

M 13					Stand : 09.07.2017
75 m	9,46	Bröckmann	Lukas	87 LG Meckenheim	03.06.00 Bonn
800 m	2:21,18	Fahl	Hannes	02 TV Rheinbach	25.05.15 Siegburg
1000 m	2:50,2	Kurth	Thomas	81 TV Hennef	10.09.94 Bonn
2000 m	6:10,36	Braun	David	91 SSF Bonn	30.06.04 Meckenheim
3000 m	9:33,79	Braun	David	91 SSF Bonn	21.07.04 Troisdorf
5 km	17:18	Braun	David	91 SSF Bonn	23.07.04 Grevenbroich
60 m-Hürden	9,2	Walther	Robert	78 LG Bonn-Meckenheim	01.05.91 Königswinter
4 x 75 m	39,16	LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel		Vincent Kolakovic 94 Steffen Ruttscheid 94 Thomas Pfeifer 93 Jan Klauke 93	03.06.06 Siegburg
3 x 1000 m	9:35,6	ASV St. Augustin		Dirk Andreas 71 Lars Lienhardt 71 Marc Breuer 71	31.05.84 Berg. Gladbach
Weitsprung	5,89	Gräf	Volker	65 LGJ Bonn/Troisdorf	17.09.78 Bonn
Hochsprung	1,72	Schulz	Jürgen	65 SpVgg Lülldorf-Ranzel	30.09.78 Wattenscheid
Stabhochsprung	3,10	Lienhardt	Lars	71 ASV St. Augustin	22.08.84 St. Augustin
Kugel 3kg	14,26	Valléry	Rafael	95 SSF Bonn	19.10.08 Lippstadt
Diskus 750g	41,21	Valléry	Rafael	95 SSF Bonn	04.10.08 Wuppertal
Speer 400g	42,16	Nehring	Sebastian	78 LG Siebengebirge	14.09.91 Bonn
Ballwurf 200g	73,00	Nehring	Benjamin	76 LG Siebengebirge	21.06.89 Erftstadt
Dreikampf 75m-Weit-Ball	1.397	Cremerius	Matthias	91 LG Meckenheim	15.09.04 Meckenheim
3-Kampf- Mannschaft	5.850	LG Meckenheim		Matthias Cremerius 91 (1.340) Arne Mellinghoff 92 (1.203) Marcel Schwarz 91 (1.121) Lars Jansen 92 (1.105) Sebastian Sobon 91 (1.081)	02.06.04 Meckenheim
Vierkampf	2.029	Kneip	Lennart	97 Troisdorfer LG	27.06.10 Troisdorf
		(9,95 – 5,28 – 1,62 – 56,50)			
4-Kampf- Mannschaft	7.981	LG Meckenheim		Sebastian Schmidt 93 (1.767) Vincent Langer 93 (1.679) Thomas Hofko 93 (1.658) Nils Heinrich 93 (1.518) Tim Wienböcker 94 (1.359)	20.08.06 Bonn
Block Sprint (Hoch - Speer)	2.297	Henseler	Tim	02 LG Siebengebirge	25.04.15 Bonn
		(10,21 - 10,66 - 5,02 - 1,42 - 22,03)			
Block Lauf (Ball - 800m)	2.122	Fahl	Hannes	02 TV Rheinbach	25.04.15 Bonn
		(10,84 - 11,28 - 4,65 - 42,50 - 2:30,46)			
Block Wurf (Kugel-Diskus)	2.623	Valléry	Raphael	95 SSF Bonn	07.09.08 Neuwied
		(10,60 - 9,93 - 4,95 - 12,62 - 36,08)			
Block-Mannschaft	9.038	LAZ Puma Rhein-Sieg		Jonathan Volkmann 02 (1.972) Konstantin Lwowski 01 (1.928) Joscha Krampe 01 (1.730) Sven Scheilz 02 (1.718) Luca Müller 02 (1.690)	03.05.14 Troisdorf