

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

Stand: 07.10.2023  
 erstellt von Wolfgang Rehmer

50 m	6,3	Marsch	Karl-Heinz	21 TSV Ründeroth	14.05.1977 Leverkusen
75 m	9,4	Marsch	Karl-Heinz	21 TSV Ründeroth	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 Ründeroth	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 LGS (Eiche Bad Honnef)	30.07.2011 Minden
Diskus 1,5 kg	49,75	Többen	Olaf	62 Pulheimer SC	11.08.2018 Dinslaken
Hammer 6,25 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	2.494 (AK 3.082)	Dannenberg	Jürgen	49 ASG Elsdorf	04.09.2008 Malmö / S
5-Kampf	2.132 (AK 3.305)	Loddeke	Heinrich	47 Pulheimer SC	16.06.2002 Baunatal
10-Kampf	4.063 (AK 6.320)	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	9:07,54	TV Refrath	Reinhart Brüning 65		09.09.2022 Sonsbeck
			Joachim Zeidler 66		
			Johannes Ritter 65		

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 3.305	
			Konrad Hüstermann 47	(2.057)	
			5,21-32,37-27,06-32,51-5:41,51	AK 3.198	
	Eike Hertel 43		(1.412)		
	(AK 8.843)		3,86-28,07-28,17-26,40-6:17,56	AK 2.350	