

Regio-Rekorde Senioren M 45 für die Regio Südost

Stand: 07.10.2023

erstellt von Wolfgang Rehmer

75 m	9,0	Schmeling	Gerhard	37 ASV St. Augustin	09.09.1982 St. Augustin
100 m	10,89	Gippert	Jochen	77 TV Herkenrath	29.06.2022 Tampere / SF
200 m	22,62	Gippert	Jochen	77 TV Herkenrath	03.07.2022 Tampere / SF
400 m	50,46	Rheineck	Hanno	42 ASV St. Augustin	27.09.1987 Wetzlar
800 m	2:00,2	Rheineck	Hanno	42 ASV St. Augustin	09.05.1987 St. Augustin
	2:00,18	Ewert	Kolja	69 TV Herkenrath	18.08.2016 Berg. Gladbach
1000 m	2:42,70	Thomas	Josef	37 LGS (TuS Thomasberg)	02.06.1982 Bonn
1500 m	4:15,92	Schürmann	Rolf	42 LG Wipperfürth	09.05.1987 Essen
3000 m	9:03,3	Heuser	Wilhelm	37 LG Bayer Leverkusen	19.07.1983 Berg. Gladbach
5000 m	15:39,1	Gust	Ernst	41 ASV St. Augustin	24.09.1986 St. Augustin
10.000 m	32:22,6	Hüllenhütter	Dieter	40 LG Bayer Leverkusen	04.10.1986 Dülmen
10 km	33:14	El Akrimi	Hakim	75 Milers Colonia 2020	31.10.2021 Uelzen
Halbmarathon	1:12:10	Tag	Hans	49 Alfterer SC	06.02.1994 Porz
25 km	1:23:48	Leray	Jean-Jacques	39 Alfterer SC	28.10.1984 Köln
Marathon	2:25:25	Hüllenhütter	Dieter	40 LG Bayer Leverkusen	19.05.1985 Frankfurt
100 km	7:45:07	Köhn	Peter	32 LG BMT (LC Bonn)	19.04.1986 Rodenbach
110 m-Hürden (99cm)	15,72	Jelden	Hajo	44 ASV St. Augustin	23.07.1989 Eugene / USA
400 m-Hürden (91cm)	63,04	Rehmer	Wolfgang	45 ASV St. Augustin	04.07.1990 Budapest / HUN
3000 m-Hindernis	10:33,88	Vollmer	Dierk	41 ASV St. Augustin	30.07.1986 Malmö / SWE
10.000 m-Gehen	47:42,0	Ditz	Konrad	03 Post SV Bonn	06.06.1948 Bonn
20 km Gehen	1:42:07	Ditz	Konrad	03 Post SV Bonn	29.03.1948 Bonn
50 km Gehen	4:42:03	Grittner	Hermann	05 ESV Olympia Köln	08.06.1952 Hamburg
Hochsprung	1,89	Mössle	Walter	43 ASV St. Augustin	28.05.1988 Bonn
Stabhochsprung	4,10	Schmedemann	Uli	44 ASV St. Augustin	27.08.1994 Lübeck
Weitsprung	6,52	Kuschke	Hans-Joachim	34 LG Wipperfürth-Hückesw.	14.07.1979 Lübeck
Dreisprung	13,24	Walther	Wolfram	55 Pulheimer SC	13.07.2002 Kevelaer
Kugel 7,26 kg	17,77	Buchmüller	Manfred	43 LG Bayer Leverkusen	21.08.1989 Altendiez
Diskus 2 kg	49,18	Többen	Olaf	62 Pulheimer SC	01.09.2007 Mönchengladb.
Hammer 7,26 kg	59,12	Wohlfahrt	Gerhold	37 LG Bayer Leverkusen	02.10.1982 Leverkusen
Speer 800 g	55,16	Dannenberg	Jürgen	49 ASG Elsberg	04.07.1997 Potsdam
Gewichtswurf 15,88kg	15,25	Linden	Sven	67 Leichlinger TV	14.11.2015 Leichlingen
Werfer-5-Kampf	2.750 (AK 3.260)	Schäfers	Frank	67 Leichlinger TV	24.08.2013 Zella-Mehlis
		39,90 - 10,64 - 32,38 - 49,29 - 12,63			
5-Kampf	2.702 (AK 3.446)	Winkler	Gerd	45 ASV St. Augustin	22.09.1991 Langen
		6,04 – 47,98 – 24,8 – 26,94 – 5:03,4			
10-Kampf	4.936 (AK 6.310)	Euskirchen	Norbert	59 LGS (TV Königswinter)	26./27.08.2006 Troisdorf
		12,90 – 5,67 – 9,73 – 1,65 – 55,75 – 19,16 – 31,64 – 3,50 – 36,39 – 4:52,33			

Mannschaftswettbewerbe

4 x 100 m	46,14	TuS Köln rrh	Günther Weidling 38		01.09.1984 Köln
			Herbert Tesch 38		
			Jochen Schwarzer 39		
			Hermann Bunte 38		
4 x 400 m	3:54,86	Pulheimer SC	Jürgen Hartloff 46		19.08.1995 Minden
			Klaus Humpetsch 49		
			Jürgen Haberer 49		
			Heinrich-Wilhelm Ott 48		
3 x 1000 m	8:31,29	TuS Köln rrh	Krämer 66		30.07.2011 Minden
			Zeidler 66		
			Brüning 67		

10 km – Mannschaft	1:46:40	TV Refrath	Detlef Jahner 64	(34:50)	10.09.2011 Oelde
			Udo Lieth 63	(34:50)	
			Dirk Heuschen 64	(37:00)	
Halbmarathon-Mannschaft	3:50:02	TV Refrath	Martin Koller 66	(1:14:24)	17.04.2011 Griesheim
			Detlef Jahner 64	(1:16:34)	
			Udo Lieth 63	(1:19:04)	
Marathon-Mannschaft	8:02:54	SSG Königswinter-Ittenbach	Norbert Müller (63)	(2:37:45)	04.05.2008 Mainz
			Frank Apfelbaum (63)	(2:42:35)	
			Karl-H. v. Lovenberg (57)	(2:42:37)	
10 km Gehen-Mannschaft	3:10:25	SC Buchenhöhe Horrem	Rolf Fischer (46)	(57:45)	01.09.1996 Kerpen
			Ulrich Zimmermann (47)	(65:59)	
			Gerhard Lundkowski (35)	(66:41)	
20 km Gehen-Mannschaft	6:25:55	SC Buchenhöhe Horrem	Rolf Fischer (46)	(1:59:46)	17.03.1996 Ahlen
			Ulrich Zimmermann (47)	(2:09:19)	
			Gerhard Lundkowski (35)	(2:16:40)	

5-Kampf-Mannschaft	6.262	TV Rheinbach	Michael Chavet (65)	(2.142)	21.06.2014 B. Oeynhausen
			5,39-34,83-27,19-33,96-5:42,93	AK 2.879	
	Peter Kerpen (66)		(2.087)		
	5,15-37,36-26,93-23,74-5:15,07		AK 2.728		
	(AK 8.255)		Stephan König (68)	(2.033)	
			5,06-29,64-26,41-23,88-5:09,40	AK 2.648	