer, Frauke	96 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
3,69		Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	24.04.	Lüdenscheid

Kugelstoß 3,0 kg [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 10,92 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

12,71		Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	04.09.	Lemgo
10,38		Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
8,53		Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
8,15		Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,04		Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
7,47		Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
6,91		Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
6,52		Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
6,46		Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
6,44		Schwalm, Alina	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Diskuswurf 1,0 kg [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 15,29 Seuster, Lena 96 LG MTV/St.R. Altena

30,89	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
23,20	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
15,32	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
14,26	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena

Speerwurf 600 g [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 22,56 Hagemann, Marie-Theres 95 LG

Plettenberg/Herscheid

30,16	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	17.07.	Witten
22,94	Schleicher, Annicka	96 TV Wiblingwerde	03.10.	Lippstadt
20,88	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	24.05.	Recklinghausen
20,82	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	22.05.	Altena
15,59	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
14,91	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	16.05.	Iserlohn

Ballwurf 200 g [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 45,5 Hagemann, Marie-Theres 95 LG

Plettenberg/Herscheid

40,0	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
32,5	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
31,5	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg

Dreikampf [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1424 Schindler, Jessica 95 LG Lüdenscheid

1453	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
	13,6(0,0)/4,48(+0,7)/40,0			
1339	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	13,6(0,0)/4,08(0,0)/31,5			
1292	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	14,3(+0,4)/4,06(+0,2)/32,5			

Vierkampf [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

1516	Schülke, Julia	96 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
	13,6(0,0)/4,08(0,0)/1,12/6,52			

Siebenkampf [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

2786	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	12./13.09.	Ahlen
	16,48(-0,2)/1,28/7,90/14,54(+0,8) // 4,28(+0,3)/17,65/2:55,44			
2774	Boodes, Ilka	96 LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	15,14(-0,1)/1,20/6,87/14,28(+0,2) // 4,30(-2,1)/18,15/2:53,99			
2686	Menschikov, Irina	96 LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	17,22(-1,2)/1,32/7,47/14,85(+0,2) // 4,06(-1,7)/15,53/2:57,22			
2673	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15./16.05.	Iserlohn
	15,48(-0,1)/1,28/6,91/14,49(+0,2) // 4,32(-2,3)/14,91/3:18,70			

Pokalwertung [[W14 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	312 Punkte
2.	TV Wiblingwerde	82 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	58 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	37 Punkte
5.	TuS Neuenrade	20 Punkte

Schülerinnen W13

75 m [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 10,2 Würtz, Nayara 96 LG Lüdenscheid

10,40	Drummer, Alena	97 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
10,43	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
10,3	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
10,66	Bergmann, Deborah	97 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
10,90	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	18.09.	Lüdenscheid
10,92	Wansch, Cleo	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
10,7	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
10,9	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
11,21	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
11,0	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

800 m [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:38,66 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
2:38,81	Hoffmann, Michelle	97 LG Plettenberg/Hersche	24.04.	Lüdenscheid
2:55,16	Marek, Hannah	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
2:55,44	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	13.09.	Ahlen
2:59,79	Häbel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
3:02,09	Salewski, Noemi	99 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund
3:02,18	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:06,87	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
3:07,09	Bremicker, Jara	00 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden

2000 m [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 7:46,30 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

7:28,78	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	20.03.	Oeventrop
---------	---------------------	------------------	--------	-----------

60 m Hürden [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 11,8 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

11,0	(0,0)	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
11,7	(0,4)	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
11,9	(0,0)	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
12,3		Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
12,3		Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
12,4	(0,0)	Teubel, Dora	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,0		Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	24.07.	Schalksmühle
13,5	(0,0)	Brauner, Pauline	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,5	(0,0)	Weitzel, Elisa	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,9	(0,0)	Wand, Jacqueline	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

4 x 75 m [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 40,27 LG Lüdenscheid

40,75	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
	Heiduk 97, Kraja 97, Toffel 97, Wansch 97		
46,44	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
	Seyfried 98, Bänsch 98, Teubel 97, Braß 98		
49,6	LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
	Messina 97, Greco 99, Kremer 97, Hermens 98		

Hochsprung [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1,35 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,36	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,35	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
1,34	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1,30	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,28	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
1,26	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,26	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,24	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,23	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	05.09.	Hagen
1,22	Wansch, Cleo	97 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg

Stabhochsprung [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1,53 Menschikov, Irina 96 LG Halver-Schalksmühle

1,60	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
------	---------------	---------------------------	--------	--------------

Weitsprung [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 4,65 Toffel, Svenja 97 LG Halver-Schalksmühle

4,73	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,73	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	18.09.	Lüdenscheid
4,61	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
4,57	Drummer, Alena	97 LG Lüdenscheid	24.04.	Lüdenscheid
4,50	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
4,39	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	24.04.	Lüdenscheid
4,26	Hermens, Madlen	98 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
4,23	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
4,21	Kremer, Sheeraly	97 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
4,16	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena

Kugelstoß 3,0 kg [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 10,92 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

12,71	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	04.09.	Lemgo
8,53	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
8,04	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
6,91	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	15.05.	Iserlohn
6,46	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
6,44	Schwalm, Alina	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
6,31	Bänsch, Lea	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
6,29	Gerhard, Jeanette	98 TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf
5,85	Mertens, Joelle	97 TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf
5,85	Wand, Jacqueline	99 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg

Diskuswurf 750 g [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 30,16 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

32,90	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
18,51	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
17,79	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
17,70	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
16,65	Wand, Jacqueline	99 LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
16,23	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,42	Bänsch, Lea	98 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
11,57	Seyfried, Linda	98 LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg

Speerwurf 400 g [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 31,20 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

29,30	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
26,82	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
22,62	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
22,22	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
17,90	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
15,12	Teubel, Dora	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
10,31	Bänsch, Lea	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
7,51	Seyfried, Linda	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 50,5 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

49,5	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	20.03.	Wuppertal
44,0	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
43,0	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
43,0	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
42,0	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
36,0	Steinbach, Kim Eileen	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
35,5	Hermens, Madlen	98 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
34,5	Zornic, Selma	99 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
33,0	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
32,0	Cordt, Emily	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg

Dreikampf [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 1432 Boodes, Ilka 96 LG Halver-Schalksmühle

1482	Kraja, Evelyn	97 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
	10,4/4,61/42,5			
1445	Esser, Alexandra	97 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
	10,9/4,33/47,5			
1306	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	11,3/3,79/43,0			
1305	Toffel, Svenja	97 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
	10,6/4,71/25,5			
1278	Drummer, Alena	97 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
	10,3/4,26/25,0			
1257	Heiduk, Johanna	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
	10,7/4,09/28,5			
1210	Cordt, Emily	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
	11,3/3,85/32,0			
1179	Hermens, Madlen	98 LG MTV/St.R. Altena	13.05.	Altena
	11,5/3,94/29,5			
1157	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
	11,6/4,14/26,0			
1146	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
	11,6/3,91/27,5			

Dreikampf Mannschaft [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 6530 LG Halver-Schalksmühle

6397	LG Halver-Schalksmühle		01.05.	Schalksmühle
	Kraja 1452, Wuntke 1306, Toffel 1297			
	Heiduk 1257, Cordt 1085			

Vierkampf [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1792 Boodes, Ilka 96 LG Halver-Schalksmühle

1823	Kraja, Evelyn 10,6/4,47/1,30/42,0	97 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1800	Esser, Alexandra 10,9/4,33/1,26/47,5	97 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
1661	Wuntke, Michelle 11,3/3,79/1,26/43,0	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1634	Toffel, Svenja 10,6/4,71/1,22/25,5	97 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1612	Heiduk, Johanna 10,7/4,09/1,26/28,5	97 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1528	Plautz, Alina 11,4/3,75/1,34/25,5	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1512	Braß, Loraine 11,6/4,14/1,26/26,0	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1448	Wansch, Cleo 11,0/3,78/1,22/22,0	97 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1375	Marek, Hannah 11,6/3,73/1,18/23,0	97 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1160	Schmitz, Kristin 11,6/3,65/1,06/14,0	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg

Vierkampf Mannschaft [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

7792	LG Halver-Schalksmühle Kraja 1823, Toffel 1634, Braß 1512 Wansch 1448, Marek 1375		26.06.	Plettenberg
------	---	--	--------	-------------

Blockwettkampf Sprint [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

1961	Plautz, Alina 11,4/12,3/3,68/1,32/31,5	98 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
1922	Janoschka, Alice 10,8/13,0/4,61/1,16/26,0	99 LG Plettenberg/Hersche	24.07.	Schalksmühle

Blockwettkampf Wurf [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

2340	Esser, Alexandra 10,9/12,3/4,31/11,69/32,90	97 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
------	--	--------------------	--------	--------------

DSMM Gruppe 2 [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

3695	LG Halver-Schalksmühle		29.08.	Menden
3136	LG Halver-Schalksmühle		29.08.	Menden

Pokalwertung [[W13 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	458 Punkte
2.	TV Wiblingwerde	130 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	46 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	32 Punkte
5.	TuS Neuenrade	27 Punkte
6.	LG MTV/St.R. Altena	21 Punkte

Schülerinnen W12

75 m

[\[W12 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 10,2 Drummer, Alena 97 LG Lüdenscheid

10,90	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	18.09.	Lüdenscheid
11,21	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	04.07.	Lüdenscheid
11,0	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
11,28	Hermens, Madlen	98 LG MTV/St.R. Altena	04.07.	Lüdenscheid
11,40	Nüsken, Anna-Lena	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
11,47 (+0,1)	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
11,47	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
11,3	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
11,3	Cordt, Emily	98 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
11,73	Bänsch, Lea	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
11,73	Pietzner, Anna	98 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

800 m

[\[W12 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 2:38,66 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

2:32,50	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	24.04.	Lüdenscheid
3:00,66	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
3:02,09	Salewski, Noemi	99 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund
3:02,18	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:06,87	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
3:07,09	Bremicker, Jara	00 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
3:09,74	Brandts, Charlotte	98 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3:11,55	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:15,70	Schrenner, Dana Celine	99 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3:19,53	Gering, Juliette	99 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

2000 m

[\[W12 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 7:46,30 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

7:28,78	Cormann, Samira Eve	98 TuS Neuenrade	20.03.	Oeventrop
---------	---------------------	------------------	--------	-----------

60 m Hürden

[\[W12 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 11,9 Toffel, Svenja 97 LG Halver-Schalksmühle

11,7 (0,4)	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
12,3	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
13,0	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	24.07.	Schalksmühle
13,5 (0,0)	Brauner, Pauline	98 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,5 (0,0)	Weitzel, Elisa	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,9 (0,0)	Wand, Jacqueline	99 LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle

Hochsprung

[\[W12 - Disziplinübersicht\]](#) [\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1,26 Braß, Loraine 98 LG Halver-Schalksmühle

1,36	Plautz, Alina	98 TV Wiblingwerde	20.06.	Lüdenscheid
1,30	Braß, Loraine	98 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,26	Wuntke, Michelle	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,24	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,23	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	05.09.	Hagen
1,18	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,16	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,14	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,12	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,08	Hegemann, Rabea	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle

Weitsprung [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 4,65 Toffel, Svenja 97 LG Halver-Schalksmühle

4,73	Janoschka, Alice	99	LG Plettenberg/Hersche	18.09.	Lüdenscheid
4,26	Hermens, Madlen	98	LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
4,23	Hübner, Pia	99	LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
4,16	Spelsberg, Charlotte	00	LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
4,14	Braß, Loraine	98	LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
4,10	Fischer, Nele	99	LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
4,00	Högger, Laura	99	LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
4,00	Oberberg, Lena	99	LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
3,97	Brandts, Charlotte	98	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3,91	Plautz, Alina	98	TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle

Kugelstoß 3,0 kg [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 10,92 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

8,53	Wuntke, Michelle	98	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
6,46	Plautz, Alina	98	TV Wiblingwerde	10.04.	Wiblingwerde
6,44	Schwalm, Alina	98	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
6,31	Bänsch, Lea	98	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
6,29	Gerhard, Jeanette	98	TuS Neuenrade	27.06.	Düsseldorf
5,85	Wand, Jacqueline	99	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
5,78	Hübner, Pia	99	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
5,31	Raczek, Claudia	98	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
4,54	Fischer, Nele	99	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
4,34	Seyfried, Linda	98	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg

Diskuswurf 750 g [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 30,16 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

17,70	Wuntke, Michelle	98	LG Halver-Schalksmühle	10.04.	Wiblingwerde
16,65	Wand, Jacqueline	99	LG Halver-Schalksmühle	02.05.	Plettenberg
16,23	Hübner, Pia	99	LG Halver-Schalksmühle	29.05.	Schalksmühle
13,42	Bänsch, Lea	98	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg
11,57	Seyfried, Linda	98	LG Halver-Schalksmühle	09.10.	Plettenberg

Speerwurf 400 g [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 31,20 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

22,62	Bleul, Laura	99	LG Halver-Schalksmühle	18.09.	Lüdenscheid
22,22	Wuntke, Michelle	98	LG Halver-Schalksmühle	24.04.	Lüdenscheid
10,31	Bänsch, Lea	98	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
7,51	Seyfried, Linda	98	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 50,5 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

43,0	Wuntke, Michelle	98	LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
43,0	Bleul, Laura	99	LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
42,0	Oberberg, Lena	99	LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
36,0	Steinbach, Kim Eileen	98	LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
35,5	Hermens, Madlen	98	LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
34,5	Zornic, Selma	99	LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
32,0	Cordt, Emily	98	LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
31,5	Hempel, Merle	00	LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
31,5	Plautz, Alina	98	TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
31,5	Fischer, Nele	99	LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen

Dreikampf [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1366 Toffel, Svenja 97 LG Halver-Schalksmühle

1306	Wuntke, Michelle 11,3/3,79/43,0	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1210	Cordt, Emily 11,3/3,85/32,0	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1179	Hermens, Madlen 11,5/3,94/29,5	98 LG MTV/St.R. Altena	13.05.	Altena
1157	Braß, Loraine 11,6/4,14/26,0	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1146	Plautz, Alina 11,6/3,91/27,5	98 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
974	Schaufert, Antonia 12,6/3,68/21,5	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
969	Schmitz, Kristin 11,8/3,87/15,0	98 TV Wiblingwerde	01.05.	Schalksmühle
931	Bänsch, Lea 11,7/3,46/15,5	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
913	Pietzner, Anna 12,0/3,38/16,5	98 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle
887	Steinbach, Kim Eileen 13,7/2,91/29,0	98 LG Lüdenscheid	01.05.	Schalksmühle

Vierkampf [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009: 1700 Esser, Alexandra 97 TV Wiblingwerde

1661	Wuntke, Michelle 11,3/3,79/1,26/43,0	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1528	Plautz, Alina 11,4/3,75/1,34/25,5	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
1512	Braß, Loraine 11,6/4,14/1,26/26,0	98 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1160	Schmitz, Kristin 11,6/3,65/1,06/14,0	98 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
974	Schaufert, Antonia 12,6/3,68/o.g./21,5	98 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle

Blockwettkampf Sprint [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
 BL 2009:

1961	Plautz, Alina 11,4/12,3/3,68/1,32/31,5	98 TV Wiblingwerde	24.07.	Schalksmühle
1922	Janoschka, Alice 10,8/13,0/4,61/1,16/26,0	99 LG Plettenberg/Hersche	24.07.	Schalksmühle

Pokalwertung [[W12 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	358 Punkte
2.	TV Wiblingwerde	71 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	43 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	37 Punkte
5.	TuS Neuenrade	35 Punkte
6.	LG MTV/St.R. Altena	30 Punkte

Schülerinnen W11

50 m [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 7,6 Janoschka, Alice 99 LG Plettenberg/Herscheid

7,62	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	05.09.	Hagen
7,4	Högger, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
7,76	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
7,79	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
8,11	Hellerforth, Liane	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
7,9	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
8,16	Zornic, Selma	99 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
8,0	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
8,0	Wand, Jacqueline	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
8,29	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid

800 m [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 2:38,66 Cormann, Samira 98 TuS Neuenrade

3:02,09	Salewski, Noemi	99 LG Lüdenscheid	06.06.	Dortmund
3:02,18	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:06,87	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
3:07,09	Bremicker, Jara	00 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
3:11,55	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:15,70	Schrenner, Dana Celine	99 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3:19,53	Gering, Juliette	99 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:19,79	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:21,35	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:21,65	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid

4 x 50 m [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 31,74 LG Halver-Schalksmühle

30,43	LG Halver-Schalksmühle		20.06.	Lüdenscheid
	Oberberg 99, Spelsberg 00, Fischer 99, Hübner 99			
32,13	LG Lüdenscheid		04.07.	Lüdenscheid
	Gering 99, Salewski 99, Knobel 00, Hellerforth 00			
32,53	LG Halver-Schalksmühle		29.08.	Menden
	Hinz 00, Boodes 99, Bremicker 00, Hömberg 00			
33,59	LG Halver-Schalksmühle		04.07.	Lüdenscheid
	Festerling 01, Dannenberg 01, Wuntke 01, Sczudlik 01			
33,4	LG Halver-Schalksmühle		25.09.	Altena
	Herrmann 00, Philipp 00, Hömberg 00, Oberberg 99			
40,6	TS Evingen		25.09.	Altena
	Meier 03, Folz 00, Werner 03, Baaijens 03			

Hochsprung [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1,26 Plautz, Alina 98 TV Wiblingwerde

1,24	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,23	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	05.09.	Hagen
1,18	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,16	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
1,14	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,12	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,08	Hegemann, Rabea	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,06	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,00	Ziegler, Anna	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
0,80	Krischer, Celine	99 TSV Altena	25.09.	Altena

Weitsprung[\[W11 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 4,26 Janoschka, Alice 99 LG Plettenberg/Herscheid

4,73	Janoschka, Alice	99 LG Plettenberg/Hersche	18.09.	Lüdenscheid
4,23	Hübner, Pia	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
4,16	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
4,10	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
4,00	Högger, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
4,00	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
3,86	Kouressis, Lisa	99 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena
3,85	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3,84	Zornic, Selma	99 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
3,80	Hellerforth, Liane	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g[\[W11 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 35,5 Wuntke, Michelle 98 LG Halver-Schalksmühle

43,0	Bleul, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
42,0	Oberberg, Lena	99 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
34,5	Zornic, Selma	99 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
31,5	Hempel, Merle	00 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
31,5	Fischer, Nele	99 LG Halver-Schalksmühle	05.09.	Hagen
31,0	Wand, Jacqueline	99 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
31,0	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
30,5	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
30,0	Ortwein, Jennifer	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
29,5	Högger, Laura	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle

Dreikampf[\[W11 - Disziplinübersicht\]](#)[\[Klassenübersicht\]](#)

BL 2009: 1185 Wuntke, Michelle 98 LG Halver-Schalksmühle

1252	Oberberg, Lena 7,9/4,00/34,5	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
1244	Fischer, Nele 07,7/4,02/31,0	99 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle
1241	Högger, Laura 7,4/4,00/27,5	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1218	Janoschka, Alice 7,7/4,45/24,0	99 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1212	Spelsberg, Charlotte 7,7/4,02/28,0	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1209	Bleul, Laura 08,1/3,70/36,0	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1186	Hübner, Pia 8,1/4,23/27,5	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1134	Wand, Jacqueline 8,0/3,62/28,5	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1093	Conrad, Laura-Marie 8,1/3,78/24,0	99 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1082	Hömberg, Lisa 8,5/3,62/28,5	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg

Dreikampf Mannschaft [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 5500 LG Halver-Schalksmühle

6062	LG Halver-Schalksmühle Oberberg 1252, Fischer 1244, Högger 1233 Bleul 1208, Hübner 1125	06.06.	Schalksmühle
5154	LG Halver-Schalksmühle Spelsberg 1105, Hömberg 1079, Philipp 1022 Herrmann 1005, Bremicker 943	06.06.	Schalksmühle
4390	LG Halver-Schalksmühle Ortwein 936, Hinz 915, Ziegler 901 Will 847, Wohlrath 791	01.05.	Schalksmühle
4077	LG Lüdenscheid Schrenner 944, Schulte 815, Salewski 808 Claus 766, Schulte-Huermann 744	01.05.	Schalksmühle
3855	LG Halver-Schalksmühle Wuntke 878, Wollweber 765, Dannenberg 755 Petzel 738, Sczudlik 719	01.05.	Schalksmühle
2819	LG Halver-Schalksmühle Krause 689, Menges 578, Brosch 568 Börner 526, Matyschak 458	01.05.	Schalksmühle
1631	LG Halver-Schalksmühle Sassen 408, Sasse 378, Brandt 341 Piepenstock 340, Carvalho 164	01.05.	Schalksmühle

Vierkampf [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1471 Plautz, Alina 98 TV Wiblingwerde

1551	Bleul, Laura 08,1/3,70/1,24/36,0	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1523	Fischer, Nele 7,7/4,05/1,18/28,5	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1469	Oberberg, Lena 8,2/3,75/1,14/35,0	99 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1465	Janoschka, Alice 7,7/4,45/1,10/24,0	99 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
1430	Spelsberg, Charlotte 7,7/4,02/1,06/28,0	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1357	Hömberg, Lisa 8,5/3,62/1,14/28,5	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1304	Philipp, Vanessa 08,6/3,48/1,12/27,5	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1244	Hegemann, Rabea 08,1/3,24/1,08/23,0	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1076	Ziegler, Anna 09,1/3,28/1,00/21,5	99 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle

Vierkampf Mannschaft [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 6496 LG Halver-Schalksmühle

6995	LG Halver-Schalksmühle Fischer 1523, Oberberg 1469, Spelsberg 1430 Hömberg 1357, Philipp 1216	26.06.	Plettenberg
------	---	--------	-------------

DSMM Gruppe 1 [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009:

4776	LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
------	------------------------	--------	--------

Pokalwertung [[W11 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	393 Punkte
2.	LG Lüdenscheid	49 Punkte
3.	LG Plettenberg/Herscheid	46 Punkte
4.	TS Evingsen	5 Punkte
5.	LG MTV/St.R. Altena	4 Punkte
6.	TSV Altena	1 Punkt

Schülerinnen W10

50 m [[W10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 7,6 Janoschka, Alice 99 LG Plettenberg/Herscheid

7,76	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,11	Hellerforth, Liane	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
8,38	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,43	Tigni, Lu	00 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
8,49	Knobel, Alisa	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
8,50	Bremicker, Jara	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,50	Festerling, Anna	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
8,53	Gutberlet, Vivien	01 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
8,3	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
8,3	Koch, Kira	00 LG MTV/St.R. Altena	25.09.	Altena

800 m [[W10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 3:01,88 Breden, Jacqueline 99 LG Plettenberg/Herscheid

3:07,09	Bremicker, Jara	00 LG Halver-Schalksmühle	29.08.	Menden
3:11,55	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:21,35	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:21,65	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3:23,1	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
3:24,02	Mokhtari, Amina	01 LG Plettenberg/Hersche	06.06.	Hagen
3:24,38	Hinz, Ann-Kathrin	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:28,65	Krause, Lara	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:32,92	Herrmann, Laura	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3:34,5	von der Beck, Ines	02 TS Evingsen	25.09.	Altena

Hochsprung [[W10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 1,15 Fischer, Nele 99 LG Halver-Schalksmühle

1,14	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
1,12	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
1,06	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg

Weitsprung [[W10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 4,26 Janoschka, Alice 99 LG Plettenberg/Herscheid

4,16	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
3,80	Hellerforth, Liane	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3,72	Herrmann, Laura	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
3,64	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,61	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
3,58	Knipp, Johanna	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,52	Tigni, Lu	00 LG Halver-Schalksmühle	27.06.	Düsseldorf
3,48	Knobel, Alisa	00 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3,43	Koch, Kira	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg
3,41	Gutberlet, Vivien	01 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g [[W10 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]
BL 2009: 31,0 Oberberg, Lena 99 LG Halver-Schalksmühle

31,5	Hempel, Merle	00 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
31,0	Philipp, Vanessa	00 LG Halver-Schalksmühle	25.09.	Altena
30,5	Hömberg, Lisa	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
28,0	Spelsberg, Charlotte	00 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
26,0	Herrmann, Laura	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
26,0	Krause, Lara	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,5	Wuntke, Sarah	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
23,5	Folz, Franziska	00 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle
23,0	Bremicker, Jara	00 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
23,0	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid

Dreikampf	[W10 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 1175 Janoschka, Alice 99 LG Plettenberg/Herscheid		
1212	Spelsberg, Charlotte 7,7/4,02/28,0	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
1082	Hömberg, Lisa 8,5/3,62/28,5	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
1050	Hellerforth, Liane 8,0/3,74/20,0	00 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg	
1043	Philipp, Vanessa 08,6/3,48/27,5	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle	
1005	Herrmann, Laura 08,4/3,62/21,0	00 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle	
979	Bremicker, Jara 08,3/3,39/20,5	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle	
967	Nitsch, Lea 08,4/3,28/21,5	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle	
942	Hinz, Ann-Kathrin 8,8/3,34/22,0	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
935	Koch, Kira 8,4/3,43/17,5	00 LG MTV/St.R. Altena	26.06.	Plettenberg	
934	Folz, Franziska 09,0/3,28/23,5	00 LG MTV/St.R. Altena	01.05.	Schalksmühle	

Vierkampf	[W10 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 1417 Högger, Laura 99 LG Halver-Schalksmühle		
1430	Spelsberg, Charlotte 7,7/4,02/1,06/28,0	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
1357	Hömberg, Lisa 8,5/3,62/1,14/28,5	00 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg	
1304	Philipp, Vanessa 08,6/3,48/1,12/27,5	00 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle	

Pokalwertung	[W10 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]			
1.	LG Halver-Schalksmühle		251 Punkte		
2.	LG Lüdenscheid		49 Punkte		
3.	LG Plettenberg/Herscheid		13 Punkte		
4.	LG MTV/St.R. Altena		9 Punkte		
5.	TuS Dahle 04		6 Punkte		
6.	TS Evingsen		1 Punkt		

Schülerinnen W9

50 m	[W9 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]	BL 2009: 8,16 Spelsberg, Charlotte LG Halver-Schalksmühle		
8,50	Festerling, Anna	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid	
8,53	Gutberlet, Vivien	01 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid	
8,73	Dannenberg, Alina	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid	
8,88	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	04.07.	Lüdenscheid	
8,89	Wollweber, Emma	02 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid	
9,06	Petzelt, Lena	02 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid	
9,09	Sczudlik, Nelly	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid	
9,23	Wuntke, Sarah	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid	
9,33	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid	
9,1	Pantke, Lena	01 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle	
9,1	Mokhtari, Amina	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg	
9,1	Naumann, Leonie	01 TS Evingsen	25.09.	Altena	

800 m [[W9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:23,41 Krause, Lara 1 LG Halver-Schalksmühle

3:21,65	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
3:23,1	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
3:24,02	Mokhtari, Amina	01 LG Plettenberg/Hersche	06.06.	Hagen
3:28,65	Krause, Lara	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:34,5	von der Beck, Ines	02 TS Evingsen	25.09.	Altena
3:34,94	Schulte, Naomi	01 LG Lüdenscheid	20.06.	Lüdenscheid
3:38,30	Dannenberg, Alina	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3:41,78	Stremme, Mia	01 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3:46,96	Wuntke, Sarah	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3:56,29	Sczudlik, Nelly	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid

4 x 50 m [[W9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 32,94 LG Halver-Schalksmühle

33,59	LG Halver-Schalksmühle		04.07.	Lüdenscheid
	Festerling 01, Dannenberg 01, Wuntke 01, Sczudlik 01			
33,4	LG Halver-Schalksmühle		25.09.	Altena
	Herrmann 00, Philipp 00, Hömberg 00, Oberberg 99			
40,6	TS Evingsen		25.09.	Altena
	Meier 03, Folz 00, Werner 03, Baaijens 03			

Weitsprung [[W9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3,65 Spelsberg, Charlotte 1 LG Halver-Schalksmühle

3,41	Gutberlet, Vivien	01 LG Lüdenscheid	04.07.	Lüdenscheid
3,36	Wollweber, Emma	02 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,36	Festerling, Anna	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3,27	Wuntke, Sarah	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3,23	Sczudlik, Nelly	01 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
3,21	Petzelt, Lena	02 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3,19	Naumann, Leonie	01 TS Evingsen	25.09.	Altena
3,16	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	25.09.	Altena
3,14	Dannenberg, Alina	01 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,12	von der Beck, Ines	02 TS Evingsen	25.09.	Altena

Schlagballwurf 80 g [[W9 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 24,0 Hempel, Merle 1 LG Lüdenscheid

26,0	Krause, Lara	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
25,5	Wuntke, Sarah	01 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
23,0	Walter, Svenja	01 LG Plettenberg/Hersche	04.07.	Lüdenscheid
21,5	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
21,0	Naumann, Leonie	01 TS Evingsen	25.09.	Altena
20,0	Brosch, Anna	01 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
19,0	Wollweber, Emma	02 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
19,0	Mokhtari, Amina	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
19,0	Görlitzer, Maite	01 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
18,5	Sczudlik, Nelly	01 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg

Dreikampf	[W9 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 1002 Spelsberg, Charlotte LG Halver-Schalksmühle			
878	Wuntke, Sarah 09,1/3,06/22,0	01 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
847	Sczudlik, Nelly 9,2/3,23/18,5	01 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
837	Mokhtari, Amina 9,1/3,04/19,0	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
831	Walter, Svenja 9,2/2,97/20,0	01 LG Plettenberg/Hersche	26.06.	Plettenberg
803	Dannenberg, Alina 8,9/3,02/15,5	01 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
785	Schmitz, Kathrin 9,4/3,04/17,0	01 TV Wiblingwerde	26.06.	Plettenberg
765	Wollweber, Emma 09,1/3,03/14,0	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
760	Festerling, Anna 8,7/2,97/12,0	01 LG Halver-Schalksmühle	26.06.	Plettenberg
738	Petzel, Lena 09,0/2,78/14,0	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
717	Krause, Lara 09,8/2,65/18,5	01 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle

Dreikampf Mannschaft	[W9 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 4463 LG Halver-Schalksmühle			
3855	LG Halver-Schalksmühle Wuntke 878, Wollweber 765, Dannenberg 755 Petzel 738, Sczudlik 719		01.05.	Schalksmühle
2819	LG Halver-Schalksmühle Krause 689, Menges 578, Brosch 568 Börner 526, Matyschak 458		01.05.	Schalksmühle
1631	LG Halver-Schalksmühle Sassen 408, Sasse 378, Brandt 341 Piepenstock 340, Carvalho 164		01.05.	Schalksmühle

Pokalwertung	[W9 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
1.	LG Halver-Schalksmühle		198 Punkte	
2.	LG Plettenberg/Herscheid		49 Punkte	
3.	LG Lüdenscheid		27 Punkte	
4.	TS Evingsen		25 Punkte	
4.	TuS Dahle 04		25 Punkte	
6.	TV Wiblingwerde		5 Punkte	

Schülerinnen W8

50 m	[W8 - Disziplinübersicht]	[Klassenübersicht]		
	BL 2009: 9,27 Mokhtari, Amina 1 LG Plettenberg/Herscheid			
8,88	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	04.07.	Lüdenscheid
8,89	Wollweber, Emma	02 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
9,06	Petzel, Lena	02 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
9,2	von der Beck, Ines	02 TS Evingsen	25.09.	Altena
9,3	Baaijens, Lonneke	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
9,57	Berghöfer, Laura	03 TV Wiblingwerde	04.07.	Lüdenscheid
9,4	Falz, Maxima	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
9,5	Meier, Pauline	03 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
9,6	Wildermann, Lara	02 TS Evingsen	25.09.	Altena
9,6	Werner, Amelie	03 TS Evingsen	25.09.	Altena

800 m [[W8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3:23,41 Krause, Lara 1 LG Halver-Schalksmühle

3:23,1	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
3:34,5	von der Beck, Ines	02 TS Evingsen	25.09.	Altena

Weitsprung [[W8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 3,17 Sczudlik, Nelly 1 LG Halver-Schalksmühle

3,36	Wollweber, Emma	02 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
3,21	Petzal, Lena	02 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
3,12	von der Beck, Ines	02 TS Evingsen	25.09.	Altena
3,01	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
2,96	Hellerforth, Jil	02 LG Lüdenscheid	06.06.	Schalksmühle
2,92	Baaijens, Lonneke	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
2,88	Meier, Pauline	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
2,81	Wildermann, Lara	02 TS Evingsen	25.09.	Altena
2,75	Werner, Amelie	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
2,70	Grawe, Johanna	02 TSV Altena	13.05.	Altena

Schlagballwurf 80 g [[W8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009:

21,5	Skora, Larissa	02 TuS Dahle 04	25.09.	Altena
19,0	Wollweber, Emma	02 LG Halver-Schalksmühle	20.06.	Lüdenscheid
15,0	Grawe, Johanna	02 TSV Altena	13.05.	Altena
14,5	Hellerforth, Jil	02 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
14,0	Petzal, Lena	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
14,0	Werner, Amelie	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
13,5	Wildermann, Lara	02 TS Evingsen	25.09.	Altena
13,0	Börner, Floriane	04 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
13,0	Sassen, Melina	03 LG Halver-Schalksmühle	04.07.	Lüdenscheid
12,5	Meier, Pauline	03 TS Evingsen	25.09.	Altena
12,5	Baaijens, Lonneke	03 TS Evingsen	25.09.	Altena

Dreikampf [[W8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

BL 2009: 855 Wuntke, Sarah 1 LG Halver-Schalksmühle

765	Wollweber, Emma 09,1/3,03/14,0	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
738	Petzal, Lena 09,0/2,78/14,0	02 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
676	Grawe, Johanna 9,8/2,70/15,0	02 TSV Altena	13.05.	Altena
644	Hellerforth, Jil 10,1/2,68/14,5	02 LG Lüdenscheid	26.06.	Plettenberg
642	Baaijens, Lonneke 09,4/2,69/11,0	03 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
574	Meier, Pauline 9,5/2,40/10,0	03 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
526	Börner, Floriane 10,3/2,15/13,0	04 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
497	Falz, Maxima 09,6/2,34/07,0	03 TS Evingsen	06.06.	Schalksmühle
458	Matyschak, Larissa 10,3/2,35/07,5	03 LG Halver-Schalksmühle	01.05.	Schalksmühle
450	Sassen, Melina 11,0/2,22/10,5	03 LG Halver-Schalksmühle	06.06.	Schalksmühle

Pokalwertung [[W8 - Disziplinübersicht](#)] [[Klassenübersicht](#)]

1.	LG Halver-Schalksmühle	82 Punkte
2.	TS Evingsen	79 Punkte
3.	TuS Dahle 04	37 Punkte
4.	LG Lüdenscheid	20 Punkte
5.	TSV Altena	17 Punkte
6.	TV Wiblingwerde	5 Punkte