

**Leichtathletikkreis Oberberg  
Kreismeister 1976 - 2000**

**Männer**

<b>100 m</b>		<b>MR = Meisterschaftsrekord</b>
1976	Sprenker, Rolf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	11,2 Sek.
1977	Sprenker, Rolf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	11,2 Sek.
1978	Arnold, Dieter, LG Wipperfürth/Hückeswagen	10,9 Sek.
1979	Busch, Bernhard, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	11,1 Sek.
1980	Domin, Hubertus, LG Gummersbach	10,8 Sek.
1981	Domin, Hubertus, LG Wipperfürth	11,0 Sek.
1982	Kreth, Oliver, LG Wipperfürth	11,0 Sek.
1983	Cleve, Axel, LG Wipperfürth	10,8 Sek.
1984	Eicker, Benno, LG Wipperfürth	10,7 Sek.
1985	Eicker, Benno, LG Wipperfürth	10,6 Sek.
1986	Eicker, Benno, LG Wipperfürth	<b>MR 10,4 Sek.</b>
1987	Maul, Andreas, LG Wipperfürth	10,6 Sek.
1988	Gelfarth, Volker, LG Wipperfürth	10,83 Sek.
1989	Eicker, Benno, LG Wipperfürth	10,80 Sek.
1990	Hoffmann, Bernd, TS Bergisch Gladbach	11,06 Sek.
1991	Lenz, Rüdiger, LG Wipperfürth	11,18 Sek.
1992	Maul, Andreas, LG Wipperfürth	11,13 Sek.
1993	Wegerhoff, Carsten, LG Wipperfürth	11,09 Sek.
1994	Wegerhoff, Carsten, LG Wipperfürth	11,03 Sek.
1995	Kremp, Stefan, LG Wipperfürth	10,95 Sek.
1996	Freches, Payk, Wiehltaler LC	11,60 Sek.
1997	Gippert, Jochen, TS Bergisch Gladbach	11,34 Sek.
1998	Südkamp, Alexander, TS Bergisch Gladbach	10,88 Sek.
1999	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	11,32 Sek.
2000	Gippert, Jochen TS Bergisch Gladbach	11,11 Sek.
<b>200 m</b>		
1976	Jansen, Jörg, TuS Waldbröl	23,3 Sek.
1977	Busch, Bernhard, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	23,3 Sek.
1978	Busch, Bernhard, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	23,2 Sek.
1979	Domin, Hubertus, LG Gummersbach	23,3 Sek.
1980	Mortsiefer, Ralf, TuS Waldbröl	23,2 Sek.
1981	Kreth, Oliver, LG Wipperfürth	22,8 Sek.
1982	Kreth, Oliver, LG Wipperfürth	22,7 Sek.
1983	Schirmer, Michael, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	22,6 Sek.
1984	Nicht ausgetragen	
1985	Eicker, Benno, LG Wipperfürth	22,0 Sek.
1986	Eicker, Benno, LG Wipperfürth	21,8 Sek.
1987	Dames, Udo, LG Wipperfürth	22,2 Sek.
1988	Renner, Christoph, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	22,09 Sek.
1989	Peter, Markus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	22,45 Sek.
1990	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	22,42 Sek.
1991	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	22,32 Sek.
1992	Maul, Andreas, LG Wipperfürth	<b>MR 21,50 Sek.</b>
1993	Wegerhoff, Carsten, LG Wipperfürth	21,95 Sek.
1994	Wegerhoff, Carsten, LG Wipperfürth	22,09 Sek.
1995	Kremp, Stefan, LG Wipperfürth	22,52 Sek.
1996	Südkamp, Alexander, TS Bergisch Gladbach	21,64 Sek.
1997	Nicht ausgetragen	
1998	Südkamp, Alexander, TS Bergisch Gladbach	21,97 Sek.
1999	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	22,45 Sek.
2000	Puschmann, Sven LG Wipperfürth	22,01 Sek.
<b>400 m</b>		

1976	Tups, Joachim, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	52,6 Sek.
1977	Höller, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	51,0 Sek.
1978	Beutelstahl, Bernd, LG Wipperfürth/Hückeswagen	52,7 Sek.
1979	Buhl, Andreas, VfL Engelskirchen	51,9 Sek.
1980	Buhl, Andreas, VfL Engelskirchen	51,2 Sek.
1981	Buhl, Andreas, VfL Engelskirchen	51,7 Sek.
1982	Beutelstahl, Bernd, LG Wipperfürth	50,6 Sek.
1983	Dames, Udo, LG Wipperfürth	50,2 Sek.
1984	Dames, Udo, LG Wipperfürth	49,3 Sek.
1985	Nicht ausgetragen	
1986	Ochel, Markus, LG Wipperfürth	50,9 Sek.
1987	Dames, Udo, LG Wipperfürth	48,7 Sek.
1988	Mück, Andreas, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	51,79
1989	Ewert, Kolja, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	49,95 Sek.
1990	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	<b>MR 48,31 Sek.</b>
1991	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	48,49 Sek.
1992	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	49,46 Sek.
1993	Renner, Christoph, TS Bergisch Gladbach	49,80 Sek.
1994 und 1995	Nicht ausgetragen	
1996	Hollain, Alfred, LG Dieringhausen	63,84 Sek.
1997	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	50,04 Sek.
1998	Ewert, Kolja, TS Bergisch Gladbach	49,45 Sek.
1999	Nicht ausgetragen	
2000	Nicklisch, Andreas, TS Bergisch Gladbach	48,88 Sek.
<b>800 m</b>		
1976	Funken, Klaus, LG Runderoth	1:55,6 Min.
1977 und 1978	Nicht ausgetragen	
1979	Widrinski, Peter, LG Gummersbach	2:02,8 Min.
1980	Nicht ausgetragen	
1981	Stein, Klaus, VfL Engelskirchen	2:11,1 Min.
1982	Beutelstahl, Bernd, LG Wipperfürth	1:57,9 Min.
1983	Pack, Martin, LG Wipperfürth	2:04,6 Min.
1984	Nicht ausgetragen	
1985	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	2:05,1 Min.
1986	Neubacher, Wulf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1:56,8 Min.
1987	Mück, Andreas, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1:55,4 Min.
1988	Neubacher, Wulf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1:54,53 Min.
1989	Neubacher, Wulf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1:56,18 Min.
1990	Breitkopf, Lothar, LG Wipperfürth	<b>MR 1:54,25 Min.</b>
1991	Mück, Andreas, TS Bergisch Gladbach	1:56,71 Min.
1992	Breitkopf, Lothar, LG Wipperfürth	1:54,60 Min.
1993	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	1:56,28 Min.
1994	Weber, Frank, LG Wipperfürth	1:58,46 Min.
1995	Weber, Frank, LG Wipperfürth	1:59,99 Min.
1996	Selbach, Gregor, LG Wipperfürth	2:01,14 Min.
1997 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>1.500 m</b>		
1976	Funken, Klaus, LG Runderoth	4:08,6 Min.
1977	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	4:03,9 Min.
1978	Kuliga, Herbert, LG Gummersbach	4:01,2 Min.
1979	Nicht ausgetragen	
1980	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	4:08,4 Min.
1981	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	4:31,5 Min.
1982	Gippert, Martin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	4:07,4 Min.
1983	Denfors, Gunnar, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	4:11,1 Min.
1984	Pack, Martin, LG Wipperfürth	4:03,5 Min.
1985	Nicht ausgetragen	

1986	Pack, Martin, LG Wipperfürth	3:58,9 Min.
1987	Mück, Andreas, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	4:00,0 Min.
1988	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	<b>MR 3:56,84 Min.</b>
1989	Neubacher, Wulf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	3:57,25 Min.
1990	Stang, Waldemar, LG Gummersbach	4:09,54 Min.
1991	Mück, Andreas, TS Bergisch Gladbach	4:04,10 Min.
1992 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Baumhof, Jochen, Oberodenthaler LC	4:25,99 Min.
1999	Keiler, Tobias, TV Refrath	4:30,84 Min.
2000	Langer, Tobias, Wiehltaler LC	4:48,31 Min.
<b>5.000 m</b>		
1976	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15:07,8 Min.
1977	Kuliga, Herbert, VfL Gummersbach	15:43,5 Min.
1978	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15:04,1 Min.
1979	Kuliga, Herbert, LG Gummersbach	15:23,7 Min.
1980	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	15:13,6 Min.
1981	Wintrich, Gerd, TV Leichlingen	16:11,3 Min.
1982	Gippert, Martin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15:35,8 Min.
1983	Krämer, Klaus, Wiehltaler LC	15:29,5 Min.
1984	Cromm, Andreas, TV Herkenrath	15:40,2 Min.
1985	Schürmann, Rolf, LG Wipperfürth	15:55,8 Min.
1986	Cromm, Andreas, TV Herkenrath	15:23,3 Min.
1987	Krämer, Klaus, Wiehltaler LC	15:20,6 Min.
1988	Schüttler, Bernd, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15:38,35 Min.
1989	Nicht ausgetragen	
1990	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	15:18,30 Min.
1991	Schnabel, Frank, LG Wipperfürth	15:05,19 Min.
1992	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	<b>MR 14:56,33 Min.</b>
1993	Dobson, Richard, TV Witzhelden	15:28,17 Min.
1994	Schönbach, Roland, TV Refrath	16:38,79 Min.
1995	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	15:23,67 Min.
1996	Hollain, Rolf, TuS Weiershagen	16:04,06 Min.
1997	Kalogeropoulos, Niko, LG Wipperfürth	15:59,62 Min.
1998	Redlich, Michael, TuS Weiershagen	15:10,55 Min.
1999	Lieth, Udo, TV Refrath	16:00,12 Min.
2000	Selbach, Gregor, TV Refrath	15:20,74 Min.
<b>10.000 m</b>		
1976	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	<b>MR 31:12,8 Min.</b>
1977	Gippert, Martin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	33:51,8 Min.
1978	Kuliga, Herbert, LG Gummersbach	32:10,6 Min.
1979	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	31:50,7 Min.
1980	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	31:32,2 Min.
1981	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	33:23,2 Min.
1982	Gippert, Martin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	33:13,7 Min.
1983	Krämer, Klaus, Wiehltaler LC	33:01,3 Min.
1984	Cromm, Andreas, TV Herkenrath	31:37,0 Min.
1985	Müller, Jörg, LG Wipperfürth	31:59,9 Min.
1986	Cromm, Andreas, TV Herkenrath	32:36,1 Min.
1987	Krämer, Klaus, Wiehltaler LC	32:26,5 Min.
1988	Pohlmann, Burghard, TuS Weiershagen	34:38,5 Min.
1989	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	32:51,0 Min.
1990 bis 1992	Nicht ausgetragen	
1993	Baumhof, Jochen, TV Witzhelden	32:14,39 Min.
1994 bis 1996	Nicht ausgetragen	
1997	Pohlmann, Burghard, TuS Weiershagen	33:51,95 Min.
1998	Kästner, Olaf, LG Gummersbach	33:01,22 Min.
1999	Lieth, Udo, TV Refrath	32:50,06 Min.

2000	Lieth, Udo, TV Refrath	32:39,72 Min.
<b>10-Km-Straße</b>	1998 erstmals ausgetragen	
1998	Kästner, Olaf, LG Gummersbach	36:13 Min.
1999	Lieth, Udo, TV Refrath	<b>MR 33:34 Min.</b>
2000	Kästner, Olaf, LG Gummersbach	34:05 Min.
<b>10-Km-Straße</b>	Mannschaftswertung	
1998	Keine Wertung	
1999	TV Refrath (Lieth – Hogrefe – Jansen)	1.48:34 Std.
2000	LG Gummersbach(Kästner-Kalogeropoulos-Holthaus)	<b>MR 1.46:39 Std.</b>
<b>25-Km-Straße</b>		
1976	Uhlig, Malte, LG Ründeroth	1.27:12,0 Std.
1977	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1.22:55,2 Std.
1978	Gildenmeister, Norbert, TV Refrath	1.30:03,0 Std.
1979	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	<b>MR 1.22:51,0 Std.</b>
1980	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	1.23:51,0 Std.
1981	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1.23:11,0 Std.
1982	Werner, Alexander, TV Herkenrath	1.29:35,0 Std.
1983	Krämer, Klaus, Wiehltales LC	1.28:10,0 Std.
1984	Krämer, Klaus, Wiehltales LC	1.25:13,0 Std.
1985	Cromm, Andreas, TV Herkenrath	1.28:26,0 Std.
1986	Kreuzer, Manfred, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1.29:26,0 Std.
1987	Krämer, Klaus, Wiehltales LC	1.25:49,5 Std.
1988	Pohlmann, Burghard, TuS Weiershagen	1.33:48,1 Std.
1989	Stang, Waldemar, LG Gummersbach	1.29:39,0 Std.
1990	Harbich, Jürgen, LG Gummersbach	1.31:24,0 Std.
1991	Bader, Arnd, LG Wipperfürth	1.26:17,0 Std.
1992	Esser, Stefan, LG Gummersbach	1.28:52,0 Std.
1993	Esser, Stefan, LG Gummersbach	1.30:19,0 Std.
	<b>Ab 1994 Halbmarathonlauf</b>	
1994	Kästner, Olaf, LG Wipperfürth	1.14:25,0 Std.
1995	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	1.15:12,0 Std.
1996	Hollain, Rolf, TuS Weiershagen	1.15:12,0 Std.
1997	Hollain, Rolf, TuS Weiershagen	<b>MR 1.12:44,0 Std.</b>
1998	Kästner, Olaf, LG Gummersbach	1.14:07,0 Std.
1999	Lieth, Udo, TV Refrath	1.13:34,9 Std.
2000	Lieth, Udo, TV Refrath	1,15:07,4 Std.
<b>25-Km-Straße</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976	TV Refrath (Gildenmeister-Kuptz-Berens)	4.36:31,0 Std.
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Wasser – Leroy – Linden)	4.29:53,0 Std.
1978	TV Refrath (Gildenmeister-Uhlig-Monheim)	4.34:47,0 Std.
1979	LG Gummersbach (Hoffmann-Vinzelberg- Kattwinkel)	4.30:52,0 Std.
1980	TV Oberbantenberg (Krämer-Krieger-Kahler)	4.35:13,6 Std.
1981	TV Oberbantenberg (Krämer-Krieger-Hoffmann)	4.31:50,0 Std.
1982	TV Herkenrath (Werner-Reinartz-Egolf)	4.34:54,0 Std.
1983	TV Herkenrath (Cromm-Alexander-Reinartz)	4.42:08,0 Std.
1984	LG Wipperfürth (Schürmann-Müller-Feldhoff)	<b>MR 4.23:18,0 Std.</b>
1985	TV Herkenrath (Cromm-Berens-Dr. Bausch)	4.31:02,0 Std.
1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Kreuzer – Schneider – Juschka)	4.39:23,6 Std.
1987	Wiehltales LC (Krämer, Mauter, G. Runkel)	4.37:24,8 Std.
1988	SSV Overath (Ostermann-Krämer-Blatt)	5.25:09,2 Std.
1989	LG Gummersbach (Stang-Harbich-Tsintukidis)	4.34:39,0 Std.
1990	LG Gummersbach (Harbich-Esser-Fischer)	4.49:10,0 Std.

1991	TuS Weiershagen (Pohlmann, Linden, J ., Kuffer, U.)	4.42:09,0 Std.
1992	LG Gummersbach (Esser-Freischlader-Frede)	4.51:45,0 Std.
1993	LG Gummersbach (Esser-Peinado-Kalogeropoulos)	4.43:59,0 Std.
<b>Ab 1994 Halbmarathon</b>		
1994	TuS Lindlar (Breidenbach-Drux-Grassa)	4.03:04,0 Std.
1995	LG Wipperfürth (Feldhoff-Kalogeropoulos-Küpper)	4.12:40,0 Std.
1996	LG Gummersbach (Rocholz-Fischer-Niemann,A.)	4.27:56,0 Std.
1997	TuS Weiershagen (Hollain-Pohlmann-Kuffer,Udo)	4.10:53,0 Std.
1998	TV Refrath (Hogrefe-Siefert-Wecker)	4.18:52,0 Std.
1999	TV Refrath (Lieth-Hogrefe-Klever)	3.59:48,4 Std.
2000	TV Refrath (Lieth – Dr. Hogrefe – Buchmüller)	<b>MR 3.58:18,4 Std.</b>
<b>Marathonlauf</b>		
1976	Uhlig, Malte, LG Ründeroth	2.51:37,0 Std.
1977	Hoffmann, Klaus, VfL Gummersbach	2.42:30,0 Std.
1978	Hoffmann, Klaus, LG Gummersbach	2.38:36,0 Std.
1979	Hoffmann, Klaus, LG Gummersbach	2.45:42,0 Std.
1980	Nicht ausgetragen	
1981	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	<b>MR 2.29:29,0 Std.</b>
1982	Wintrich, Gerd, Leichlinger TV	2.38:48,0 Std.
1983	Werner, Alexander, TV Herkenrath	2.39:34,0 Std.
1984	Krämer, Klaus, Wiehltaler LC	2.31:36,0 Std.
1985	Schrank, Klaus Rainer, Tuspo Dahlhausen	2.41:52,0 Std.
1986	Frühlingsdorf, Hermann, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	2.41:21,0 Std.
1987	Krämer, Klaus, Wiehltaler LC	2.41:28,0 Std.
1988 bis 1993	Nicht ausgetragen	
1994	Hogrefe, Dirk, TV Refrath	2.59:02,0 Std.
1995 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Dr. Hogrefe, Dirk, TV Refrath	2.57:56,0 Std.
1999	Dr. Hogrefe, Dirk, TV Refrath	2.55:28,7 Std.
2000	Lieth, Udo, TV Refrath	2.42:04,0 Std.
<b>Marathonlauf Mannschaftswertung</b>		
1976	TV Refrath (Berens-Gildenmeister-Mandt)	9.48:56,0 Std.
1977	TV Refrath (Gildenmeister-Monheim-Westergaard)	9.39:34,0 Std.
1978	LG Gummersbach (Hoffmann-Schnauder-Fielenbach)	8.29:10,0 Std.
1979	LG Gummersbach (Hoffmann-Fielenbach-Toelstede)	9.26:15,0 Std.
1980	Nicht ausgetragen	
1981	TV Oberbantenberg (Krämer-Hoffmann-Kattwinkel)	<b>MR 7.53:07,0 Std.</b>
1982	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Breidenstein – Schneider – Stojadinovic)	8.37:26,0 Std.
1983	TV Herkenrath (Werner-Berens-Pakendorf)	8.16:16,0 Std.
1984	Wiehltaler LC (Krämer-Kattwinkel-Krieger)	8.12:27,0 Std.
1985	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Kreuzer – Pantel – Schneider)	9.49:45,0 Std.
1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Frühlingsdorf – Rath – Bergner)	8.07:10,0 Std.
1987	LG Gummersbach Klaus Hoffmann-Dietmar Hoffmann -Tsintukidis)	9.09:23,0 Std.
1988 bis 1993	Nicht ausgetragen	
1994	TV Witzhelden (Leismann – Koloska - Albert)	10.59:28,0 Std.
1995 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	TV Witzhelden (Melzig – Leismann – Maiwald)	9.53:42,3 Std.
1999	TV Refrath (Dr. Hogrefe – Siefert – Dr. Müller)	10.01:52,6 Std.
2000	TV Refrath (Lieth – Selbach – Heisig)	8.31:55,0 Std.
<b>110m-Hürden</b>		
1976	Vogel, Karl, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	16,0 Sek.

1977	Schilde, Heribert, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	16,5 Sek.
1978	Oberbach, Heinrich, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	16,0 Sek.
1979	Oberbach, Heinrich, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	<b>MR 15,3 Sek.</b>
1980	Schilde, Heribert, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	15,8 Sek.
1981	Peitgen, Klaus, TuS Waldbröl	15,6 Sek.
1982	Henning, Manfred, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	16,0 Sek.
1983	Völker, Stefan, LG Wipperfürth	16,6 Sek.
1984	Henning, Manfred, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	15,8 Sek.
1985	Pankala, Frank, LG Wipperfürth	16,5 Sek.
1986	Henning, Manfred, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	15,6 Sek.
1987	Nicht ausgetragen	
1988	Pankala, Frank, LG Wipperfürth	16,50 Sek.
1989	Pankala, Frank, LG Wipperfürth	16,59 Sek.
1990	Pankala, Frank, LG Wipperfürth	16,50 Sek.
1991 bis 1995	Nicht ausgetragen	
1996	Nicklisch, Andreas, TS Bergisch Gladbach	15,52 Sek.
1997 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>400m-Hürden</b>		
1976-1985	Nicht ausgetragen	
1986	Meier, Christian, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	57,3 Sek.
1987	Renner, Christoph, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	53,3 Sek.
1988	Renner, Christoph, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	<b>MR 53,26</b>
1989	Renner, Christoph, LAZ Berg. Gladbach/Bensberg	53,93 Sek.
1990	Renner, Christoph, TS Bergisch Gladbach	54,26 Sek.
1991	Renner, Christoph, TS Bergisch Gladbach	53,95 Sek.
1992-2000	Nicht ausgetragen	
<b>3.000m-Hindernislauf</b>		
1976	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	9:46,0 Min.
1977	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	9:38,4 Min.
1978	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	<b>MR 9:33,3 Min.</b>
1979-2000	Nicht ausgetragen	
<b>4x100m Staffel</b>		
1976	LG Wipperfürth – Hückeswagen (Birker – Arnold – Bernhagen – Beutelstahl)	45,5 Sek.
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Vogel – Busch – Höller – Heinen)	44,3 Sek.
1978	LG Wipperfürth – Hückeswagen (Wald – Beutelstahl – Schuldner – Arnold)	45,1 Sek.
1979	TuS Waldbröl (Hill –Thiel –Reschke –Mortsiefer)	45,9 Sek.
1980	TuS Waldbröl (Hill – Peitgen –Thiel – Mortsiefer)	44,7 Sek.
1981	LG Wipperfürth – Hückeswagen (Domin – Floßbach – Kreth – Arnold)	46,5 Sek.
1982	LG Wipperfürth (Cleve-Dames-Heider-Kreth)	45,4 Sek.
1983	LG Wipperfürth (Kreth-Maul-Cleve-Eicker)	42,6 Sek.
1984	LG Wipperfürth (Kreth-Maul-Cleve-Eicker)	41,7 Sek.
1985	LG Wipperfürth (Kreth-Maul-Cleve-Eicker)	43,0 Sek.
1986	LG Wipperfürth (Schmidt-Kreth-Lischke-Eicker)	43,1 Sek.
1987	LG Wipperfürth (Kreth-Dames-Lenz-Maul)	41,8 Sek.
1988	LG Wipperfürth (Schmidt-Meyer-Lenz-Gelfarth)	42,86 Sek.
1989	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Flock – Schmidt – Peter – Ewert)	45,39 Sek.
1990	TS Bergisch Gladbach (Stamm – Hoffmann – Peter – Schmidt)	43,59 Sek.
1991	TS Bergisch Gladbach (Menck – Renner – Ewert – Linsmeier)	43,88 Sek.

1992	LG Wipperfürth (Köchling-Maul-Gerrath-Wegerhoff)	<b>MR 41,59 Sek.</b>
1993	LG Wipperfürth (Umlauft-Maul-Köchling-Wegerhoff)	42,49 Sek.
1994 und 1995	Nicht ausgetragen	
1996	TS Bergisch Gladbach (Gippert – Ewert – Nicklisch – Südkamp)	42,26 Sek.
1997 bis 1999	Nicht ausgetragen	
2000	LG Wipperfürth (Stein-Weber-Puschmann-Mitschke)	43,00 Sek.
<b>4x400m Staffel</b>		
1976	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Sprenker – Oberbach – Jaenisch – Höller)	<b>MR 3:31,6 Min.</b>
1977 und 1978	Nicht ausgetragen	
1979	TuS Waldbröl (Thiel-Peitgen-Reschke-Mortsiefer)	3:37,5 Min.
1980-2000	Nicht ausgetragen	
<b>4x800m Staffel</b>		
1976	LG Runderoth (Disselhoff-Wendeler-Schmidt-Funken)	<b>MR 8:29,8 Min.</b>
1977 - 2000	Nicht ausgetragen	
<b>4x1500m Staffel</b>		
1976	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Rogge – Gippert – Engeländer – Leroy)	<b>MR 16:55,0 Min.</b>
1977	Nicht ausgetragen	
1978	Nicht ausgetragen	
1979	LG Gummersbach (K.Kuliga – Vinzelberg – Widrinsky – Boerner)	17:40,4 Min.
1980 – 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Weitsprung</b>		
1976	Schuldner, Bernd, LG Wipperfürth-Hückeswagen	6,74 m
1977	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	6,50 m
1978	Arnold, Dieter, LG Wipperfürth-Hückeswagen	6,96 m
1979	Schuldner, Bernd, LG Wipperfürth-Hückeswagen	<b>MR 7,10 m</b>
1980	Brauer, Andreas, TSV Runderoth	6,47 m
1981	Schelle-Südkamp, Ivo, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	6,85 m
1982	Freisen, Clemens, TV Refrath	6,87 m
1983	Völker, Stefan, LG Wipperfürth	6,60 m
1984	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen - Runderoth	7,06 m
1985	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen - Runderoth	7,08 m
1986	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen - Runderoth	6,88 m
1987	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen – Runderoth	6,98 m
1988	Kreth, Oliver, LG Wipperfürth	6,71 m
1989	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen – Runderoth	6,87 m
1990	Lenz, Rüdiger, LG Wipperfürth	6,90 m
1991	Lenz, Rüdiger, LG Wipperfürth	6,73 m
1992	Lenz, Rüdiger, LG Wipperfürth	6,66 m
1993	Freches, Payk, Wiehltaler LC	6,58 m
1994	Freches, Payk, Wiehltaler LC	6,79 m
1995	Böhm, Ben, LG Wipperfürth	6,65 m
1996	Freches, Payk, Wiehltaler LC	6,66 m
1997	Krüger, Stephan, TS Bergisch Gladbach	6,21 m
1998	Krüger, Stephan, TS Bergisch Gladbach	6,18 m
1999	Sebastian, Thorsten, TuS Waldbröl	5,41 m
2000	Hombach, Andreas, TuS Waldbröl	6,04 m
<b>Dreisprung</b>		
1976	Schuldner, Bernd, LG Wipperfürth-Hückeswagen	<b>MR 14,35 m</b>
1977	Schuldner, Bernd, LG Wipperfürth-Hückeswagen	14,34 m

1978	Schuldner, Bernd, LG Wipperfürth-Hückeswagen	13,58 m
1979 und 1980	Nicht ausgetragen	
1981	Höller, Heinz Otto, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	13,65 m
1982	Bernhagen, Jürgen, LG Wipperfürth	14,21 m
1983	Bernhagen, Jürgen, LG Wipperfürth	14,22 m
1984	Nicht ausgetragen	
1985	Völker, Stefan, LG Wipperfürth	13,95 m
1986	Völker, Stefan, LG Wipperfürth	13,60 m
1987	Völker, Stefan, LG Wipperfürth	14,06 m
1988	Nicht ausgetragen	
1989	Pankala, Frank, LG Wipperfürth	13,81 m
1990	Pankala, Frank, LG Wipperfürth	13,31m
1991	Völker, Stefan, LG Wipperfürth	13,31 m
1992	Lenz, Rüdiger, LG Wipperfürth	12,54 m
1993 und 1994	Nicht ausgetragen	
1995	Freches, Payk, Wiehltaler LC	12,36 m
1996 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Hochsprung</b>		
1976	Hönerbach, Rolf, TuS Lindlar	1,80 m
1977	Hönerbach, Rolf, VfL Engelskirchen	1,85 m
1978	Höller, Heinz-Otto, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	1,97 m
1979	Spielvogel, Gunter, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	1,97 m
1980	Spielvogel, Gunter, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	2,04 m
1981	Schneider, Ulf, LG Wipperfürth	2,02 m
1982	Schneider, Ulf, LG Wipperfürth	2,00 m
1983	Höller, Heinz-Otto, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	2,01 m
1984	Schneider, Ulf, LG Wipperfürth	2,00 m
1985	Schneider, Ulf, LG Wipperfürth	1,85 m
1986	Schneider, Ulf, LG Wipperfürth	1,95 m
1987	Schneider, Ulf, LG Wipperfürth	1,90 m
1988	Wirth, Axel, LG Wipperfürth	1,80 m
1989	Schmidt, Hans-Günther, LG Wipperfürth	1,90 m
1990	Tengler, Stefan, TSV Radevormwald	1,90 m
1991	Holzapfel, Christ., TS Bergisch Gladbach	1,95 m
1992	Tengler, Stefan, TSV Radevormwald	1,85 m
1993	Stich, Martin, Leichlinger TV	<b>MR 2,08 m</b>
1994	Nicht ausgetragen	
1995	Böttger, Mike, LG Wipperfürth	1,90 m
1996 bis 1998	Nicht ausgetragen	
1999	Krüger, Stephan, TS Bergisch Gladbach	1,60 m
2000	Saranovic, Slaven, TS Bergisch Gladbach	1,86 m



<b>Stabhochsprung</b>		
1976	Vogel, Karl, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	3,40 m
1977	Schilde, Heribert, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	3,60 m
1978	Schilde, Heribert, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	3,70 m
1979 und 1980	Nicht ausgetragen	
1981	Höller, Heinz-Otto, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	3,40 m
1982	Nicht ausgetragen	
1983	Klaus, Stefan, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	3,50 m
1984	Henning, Manfred, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	<b>MR 3,90 m</b>
1985 bis 1987	Nicht ausgetragen	
1988	Henning, Manfred, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	<b>MR egalisiert 3,90 m</b>
1989	Nicht ausgetragen	
1990	Hömke, Markus, TS Bergisch Gladbach	<b>MR eg. 3,90 m</b>
1991	Lischke, J.Peter, LG Wipperfürth	3,00 m
1992	Ochel, Markus, LG Wipperfürth	3,70 m
1993	Ochel, Markus, LG Wipperfürth	<b>MR eg. 3,90 m</b>
1994 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Kugelstoßen</b>		
1976	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	14,19 m
1977	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	15,18 m
1978	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	14,70 m
1979	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	15,06 m
1980	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	14,88 m
1981	Schöler, Horst, TSV Runderoth	14,65 m
1982	Langenberg, Wolfgang, LG Wipperfürth	13,64 m
1983	Schöler, Horst, LG Runderoth/Engelskirchen	13,26 m
1984	Heinen, Klaus, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	14,06 m
1985	Meine, Martin, LG Wipperfürth	13,21 m
1986	Meine, Martin, LG Wipperfürth	12,85 m
1987	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	14,29 m
1988	Henze, Gregor, Wiehltaler LC	15,05 m
1989	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	14,34 m
1990	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	14,22 m
1991	Buchmüller, Manfred, TS Bergisch Gladbach	15,88 m
1992	Buchmüller, Manfred, TS Bergisch Gladbach	15,42 m
1993	Buchmüller, Manfred, TS Bergisch Gladbach	16,67 m
1994	Henze, Gregor, Wiehltaler LC	14,12 m
1995	Steinacker, Theo, LG Wipperfürth	13,32 m
1996	Heinen, Klaus, Wiehltaler LC	12,49 m
1997	Schreiber, Phillip, TS Bergisch Gladbach	<b>MR 16,81 m</b>
1998	Klaas, Markus, Wiehltaler LC	10,74 m
1999	Heinen, Klaus, Wiehltaler LC	11,58 m
2000	Fabeck, Roger Wiehltaler LC	14,88 m
<b>Diskuswurf</b>		
1976	Heinen, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	41,94 m
1977	Heinen, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	43,97 m
1978	Dannenberg, Fritz, LG Wipperfürth-Hückeswagen	46,01 m
1979 und 1980	Nicht ausgetragen	
1981	Dannenberg, Fritz, LG Wipperfürth	<b>MR 47,00 m</b>
1982	Dannenberg, Fritz, LG Wipperfürth	44,58 m
1983	Langenberg, Wolfgang, LG Wipperfürth	40,88 m
1984	Wald, Bernhard, LG Wipperfürth	37,88 m
1985	Meine, Martin, LG Wipperfürth	38,70 m
1986	Langenberg, Wolfgang, LG Wipperfürth	39,24 m
1987	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	40,84 m
1988	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	40,88 m
1989	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	42,04 m

1990	Hans, Elmar, LG Wipperfürth	40,84 m
1991	Henze, Gregor, Wiehltaler LC	42,74 m
1992	Steinacker, Theo, LG Wipperfürth	40,40 m
1993	Freches, Payk, Wiehltaler LC	32,94 m
1994	Henze, Gregor, Wiehltaler LC	41,44 m
1995	Steinacker, Theo, LG Wipperfürth	37,60 m
1996	Kaufmann, Kai, LG Wipperfürth	34,22 m
1997	Schreiber, Phillip, TS Bergisch Gladbach	44,74 m
1998	Klaas, Stefan, Wiehltaler LC	29,22 m
1999	Klaas, Stefan, Wiehltaler LC	29,62 m
2000	Fabeck, Roger, Wiehltaler LC	43,02 m
<b>Speerwurf</b>		
1976	Zimmermann, Folker, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	57,12 m
1977	Torke, Christoph, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	55,54 m
1978	Templin, Florian, LG Wipperfürth-Hückeswagen	55,88 m
1979	Templin, Florian, LG Wipperfürth-Hückeswagen	61,24 m
1980	Templin, Florian, LG Wipperfürth-Hückeswagen	64,84 m
1981	Langenberg, Wolfgang, LG Wipperfürth	60,20 m
1982	Langenberg, Wolfgang, LG Wipperfürth	54,90 m
1983	Langenberg, Wolfgang, LG Wipperfürth	58,10 m
1984	Kolbe, Bernd, LG Gummersbach	55,98 m
1985	Hartel, Michael, LG Wipperfürth	43,24 m
1986	Rosanski, Heinz, LG Wipperfürth	53,54 m
1987	Rosanski, Heinz, LG Wipperfürth	54,18 m
1988	Rosanski, Heinz, LG Wipperfürth	51,92 m
1989	Rosanski, Heinz, LG Wipperfürth	52,86 m
1990	Zschunke, Oliver, LG Wipperfürth	60,62 m
1991	Zschunke, Oliver, LG Wipperfürth	64,94 m
1992	Zschunke, Oliver, LG Wipperfürth	<b>MR 70,62 m</b>
1993	Windgassen, Marc, LG Wipperfürth	59,98 m
1994	Klaus, Oliver, TS Bergisch Gladbach	37,38 m
1995	Wirth, Axel, LG Wipperfürth	45,84 m
1996	Kaufmann, Kai, LG Wipperfürth	63,82 m
1997	Kaufmann, Kai, LG Wipperfürth	66,18 m
1998	Klaas, Stefan, Wiehltaler LC	43,98 m
1999	Klaas, Stefan, Wiehltaler LC	48,42 m
2000	Dr. Zschunke, Oliver, LG Wipperfürth	65,72 m
<b>Hammerwurf</b>		
1976	Heinen, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	36,96 m
1977	Heinen, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	43,38 m
1978	Hellegering, H.Wilhelm, LAZ Berg.Gladbach/Bensb.	47,24 m
1979 und 1980	Nicht ausgetragen	
1981	Benner, Kurt, Leichlinger TV	41,86 m
1982	Biegler, Rainer, Leichlinger TV	42,60 m
1983	Probusch, Bodo, Leichlinger TV	47,70 m
1984	Nicht ausgetragen	
1985	Linden, Sven, Leichlinger TV	51,88 m
1986	Linden, Sven, Leichlinger TV	55,74 m
1987 bis 1990	Nicht ausgetragen	
1991	Schäfers, Frank, Leichlinger TV	52,86 m
1992	Schäfers, Frank, Leichlinger TV	55,16 m
1993	Schäfers, Frank, Leichlinger TV	52,90 m
1994	Schäfers, Frank, Leichlinger TV	52,76 m
1995	Reichl, Markus, Leichlinger TV	51,64 m
1996	Linden, Sven, Leichlinger TV	60,22 m
1997	Schäfers, Frank, Leichlinger TV	52,26 m
1998	Linden, Sven, Leichlinger TV	60,80 m

1999	Linden, Sven, Leichlinger TV	<b>MR 63,14 m</b>
2000	Frank Schäfers, Leichlinger TV	51,71 m
<b>Fünfkampf</b>		
1986	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen - Ränderoth	2.818 P.
1987	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen - Ränderoth	<b>MR 2.855 P.</b>
<b>Fünfkampf Mannschaftswertung</b>		
1986	LG Engelskirchen - Ränderoth (Hesse – Steeger – Wiethaler)	7.449 P.
1987	LG Engelskirchen – Ränderoth (Hesse – Steeger – Noss)	<b>MR 7.820 P.</b>
<b>Zehnkampf</b>		
1976	Heinen, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	6.040 P.
1977	Heinen, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	<b>MR 6.334 P.</b>
1978	Wald, Bernhard, LG Wipperfürth-Hückeswagen	6.068 P.
1979	Bernhagen, Dieter, LG Wipperfürth-Hückeswagen	4.099 P.
1980	Wald, Bernhard, LG Wipperfürth	6.330 P.
1981	Wald, Bernhard, LG Wipperfürth	4.758 P.
1982	Wald, Bernhard, LG Wipperfürth	5.212 P.
1983	Nicht ausgetragen	
1984	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen-Ränderoth	5.374 P.
1985	Hesse, Olaf, LG Engelskirchen-Ränderoth	5.758 P.
1986 – 1990	Nicht ausgetragen	
1991	Tengeler, Stefan, TSV Radevormwald	4.802 P.
1992 – 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Zehnkampf Mannschaftswertung</b>		
1976	LG Wipperfürth – Hückeswagen (Wald – Stein – Arnold)	16.611 P.
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Heinen – Vogel – Schilde)	<b>MR 17.740 P.</b>
1978	LG Wipperfürth – Hückeswagen (Wald – Langenberg – Bernhagen)	14.917 P.
1979	Nicht ausgetragen	
1980	TV Leichlingen (Reichl-Redemann-Millbradt)	16.829 P.
1981	LG Wipperfürth (Wald-Templin-Rosanski)	11.489 P.
1982	LG Wipperfürth (Wald –Rosanski-Schneider)	14.512 P.
1983 und 1984	Nicht ausgetragen	
1985	LG Engelskirchen-Ränderoth (Hesse – Steeger –Wiethaler)	13.734 P.
1986 – 1990	Nicht ausgetragen	
1991	TSV Radevormwald (Tengeler – Schürmann – Schürmann)	13.319 P.
1992 – 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Crosslauf</b>		
<b>Langstrecke Einzelwertung</b>		
1976	Leroy, Jean-Pierre, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	
1977	Leroy, Jean-Pierre, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	
1978	Wasser, Klaus, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1979	Kuliga, Herbert, LG Gummersbach	
1980	Wintrich, Gerd, TV Leichlingen	
1981	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	
1982	Wintrich, Gerd, TV Leichlingen	
1983	Wintrich, Gerd, TV Leichlingen	
1984	Krämer, Klaus, Wiehltalet LC	
1985	Müller, Jörg, LG Wipperfürth	

1986	Cromm, Andreas, TV Herkenrath	
1987	Krämer, Klaus, Wiehlaler LC	
1988	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	
1989	Breitkopf, Lothar, LG Wipperfürth	
1990	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	
1991	Harbich, Jürgen, LG Gummersbach	
1992	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	
1993	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	
1994	Dobson, Richard, TV Witzhelden	
1995	Haarmann, Jörg, LG Wipperfürth	
1996	Feldhoff, Bernd, LG Wipperfürth	
1997	Hollain, Rolf, TuS Weiershagen	
1998	Redlich, Michael, TuS Weiershagen	
1999	Lieth, Udo, TV Refrath	
2000	Kästner, Olaf, LG Gummersbach	
<b>Langstrecke</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Rogge – Leroy – Müller)	16 P.
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Leroy – Rogge – Hennes)	14 P.
1978	TV Refrath (Uhlig-Gildenmeister-Kuptz)	13 P.
1979	LG Gummersbach (Kuliga,H.-Hoffmann-Kattwinkel)	10 P.
1980	TV Oberbantenberg (Krämer-Kattwinkel-Schneider)	15 P.
1981	TV Oberbantenberg (Krämer-Kattwinkel-Hoffmann)	9 P.
1982	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Denfors – Gippert – Hardt)	9 P.
1983	Wiehlaler LC (Schmidt-Krämer-Krieger)	10 P.
1984	LG Wipperfürth (Schürmann-Feldhoff-Müller)	9 P.
1985	Wiehlaler LC (Rose-Schmidt-Hornscheid)	15 P.
1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Kreuzer – Lohleit – Bendit)	13 P.
1987	Wiehlaler LC (Krämer-Kuliga-Mauter)	9 P.
1988	LG Wipperfürth (Langfeld-Weyer-Thiel)	11 P.
1989	LG Wipperfürth (Breitkopf-Feldhoff-Weyer)	
1990	LG Wipperfürth (Langfeld-Feldhoff-Görg)	12 P.
1991	LG Gummersbach (Harbich-Kästner-Schmalenbach)	14 P.
1992	LG Wipperfürth (Langfeld-Haarmann-Feldhoff)	7 P.
1993	TV Refrath (Einsiedel-Steinbrecher-Eusterholz)	11 P.
1994	TV Witzhelden (Dobson-Baumhof-Lieth)	
1995	LG Wipperfürth (Haarmann-Feldhoff-Kästner)	
1996	LG Wipperfürth (Feldhoff-Kalogeropoulos-Linscheid)	1.20:16,8 Std.
1997	TV Refrath (Siefert – Schönbach –Hogrefe)	2.11:38,0 Std.
1998	Oberodenthaler SC (Lieth-Baumhof-Keiler)	
1999	TV Refrath (Lieth – Baumhof – Jansen)	8 P.
2000	TV Refrath (Selbach-Heisig-Bellmann)	1.17:29 Std.
<b>Mittelstrecke</b>	<b>Einzelwertung</b>	
1976	Rogge, Raimund, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1977	Hennes, Burghardt, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	
1978	Kuliga, Herbert, LG Gummersbach	
1979	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	
1980	Kuliga, Klaus, LG Gummersbach	
1981	Krämer, Klaus, TV Oberbantenberg	
1982	Kuliga, Klaus, LG Gummersbach	
1983	Denfors, Gunnar, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	
1984	Krämer, Klaus, Wiehlaler LC	
1985	Neubacher, Wulf, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	
1986	Pack, Martin, LG Wipperfürth	

1987	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	
1988	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	
1989	Neubacher, Wulf, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1990	Breitkopf, Lothar, LG Wipperfürth	
1991	Esser, Stefan, LG Gummersbach	
1992	Langfeld, Robert, LG Wipperfürth	
1993	Esser, Stefan, LG Gummersbach	
1994	Einsiedel, Herbert, TV Refrath	
1995	Weber, Frank, LG Wipperfürth	
1996 und 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Mauter, Jörg, Wiehltales LC	
1999	Baumhof, Jochen, TV Refrath	
2000	Selbach, Gregor, TV Refrath	
<b>Mittelstrecke</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Rogge – Gippert – Heinen)	
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Hennes – Vorweg – Gippert)	
1978	LG Gummersbach (Kuliga,H. – Kuliga,K. – Wandt, H.)	
1979	TV Oberbantenberg (Krämer-Schneider-Straub)	
1980	TV Oberbantenberg (Krämer-Schneider-Straub)	
1981	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Schulze – Praet – Mannshausen)	
1982	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Gippert – Mannshausen – Schulze)	
1983	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Denfors – Gippert – Hardt)	
1984	Wiehltales LC (Krämer-Vollmer-Vinzelberg)	
1985	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Neubacher – Lohleit – Mannshausen)	
1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Neubacher – Lohleit – Kreuzer)	
1987	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Mück – Neubacher – Wagner)	
1988	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Neubacher – Schüttler – Wagner)	
1989	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Neubacher – v.Kuk – Wagner)	
1990	LG Gummersbach (Esser – Tinney – Hoppe)	
1991	Nicht ausgetragen	
1992	LG Wipperfürth (R.Langfeld-J.Langfeld-Weber)	
1993	Nicht ausgetragen	
1994	TV Refrath (Einsiedel-Steinbrecher-Westergaard)	
1995	TuS Weershagen (Niederau-Schmidt-Rothstein)	
1996 und 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Wiehltales LC (Mauter,J.-Hoffmann -Langner)	
1999	Wiehltales LC (Hoffmann – Mauter,J. –Langner)	
2000	Oberodenthaler SC (Hempfling-Keiler-Käsbach)	
<b>Frauen</b>		
<b>100 m</b>		
1976	Funken, Annelore, LG Runderoth	12,9 Sek.
1977	Piechotta, Lydia, VfL Gummersbach	13,0 Sek.
1978	Piechotta, Lydia, LG Gummersbach	12,7 Sek.
1979	Weller, Petra, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	12,7 Sek.
1980	Kaluza, Babette, TV Refrath	12,2 Sek.
1981	Kaluza, Babette, TV Refrath	12,3 Sek.

1982	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	12,5 Sek.
1983	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	12,8 Sek.
1984	Schley, Gabriele, LG Wipperfürth	12,5 Sek.
1985	Plawky, Andrea, LG Wipperfürth	12,0 Sek.
1986	Schley, Gabriele, LG Wipperfürth	<b>MR 11,9 Sek.</b>
1987	Karger, Claudia, LG Wipperfürth	12,5 Sek.
1988	Nolte, Brigitta, LG Wipperfürth	12,65 Sek.
1989	Schenk, Britta, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	12,98 Sek.
1990	Schenk, Britta, TS Bergisch Gladbach	13,14 Sek.
1991	Werner, Katja, Wiehltaler LC	12,46 Sek.
1992	Hormann, Christina, LG Wipperfürth	12,34 Sek.
1993	Werner, Katja, Wiehltaler LC	12,34 Sek.
1994	Hormann, Christina, LG Wipperfürth	12,25 Sek.
1995 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Zöller, Simone, Wiehltaler LC	12,83 Sek.
1999	Zöller, Simone, Wiehltaler LC	12,36 Sek.
2000	Zöller, Simone, Wiehltaler LC	12,69 Sek.
<b>200 m</b>		
1976	Funken, Annelore, LG Runderoth	27,4 Sek.
1977	Herkenrath, Rita, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	29,3 Sek.
1978	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	27,8 Sek.
1979	Weller, Petra, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	27,0 Sek.
1980	Krämer, Dagmar, TuS Waldbröl	28,1 Sek.
1981	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	26,9 Sek.
1982	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	26,7 Sek.
1983	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	26,6 Sek.
1984	Nicht ausgetragen	
1985	Bromann, Natascha, LG Wipperfürth	27,2 Sek.
1986	Lüsebrink, Ilka, LG Wipperfürth	25,7 Sek.
1987	Karger, Claudia, LG Wipperfürth	25,9 Sek.
1988	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	25,57 Sek.
1989	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	25,91 Sek.
1990	Krause, Kirstin, TS Bergisch Gladbach	27,09 Sek.
1991	Werner, Katja, Wiehltaler LC	25,90 Sek.
1992	Hormann, Christina, LG Wipperfürth	24,93 Sek.
1993	Nicht ausgetragen	
1994	Hormann, Christina, LG Wipperfürth	<b>MR 24,22 Sek.</b>
1995	Hormann, Christina, LG Wipperfürth	24,90 Sek.
1996	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	27,90 Sek.
1997	Nicht ausgetragen	
1998	Zöller, Simone, Wiehltaler LC	25,83 Sek.
1999	Werner, Katja, Wiehltaler LC	24,87 Sek.
2000	Zöller, Simone, Wiehltaler LC	26,16 Sek.
<b>400 m</b>		
1976	Rath, Annemie, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	67,2 Sek.
1977 und 1978	Nicht ausgetragen	
1979	Funken, Annelore, TSV Runderoth	61,9 Sek.
1980	Viersbach, Renate, LG Wipperfürth	62,9 Sek.
1981	Viersbach, Renate, LG Wipperfürth	63,7 Sek.
1982	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	63,8 Sek.
1983	Renner, Stefanie, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	63,5 Sek.
1984	Guhl, Britta, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	59,5 Sek.
1985	Nicht ausgetragen	
1986	Nolte, Brigitte, LG Wipperfürth	57,6 Sek.
1987	Berger, Frauke, LG Wipperfürth	58,1 Sek.
1988	Nolte, Brigitte, LG Wipperfürth	<b>MR 56,30</b>
1989 und 1990	Nicht ausgetragen	

1991	Böhle, Marion, LG Wipperfürth	56,83 Sek.
1992	Bergmann, Silke, LG Wipperfürth	57,50 Sek.
1993	Hannawald, Jutta, LG Wipperfürth	58,37 Sek.
1994	Hannawald, Jutta, LG Wipperfürth	57,99 Sek.
1995	Werner, Katja, Wiehltaler LC	62,70 Sek.
1996 und 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Köster, Tina, TS Bergisch Gladbach	68,80 Sek.
2000	Nicht ausgetragen	
<b>800 m</b>		
1976	Nicht ausgetragen	
1977	Dörpinghaus, Bettina, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	2:28,3 Min.
1978	Jasperneite, Ute, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	2:34,4 Min.
1979 und 1980	Nicht ausgetragen	
1981	Gippert, Monika, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	2:25,8 Min.
1982	Becker, Silke, LG Wipperfürth	2:35,9 Min.
1983 und 1984	Nicht ausgetragen	
1985	Hoppe, Britta, LG Gummersbach	<b>MR 2:17,0 Min.</b>
1986 und 1987	Nicht ausgetragen	
1988	Grabner, Stefanie, LT Rösrath	2:28,89 Min.
1989	Nicht ausgetragen	
1990	Langfeld, Judith, LG Wipperfürth	2:32,32 Min.
1991	Nicht ausgetragen	
1992	Lohe, Kristina, LG Wipperfürth	2:31,54 Min.
1993 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>1.500 m</b>		
1976	Göbel, Birgit, TV Refrath	5:17,4 Min.
1977 bis 1979	Nicht ausgetragen	
1980	Langhardt, Gabi, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5:43,5 Min.
1981 bis 1983	Nicht ausgetragen	
1984	Gippert, Monika, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	<b>MR 4:39,5 Min.</b>
1985	Nicht ausgetragen	
1986	Overath, Regina, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5:04,7 Min.
1987	Ommer, Elke, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5:27,0 Min.
1988	Horn, Iris, LG Wipperfürth	5:29,17 Min.
1989	Otto, Barbara, LG Engelskirchen-Ründeroth	5:29,74 Min.
1990 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>3.000 m</b>		
1976	Göbel, Birgit, TV Refrath	11:09,6 Min.
1977	Baumhof, Rita, LG Ründeroth	11:35,6 Min.
1978 bis 1982	Nicht ausgetragen	
1983	Gippert, Monika, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	10:28,6 Min.
1984	Kopal, Dagmar, LG Engelskirchen-Ründeroth	11:44,8 Min.
1985	Hoppe, Ursula, LG Gummersbach	11:56,8 Min.
1986	Hoppe, Ursula, LG Gummersbach	11:51,5 Min.
1987	Hoppe, Ursula, LG Gummersbach	11:53,1 Min.
1988	Langfeld, Judith, LG Wipperfürth	11:24,4 Min.
1989 bis 1994	Nicht ausgetragen	
1995	Steinborn, Dorothee, LG Wipperfürth	10:30,20 Min.
1996	Steinborn, Dorothee, LG Wipperfürth	<b>MR 10:10,51 Min.</b>
1997	Steinborn, Dorothee, LG Wipperfürth	10:39,18 Min.
1998 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>5.000 m</b>		
1976 - 1992	Nicht ausgetragen	
1993	Sieberichs, Sandra, TV Refrath	<b>MR 19:36,26 Min.</b>
1994 – 1999	Nicht ausgetragen	

2000	Zehnder, Elke, TuS Othetal	26:52,12 Min.
<b>10.000 m</b>		
1976 bis 1988	Nicht ausgetragen	
1989	Wurth, Anita, LG Wipperfürth	41:21,2 Min.
1990 – 1992	Nicht ausgetragen	
1993	Sieberichs, Sandra, TV Refrath	<b>MR 40:54,79 Min.</b>
1994 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Rath, Annemie, TS Bergisch Gladbach	50:04,61 Min.
1999	Rath, Annemie, TS Bergisch Gladbach	50:45,40 Min.
2000	Zehnder, Elke, TuS Othetal	55:42,62 Min.
<b>10-Km-Straße</b>		
1976	Nicht ausgetragen	
1977	Baumhof, Rita, LG Runderoth	42:07,0 Min.
1978	Baumhof, Rita, TSV Runderoth	48:14,0 Min.
1979 bis 1980	Nicht ausgetragen	
1981	Kenkmann, Heidi, SSV Marienheide	44:28,0 Min.
1982	Nicht ausgetragen	
1983	Hoppe, Ursula, LG Gummersbach	48:12,0 Min.
1984	Schneider, Hannelore, TV Bensberg	46:09,0 Min.
1985	Henrix, Ilse, TuS Waldbröl	44:22,9 Min.
1986	Stadtler, Andrea, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	42:07,9 Min.
1987	Happe, Claudia, LG Gummersbach	42:11,9 Min.
1988 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Prange, Eva, LG Gummersbach	48:26,0 Min.
1999	Christ, Tina, LG Wipperfürth	<b>MR 38:36,0 Min.</b>
2000	Steinborn, Dorothee, LG Gummersbach	38:49 Min.
<b>15 Km Straße</b>		
1976 bis 1987	Nicht ausgetragen	
1988	Hoppe, Melanie, LG Gummersbach	1.04:51,6 Std.
1989	Müller, Martina, Wiehltales LC	1.07:39,0 Std.
1990	Pflitsch, Petra, LG Gummersbach	<b>MR 1.03:44,0 Std.</b>
1991	Nicht ausgetragen	
1992	Lindenberg, Regina, LG Gummersbach	1.12:19,0 Std.
1993	Lindenberg, Regina, LG Gummersbach	1.09:45,0 Std.
1994 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Halbmarathon</b>		
1976 – 1993	Nicht ausgetragen	
1994	Steinborn, Dorothee, VfL Engelskirchen	<b>MR 1.25:29,0 Std.</b>
1995	Nicht ausgetragen	
1996	Lindenberg, Regina, LG Gummersbach	1.36:20,0 Std.
1997	Benöhr, Astrid, TV Refrath	1.13:48,0 Std.
1998	Cassidy, Coleen, TV Refrath	1.36:34,0 Std.
1999	Steinborn, Dorothee, LG Gummersbach	1.31:06,0 Std.
2000	Zerna, Silke, TV Refrath	1.34:48,5 Std.
2000	Benöhr, Astrid, TV Refrath	1.34:48,5 Std.
<b>10 Km Straße Mannschaftswertung</b>		
1976	Nicht ausgetragen	
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Michallek – Olpen – Eva Gippert)	2.28:26,0 Std.
1978 bis 1982	Nicht ausgetragen	
1983	Wiehltales LC (Lamprecht-Schröder-Burdy)	<b>MR 1.44:39,0 Std.</b>
1984	Nicht ausgetragen	
1985	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Hölper – Brochhagen – Rath)	2.20:37,2 Std.



1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Stadtler – Beier – Rath)	2.11:02,9 Std.
1987 bis 1998	Nicht ausgetragen	
1999	Königsforst Marathon (Müller-Berg, Schwamborn, Jansen)	2.36:35,0 Std.
2000	Keine Mannschaft im Ziel	
<b>15 Km Straße</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976 bis 1987	Nicht ausgetragen	
1988	BSG Interatom (Hecht-Brochhagen-Hölzer)	<b>MR 3.22:51,3 Std.</b>
1989 bis 1992	Nicht ausgetragen	
1993	LG Gummersbach (Lindenberg-Vormstein-Rohde)	3.51:57,0 Std.
1994 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Halbmarathon</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976 – 1993	Nicht ausgetragen	
1994 – 2000	Nicht ausgetragen bzw. keine Mannschaft im Ziel	
<b>Marathonlauf</b>		
1976 – 1984	Nicht ausgetragen	
1985	Schneider, Hannelore, LAZ Berg.Gladbach/Bensberg	3.22:22,0 Std.
1986	Hecht, Maja, BSG Interatom	3.25:24,0 Std.
1987	Müller, Martina, LG Gummersbach	3.32:01,0 Std.
1988 bis 1993	Nicht ausgetragen	
1994	Benöhr, Astrid, TV Refrath	<b>MR 3.11:15,0 Std.</b>
1995 bis 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Heukeshoven, Carola, TV Refrath	3.15:53,0 Std.
1999	Benöhr, Astrid, TV Refrath	3.14:53,4 Std.
2000	Benöhr, Astrid, TV Refrath	3.16:26,0 Std.
<b>Marathonlauf</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976 bis 1984	Nicht ausgetragen	
1985	Keine Mannschaft im Ziel	
1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (König – Beier – Blasberg)	<b>MR 10.45:19,0 Std.</b>
1987	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Hecht – Beier – König)	11.09:21,0 Std.
1988 – 1999	Nicht ausgetragen bzw. keine Mannschaft im Ziel	
2000	LG Gummersbach (Klein, Müller, Modniewski)	11.28:42,0 Std.
<b>110 m Hürden</b>		
1976	Neidhardt, Inge, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	17,8 Sek.
1977	Stellberg, Dagmar, TuS Lindlar	16,4 Sek.
1978	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	16,7 Sek.
1979	Gerke, Antje, LG Wipperfürth – Hückeswagen	16,3 Sek.
1980	Kaluza, Babette, TV Refrath	15,0 Sek.
1981	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15,2 Sek.
1982	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15,3 Sek.
1983	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	16,1 Sek.
1984	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	16,3 Sek.
1985	Nicht ausgetragen	
1986	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15,3 Sek.
1987	Kraus, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15,2 Sek.
1988	Gähling, Barbara, LG Wipperfürth	14,68 Sek.
1989	Kraus, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	15,26 Sek.
1990	Kraus, Renate, TS Bergisch Gladbach	15,55 Sek.
1991 und 1992	Nicht ausgetragen	
1993	Blankenburg, Katrin, LG Wipperfürth	<b>MR 13,70 Sek.</b>
1994	Blankenburg, Katrin, LG Wipperfürth	14,36 Sek.

1995	Weyer, Anja, TSV Radevormwald	17,42 Sek.
1996	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	15,76 Sek.
1997 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>400 m Hürden</b>		
1976 – 1986	Nicht ausgetragen	
1987	Kraus, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	64,4 Sek.
1988	Gähling, Barbara, LG Wipperfürth	<b>MR 61,62 Sek.</b>
1989	Böhle, Marion, LG Wipperfürth	66,98 Sek.
1990	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	63,43 Sek.
1991 – 2000	Nicht ausgetragen	
<b>4x100m Staffel</b>		
1976 – 1979	Nicht ausgetragen	
1980	TuS Waldbröl (Morawietz – Michalke – Krämer – Hombach)	53,3 Sek.
1981	TuS Waldbröl (Krämer – Morawietz, U.- Demmerling, Morawietz, A.)	53,7 Sek.
1982	Nicht ausgetragen	
1983	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Berger – Piechotta – Renner – Meißner)	51,0 Sek.
1984	LG Wipperfürth (Hackländer – Schley – Brixly – Hanusa)	48,8 Sek.
1985	LG Wipperfürth (Plawky – Schley – Übber – Gähling)	51,4 Sek.
1986	LG Wipperfürth (Nolte – Schley – Lüsebrink – Schild)	<b>MR 48,1 Sek.</b>
1987	LG Wipperfürth (Wirth – Berger – Schülzgen – Karger)	50,2 Sek.
1988	LG Wipperfürth (Gähling – Böhle – Necker – Nolte)	48,81 Sek.
1989	Nicht ausgetragen	
1990	TuS Lindlar (Ommer – Höller – Krämer – Odenthal)	57,16 Sek.
1991 – 1999	Nicht ausgetragen	
2000	TS Bergisch Gladbach (Goebel-Thol-Kreft-Körber)	51,12 Sek.
<b>3x800 m Staffel</b>		
1976	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Gippert – Oberscheidt – Domhoff)	8:11,9 Min.
1977 bis 1978	Nicht ausgetragen	
1979	TuS Waldbröl (Hombach – Krämer – Kuhn)	<b>MR 7:52,1 Min.</b>
1980 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Weitsprung</b>		
1976	Piechotta, Lydia, VfL Gummersbach	5,30 m
1977	Piechotta, Lydia, VfL Gummersbach	5,57 m
1978	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,54 m
1979	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,26 m
1980	Kaluza, Babette, TV Refrath	5,97 m
1981	Kaluza, Babette, TV Refrath	6,02 m
1982	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,60 m
1983	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,41 m
1984	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,55 m
1985	Plawky, Andrea, LG Wipperfürth	5,39 m
1986	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,54 m
1987	Kraus, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,20 m
1988	Necker, Sandra, LG Wipperfürth	5,64 m

1989	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	5,75 m
1990	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	5,42 m
1991	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	5,66 m
1992	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	5,39 m
1993	Nicht ausgetragen	
1994	Leschnik, Inge, LG Wipperfürth	<b>MR 6,29 m</b>
1995	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	5,07 m
1996	Weyer, Anja, TSV Radevormwald	4,53 m
1997	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	5,28 m
1998	Röhling, Meike, TSV Radevormwald	4,89 m
1999	Röhling, Meike, TSV Radevormwald	4,87 m
2000	Kritzler, Judith, LG Wipperfürth	5,50 m
<b>Dreisprung</b>		
1976 – 1994	Nicht ausgetragen	
1995	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	11,57 m
1996	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	12,01 m
1997	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	<b>MR 12,16 m</b>
1998 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Hochsprung</b>		
1976 und 1977	Nicht ausgetragen	
1978	Thönes, Susanne, TSV Runderoth	1,54 m
1979	Nicht ausgetragen	
1980	Thönes, Susanne, TSV Runderoth	1,45 m
1981	Zenner, Brigitte, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	<b>MR 1,70 m</b>
1982	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1,56 m
1983	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1,59 m
1984	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1,58 m
1985	Bromann, Natascha, LG Wipperfürth	1,45 m
1986	Nicht ausgetragen	
1987	Pack, Britta, Wiehltaler LC	1,66 m
1988	Untermann, Nicole, LG Wipperfürth	1,50 m
1989	Schell, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	1,45 m
1990	Ommer, Caren, TuS Lindlar	1,48 m
1991	Werner, Katja, Wiehltaler LC	1,50 m
1992	Ommer, Caren, Wiehltaler LC	1,53 m
1993 bis 1995	Nicht ausgetragen	
1996	Weyer, Anja, TSV Radevormwald	1,40 m
1997 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Kugelstoßen</b>		
1976	Funken, Annelore, LG Runderoth	10,24 m
1977	Stephan, Annerose, LG Runderoth	10,38 m
1978	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	9,76 m
1979	Funken, Annelore, TSV Runderoth	10,42 m
1980	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	10,79 m
1981	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	10,49 m
1982	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	10,10 m
1983	Hombach, Ingeborg, Leichlinger TV	11,44 m
1984	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	10,93 m
1985	Gähling, Barbara, LG Wipperfürth	12,43 m
1986	Gähling, Barbara, LG Wipperfürth	12,26 m
1987	Hardt, Sabine, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	11,71 m
1988	Gähling, Barbara, LG Wipperfürth	<b>MR 12,73 m</b>
1989	Kraus, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	9,97 m
1990	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	10,85 m
1991	Eck, Jutta, LG Wipperfürth	10,62 m
1992	Ley, Susanne, LG Wipperfürth	10,19 m



1995	Janiesch, Kathrin, Leichlinger TV	<b>MR 46,10 m</b>
1996	Janiesch, Kathrin, Leichlinger TV	44,64 m
1997	Janiesch, Kathrin, Leichlinger TV	44,40 m
1998	Janiesch, Kathrin, Leichlinger TV	41,93 m
1999	Janiesch, Kathrin, Leichlinger TV	44,83 m
2000	Nicht ausgetragen	
<b>Fünfkampf</b>		
1976	Nicht ausgetragen	
1977	Wald, Alice, LG Wipperfürth – Hückeswagen	2.301 P.
1978	Wald, Alice, LG Wipperfürth – Hückeswagen	2.568 P.
1979	Piechotta, Lydia, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	<b>MR 2.687 P.</b>
1980 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Siebenkampf</b>		
1976 bis 1985	Nicht ausgetragen	
1986	Rammoser, Victoria, LG Wipperfürth	<b>MR 4.473 P.</b>
1987	Kraus, Renate, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	4.240 P.
1988 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Fünfkampf Mannschaftswertung</b>		
1976	Nicht ausgetragen	
1977	VfL Engelskirchen (Meinerzhagen-Wiethaler-Kirch)	4.929 P.
1978	LG Wipperfürth – Hückeswagen (Wald – Jerke – Bornefeld)	<b>MR 6.273 P.</b>
1979 –2000	Nicht ausgetragen	
<b>Siebenkampf Mannschaftswertung</b>		
1976 bis 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Crosslauf</b>		
<b>Langstrecke</b>		
1976	Baumhof, Rita, LG Runderoth	
1977	Baumhof, Rita, LG Runderoth	
1978	Gippert, Monika, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1979	Koll, Gaby, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1980	Langhardt, Gabi, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1981	Von Riewel, Karin, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1982	Gippert, Monika, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1983	Hoppe, Ursula, LG Gummersbach	
1984	Gippert, Monika, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1985	Hartmann, Arnhild SV Union Rösrath	
1986	Overath, Regina, LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg	
1987	Hartmann, Arnhild, SV Union Rösrath	
1988	Wurth, Anita, LG Wipperfürth	
1989	Klimach, Bettina, TV Witzhelden	
1990	Otto, Barbara, LG Engelskirchen – Runderoth	
1991	Mertens, Heike, TuS Waldbröl	
1992	Wurth, Anita, LG Wipperfürth	
1993	Werner, Katja, Wiehltaler LC	
1994	Sieberichs, Sandra, TV Refrath	
1995	Schönbach, Sandra, TV Refrath	
1996	Haarmann, Ute, LG Wipperfürth	
1997	Schönbach, Sandra, TV Refrath	
1998	Dressler, Meike, Oberodenthaler SC	
1999	Schwamborn, Andrea, Königsforst Marathon	
2000	Steinborn, Dorothee, LG Gummersbach	
<b>Langstrecke Mannschaftswertung</b>		

1976	Keine Mannschaft im Ziel	
1977	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Oberscheidt – Braun – Gippert)	13 P.
1978	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Gippert – von Riewel – Rath)	9 P.
1979	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Koll – Rath – Jungbluth)	8 P.
1980	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Langhardt - Rath – Hardt)	10 P.
1981	TuS Waldbröl (Kuhn – Demmer – Meyer)	17 P.
1982	Keine Mannschaft im Ziel	
1983	LG Gummersbach (Hoppe – Stracke – Hielscher)	9 P.
1984	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Gippert – Held – Brochhagen)	12 P.
1985	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Overath – Stadler – Ommer)	12 P.
1986	LAZ Bergisch Gladbach/Bensberg (Overath – Stadler – Ommer)	6 P.
1987	LG Wipperfürth (Berger – Langfeld – Wurth)	13 P.
1988 – 1993	Keine Mannschaft im Ziel	
1994	TV Refrath (Sieberichs – Oehler – Blissenbach)	
1995	Keine Mannschaft im Ziel	
1996	TV Refrath (Schönbach – Oehler – Benöhr)	1.50:03,0 Std.
1997	LG Gummersbach (Turra – Müller – Lindenberg)	2.43:48,0 Std.
1998	Keine Mannschaft im Ziel	
1999	Königsforst Marathon (Schwamborn-Jansen-Blasberg)	6 P.
2000	LG Gummersbach (Steinborn-Modniewski-Klein)	1.34:53 Std.
<b>Mittelstrecke</b>		
1976 – 1991	Nicht ausgetragen	
1992	Lohe, Christina, LG Wipperfürth	
1994	Nicht ausgetragen	
1995	Steinborn, Dorothee, LG Wipperfürth	
1996 – 1997	Nicht ausgetragen	
1998	Steinborn, Dorothee, LG Wipperfürth	
1999 und 2000	Nicht ausgetragen	
<b>Mittelstrecke</b>	<b>Mannschaftswertung</b>	
1976 bis 1997	Nicht ausgetragen bzw. keine Mannschaft im Ziel	
1998	Oberodenthaler SC (Brings – Knüppel – Schiffmann)	
1999 und 2000	Keine Mannschaft im Ziel	