

M 40

Stand: 25.10.2016

100 m	10,9	Rheineck	Hanno	42 LGJ Bonn/Troisdorf	02.06.82 Bonn
200 m	22,41	Rheineck	Hanno	42 LGJ Bonn/Troisdorf	03.07.83 Schriesheim
400 m	49,6	Rheineck	Hanno	42 ASV St. Augustin	11.05.85 St. Augustin
800 m	1:58,6	Thomas	Josef	37 LG Siebengebirge	12.07.77 Troisdorf
1000 m	2:37,0	Thomas	Josef	37 LG Siebengebirge	29.06.77 Königswinter
1500 m	4:07,7	Thomas	Josef	37 LG Siebengebirge	04.05.77 Bonn
2000 m	5:47,7	Thomas	Josef	37 LG Siebengebirge	22.07.77 Troisdorf
3000 m	8:38,63	Paulitschke	Wilfried	57 LG Bonn/Troisdorf/Ndk.	21.07.99 Troisdorf
5000 m	14:52,98	Paulitschke	Wilfried	57 LG Bonn/Troisdorf/Ndk.	25.06.99 Troisdorf
10.000 m	31:32,0	Jensen	Reiner	44 ASV St. Augustin	05.05.84 St. Augustin
10 km	30:44	Paulitschke	Wilfried	57 LG Bonn/Troisdorf/Ndk.	09.03.97 Leverkusen
Halbmarathon	1:09:01	Paulitschke	Wilfried	57 LG Bonn/Troisdorf/Ndk.	06.04.97 Hannover
Marathon	2:21:31	Kubelt	Heinz	40 LGJ Bonn/Troisdorf	31:08.80 Fulda
100 km	7:37:18	Schwerk	Wolfgang	55 LLG St. Augustin	12.04.97 Rodenbach
110 m-Hürden	15,52	Mössle	Walter	43 LGJ Bonn/Troisdorf	21.08.84 Brighton / GB
400 m-Hürden	55,3	Rheineck	Hanno	42 ASV St. Augustin	28.09.84 Bonn
3000 m-Hindernis	10:33,9	Vollmer	Dierk	41 ASV St. Augustin	30.07.86 Malmö / SWE
10.000 m-Gehen	47:42,0	Ditz	Konrad	03 Post SV Bonn	06.06.48 Bonn
20 km Gehen	1:42:07	Ditz	Konrad	03 Post SV Bonn	29.03.48 Bonn
50 km Gehen	6:26:00	Hochstaedter	Josef	1886 Siegfried Bonn	23.09.34 Bonn
Hochsprung	1,95	Mössle	Walter	43 LG Bonn-Meckenheim	20.07.85 Bonn
Stabhochsprung	4,45	Schmedemann	Uli	44 ASV St. Augustin	14.08.84 St. Augustin
Weitsprung	6,58	Stegen	Arno	41 LGJ Bonn/Troisdorf	02.06.83 Troisdorf
Dreisprung	13,29	Sablin	Ilja	69 LG Meckenheim	27.06.10 Kaiserslautern
Kugel 7,26 kg	19,54	Schladen	Fred	39 LGJ Bonn/Troisdorf	01.05.82 Bonn
Diskus 2 kg	56,40	Schladen	Fred	39 LC Bonn	24.09.79 Meckenheim
Hammer 7,26 kg	47,24	Schladen	Fred	39 LGJ Bonn/Troisdorf	01.05.82 Bonn
Speer 800 g	52,80	Marx	Winfried	49 ASV St. Augustin	20.05.89 Bonn
Gewichtswurf 15,88 kg	12,67	Woyke	Thorsten	69 LG Meckenheim	20.08.11 Zella-Mehlis
Werfer-5-Kampf	2.602	Woyke	Thorsten	69 LG Meckenheim	20.08.11 Zella-Mehlis
	(AK 2.936)	28,65 – 12,95 – 33,27 – 42,48 – 12,67			
5-Kampf	2.924	Winkler	Gerd	45 ASV St. Augustin	05.10.85 Troisdorf
	(AK 3.353)	5,92 - 49,00 - 24,44 - 30,52 - 4:44,47			
10-Kampf	5.564	Euskirchen	Norbert	59 LG Siebengebirge	01./02.05.99 Wesel
	(AK 6.398)	11,9 – 6,11 – 10,89 – 1,68 – 54,44 –			
		18,05 – 30,50 – 3,70 – 40,19 – 4:43,64			

Mannschaftswettbewerbe					
4 x 100 m	44,6	ASV St. Augustin	Gerd Schmeling 37 Klaus Rodday 38 Gerd Winkler 45 Hanno Rheineck 42		02.06.85 Essen
4 x 400 m	3:32,99	ASV St. Augustin	Uwe Flashhoff 43 Hanno Rheineck 42 Klaus Rodday 38 Gerd Winkler 45		15.06.85 Troisdorf
4 x 800 m	8:28,98	ASV St. Augustin	Hanno Rheineck 42 Wolfgang Rehmer 45 Dierk Vollmer 41 Norbert Oeffling 45		29.05.86 Mönchengladbach
3 x 1000 m	8:11,69	ASV St. Augustin	Norbert Oeffling 45 Wolfgang Rehmer 45 Hanno Rheineck 42		06.09.86 Radolfzell
4 x 1500 m	17:57,0	ASV St. Augustin	Wolfgang Rehmer 45 Ernst Gust 41 Henning Ruhser 44 Rainer Jensen 44		13.06.87 St. Augustin
10 km – Mannschaft	1:38:51	SSG Königswinter-Ittenbach	Detlev Ellebrecht (66) (32:11) Norbert Müller (63) (33:10) Hermann Ulrich (67) (33:30)		04.03.07 Leverkusen
Halbmarathon-Mannschaft	3:36:30	LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel	Wilfried Paulitschke (57) (1:09:58) Peter Marke (57) (1:12:31) Hermann Jeremies (57) (1:14:01)		22.03.97 Neustadt / Holstein
Marathon-Mannschaft	7:51:55	SSG Königswinter-Ittenbach	Norbert Müller (63) (2:35:51) Rudolf Paulus (66) (2:37:35) Hermann Ulrich (67) (2:38:29)		06.05.07 Mainz
100 km-Mannschaft	28:43:56	LLG St. Augustin	Helmut Maatz (47) (8:40:05) Manfred Sandmann (56) (8:49:02) Wolfgang Menzel 55 (11:14:49)		10.04.99 Troisdorf
5-Kampf-Mannschaft	7.674	ASV St. Augustin	Gerd Winkler (45) (2.771) Uli Schmedemann (44) (2.697) Uwe Flashhoff (43) (2.206)		23.05.88 St. Augustin
10-Kampf-Mannschaft	12.610	TV Rheinbach	Michael Chavet (65) (4.379) Peter Kerpen (66) (4.275) Michael Meurer (63) (3.956)		16./17.09.06 Euskirchen
DAMM	9.741	ASV St. Augustin			12.09.87 Ahlen
	10.552 aW	11,41 – 11,99 – 2:01,70 – 2:06,69 – 15:59,90 – 16:27,41 – 45,53 -			
		6,45 – 6,16 – 1,90 – 1,70 – 12,89 – 11,00 – 36,58 – 33,28			
		Ernst Gust – Hajo Jelden – Reiner Jensen – Jürgen Jürgens -			
		Walter Mössle – Wolfgang Rehmer – Hanno Rheineck –			
		Uli Schmedemann – Arno Stegen – Gerd Winkler			