

**Regio-Rekorde Senioren M 55 für die Regio Südost**

Stand: 10.09.2022  
 erstellt von Wolfgang Rehmer

50 m	6,3	Marsch	Karl-Heinz	21 TSV Runderoth	14.05.1977 Leverkusen
75 m	9,4	Marsch	Karl-Heinz	21 TSV Runderoth	11.06.1977 Köln
100 m	12,0	Humbach	Josef	17 TuS Köln rrh	27.05.1972 Bonn
	12,0	Marsch	Karl-Heinz	21 TSV Runderoth	17.06.1977 Engelskirchen
200 m	24,91	Richter	Wolfgang	58 TSV Bayer Leverkusen	09.06.2013 Gladbeck
400 m	56,76	Wodarz	Georg	37 Pulheimer SC	27.08.1994 Lübeck
800 m	2:11,78	Wodarz	Georg	37 Pulheimer SC	26.08.1994 Lübeck
1000 m	2:49,90	Hermes	Alfred	46 Pulheimer SC	01.05.2001 Köln
1500 m	4:25,62	Schmidt	Winfried	48 TuS Köln rrh	15.08.2004 Zittau
3000 m	9:37,30	Hermes	Alfred	46 Pulheimer SC	01.05.2001 Köln
5000 m	16:18,46	Hermes	Alfred	46 Pulheimer SC	22.06.2001 Grefrath
10.000 m	34:28,56	Schmidt	Winfried	48 TuS Köln rrh	04.08.2006 Aachen
10 km	33:15	Schmidt	Winfried	48 TuS Köln rrh	16.01.2003 Köln
Halbmarathon	1:14:11	Hermes	Alfred	46 Pulheimer SC	24.03.2011 Arnstadt
25 km	1:37:57	Hasse	Erich	27 TTG Radevormwald	07.05.1988 Scheeßel
Marathon	2:43:31	Köhn	Peter	32 LAV Bad Godesberg	15.10.1989 Kandel
100 km	8:03:52	Köhn	Peter	32 LAV Bad Godesberg	04.09.1993 Rheine
100 m-Hürden (91cm)	15,18	Richter	Wolfgang	58 LG Bayer Leverkusen	11.07.2014 Erfurt
400 m-Hürden	67,42	Cordes	Siegfried	25 LG Gummersbach	26.09.1983 San Juan / PUR
5000 m Gehen	28:49,52	Fischer	Rolf	46 SC Buchenhöhe Horrem	31.03.2001 Düsseldorf
10.000 m-Gehen	61:26,88	Fischer	Rolf	46 SC Buchenhöhe Horrem	17.05.2003 Düsseldorf
10 km Gehen	63:32	Fischer	Rolf	46 SC Buchenhöhe Horrem	13.05.2005 Vila Real / POR
20 km Gehen	2:03:19	Peter	Gerhart	25 LG Gummersbach	28.04.1984 Dülmen
30 km Gehen	3:22:24	Fischer	Rolf	46 SC Buchenhöhe Horrem	24.05.2003 Upice / CZ
Hochsprung	1,74	Spielvogel	Gunther	44 TSV Bayer Leverkusen	21.08.1999 Hagen
Stabhochsprung	3,40	Euskirchen	Norbert	59 Troisdorfer LG	17.05.2014 Bonn
Weitsprung	5,79	Dimmel	Axel	63 TSV Bayer Leverkusen	09.09.2018 Malaga / ESP
Dreisprung	12,33	Dimmel	Axel	63 TSV Bayer Leverkusen	13.07.2019 Leinefelde-Worb.
Kugel 6 kg	14,66	Wattenbach	Roland	55 LG Siebengebirge	30.07.2011 Minden
Diskus 1,5 kg	49,75	Többen	Olaf	62 Pulheimer SC	11.08.2018 Dinslaken
Hammer 6 kg	59,74	Wohlfahrt	Gerhold	37 LG Bayer Leverkusen	25.08.1992 Leverkusen
Speer 700 g	50,30	Dannenberg	Jürgen	49 ASG Elsdorf	12.09.2007 Riccione / I
Gewichtswurf 11,34kg	15,84	Drescher	Jörg	62 Leichlinger TV	28.05.2017 Plettenberg
Werfer-5-Kampf	2.469 (AK 3.185)	Dannenberg	Jürgen	49 ASG Elsdorf	04.09.2008 Malmö / S
5-Kampf	2.132 (AK 3.355)	Loddeke	Heinrich	47 Pulheimer SC	16.06.2002 Baunatal
10-Kampf	4.063 (AK 6.461)	Euskirchen	Norbert	59 Troisdorfer LG	05./06.08.2015 Lyon / F

### Mannschaftswettbewerbe

4 x 100 m	50,57	TuS Köln rrh	Gerhard Adams 37		01.05.2002
			Kurt Klinkau 38		
			Jochen Schwarzer 39		
			Kurt Görgens 40		
4 x 400 m	4:23,22	Pulheimer SC	Volker Friedrichs 43		28.06.2008 Kevelaer
			Heinrich Loddeke 47		
			Exter 45		
			Jürgen Hartloff 46		
3 x 1000 m	9:33:22	TuS Köln rrh	Herbert Engels 48		26.06.2010 Kaiserslautern
			Heinz Lorbach 50		
			Winfried Schmidt 48		

10 km-Mannschaft	1:51:10	TuS Köln rrh	Winfried Schmidt 48	(36:16)	11.09.2010 Ohrdruf
			Heinz Lorbach 50	(36:31)	
			Herbert Engels 48	(38:23)	
Halbmarathon-Mannschaft	4:09:00	TuS Köln rrh	Winfried Schmidt 48	(1:15:47)	06.04.2008 Calw
			Herbert Engels 48	(1:21:12)	
			Clemens Mueller 38	(1:32:01)	
Marathon-Mannschaft	10:15:52	Pulheimer SC	Manfred Hein (47)	(3:11:56)	10.10.2004 Essen
			Hans-Gerd Baumann (46)	(3:13:54)	
			Pypec	(3:50:02)	

5-Kampf-Mannschaft	5.601	Pulheimer SC	Heinrich Loddeke 47	(2.132)	16.06.2002 Baunatal
			5,19-38,39-26,86-31,36-5:41,38	AK 3.355	
	Konrad Hüstermann 47		(2.057)		
	5,21-32,37-27,06-32,51-5:41,51		AK 3.252		
	(AK 9.002)		Eike Hertel 43	(1.4129)	
			3,86-28,07-28,17-26,40-6:17,56	AK 2.395	