

W 65 - Rekorde der Regio Südost

Stand: 07.10.2023

erstellt von Wolfgang Rehmer

100 m	15,24	Franzen	Christel	28 TuS Köln rrh	06.06.1994 Athen / GRE
200 m	31,36	Franzen	Christel	28 TuS Köln rrh	10.06.1994 Athen / GRE
400 m	74,0	Franzen	Christel	28 TuS Köln rrh	16.07.1994 Erkelenz
800 m	2:58,45	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	19.08.2021 Berg. Gladbach
3000 m	12:57,03	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	18.08.2022 Berg. Gladbach
5000 m	22:09,65	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	26.08.2021 Berg. Gladbach
10.000 m	45:43,99	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	07.05.2022 Pliezhausen
5 km	22:02	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	18.02.2023 Mönchengladbach
10 km	44:55	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	06.03.2022 Leverkusen
Halbmarathon	1:40:05	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	26.03.2023 Freiburg
Marathon	3:41:24	Wietscher	Antje	56 TV Refrath	09.10.2022 Essen
100 km	10:21:21	Schmitz	Ursula	32 TV Witzhelden	10.04.1999 Troisdorf
5 km Gehen	32:59	Girards	Rosa	39 SC Buchenhöhe Horrem	17.10.2004 Aschersleben
10 km Gehen	68:30	Girards	Rosa	39 SC Buchenhöhe Horrem	04.11.2007 Rotterdam / NL
20 km Gehen	2:27:46	Girards	Rosa	39 SC Buchenhöhe Horrem	07.10.2007 Tilburg / NL
Hochsprung	1,08	Schreiber	Barbara	51 TSV Bayer Leverkusen	04.06.2016 Essen
Weitsprung	3,98	Franzen	Christel	28 TuS Köln rrh	26.08.1994 Lübeck
Dreisprung	5,93	Diekmann	Maria	34 1. FC Hardtberg	06.03.1999 Bonn
Kugel 3 kg	9,44	Franzen	Christel	28 TuS Köln rrh	26.06.1993 Köln
Gewicht 5,45kg	10,30	Timm	Elke	44 TS Frechen	21.09.2013 Aachen
Diskus 1 kg	24,06	Franzen	Christel	28 TuS Köln rrh	27.08.1993 Minden
Hammer 3 kg	27,20	Stecher	Gisela	43 TS Frechen	11.01.2009 Düsseldorf
Speer 500 g	26,36	Weiss	Irmgard	55 LAZ PRS (TV Kaldauen)	28.08.2021 Düsseldorf
Werfer-5-Kampf	1.678 (AK 2.928)	Stecher	Gisela	43 TS Frechen	01.08.2008 Ljubljana / SLO
		26,24 - 8,76 - 18,88 - 16,55 - 9,98			