

BESTENLISTE

DER

Gazelle
Pforzheim / Königsbach

2012



Laufende Bestenliste der

Gazelle



**PFORZHEIM
KÖNIGSBACH**

Stand: Januar 2013

Idee: Michael Zöller

Ausführung: Herbert Jähtzen



Inhaltsverzeichnis

	Seite
Titel	1
Idee / Ausführung	2
Inhaltsverzeichnis	3
Vorwort	4
Frauen	5
Masters W 30	6
Masters W 35	9
Masters W 40	12
Masters W 45	15
Masters W 50	18
Masters W 55	20
WJ U 18	22
U 8 bis U 16	22
Männer	25
Masters M 30	27
Masters M 35	29
Masters M 40	31
Masters M 45	36
Masters M 50	39
Masters M 55	43
Masters M 60	46
Masters M 65	49
Masters M 70	51
Masters M 75	53
Masters M 80	55
MJ U 18	56
TOP 10 plus - alle Klassen, Frauen	57
TOP 10 plus - alle Klassen, Männer	65
Da war noch was	77



Aufgepasst!

Hier ist die Ausgabe 2012 der Gazellen-Bestenliste.

Leistungen, die in mittlerweile 19 Gazellen-Jahren von den Mitglieder/innen unseres Vereins erbracht wurden, kann man auf der 76 Seiten umfassenden Bestenliste nachlesen.

► Die Erläuterung unserer Bestenliste:

Die Gazellen-Bestenliste umfasst alle Ergebnisse, die bis zum Erscheinungszeitpunkt der Liste von "Gazellen" erzielt wurden. Dabei werden jedoch auf den Strecken bis einschließlich 10.000 Meter nur Bahnwettbewerbe in die Bestenliste aufgenommen.

Vergleichbar zum DLV/BLV werden seit 1997 auch mit dem Jones-Counter (oder ähnlich) vermessene 10 km-Straßenläufe aufgenommen.

Zwischenzeitlich (ebenfalls passend zum DLV/BLV) wurde die Gazellen-Bestenliste mit vorhandenen 10-Kilometer-Resultaten von 1994, 1995 und 1996 ergänzt, sofern sie auf damals schon vermessenen Strecken erzielt wurden und als Ergebnisliste vorliegen.

Die Gazellen-Bestenliste entspricht einer ewigen Bestenliste. Das heißt, es werden in jeder Disziplin die zehn besten Resultate pro Altersklasse (Frauen und Männer getrennt in Fünfer-Schritten) festgehalten. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Ergebnisse von einer, oder von mehreren Läufer/innen stammen.

Die Vereinsrekorde sind in den einzelnen Altersklassen fett gedruckt.

"TOP 10 plus"

Hier werden, nach Distanzen und Geschlechtern getrennt, die zehn besten Resultate aller Gazellen, ohne Berücksichtigung der Altersklasse, aufgelistet. Damit aber nicht irgendwann in den "TOP 10 plus" nur noch wenige Namen aufgeführt sind, steht hinter der 10 das "plus". Das heißt, jede "Gazelle" erscheint hier auf jedem Fall mit ihrem besten als „Gazelle“ erzielt Resultat, auch wenn es nicht für einen Platz in den TOP 10 reicht.

Nach nunmehr 19 Jahren wird es natürlich immer schwerer sich in den TOP 10 zu platzieren. Das Jahr 2012 brachte nur eine Veränderung in den TOP 10. Axel-Wolfgang Fuchs hat sich selbst mit einem besseren Resultat über 100 km verdrängt. Es gibt aber durchaus noch einfachere Möglichkeiten sich in den „Top 10“ zu platzieren. So zum Beispiel beim Meilen- und beim Stundenlauf und natürlich bei technischen Disziplinen, aber die sind ja eigentlich nichts für „Gazellen“.

Die beliebtesten Lauf-Distanzen in den „TOP 10 plus“ sind:

bei den Frauen: 10 Kilometer (hier sind 23 Athletinnen genannt), vor den 3.000 Meter (17) und den 5.000 Meter, 15 Kilometer und dem Halbmarathon (jeweils 13 Läuferinnen).

Bei den Männern: hier liegt ebenfalls der 10 Km-Straßenlauf (42 Athleten) in Führung vor dem Halbmarathon (40) und den 5.000 Meter (31 Läufer).

Und nun viel Spaß beim Studieren von euren Ergebnissen in der aktuellen Gazellen-Bestenliste.

- Pforzheim im Januar 2013 -

- Herbert Jächtzen -

- 1. Vorsitzender -

**FRAUEN / W :****800 m :**

2:30,49 min	Jola Nawrocka-Schleicher, 69	21.08.97, LU-Oggersheim
2:33,12 min	Jola Nawrocka-Schleicher, 69	05.09.96, Ludwigshafen
2:35,36 min	Jola Nawrocka-Schleicher, 69	29.08.96, Limburgerhof

3.000 m :

11:08,48 min	Christiane Fischer, 77	21.08.06, Rastatt
11:08,83 min	Ina Rosendahl, 84	22.05.08, Bönningheim
11:14,30 min	Jola Nawrocka-Schleicher, 69	05.04.97, Pforzheim
11:54,19 min	Nadine Fromm, 75	26.04.98, Königsbach
11:56,20 min	Nadine Fromm, 75	04.04.98, Pforzheim
13:53,32 min	Renate Ammann, 65	02.07.94, Pforzheim

5.000 m :

19:12,36 min	Steffi Fischer, 81	08.08.07, Flein
20:20,83 min	Steffi Fischer, 81	09.08.10, Rastatt

10.000 m :

46:51,60 min	Renate Ammann, 65	29.04.94, Pforzheim
--------------	-------------------	---------------------

10 km :

38:16 min	Ina Rosendahl, 84	14.12.08, Rheinzabern
39:43 min	Steffi Fischer, 81	12.10.08, Karlsruhe
40:02 min	Ina Rosendahl, 84	01.11.11, Hockenheim
40:03 min	Christiane Fischer, 77	15.04.06, Rheinzabern
40:14 min	Ina Rosendahl, 84	01.07.11, Pforzheim
40:20 min	Jola Nawrocka-Schleicher, 69	31.05.97, Malsch
40:25 min	Christiane Fischer, 77	01.11.06, Hockenheim
40:29 min	Christiane Fischer, 77	25.08.06, Herxheim
42:16 min	Steffi Fischer, 81	28.08.11, MA-Rheinau
43:56 min	Nadine Fromm, 75	03.05.98, St. Leon- <u>Rot</u>

Halbmarathon :

1:54:45 Std.	Indra Schwager, 76	05.06.05, Stuttgart
--------------	--------------------	---------------------

Marathon :

4:17:02 Std.	Indra Schwager, 76	19.09.04, Karlsruhe
--------------	--------------------	---------------------

25 km :

1:51:09 Std.	Christiane Fischer, 77	05.08.06, Bellheim
2:11:39 Std.	Renate Ammann, 65	06.08.94, Bellheim

10 km - Team :

2:07:10 Std.	Fischer 77, Zentner, 53, Ketterer 69	01.11.06, Hockenheim
--------------	--------------------------------------	----------------------

25 km - Team :

6:18:49 Std.	Holz (57) 1:54:35, Ammann (65) 2:11:39, Klenk (36) 2:12:35	06.08.94, Bellheim
--------------	---	--------------------

3 x 800 m :

7:40,70 min	Anselment 60, Nawrocka-Schleicher 69 Zentner 53	12.06.96, Rheinzabern
-------------	---	-----------------------

**MASTERS / W 30****800 m :**

2:23,13 min	Silke Gohl, 71	22.06.03, Bühl
2:24,74 min	Silke Gohl, 71	06.07.03, Rheinau-Freistett
2:25,20 min	Silke Gohl, 71	07.09.02, Kehl
2:26,84 min	Silke Gohl, 71	31.08.02, Flein
2:27,44 min	Silke Gohl, 71	23.06.02, Pforzheim
2:27,51 min	Silke Gohl, 71	01.08.01, Flein
2:27,65 min	Silke Gohl, 71	04.07.04, Baden-Baden
2:38,34 min	Renate Röger, 65	15.07.95, Pforzheim
2:45,45 min	Renate Röger, 65	18.06.95, Höllstein

1.000 m :

3:09,34 min Silke Gohl, 71 16.05.04, Pliezhausen

1.500 m :

4:48,05 min	Silke Gohl, 71	20.06.04, Pforzheim
4:49,9 min	Silke Gohl, 71	07.07.04, Münchingen
4:54,43 min	Silke Gohl, 71	25.05.03, Riederich
4:54,64 min.	Silke Gohl, 71	01.06.03, Oberkirch
5:01,30 min	Silke Gohl, 71	07.07.02, Pforzheim
5:10,08 min	Silke Gohl, 71	10.06.01, Pforzheim

Meile :

5:30,40 min Silke Gohl, 71 05.10.02, Tschenstochau PL

3.000 m :

10:23,52 min	Silke Gohl, 71	26.05.04, Koblenz
10:29,09 min	Silke Gohl, 71	03.05.03, Weinstadt
10:36,72 min	Silke Gohl, 71	20.05.04, Bönningheim
11:01,09 min	Silke Gohl, 71	24.06.01, Neckargemünd
11:07,8 min	Silke Gohl, 71	13.04.02, Pforzheim
11:16,24 min	Silke Gohl, 71	02.09.01, Bühl
11:28,2 min	Silke Gohl, 71	07.04.01, Pforzheim
11:43,30 min	Gabi Anselment, 60	26.06.94, Bühl
12:06,39 min	Renate Röger, 65	14.06.95, Ettlingen
12:11,47 min	Renate Röger, 65	15.07.95, Pforzheim

5.000 m :

18:06,96 min	Silke Gohl, 71	05.06.04, Ulm
18:41,1 min	Silke Gohl, 71	27.03.04, Pforzheim
20:47,6 min	Silke Gohl, 71	28.04.01, Königsbach
21:03,59 min	Renate Röger, 65	22.04.95, Königsbach

10.000 m :

40:42,00 min	Gabi Anselment, 60	09.09.94, Pforzheim
42:46,20 min	Renate Röger, 65	08.04.95, Pforzheim

**10 km :**

38:55 min	Silke Gohl, 71	14.12.03, Rheinzabern
40:28 min	Silke Gohl, 71	15.12.02, Rheinzabern
40:46 min	Silke Gohl, 71	01.11.02, Hockenheim
40:55 min	Gabi Anselment, 60	27.08.94, MA-Rheinau
40:57 min	Silke Gohl, 71	01.11.03, Hockenheim
41:09 min	Christiane Fischer, 77	02.10.11, Heilbronn
41:33 min	Silke Gohl, 71	12.12.04, Rheinzabern
42:37 min	Silke Gohl, 71	16.12.01, Rheinzabern
43:18 min	Christiane Fischer, 77	01.11.07, Hockenheim
43:18 min	Silke Gohl, 71	17.12.00, Rheinzabern

Stundenlauf :

14.500 m	Gabi Anselment, 60	09.09.94, Pforzheim
13.231 m	Renate Röger, 65	22.09.95, Pforzheim

15 km :

1:04:54 Std.	Gabi Anselment, 60	30.07.94, Mothern F *
1:05:22 Std.	Silke Gohl, 71	14.01.01, Rheinzabern
1:06:25 Std.	Silke Gohl, 71	13.01.02, Rheinzabern
1:07:01 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	09.01.00, Rheinzabern
1:15:14 Std.	Renate Röger, 65	15.01.95, Rheinzabern
1:28:33 Std.	Sandra Zink, 62	14.01.96, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:28:39 Std.	Gabi Anselment, 60	04.09.94, Rülzheim
1:30:44 Std.	Gabi Anselment, 60	26.11.94, Bruchhausen
1:38:07 Std.	Gabi Anselment, 60	19.06.94, <u>St. Leon-Rot</u>
1:39:30 Std.	Gabi Anselment, 60	08.05.94, <u>St. Leon-Rot</u>

25 km :

1:52:26 Std.	Gabi Anselment, 60	06.08.94, Bellheim
1:58:34 Std.	Renate Röger, 65	05.08.95, Bellheim

Marathon :

3:23:19 Std.	Gabi Anselment, 60	18.09.94, Karlsruhe
3:26:10 Std.	Gabi Anselment, 60	09.10.94, Bräunlingen

10 km - Team :

1:59:30 Std.	Zentner 53, Zink 57, Anselment 60	27.08.94, MA-Rheinau
2:06:00 Std.	Zentner 53, Gohl 71, Weber 58	16.12.01, Rheinzabern
2:06:26 Std.	Zentner 53, Hörner 54, Gohl 71	17.12.00, Rheinzabern

15 km - Team :

3:14:33 Std.	Kiekenbeck (59) 1:02:04, Weber (58) 1:05:28, Rübenacker (66) 1:07:01	09.01.00, Rheinzabern
3:15:02 Std.	Zentner 53, Gohl 71, Weber 58	13.01.02, Rheinzabern
3:16:43 Std.	Hörner 54, Gohl 71, Weber 58	14.01.01, Rheinzabern
3:24:54 Std.	Zink 57, Anselment 60, Klenk 36	30.07.94, Mothern F *
3:39:27 Std.	Zink 57, Weber 58, Zink 62	14.01.96, Rheinzabern



25 km - Team :

5:26:21 Std.

**Zentner (53) 1:41:27, Anselment (60) 1:52:26,
Zink (57) 1:52:28 06.08.94, Bellheim**

3 x 800 m :

7:20,18 min

**Hörner 54, Gohl 71, Zentner 53
27.07.02, Weinstadt**

7:35,94 min

Hörner 54, Gohl 71, Zentner 53
20.06.01, Bühl

7:48,61 min

Gohl 71, Meirich 62, Zentner 53
09.05.02, Tübingen

7:50,8 min

Rübenacker 66, Hörner 54, Gohl 71
18.07.01, Pforzheim

7:55,40 min

Anselment 60, Zink 57, Zentner 53
06.07.94, Pforzheim

► **Halle**

800 m :

2:28,06 min

Silke Gohl, 71 23.02.02, Erfurt

3.000 m :

10:31,31 min

Silke Gohl, 71 08.02.04, Stuttgart

12:10,60 min

Steffi Fischer, 81 16.01.11, Sindelfingen

**MASTERS / W 35**

100 m :		
16,03 sec	Sabine Möbner, 63	29.04.00, Königsbach
400 m :		
68,75 sec	Manuela Meirich, 62	01.09.01, Flein
800 m :		
2:31,62 min	Birgit Zink, 57	27.04.96, Königsbach
2:31,83 min	Birgit Zink, 57	15.07.95, Pforzheim
2:32,74 min	Birgit Zink, 57	25.08.95, Wetzlar
2:32,79 min	Gabi Anselment, 60	27.04.96, Königsbach
2:34,64 min	Gabi Anselment, 60	15.07.95, Pforzheim
2:36,25 min	Birgit Zink, 57	18.06.95, Höllstein
2:37,76 min	Marianne Holz, 57	18.06.95, Höllstein
2:37,90 min	Gabi Anselment, 60	18.06.95, Höllstein
2:40,17 min	Birgit Zink, 57	10.09.94, Pforzheim
1.500 m :		
5:02,18 min	Birgit Zink, 57	02.09.96, Rastatt
5:06,61 min	Birgit Zink, 57	27.08.95, Wetzlar
5:10,62 min	Gabi Anselment, 60	02.09.96, Rastatt
5:15,00 min	Birgit Zink, 57	28.07.94, LU-Oggersheim
5:15,08 min	Birgit Zink, 57	16.08.95, Gaggenau
3.000 m :		
10:36,23 min	Birgit Zink, 57	11.09.96, Ludwigshafen
10:47,80 min	Gabi Anselment, 60	10.07.96, Calw-Wimberg
10:57,01 min	Gabi Anselment, 60	18.06.95, Höllstein
10:57,91 min	Marianne Holz, 57	18.06.95, Höllstein
10:58,08 min	Birgit Zink, 57	18.06.95, Höllstein
10:59,81 min	Birgit Zink, 57	02.10.94, Königsbach
11:01,71 min	Marianne Holz, 57	02.10.94, Königsbach
11:11,49 min	Birgit Zink, 57	07.05.94, Königsbach
11:14,89 min	Birgit Zink, 57	26.06.94, Bühl
11:46,63 min	Marianne Holz, 57	26.06.94, Bühl
5.000 m :		
18:22,23 min	Birgit Zink, 57	12.10.96, Königsbach
18:44,96 min	Gabi Anselment, 60	27.07.95, LU-Oggersheim
18:47,60 min	Birgit Zink, 57	07.10.95, Königsbach
18:56,61 min	Birgit Zink, 57	26.08.95, Wetzlar
19:04,93 min	Birgit Zink, 57	10.09.94, Pforzheim
19:25,79 min	Birgit Zink, 57	01.09.95, Rastatt
21:15,49 min	Angelika Weber, 58	27.04.96, Königsbach
21:33,8 min	Dagmar Rübenacker, 66	28.04.01, Königsbach
21:34,74 min	Angelika Weber, 58	19.04.97, Königsbach
21:47,80 min	Angelika Weber, 58	07.10.95, Königsbach

**10.000 m :**

38:02,35 min	Birgit Zink, 57	05.09.96, Ludwigshafen
38:40,00 min	Birgit Zink, 57	08.10.94, Neuenstadt
38:40,00 min	Gabi Anselment, 60	16.08.95, Kandel
38:48,40 min	Gabi Anselment, 60	28.09.96, Gengenbach
38:52,80 min	Birgit Zink, 57	28.09.96, Gengenbach
38:58,10 min	Marianne Holz, 57	08.04.95, Pforzheim
39:56,00 min	Birgit Zink, 57	03.09.94, Bühl
39:59,40 min	Birgit Zink, 57	28.10.95, Mosbach
40:36,00 min	Marianne Holz, 57	09.09.94, Pforzheim
40:42,60 min	Birgit Zink, 57	29.04.94, Pforzheim

10 km :

38:20 min	Birgit Zink, 57	02.06.96, Biberach
38:20 min	Gabi Anselment, 60	02.06.96, Biberach
38:57 min	Gabi Anselment, 60	24.09.95, Sinzheim
39:18 min	Birgit Zink, 57	24.09.95, Sinzheim
40:02 min	Birgit Zink, 57	27.08.94, MA-Rheinau
40:28 min	Gabi Anselment, 60	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
41:07 min	Marianne Holz, 57	27.08.94, MA-Rheinau
41:48 min	Marianne Holz, 57	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
42:00 min	Birgit Zink, 57	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
42:22 min	Dagmar Rübenacker, 66	04.09.05, Karlsdorf-Neut.

Stundenlauf :

14.964 m	Birgit Zink, 57	08.10.94, Neuenstadt
14.560 m	Marianne Holz, 57	09.09.94, Pforzheim

15 km :

1:01:07 Std.	Birgit Zink, 57	14.01.96, Rheinzabern
1:01:48 Std.	Gabi Anselment, 60	27.07.96, Mothorn F
1:02:05 Std.	Birgit Zink, 57	09.01.94, Rheinzabern
1:03:26 Std.	Birgit Zink, 57	15.01.95, Rheinzabern
1:04:32 Std.	Birgit Zink, 57	30.07.94, Mothorn F *
1:04:46 Std.	Marianne Holz, 57	15.01.95, Rheinzabern
1:04:46 Std.	Gabi Anselment, 60	15.01.95, Rheinzabern
1:09:01 Std.	Marianne Holz, 57	09.01.94, Rheinzabern
1:09:47 Std.	Angelika Weber, 58	14.01.96, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:24:20 Std.	Gabi Anselment, 60	22.09.96, Karlsruhe
1:24:34 Std.	Birgit Zink, 57	22.09.96, Karlsruhe
1:26:40 Std.	Marianne Holz, 57	18.09.94, Karlsruhe
1:26:50 Std.	Gabi Anselment, 60	05.05.96, St. Leon- <u>Rot</u>
1:27:17 Std.	Birgit Zink, 57	31.03.96, Kaiserslautern
1:27:19 Std.	Birgit Zink, 57	18.09.94, Karlsruhe
1:27:35 Std.	Gabi Anselment, 60	09.04.95, Rheinzabern
1:27:48 Std.	Birgit Zink, 57	09.04.95, Rheinzabern
1:28:11 Std.	Gabi Anselment, 60	06.04.96, Rheinzabern
1:36:41 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	16.09.01, Karlsruhe



25 km :

1:47:47 Std.	Gabi Anselment, 60	03.08.96, Bellheim
1:49:57 Std.	Birgit Zink, 57	16.10.94, Hildrizhausen
1:50:26 Std.	Gabi Anselment, 60	05.08.95, Bellheim
1:52:28 Std.	Birgit Zink, 57	06.08.94, Bellheim
1:54:35 Std.	Marianne Holz, 57	06.08.94, Bellheim
1:58:09 Std.	Birgit Zink, 57	15.10.95, Hildrizhausen

Marathon :

3:09:48 Std.	Birgit Zink, 57	30.04.95, Hamburg
3:14:30 Std.	Gabi Anselment, 60	30.04.95, Hamburg
3:16:57 Std.	Gabi Anselment, 60	21.04.96, Paris F
3:17:38 Std.	Marianne Holz, 57	30.04.95, Hamburg
3:25:29 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	18.09.05, Karlsruhe
3:27:11 Std.	Gabi Anselment, 60	17.09.95, Karlsruhe
3:40:08 Std.	Birgit Zink, 57	06.11.94, New York USA

10 km - Team :

1:54:52 Std.	Zentner (53) 36:37, Anselment (60) 38:57, Zink (57) 39:18	24.09.95, Sinzheim
2:00:01 Std.	Zink 57, Anselment 60, Weber 58	02.06.96, Biberach
2:04:16 Std.	Anselment 60, Zink 57, Holz 57	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
2:07:14 Std.	Zentner 53, Rübenacker 66, Hörner 54	17.04.05, Önsbach
2:07:26 Std.	Zentner 53, Rübenacker 66, Hörner 54	28.08.04, MA-Rheinau
2:08:20 Std.	Zentner 53, Weber 58, Hörner 54	08.05.05, St. Leon- <u>Rot</u>
2:12:42 Std.	Rübenacker 66, Hörner 54, Weber 58	04.09.05, Karlsdorf-Neut.

15 km - Team :

3:12:08 Std.	Zentner (53) 1:01:20, Zink (57) 1:02:05, Klenk (36) 1:08:43	09.01.94, Rheinzabern
3:12:58 Std.	Zink 57, Holz 57, Anselment 60	15.01.95, Rheinzabern

Halbmarathon - Team :

4:09:52 Std.	Zentner (53) 1:20:58, Anselment 1:24:20, Zink (57) 1:24:34	22.09.96, Karlsruhe
4:15:45 Std.	Zentner 53, Holz 57, Zink 57	18.09.94, Karlsruhe
4:18:40 Std.	Zentner 53, Anselment 60, Zink 57	09.04.95, Rheinzabern
5:21:52 Std.	Rübenacker 66, Meirich 62, Hildner 66	19.09.04, Karlsruhe

Marathon - Team :

9:21:47 Std.	Zentner (53) 2:57:29, Zink (57) 3:09:48, Anselment (60) 3:14:30	30.04.95, Hamburg
---------------------	--	--------------------------

4 x 400 m :

4:43,80 min	Meirich 62, Mößner 63, Steding 58, Rübenacker 66	20.06.01, Bühl
--------------------	---	-----------------------

3 x 800 m :

7:30,40 min	Anselment 60, Zink 57, Zentner 53	26.07.95, Pforzheim
-------------	-----------------------------------	---------------------

**MASTERS / W 40****200 m :**

29,34 sec	Lidia Zentner, 53	15.06.97, Kehl
29,57 sec	Lidia Zentner, 53	30.06.96, Konstanz
29,40 sec °	Lidia Zentner, 53	07.10.95, Königsbach

800 m :

2:21,47 min	Lidia Zentner, 53	21.08.97, LU-Oggersheim
2:21,78 min	Lidia Zentner, 53	22.07.97, Durban RSA
2:21,94 min	Lidia Zentner, 53	20.07.97, Durban RSA
2:22,43 min	Lidia Zentner, 53	15.06.97, Kehl
2:22,68 min	Lidia Zentner, 53	27.04.96, Königsbach
2:23,20 min	Lidia Zentner, 53	25.08.95, Wetzlar
2:23,96 min	Lidia Zentner, 53	19.04.97, Königsbach
2:24,10 min	Lidia Zentner, 53	15.07.95, Pforzheim
2:25,87 min	Lidia Zentner, 53	13.07.96, Pforzheim
2:26,27 min	Lidia Zentner, 53	18.06.95, Höllstein

1.500 m :

4:41,37 min	Lidia Zentner, 53	07.07.96, Hagen
4:42,78 min	Lidia Zentner, 53	19.07.96, Malmö S
4:46,37 min	Lidia Zentner, 53	26.07.97, Durban RSA
4:47,69 min	Lidia Zentner, 53	25.08.97, Rastatt
4:51,21 min	Lidia Zentner, 53	16.08.95, Gaggenau
4:52,19 min	Lidia Zentner, 53	20.06.96, LU-Oggersheim
4:56,56 min	Lidia Zentner, 53	06.07.97, Potsdam
4:57,90 min	Lidia Zentner, 53	27.08.95, Wetzlar
4:58,00 min	Lidia Zentner, 53	28.07.94, LU-Oggersheim
5:05,13 min	Lidia Zentner, 53	25.07.97, Durban RSA

3.000 m :

10:09,01 min	Lidia Zentner, 53	05.09.96, Ludwigshafen
10:14,08 min	Lidia Zentner, 53	15.06.97, Kehl
10:16,85 min	Lidia Zentner, 53	30.06.96, Konstanz
10:25,90 min	Lidia Zentner, 53	13.04.96, Pforzheim
10:26,02 min	Lidia Zentner, 53	13.09.97, Bühl
10:26,06 min	Lidia Zentner, 53	18.06.95, Höllstein
10:28,33 min	Lidia Zentner, 53	26.06.94, Bühl
10:47,59 min	Lidia Zentner, 53	07.05.94, Königsbach
11:14,00 min	Lidia Zentner, 53	05.04.97, Pforzheim
12:04,60 min	Angelika Weber, 58	21.06.98, Oberkirch

5.000 m :

17:35,11 min	Lidia Zentner, 53	01.09.95, Rastatt
17:47,21 min	Lidia Zentner, 53	22.07.97, Durban RSA
17:47,38 min	Lidia Zentner, 53	29.08.96, Limburgerhof
17:51,38 min	Lidia Zentner, 53	05.07.96, Hagen
18:01,35 min	Lidia Zentner, 53	10.09.94, Pforzheim
18:08,04 min	Lidia Zentner, 53	04.07.97, Potsdam
18:13,25 min	Lidia Zentner, 53	25.07.96, Malmö S
18:21,36 min	Lidia Zentner, 53	25.08.95, Wetzlar
18:47,30 min	Lidia Zentner, 53	07.10.95, Königsbach
20:56,79 min	Dagmar Rübenacker, 66	05.05.07, Königsbach

**10.000 m :**

36:35,00 min	Lidia Zentner, 53	30.09.95, Gengenbach
36:53,16 min	Lidia Zentner, 53	19.07.97, Durban RSA
37:08,90 min	Lidia Zentner, 53	19.10.96, Neckargemünd
37:40,00 min	Lidia Zentner, 53	03.09.94, Bühl
37:42,48 min	Lidia Zentner, 53	21.07.96, Malmö S
38:23,00 min	Lidia Zentner, 53	08.10.94, Neuenstadt
38:52,60 min	Lidia Zentner, 53	28.10.95, Mosbach
39:19,50 min	Lidia Zentner, 53	29.04.94, Pforzheim
44:05,2 min	Angelika Weber, 58	07.04.01, Pforzheim
45:07,90 min	Ketterer, Jola, 69	20.05.12, Pforzheim

10 km :

36:37 min	Lidia Zentner, 53	24.09.95, Sinzheim
37:11 min	Lidia Zentner, 53	23.08.96, Herxheim
38:33 min	Lidia Zentner, 53	27.08.94, MA-Rheinau
42:56 min	Angelika Weber, 58	14.04.01, Rheinzabern
43:06 min	Dagmar Rübenacker, 66	02.09.07, Karlsdorf-Neuth.
43:15 min	Angelika Weber, 58	16.12.01, Rheinzabern
43:19 min	Angelika Weber, 58	04.03.00, Bad Liebenzell
43:24 min	Angelika Weber, 58	14.10.01, Karlsruhe
43:27 min	Angelika Weber, 58	11.04.98, Rheinzabern
43:40 min	Angelika Weber, 58	12.12.99, Rheinzabern

Stundenlauf :

15.501 m	Lidia Zentner, 53	08.10.94, Neuenstadt
-----------------	--------------------------	-----------------------------

15 km :

1:01:20 Std.	Lidia Zentner, 53	09.01.94, Rheinzabern
1:02:04 Std.	Heidi Kiekenbeck, 59	09.01.00, Rheinzabern
1:05:28 Std.	Angelika Weber, 58	09.01.00, Rheinzabern
1:06:04 Std.	Angelika Weber, 58	14.01.01, Rheinzabern
1:06:35 Std.	Angelika Weber, 58	10.01.99, Rheinzabern
1:06:39 Std.	Angelika Weber, 58	13.01.02, Rheinzabern
1:06:45 Std.	Angelika Weber, 58	11.01.98, Rheinzabern
1:06:51 Std.	Birgit Zink, 57	12.01.97, Rheinzabern
1:08:31 Std.	Birgit Zink, 57	26.07.97, Mothorn F

Halbmarathon :

1:20:48 Std.	Lidia Zentner, 53	17.09.95, Karlsruhe
1:20:58 Std.	Lidia Zentner, 53	22.09.96, Karlsruhe
1:21:35 Std.	Lidia Zentner, 53	31.03.96, Kaiserslautern
1:21:46 Std.	Lidia Zentner, 53	18.09.94, Karlsruhe
1:22:24 Std.	Lidia Zentner, 53	10.11.96, Griesheim
1:23:17 Std.	Lidia Zentner, 53	09.04.95, Rheinzabern
1:25:41 Std.	Lidia Zentner, 53	27.05.96, Rülzheim
1:26:25 Std.	Lidia Zentner, 53	04.05.97, St. Leon-Rot
1:32:16 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	20.09.09, Karlsruhe
1:33:56 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	24.09.06, Karlsruhe

25 km :

1:41:27 Std.	Lidia Zentner, 53	06.08.94, Bellheim
1:41:29 Std.	Lidia Zentner, 53	15.10.95, Hildrizhausen
1:53:16 Std.	Lidia Zentner, 53	20.10.96, Hildrizhausen



Marathon :

2:57:29 Std.	Lidia Zentner, 53	30.04.95, Hamburg
3:00:29 Std.	Lidia Zentner, 53	06.11.94, New York USA
3:26:31 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	21.09.08, Karlsruhe
3:31:20 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	16.09.07, Karlsruhe
4:07:11 Std.	Sybille Hildner-Lippolt, 66	28.09.08, Berlin
4:13:02 Std.	Angelika Steding, 58	10.09.00, Berlin

10 km - Team :

2:07:12 Std.	Huber (54) 40:55, Hörner (54) 42:15,	
	Weber (58) 44:02	11.03.01, St. Leon- <u>Rot</u>
2:09:56 Std.	Zentner 53, Weber 58, Meirich 62	14.09.03, St. Leon- <u>Rot</u>

Halbmarathon - Team :

4:51:48 Std.	Zentner 53, Hörner 54, Steding 58	
		25.03.00, Freiburg

► **Halle**

800 m :

2:24,07 min	Lidia Zentner, 53	08.02.97, Stuttgart
2:25,22 min	Lidia Zentner, 53	02.03.97, Birmingham GB

1.500 m :

4:50,63 min	Lidia Zentner, 53	02.03.97, Birmingham GB
-------------	-------------------	-------------------------

3.000 m :

10:16,62 min	Lidia Zentner, 53	28.02.97, Birmingham GB
--------------	-------------------	-------------------------

**MASTERS / W 45****200 m :**

30,48 sec	Lidia Zentner, 53	27.06.99, Ettlingen
30,54 sec	Lidia Zentner, 53	04.06.00, Emmendingen
30,56 sec	Marisa Hörner, 54	24.06.01, Neckargemünd
30,57 sec	Lidia Zentner, 53	21.06.98, Oberkirch
31,50 sec	Marisa Hörner, 54	04.06.00, Emmendingen

400 m :

64,52 sec	Lidia Zentner, 53	04.07.98, Pforzheim
65,02 sec	Lidia Zentner, 53	12.06.02, Rastatt
65,62 sec	Lidia Zentner, 53	03.07.99, Pforzheim
65,73 sec	Lidia Zentner, 53	14.06.00, Nußloch
66,12 sec	Lidia Zentner, 53	12.06.00, Rastatt
66,30 sec	Lidia Zentner, 53	11.06.02, Karlsruhe
67,01 sec	Lidia Zentner, 53	10.07.01, Brisbane AUS
67,52 sec	Lidia Zentner, 53	24.06.01, Neckargemünd

800 m :

2:22,58 min	Lidia Zentner, 53	18.08.99, Flein
2:23,44 min	Lidia Zentner, 53	10.07.98, Konstanz
2:23,67 min	Lidia Zentner, 53	07.05.00, Rastatt
2:23,97 min	Lidia Zentner, 53	28.08.00, Rastatt
2:25,62 min	Lidia Zentner, 53	04.08.00, Ludwigshafen
2:26,46 min	Lidia Zentner, 53	24.08.02, Potsdam
2:27,55 min	Lidia Zentner, 53	21.06.98, Oberkirch
2:27,70 min	Lidia Zentner, 53	09.07.01, Brisbane AUS
2:27,90 min	Lidia Zentner, 53	19.05.02, Limburgerhof
2:28,08 min	Lidia Zentner, 53	31.08.02, Flein

1.500 m :

4:46,04 min	Lidia Zentner, 53	04.08.99, Ludwigshafen
4:47,62 min	Lidia Zentner, 53	12.07.98, Konstanz
4:50,98 min	Lidia Zentner, 53	23.08.99, Rastatt
4:53,32 min	Lidia Zentner, 53	02.07.00, Ettlingen
4:53,58 min	Lidia Zentner, 53	21.08.00, Rastatt
4:55,20 min	Lidia Zentner, 53	18.07.99, Schweinfurt
4:55,56 min	Lidia Zentner, 53	14.09.98, Cesenatico I
4:55,71 min	Lidia Zentner, 53	09.06.02, Stuttgart
4:58,50 min	Lidia Zentner, 53	14.07.02, Kevelaer
4:58,84 min	Lidia Zentner, 53	06.08.00, Ludwigshafen

3.000 m :

10:10,26 min	Lidia Zentner, 53	30.08.99, Rastatt
10:20,12 min	Lidia Zentner, 53	12.08.99, Limburgerhof
10:23,46 min	Lidia Zentner, 53	11.08.98, Flein
10:32,42 min	Lidia Zentner, 53	21.06.98, Oberkirch
10:33,40 min	Lidia Zentner, 53	25.08.98, Gengenbach
10:36,2 min	Lidia Zentner, 53	29.09.02, Mosbach
10:37,52 min	Lidia Zentner, 53	17.08.00, Limburgerhof
10:39,67 min	Lidia Zentner, 53	21.09.02, Pforzheim
10:42,06 min	Lidia Zentner, 53	10.09.00, Lingolsheim F
10:42,27 min	Lidia Zentner, 53	27.06.99, Ettlingen

**5.000 m :**

18:04,22 min	Lidia Zentner, 53	13.06.98, Sindelfingen
18:05,91 min	Lidia Zentner, 53	09.06.99, Nußloch
18:19,31 min	Lidia Zentner, 53	10.07.98, Konstanz
18:21,00 min	Lidia Zentner, 53	29.04.00, Königsbach
18:39,21 min	Lidia Zentner, 53	16.07.99, Schweinfurt
18:46,32 min	Lidia Zentner, 53	05.06.02, Ettlingen
18:54,06 min	Gertrud Huber, 54	06.07.01, Brisbane AUS
18:54,95 min	Lidia Zentner, 53	18.09.99, Ettlingen
19:01,20 min	Lidia Zentner, 53	12.07.00, Jyväskylä FIN
19:02,40 min	Lidia Zentner, 53	30.09.98, Königsbach

10.000 m :

38:21,10 min	Lidia Zentner, 53	02.10.99, Rheinstetten
38:44,15 min	Lidia Zentner, 53	17.04.99 Pforzheim
38:54,20 min	Gertrud Huber, 54	09.07.01, Brisbane AUS
39:13,74 min	Lidia Zentner, 53	11.09.98, Cesenatico I
39:20,77 min	Lidia Zentner, 53	08.07.00, Jyväskylä FIN
39:40,60 min	Lidia Zentner, 53	15.04.00, Pforzheim
42:47,0 min	Marisa Hörner, 54	30.09.00, Plankstadt

10 km :

37:43 min	Lidia Zentner, 53	04.09.99, Karlsdorf-Neut.
38:10 min	Lidia Zentner, 53	21.08.98, Herxheim
38:28 min	Lidia Zentner, 53	04.03.00, Bad Liebenzell
39:04 min	Lidia Zentner, 53	24.05.98, Münchingen
39:48 min	Lidia Zentner, 53	01.11.02, Hockenheim
39:56 min	Lidia Zentner, 53	17.12.00, Rheinzabern
40:03 min	Lidia Zentner, 53	02.09.01, Karlsdorf-Neut.
40:08 min	Lidia Zentner, 53	16.12.01, Rheinzabern
40:14 min	Lidia Zentner, 53	12.12.99, Rheinzabern
40:22 min	Lidia Zentner, 53	09.09.01, St. Leon- <u>Rot</u>

15 km :

59:10 min	Lidia Zentner, 53	11.01.98, Rheinzabern
1:01:58 Std.	Lidia Zentner, 53	13.01.02, Rheinzabern
1:05:17 Std.	Marisa Hörner, 54	14.01.01, Rheinzabern
1:06:16 Std.	Angelika Weber, 58	12.01.03, Rheinzabern
1:11:10 Std.	Marisa Hörner, 54	09.01.00, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:25:48 Std.	Lidia Zentner, 53	25.03.00, Freiburg
1:31:41 Std.	Gertrud Huber, 54	03.10.02, Maximiliansau
1:37:25 Std.	Marisa Hörner, 54	24.03.01, Arnstadt
1:39:45 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	18.09.11, Karlsruhe
1:40:59 Std.	Marisa Hörner, 54	25.03.00, Freiburg
1:41:35 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	03.04.11, Freiburg

Marathon :

3:06:47 Std.	Gertrud Huber, 54	14.07.01, Brisbane AUS
--------------	-------------------	------------------------



► **Halle**

400 m :

65,12 sec Lidia Zentner, 53 07.03.99, Malmö S

800 m :

2:27,41 min Lidia Zentner, 53 23.02.02, Erfurt
2:28,13 min Lidia Zentner, 53 13.02.99, Stuttgart
2:35,21 min Lidia Zentner, 53 11.03.01, Bordeaux F

1.500 m :

5:08,83 min Lidia Zentner, 53 07.03.99, Malmö S

3.000 m :

10:41,55 min Lidia Zentner, 53 07.02.98, Stuttgart
10:51,01 min Lidia Zentner, 53 04.03.99, Malmö S
11:03,78 min Lidia Zentner, 53 23.02.02, Erfurt
11:14,14 min Lidia Zentner, 53 08.03.01, Bordeaux F

**MASTERS / W 50****400 m :**

65,39 sec	Lidia Zentner, 53	22.06.03, Bühl
66,77 sec	Lidia Zentner, 53	04.07.04, Baden-Baden
66,87 sec	Lidia Zentner, 53	14.08.04, Zittau

800 m :

2:22,03 min	Lidia Zentner, 53	29.08.05, San Sebastian E
2:25,42 min	Lidia Zentner, 53	08.07.03, Carolina PUR
2:26,23 min	Lidia Zentner, 53	15.07.05, Vaterstetten
2:26,50 min	Lidia Zentner, 53	10.06.04, Rastatt
2:29,28 min	Lidia Zentner, 53	31.07.04, Aarhus DK
2:30,56 min	Lidia Zentner, 53	09.05.04, Rastatt
2:31,29 min	Lidia Zentner, 53	26.06.05, Löffingen
2:32,19 min	Lidia Zentner, 53	13.08.04, Zittau
2:33,09 min	Lidia Zentner, 53	26.08.07, Flein
2:36,61 min	Lidia Zentner, 53	06.09.07, Riccione I

1.500 m :

4:43,33 min	Lidia Zentner, 53	10.07.05, Gaggenau
-------------	-------------------	--------------------

DLV-Rekord der W 50

4:44,55 min	Lidia Zentner, 53	02.09.05, San Sebastian E
4:44,75 min	Lidia Zentner, 53	13.08.05, Wetzlar
4:50,43 min	Lidia Zentner, 53	09.06.03, Basel CH
4:53,56 min	Lidia Zentner, 53	25.05.03, Riederich
4:54,73 min	Lidia Zentner, 53	20.06.04, Kevelaer
4:55,93 min	Lidia Zentner, 53	31.05.04, Basel CH
4:56,46 min	Lidia Zentner, 53	12.05.04, Karlsruhe
5:01,28 min	Lidia Zentner, 53	25.08.07, Flein
5:04,22 min	Lidia Zentner, 53	03.08.03, Schweinfurt

3.000 m :

10:10,69 min	Lidia Zentner, 53	09.07.05, Gaggenau
---------------------	--------------------------	---------------------------

DLV-Rekord der W 50

10:19,19 min	Lidia Zentner, 53	18.06.03, Ettlingen
10:27,2 min	Lidia Zentner, 53	15.06.05, Calw-Stammheim
10:33,47 min.	Lidia Zentner, 53	01.06.03, Oberkirch
10:48,71 min	Lidia Zentner, 53	07.09.03, Baden-Baden
12:36,09 min	Gaby Schwan, 56	06.06.09, BR-Helmsheim
12:56,79 min	Gaby Schwan, 56	16.08.10, Rastatt
13:11,68 min	Gaby Schwan, 56	21.05.09, Rastatt

5.000 m :

17:22,80 min	Lidia Zentner, 53	03.08.05, Flein
---------------------	--------------------------	------------------------

DLV-Rekord der W 50

18:01,00 min	Lidia Zentner, 53	25.08.05, San Sebastian E
18:10,14 min	Lidia Zentner, 53	26.04.03, Freiburg
18:29,23 min	Lidia Zentner, 53	04.06.05, Ettlingen
18:30,93 min	Lidia Zentner, 53	30.04.06, Rastatt
19:15,53 min	Lidia Zentner, 53	04.07.03, San Juan, PUR
19:26,26 min	Lidia Zentner, 53	02.08.03, Schweinfurt
19:39,49 min	Lidia Zentner, 53	14.08.04, Zittau
21:44,92 min	Gaby Schwan, 56	09.08.10, Rastatt
21:46,98 min	Gaby Schwan, 56	02.08.09, Lahti FIN

**10.000 m :**

38:24,95 min	Lidia Zentner, 53	23.04.05, Gundelfingen
38:42,33 min	Lidia Zentner, 53	24.04.04, Warmbronn
45:56,91 min	Gaby Schwan, 56	06.08.09, Lahti FIN

10 km :

37:58 min	Lidia Zentner, 53	01.11.05, Hockenheim
38:05 min	Lidia Zentner, 53	16.05.03, Kandel
38:13 min	Lidia Zentner, 53	17.04.05, Önsbach
38:18 min	Lidia Zentner, 53	15.03.06, Rheinzabern
38:20 min	Lidia Zentner, 53	25.09.05, Sinzheim
38:25 min	Lidia Zentner, 53	08.05.05, St. Leon- <u>Rot</u>
38:50 min	Lidia Zentner, 53	13.04.03, Freising
39:03 min	Lidia Zentner, 53	15.05.04, Grünstadt
39:09 min	Lidia Zentner, 53	14.09.03, St. Leon- <u>Rot</u>
39:11 min	Lidia Zentner, 53	28.08.04, MA.-Rheinau

► Halle**800 m :**

2:28,99 min	Lidia Zentner, 53	18.02.06, Sindelfingen
2:32,93 min	Lidia Zentner, 53	28.02.04, Potsdam
2:33,21 min	Lidia Zentner, 53	13.03.05, Eskilstuna S
2:37,52 min	Lidia Zentner, 53	12.03.04, Sindelfingen
2:43,97 min	Lidia Zentner, 53	08.02.03, Halle/Saale

1.500 m:

4:52,68 min	Lidia Zentner, 53	21.01.06, Sindelfingen
DLV-Rekord der W 50		
5:01,69 min	Lidia Zentner, 53	13.03.05, Eskilstuna S
5:04,91 min	Lidia Zentner, 53	20.03.06, Linz A
5:06,46 min	Lidia Zentner, 53	14.03.04, Sindelfingen

3.000 m :

10:33,38 min	Lidia Zentner, 53	12.01.03, Luxembourg L
DLV-Rekord der W 50		
10:38,20 min	Lidia Zentner, 53	26.02.05, Düsseldorf
10:40,07 min	Lidia Zentner, 53	30.01.05, Karlsruhe
10:42,75 min	Lidia Zentner, 53	15.03.06, Linz A
10:52,03 min	Lidia Zentner, 53	11.02.06, Erfurt
11:07,24 min	Lidia Zentner, 53	08.02.03, Halle/Saale
12:29,17 min	Gaby Schwan, 56	28.02.09, Düsseldorf
12:42,91 min	Gaby Schwan, 56	14.02.09, Sindelfingen
12:52,45 Std.	Gaby Schwan, 56	13.02.10, Sindelfingen
13:03,56 min	Gaby Schwan, 56	29.01.10, Sindelfingen

**MASTERS / W 55**

100 m :		
17,39 sec	Marisa Hörner, 54	08.09.12, Essen
400 m :		
69,45 sec	Lidia Zentner, 53	08.07.10, Herxheim
69,82 sec	Lidia Zentner, 53	04.08.10, Flein
800 m :		
2:32,95 min	Lidia Zentner, 53	02.08.08, Ljubljana SLO
<i>DLV-Rekord der W 55</i>		
2:34,10 min	Lidia Zentner, 53	02.07.10, Kevelaer
2:34,32 min	Lidia Zentner, 53	10.09.11, St. Wendel
2:35,39 min	Lidia Zentner, 53	23.07.10, Nyiregyháza H
2:36,51 min	Lidia Zentner, 53	13.06.09, Edenkoben
2:37,07 min	Lidia Zentner, 53	11.07.08, Schweinfurt
2:37,52 min	Lidia Zentner, 53	02.08.09, Lahti FIN
2:38,01 min	Lidia Zentner, 53	06.06.12, Pfungstadt
2:39,90 min	Lidia Zentner, 53	29.09.12, <u>Niefern-Öschelbr.</u>
2:40,04 min	Lidia Zentner, 53	12.06.10, <u>Leimen-St. Ilgen</u>
1.500 m :		
5:05,3 min	Lidia Zentner, 53	23.06.10, Calw-Stammheim
5:07,22 min	Lidia Zentner, 53	03.09.11, Flein
5:10,00 min	Lidia Zentner, 53	06.08.09, Lahti FIN
5:15,22 min	Lidia Zentner, 53	06.06.09, BR-Helmsheim
5:16,65 min	Lidia Zentner, 53	28.07.08, Ljubljana SLO
5:20,82 min	Lidia Zentner, 53	19.07.10, Nyiregyháza H
5:26,50 min	Lidia Zentner, 53	19.08.12, Zittau
6:06,32 min	Gaby Schwan, 56	31.07.11, Minden
6:16,86 min	Gaby Schwan, 56	23.06.12, Ellwangen
3.000 m :		
11:02,10 min	Lidia Zentner, 53	11.06.08, Calw-Stammheim
11:02,74 min	Lidia Zentner, 53	17.09.11, Brühl
11:09,01 min	Lidia Zentner, 53	15.09.12, Sarreguemines F
11:13,31 min	Lidia Zentner, 53	19.05.12, Karlsbad
11:23,08 min	Lidia Zentner, 53	08.09.12, Essen
11:24,08 min	Lidia Zentner, 53	27.06.09, St. Wendel
11:25,49 min	Lidia Zentner, 53	10.07.10, Yutz F
12:35,37 min	Lidia Zentner, 53	06.06.09, BR-Helmsheim
12:47,77 min	Gaby Schwan, 56	08.09.12, Essen
12:56,39 min	Gaby Schwan, 56	19.05.12, Karlsbad
5.000 m :		
19:08,62 min	Lidia Zentner, 53	15.08.11 Rastatt
19:23,41 min	Lidia Zentner, 53	02.05.12, Pfungstadt
19:30,22 min	Lidia Zentner, 53	12.07.08, Schweinfurt
20:14,79 min	Lidia Zentner, 53	13.06.09, Edenkoben
21:25,97 min	Gaby Schwan, 56	30.07.11, Minden
10.000 m :		
41:52,06 min	Lidia Zentner, 53	16.05.10, Pforzheim

**10 km :**

39:40 min	Lidia Zentner, 53	02.10.11, Heilbronn
40:10 min	Lidia Zentner, 53	01.11.08, Hockenheim
41:15 min	Lidia Zentner, 53	15.10.11, MA-Feudenheim
41:20 min	Lidia Zentner, 53	09.04.11, MA-Sandhofen
41:42 min	Lidia Zentner, 53	20.03.10, MA-Sandhofen
42:05 min	Lidia Zentner, 53	01.11.10, Hockenheim
42:58 min	Gaby Schwan, 56	13.05.11, Yutz/Thionville F
43:34 min	Gaby Schwan, 56	16.04.11, Maximiliansau
43:42 min	Gaby Schwan, 56	09.04.11, MA-Sandhofen
43:48 min	Lidia Zentner, 53	16.10.10, MA-Feudenheim

15 km :

1:08:43 Std.	Ria Klenk, 36	09.01.94, Rheinzabern
1:11:43 Std.	Ria Klenk, 36	15.01.95, Rheinzabern
1:15:28 Std.	Ria Klenk, 36	30.07.94, Mothern F *

Halbmarathon :

1:42:17 Std.	Ria Klenk, 36	23.05.94, Rülzheim
1:43:46 Std.	Ria Klenk, 36	02.04.94, Rheinzabern
1:44:01 Std.	Ria Klenk, 36	17.04.94, Wantzenau F
1:45:36 Std.	Ria Klenk, 36	08.10.94, Offenbach/Quei.
1:49:07 Std.	Ria Klenk, 36	23.07.94, Bühlertal
1:57:45 Std.	Ria Klenk, 36	26.06.94, Gigondas F

25 km :

2:12:35 Std.	Ria Klenk, 36	06.08.94, Bellheim
--------------	---------------	--------------------

► Halle**800 m :**

2:36,27 min	Lidia Zentner, 53	15.02.08, Sindelfingen
DLV-Rekord der W 55		
2:39,42 min	Lidia Zentner, 53	18.03.11, Gent B
2:40,55 min	Lidia Zentner, 53	29.01.10, Sindelfingen
2:41,97 min	Lidia Zentner, 53	13.02.10, Sindelfingen
2:43,33 min	Lidia Zentner, 53	22.01.12, Sindelfingen
2:47,28 min	Marisa Hörner, 54	28.01.11, Sindelfingen
2:48,71 min	Marisa Hörner, 54	12.02.11, Erfurt

1.500 m :

5:21,39 min	Lidia Zentner, 53	04.02.12, Ludwigshafen
DLV-Rekord der W 55		
5:48,37 min	Lidia Zentner, 53	20.03.11, Gent B

3.000 m :

11:03,30 min	Lidia Zentner, 53	01.03.08, Erfurt
DLV-Rekord der W 55		
11:17,08 min	Lidia Zentner, 53	14.02.09, Sindelfingen
11:24,63 min	Lidia Zentner, 53	28.02.09, Düsseldorf
11:55,50 min	Lidia Zentner, 53	13.02.10, Sindelfingen
12:29,40 min	Gaby Schwan, 56	16.03.11, Gent B
12:46,68 min	Gaby Schwan, 56	12.02.11, Erfurt
12:59,16 min	Gaby Schwan, 56	16.01.11, Sindelfingen

**WJ U 18****800 m :**

2:37,71 min	Kathrin Bachteler, 91	20.07.08, Pforzheim
2:40,41 min	Kathrin Bachteler, 91	27.04.08, Rastatt
2:47,7 min	Nina Brandt, 90	07.06.06, Calw-Stammheim
2:53,41 min	Nina Brandt, 90	15.06.06, Ettlingen

1.500 m :

5:32,75 min	Kathrin Bachteler, 91	19.07.08, Pforzheim
-------------	-----------------------	---------------------

3.000 m :

11:17,62 min	Kathrin Bachteler, 91	22.05.08, Bönnigheim
--------------	-----------------------	----------------------

5.000 m :

19:59,50 min	Kathrin Bachteler, 91	21.06.08, Pforzheim
--------------	-----------------------	---------------------

WK U 10 (W 9)**Dreikampf :**

637 Punkte	Sarah Zentner, 89	26.04.98, Königsbach
------------	-------------------	----------------------

WK U 12 (W 10)**50 m :**

8,79 sec	Sarah Zentner, 89	04.07.99, Pforzheim
8,80 sec	Sarah Zentner, 89	04.07.99, Pforzheim
9,36 sec	Meike Mößner, 89	04.07.99, Pforzheim

Weitsprung :

3,34 m	Meike Mößner, 89	03.07.99, Pforzheim
3,30 m	Sarah Zentner, 89	03.07.99, Pforzheim

Schlagball, 80 gr. :

17,00 Meter	Sarah Zentner, 89	03.07.99, Pforzheim
12,00 Meter	Meike Mößner, 89	03.07.99, Pforzheim

WK U 14 (W 12)**800 m :**

3:29,09 min	Meike Mößner, 89	10.06.01, Pforzheim
-------------	------------------	---------------------

WK U 14 (W 13)**800 m :**

3:12,42 min	Sarah Zentner, 89	07.07.02, Pforzheim
3:17,55 min	Meike Mößner, 89	07.07.02, Pforzheim
3:42,31 min	Meike Mößner, 89	27.04.02, Königsbach

2.000 m :

10:25,4 min	Meike Mößner, 89	13.04.02, Pforzheim
-------------	------------------	---------------------

**WK U 16 (W 14)****800 m :**

2:34,35 min	Sarah Richter, 93	07.07.07, Konstanz
2:37,62 min	Sarah Richter, 93	22.07.07, Pforzheim
2:40,5 min	Sarah Richter, 93	06.06.07, Calw-Stammheim

WK U 16 (W 15)**400 m :**

71,86 min	Nina Brandt, 90	15.08.05, Rastatt
-----------	-----------------	-------------------

800 m :

2:26,10 min	Sarah Richter, 93	20.07.08, Pforzheim
2:52,17 min	Nina Brandt, 90	27.08.05, Flein

MK U 10 (M 8)**50 m :**

9,20 sec sec	Tobias Heim, 01	19.07.09, Pforzheim
--------------	-----------------	---------------------

1.000 m :

3:59,68 min	Tobias Heim, 01	19.07.09, Pforzheim
-------------	-----------------	---------------------

MK U10 (M 9)**50 m :**

9,41 sec	Alexander Mößner, 92	10.06.01, Pforzheim
----------	----------------------	---------------------

MK U 12 (M 10)**50 m :**

9,16 sec	Florian Heim, 99	19.07.09, Pforzheim
----------	------------------	---------------------

1.000 m :

3:38,62 min	Florian Heim, 99	19.07.09, Pforzheim
3:38,68 min	Felix Weber, 88	26.04.98, Königsbach
3:43,26 min	Florian Heim, 99	04.10.09, Pforzheim
3:49,31 min	Florian Heim, 99	26.09.09, Königsbach

Dreikampf :

805 Punkte	Felix Weber, 88	26.04.98, Königsbach
------------	-----------------	----------------------

MK U 12 (M 11)**1.000 m :**

3:42,95 min	Felix Weber, 88	04.07.99, Pforzheim
-------------	-----------------	---------------------

2.000 m :

7:48,20 min	Felix Weber, 88	17.04.99, Pforzheim
-------------	-----------------	---------------------



MK U 14 (M 12)

1.000 m :

3:19,29 min

Felix Weber, 88

09.07.00, Pforzheim

2.000 m :

7:07,50 min

Felix Weber, 88

15.04.00, Pforzheim

MK U 14 (M 13)

800 m :

2:50,27 min

Florian Heim, 99

22.07.12, Pforzheim

1.000 m :

3:53,26 min

Dominik Schüpff, 96

26.09.09, Königsbach

3:54,85 min

Marco Schüpff, 96

26.09.09, Königsbach

▶ *Halle*

800 m :

2:39,14 min

Zoe Geoghegan, 93

04.03.07, Mannheim

**MÄNNER / M****800 m :**2:11,50 min
2:15,68 minSven Wächter, 74
Sven Wächter, 7406.07.02, Pforzheim
26.04.98, Königsbach**1.500 m :**

4:30,63 min

Sven Wächter, 74

10.06.01, Pforzheim

Meile :

4:46,04 min

Sven Wächter, 74

05.10.02, Tschenstochau PL

3.000 m :

9:24,0 min

Sven Wächter, 74

13.04.02, Pforzheim

5.000 m :16:20,08 min
16:37,43 min
17:09,4 min
18:31,40 minSven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Simon Schimmelpfennig, 7526.04.03, Königsbach
27.04.02, Königsbach
28.04.01, Königsbach
07.10.95, Königsbach**10.000 m**33:41,4 min
34:33,89 minSven Wächter, 74
Sven Wächter, 7429.03.03, Pforzheim
17.04.99, Pforzheim**10 km :**34:07 min
34:23 min
34:27 min
34:29 min
34:49 min
35:04 min
35:24 min
35:47 min
39:22 min
39:51 minSven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Michael Keppler, 77
Michael Keppler, 7706.12.03, Bruchhausen
14.12.03, Rheinzabern
15.12.02, Rheinzabern
07.09.03, Karlsdorf-Neut.
21.08.98, Herxheim
14.10.01, Karlsruhe
12.09.98, Remchingen
24.05.98, Münchingen
03.05.98, St. Leon-Rot
21.08.98, Herxheim**15 km :**53:29 min
55:18 min
1:10:43 Std.Sven Wächter, 74
Sven Wächter, 74
Michael Keppler, 7712.01.03, Rheinzabern
13.01.02, Rheinzabern
13.01.02, Rheinzabern**Halbmarathon :**1:32:07 Std.
1:48:15 Std.Sven Wächter, 74
Michael Keppler, 7721.09.03, Karlsruhe
16.09.01, Karlsruhe**10 km - Team :**

2:05:26 Std.

Kesselring (48) 40:40, Gantenbein (56) 40:45,
Keppler (77) 44:01 17.12.00, Rheinzabern**15 km - Team :**2:59:09 Std.
2:59:16 Std.Fuchs (56) 57:11, Holz 58:05,
Schimmelpfennig (75) 1:03:53 09.01.94, Rheinzabern
Wächter 74, Jähzen 50, Leyendecker 42
13.01.02, Rheinzabern



4 x 800 m :

9:22,00 min

Zink 56, Keppler 77, Jähtzen 50, Becht 61

09.07.97, Pforzheim

9:34,20 min

Kuhnle 56, Fuchs 56, Keppler 77, Zink 56

24.07.96, Pforzheim

9:55,80 min

Becht 61, Keppler 77, Müller 48, Wächter 74

22.07.98, Pforzheim

Halbmarathon-Team :

4:47:58 Std.

Wächter 74, Jähtzen 50, Stimpfig 68

21.09.03, Karlsruhe

Weitsprung :

5,74 m

Fabian Zentner, 81

14.09.03, Pforzheim

5,68 m

Fabian Zentner, 81

19.06.04, Pforzheim

**MASTERS / M 30****3.000 m :**

9:44,55 min Sven Wächter, 74 22.04.07, Pforzheim

5.000 m :16:13,41 min Sven Wächter, 74 04.07.04, Baden-Baden
16:17,03 min Sven Wächter, 74 23.04.05, Königsbach
16:29,38 min Sven Wächter, 74 26.06.05, Löffingen**10.000 m :**

40:28,70 min Gert Sommer, 61 28.10.95, Mosbach

10 km :**33:11 min Sven Wächter, 74 28.08.04, MA.-Rheinau**
33:29 min Sven Wächter, 74 08.05.04, Illingen
33:45 min Sven Wächter, 74 04.12.04, Bruchhausen
33:51 min Sven Wächter, 74 04.09.05, Karlsdorf-Neuth.
33:59 min Sven Wächter, 74 08.05.05, St. Leon-Rot
34:01 min Sven Wächter, 74 03.07.05, Calw
34:11 min Sven Wächter, 74 25.06.04, Pforzheim
35:04 min Sven Wächter, 74 06.12.08, Bruchhausen
40:12 min Michael Witt, 76 28.08.10, MA-Rheinau
41:39 min Michael Witt, 76 25.04.10, Illingen**15 km :**

1:12:54 Std. Swen Stimpfig, 68 14.01.01, Rheinzabern

Halbmarathon :1:14:57 Std. Joachim Becht, 61 09.04.95, Rheinzabern
1:15:46 Std. Joachim Becht, 61 17.09.95, Karlsruhe
1:27:17 Std. Michael Witt, 76 21.03.10, Palma de Mallorca E
1:28:04 Std. Gert Sommer, 61 25.11.95, Bruchhausen
1:32:18 Std. Gert Sommer, 61 18.09.94, Karlsruhe
1:39:24 Std. Swen Stimpfig, 68 16.09.01, Karlsruhe
1:45:10 Std. Raymond Reiter, 70 01.07.01, Stuttgart**25 km :**2:05:53 Std. Gert Sommer, 61 06.08.94, Bellheim
2:15:35 Std. Raymond Reiter, 70 03.08.02, Bellheim**Marathon :**3:31:48 Std. Gert Sommer, 61 24.04.94, Hamburg
3:46:16 Std. Raymond Reiter, 70 16.09.01, Karlsruhe**10 km - Team :**1:53:23 Std. Wächter, S. 74, Lederer, P. 64, Schultz, P. 49
28.08.04, MA.-Rheinau
1:53:32 Std. Wächter 74, Brandt 59, Melchert 66
08.05.05, St. Leon-Rot
2:02:01 Std. Wächter 74, Schelske 61, Schultz 49
04.09.05, Karlsdorf-Neut.



Halbmarathon - Team :

4:03:42 Std.	Becht (61) 1:15:46, Jähtzen (50) 1:23:16, Wessinger (55) 1:24:40	17.09.95, Karlsruhe
4:38:06 Std.	Holz 54, Sommer 61, Kessel 36	18.09.94, Karlsruhe
4:53:36 Std.	Jähtzen 50, Dietrich 43, Stimpfig 68	16.09.01, Karlsruhe

Marathon - Team :

10:52:20 Std.	Schelske (61) 3:29:00, Fuchs (56) 3:40:05, Reiter (70) 3:43:15	16.09.01, Karlsruhe
---------------	---	---------------------

**MASTERS / M 35****3.000 m :**

9:54,06 min	Joachim Becht, 61	26.04.98, Königsbach
10:03,05 min	Joachim Becht, 61	10.10.98, Königsbach
10:42,9 min	Torsten Melchert, 66	15.06.05, Calw-Stammheim
11:36,00 min	Felix Finkbeiner, 58	10.07.96, Calw-Wimberg
11:49,79 min	Ralf Seifert, 65	09.06.04, Ettlingen

5.000 m :

16:43,20 min	Joachim Becht, 61	30.09.98, Königsbach
16:46,83 min	Joachim Becht, 61	29.04.00, Königsbach
16:48,99 min	Joachim Becht, 61	31.08.98, Rastatt
16:57,00 min	Joachim Becht, 61	21.09.96, Pforzheim
16:59,27 min	Joachim Becht, 61	21.08.97, LU-Oggersheim
17:09,70 min	Joachim Becht, 61	04.10.97, Mosbach
17:13,98 min	Joachim Becht, 61	18.09.99, Ettlingen
17:48,98 min	Joachim Becht, 61	03.07.99, Pforzheim
18:57,45 min	Michael, Witt, 76	08.05.11, Rastatt
19:00,30 min	Harald Kuhnle, 56	07.10.95, Königsbach

10.000 m :

34:44,69 min	Joachim Becht, 61	17.04.99, Pforzheim
34:45,00 min	Joachim Becht, 61	11.10.97, Neckargemünd
35:02,60 min	Joachim Becht, 61	06.10.96, Pforzheim
35:51,60 min	Joachim Becht, 61	15.04.00, Pforzheim
36:20,5 min	Joachim Becht, 61	30.09.00, Plankstadt
38:53,20 min	Harald Kuhnle, 56	28.10.95, Mosbach
39:15,23 min	Michael Witt, 76	03.09.11, Flein
40:23,10 min	Harald Kuhnle, 56	29.04.94, Pforzheim
40:36,00 min	Harald Kuhnle, 56	09.09.94, Pforzheim
41:20,09 min	Michael Witt, 76	20.05.12, Pforzheim

10 km :

34:34 min	Joachim Becht, 61	14.12.97, Rheinzabern
34:46 min	Joachim Becht, 61	21.08.98, Herxheim
34:49 min	Joachim Becht, 61	25.08.00, Herxheim
34:57 min	Joachim Becht, 61	17.06.00, Bad Liebenzell
35:06 min	Joachim Becht, 61	04.03.00, Bad Liebenzell
35:57 min	Joachim Becht, 61	03.09.00, Karlsdorf-Neut.
35:57 min	Sven Wächter, 74	04.12.11, Bruchhausen
37:14 min	Torsten Melchert, 66	31.08.03, Hamburg
37:27 min	Joachim Becht, 61	04.09.99, Karlsdorf-Neut.
37:41 min	Torsten Melchert, 66	22.08.03, Herxheim

Stundenlauf :

14.592 m	Harald Kuhnle, 56	09.09.94, Pforzheim
14.548 m	Michael Witt, 76	20.05.12, Pforzheim

**15 km :**

53:34 min	Joachim Becht, 61	09.01.00, Rheinzabern
53:39 min	Joachim Becht, 61	12.01.97, Rheinzabern
57:11 min	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.01.94, Rheinzabern
1:00:08 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	15.01.95, Rheinzabern
1:00:55 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	30.07.94, Mothern F *
1:03:03 Std.	Harald Kuhnle, 56	15.01.95, Rheinzabern
1:03:26 Std.	Gert Sommer, 61	14.01.96, Rheinzabern
1:10:01 Std.	Felix Finkbeiner, 58	15.01.95, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:14:23 Std.	Joachim Becht, 61	03.10.98, Griesheim
1:15:35 Std.	Joachim Becht, 61	29.03.97, Rheinzabern
1:19:51 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	18.09.94, Karlsruhe
1:24:52 Std.	Hermann Bernhardt, 60	19.09.99, Karlsruhe
1:25:32 Std.	Peter Lederer, 64	15.06.00, Stuttgart
1:27:06 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	16.11.94, Maximiliansau
1:27:48 Std.	Peter Lederer, 64	01.07.01, Stuttgart
1:28:34 Std.	Harald Kuhnle, 56	09.04.95, Rheinzabern
1:28:40 Std.	Peter Lederer, 64	21.05.00, Leinfelden
1:28:50 Std.	Peter Lederer, 64	25.05.03, Leinfelden

25 km :

1:47:25 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	05.08.95, Bellheim
1:48:31 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	06.08.94, Bellheim
2:18:52 Std.	Ralf Seifert, 65	02.08.03, Bellheim

Marathon :

3:00:19 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	23.10.94, Frankfurt
3:02:56 Std.	Torsten Melchert, 66	13.09.03, Niedernhall
3:04:33 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	18.09.94, Karlsruhe
3:08:15 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	14.05.95, München
3:09:16 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	23.07.95, Bühlertal
3:14:41 Std.	Hermann Bernhardt, 60	25.04.99, Hamburg
3:15:19 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	15.05.94, München
3:19:50 Std.	Harald Kuhnle, 56	24.09.95, Berlin
3:20:15 Std.	Harald Kuhnle, 56	14.05.95, München
3:23:27 Std.	Harald Kuhnle, 56	25.09.94, Berlin

10 km - Team :

2:05:05 Std.	Leyendecker (42) 40:38, Jähtzen (50) 41:22, Seifert (65) 43:05	14.09.03, St. Leon-Rot
2:07:19 Std.	Leyendecker (42), Lederer (64), Schelske (61)	16.12.01, Rheinzabern

15 km - Team :

2:50:15 Std.	Becht (61) 53:34, Schultz (49) 57:32, Jähtzen (50) 59:09	09.01.00, Rheinzabern
3:01:32 Std.	Jähtzen 50, Fuchs 56, Holz 54	15.01.95, Rheinzabern
3:08:13 Std.	Fuchs 56, Jähtzen 50, Klenk 39	30.07.94, Mothern F *
3:21:15 Std.	Kuhnle 56, Leibensperger 45, Finkbeiner 58	15.01.95, Rheinzabern
3:22:25 Std.	Sommer 61, Benz 45, Jähtzen 50	14.01.96, Rheinzabern



Halbmarathon - Team :

4:01:11 Std.	Wessinger (55) 1:19:51, Hölzle (52) 1:20:10, Jähtzen (50) 1:21:10	18.09.94, Karlsruhe
4:21:38 Std.	Gill 47, Bernhardt 60, Lai 51	19.09.99, Karlsruhe
4:31:33 Std.	Becht 61, Kessel 36, Benz 45	29.03.97, Rheinzabern
4:40:27 Std.	Hölzle 52, Finkbeiner 58, Leibensperger 45	17.09.95, Karlsruhe

25 km - Team :

5:22:47 Std.	Hölzle (52) 1:41:47, Fuchs (56) 1:48:31, Jähtzen (50) 1:52:29	06.08.94, Bellheim
5:50:38 Std.	Fuchs 56, Fleckenstein 52, Benz 45	05.08.95, Bellheim

Marathon - Team :

9:05:26 Std.	Rahn (55) 2:36:56, Fuchs (56) 3:08:15, Kuhnle 3:20:15	14.05.95, München
9:47:54 Std.	Wessinger 55, Fleckenstein 52, Fuchs 56	23.10.94, Frankfurt
10:17:07 Std.	Fuchs 56, Fleckenstein 52, Benz 45	18.09.94, Karlsruhe
10:23:31 Std.	Fleckenstein 52, Fuchs 56, Kessel 36	12.03.95, Kandel
10:55:41 Std.	Hölzle 52, Fuchs 56, Finkbeiner 58	21.04.96, Paris F
11:00:24 Std.	Fleckenstein 52, Fuchs 56, Benz 45	17.09.95, Karlsruhe
11:48:31 Std.	Fuchs 56, Stimpfig 68, Mößner 60	19.09.04, Karlsruhe

4 x 800 m :

9:43,50 min	Kuhnle 56, Fuchs 56, Finkbeiner 58, Zink 56	26.07.95, Pforzheim
-------------	---	---------------------

**MASTERS / M 40**

100 m :			
14,01 sec	Klaus Holz, 54	07.05.94, Königsbach	
400 m :			
58,75 sec	Klaus Holz, 54	26.06.94, Bühl	
71,13 sec	Ralf Seifert, 65	21.07.07, Pforzheim	
800 m :			
2:11,95 min	Jürgen Rahn, 54	09.08.95, Gaggenau	
2:13,00 min	Klaus Holz, 54	26.06.94, Bühl	
2:18,31 min	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	13.07.96, Pforzheim	
1.000 m :			
2:45,06 min	Jürgen Rahn, 54	16.08.95, Gaggenau	
2:56,37 min	Herbert Jähtzen, 50	24.09.94, Ettlingen	
1.500 m :			
4:20,04 min	Jürgen Rahn, 54	01.09.95, Rastatt	
4:21,23 min	Jürgen Rahn, 54	30.06.96, Konstanz	
4:48,10 min	Herbert Jähtzen, 50	28.07.94, LU-Oggersheim	
5:10,8 min	Ralf Seifert, 65	06.06.07, Calw-Stammheim	
5:20,73 min	Ralf Seifert, 65	21.07.07, Pforzheim	
3.000 m :			
10:03,70 min	Klaus Holz, 54	08.04.95, Pforzheim	
10:17,90 min	Klaus Holz, 54	29.06.94, Bruchsal	
11:21,0 min	Ralf Seifert, 65	13.06.07, Calw-Stammheim	
11:32,91 min	Ralf Seifert, 65	21.08.06, Rastatt	
12:18,82 min	Harald Schelske, 61	19.08.02, Rastatt	
5.000 m :			
16:12,70 min	Jürgen Rahn, 55	30.06.96, Konstanz	
16:17,20 min	Jürgen Rahn, 55	27.04.96, Königsbach	
16:22,31 min	Jürgen Rahn, 55	15.07.95, Pforzheim	
17:17,67 min	Walter Hölzle, 52	30.06.96, Konstanz	
17:32,2 min	Joachim Becht, 61	28.04.01, Königsbach	
17:35,95 min	Klaus Holz, 54	22.04.95, Königsbach	
17:40,16 min	Herbert Jähtzen, 50	02.10.94, Königsbach	
18:10,70 min	Herbert Jähtzen, 50	07.05.94, Königsbach	
18:14,23 min	Herbert Jähtzen, 50	26.06.94, Bühl	
18:22,25 min	Edgar Zink, 56	12.10.96, Königsbach	
10.000 m :			
33:35,82 min	Jürgen Rahn, 55	06.10.96, Pforzheim	
35:38,30 min	Walter Hölzle, 52	10.07.96, Calw-Wimberg	
36:45,00 min	Herbert Jähtzen, 50	09.09.94, Pforzheim	
38:44,30 min	Herbert Jähtzen, 50	29.04.94, Pforzheim	
39:16,00 min	Harald Kuhnle, 56	13.04.96, Pforzheim	
39:39,80 min	Klaus Holz, 54	29.04.94, Pforzheim	
41:07,20 min	Edmund Gantenbein, 56	15.04.00, Pforzheim	
41:54,88 min	Ralf Seifert, 65	13.09.07, Riccione I	
42:10,40 min	Ralf Seifert, 65	22.04.07, Pforzheim	
42:20,0 min	Ralf Seifert, 65	27.09.06, Reutlingen	

**10 km :**

33:55 min	Jürgen Rahn, 55	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
34:01 min	Jürgen Rahn, 55	23.08.96, Herxheim
34:17 min	Jürgen Rahn, 55	02.06.96, Biberach
35:34 min	Joachim Becht, 61	17.12.00, Rheinzabern
35:45 min	Walter Hölzle, 52	02.06.96, Biberach
35:56 min	Edgar Zink, 56	02.06.96, Biberach
36:04 min	Joachim Becht, 61	11.03.01, St. Leon- <u>Rot</u>
36:12 min	Joachim Becht, 61	16.12.01, Rheinzabern
36:15 min	Joachim Becht, 61	14.10.01, Karlsruhe
37:03 min	Joachim Becht, 61	24.08.01, Herxheim

Stundenlauf :

15.423 m	Herbert Jächtzen, 50	09.09.94, Pforzheim
14.767 m	Harald Kuhnle, 56	13.04.96, Pforzheim

15 km :

53:08 min	Jürgen Rahn, 55	14.01.96, Rheinzabern
53:59 min	Joachim Becht, 61	14.01.01, Rheinzabern
55:23 min	Joachim Becht, 61	11.01.04, Rheinzabern
55:45 min	Jürgen Rahn, 55	15.01.95, Rheinzabern
56:49 min	Edgar Zink, 56	14.01.96, Rheinzabern
57:22 min	Walter Hölzle, 52	27.07.96, Mothorn
58:05 min	Klaus Holz, 54	09.01.94, Rheinzabern
59:18 min	Wolfgang Wessinger, 55	15.01.95, Rheinzabern
59:20 min	Walter Hölzle, 52	15.01.95, Rheinzabern
1:01:40 Std.	Herbert Jächtzen, 50	30.07.94, Mothorn F *

Halbmarathon :

1:12:45 Std.	Jürgen Rahn, 55	09.04.95, Rheinzabern
1:20:10 Std.	Walter Hölzle, 52	18.09.94, Karlsruhe
1:21:10 Std.	Herbert Jächtzen, 50	18.09.94, Karlsruhe
1:21:34 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	09.04.95, Rheinzabern
1:23:57 Std.	Walter Hölzle, 52	09.04.95, Rheinzabern
1:24:09 Std.	Walter Hölzle, 52	28.04.96, Meran I
1:24:35 Std.	Edgar Zink, 56	22.09.96, Karlsruhe
1:24:40 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	17.09.95, Karlsruhe
1:24:58 Std.	Peter Lederer, 64	18.09.05, Karlsruhe
1:25:24 Std.	Walter Hölzle, 52	17.09.95, Karlsruhe

25 km :

1:40:02 Std.	Walter Hölzle, 52	05.06.94, Mondsee A
1:40:27 Std.	Walter Hölzle, 52	03.08.96, Bellheim
1:41:47 Std.	Walter Hölzle, 52	06.08.94, Bellheim
1:46:26 Std.	Edmund Gantenbein, 56	05.08.00, Bellheim
1:46:34 Std.	Herbert Jächtzen, 50	16.10.94, Hildrizhausen
1:52:29 Std.	Herbert Jächtzen, 50	06.08.94, Bellheim
1:52:30 Std.	Harald Kuhnle, 56	03.08.96, Bellheim
1:53:22 Std.	Klaus Holz, 54	16.10.94, Hildrizhausen
1:54:09 Std.	Bernhard Fleckenstein, 52	05.08.95, Bellheim
1:54:47 Std.	Harald Schelske, 61	06.08.05, Bellheim

**Marathon :**

2:36:56 Std.	Jürgen Rahn, 55	14.05.95, München
2:56:21 Std.	Walter Hölzle, 52	29.09.96, Berlin
2:58:39 Std.	Walter Hölzle, 52	30.04.95, Hamburg
3:08:48 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	22.09.96, Karlsruhe
3:10:57 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	20.07.97, Bühlertal
3:11:16 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	25.05.97, Leinfelden
3:14:22 Std.	Pinky Lai, 51	29.09.96, Berlin
3:14:55 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.03.97, Kandel
3:15:54 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	21.07.96, Bühlertal
3:17:19 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	27.10.96, Frankfurt

100 km :

11:32:12 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	16.06.00, Biel CH
---------------	-------------------------	-------------------

10 km - Team :

1:45:58 Std.	Rahn (55) 34:17, Hölzle (52) 35:45, Zink (56) 35:56	02.06.96, Biberach
1:50:09 Std.	Schlenker 44, Becht 61, Schultz 49	11.03.01, St. Leon-Rot
1:54:31 Std.	Becht 61, Schultz 49, Jähtzen 50	17.12.00, Rheinzabern
1:56:15 Std.	Becht 61, Gantenbein 56, Jähtzen 50	16.12.01, Rheinzabern
2:01:11 Std.	Schultz 49, Jähtzen 50, Gantenbein 56	12.12.99, Rheinzabern

15 km - Team :

2:50:48 Std.	Rahn (55) 53:08, Zink (56) 56:49,	14.01.96, Rheinzabern
2:51:46 Std.	Leyendecker (42) 1:00:51	Becht 61, Schultz 49, Leyendecker 42
2:54:23 Std.	Rahn 55, Wessinger 55, Hölzle 52	14.01.01, Rheinzabern
3:21:20 Std.	Gantenbein 56, Schelske 61, Keppler 77	15.01.95, Rheinzabern
		13.01.02, Rheinzabern

Halbmarathon - Team :

3:58:16 Std.	Rahn (55) 1:12:45, Wessinger (55) 1:21:34,	09.04.95, Rheinzabern
4:10:26 Std.	Hölzle (52) 1:23:57	Hölzle 52, Jähtzen 50, Holz 54
4:12:58 Std.	Jähtzen 50, Leyendecker 42, Hölzle 52	18.09.94, Karlsruhe
4:13:20 Std.	Jähtzen 50, Wessinger 55, Hölzle 52	22.09.96, Karlsruhe
4:38:57 Std.	Lederer 64, Seifert, 65, Flühr 60	17.09.95, Karlsruhe
4:45:18 Std.	Lederer 64, Schelske, 61, Flühr 60	18.09.05, Karlsruhe
4:49:20 Std.	Gantenbein 56, Schelske 61, Jähtzen 50	16.09.07, Karlsruhe
4:51:57 Std.	Hölzle 52, Leibensperger 45, Jähtzen 50	10.03.02, Kandel
4:58:05 Std.	Gill 47, Bernhardt 60, Benz 45	11.06.95, Mondsee A
5:00:30 Std.	Hölzle 52, Benz 45, Molinaro 55	17.09.00, Karlsruhe
		16.06.96, Stuttgart



25 km - Team :

5:35:22 Std. Hölzle 52, Kuhnle 56, Leibensperger 45
03.08.96, Bellheim

Marathon - Team :

9:35:50 Std. Hölzle (52) 2:56:21, Lai (51) 3:14:22,
Kuhnle (56) 3:25:07 29.09.96, Berlin
9:53:05 Std. Hölzle 52, Jähtzen 50, Leibensperger 45
30.04.95, Hamburg
10:09:06 Std. Schlenker 44, Schelske 61, Fuchs 56
28.10.01, Frankfurt
10:35:51 Std. Gantenbein 56, Schelske 61, Fuchs 56
18.09.05, Karlsruhe
11:44:36 Std. Hölzle 52, Jähtzen 50, Benz 45 06.11.94, New York USA

4 x 800 m :

9:51,90 min Lai 51, Hölzle 52, Fleckenstein 52, Jähtzen 50
26.07.95, Pforzheim

3 x 1.000 m :

8:29,18 min Rahn 55, Jähtzen 50, Zink 56 17.08.96, Leinfelden
9:09,70 min Kuhnle 56, Fuchs 56, Jähtzen 50
12.06.96, Rheinzabern
9:13,50 min Rahn 55, Lai 51, Jähtzen 50 19.06.96, Bietigheim
9:57,33 min Schelske 61, Jähtzen 50, Brandt 59
05.05.05, Eppingen

**MASTERS / M 45**

100 m :			
14,30 sec	Edmund Gantenbein, 56	09.06.01, Pforzheim	
200 m :			
28,60 sec °	Herbert Jähtzen, 50	07.10.95, Königsbach	
400 m :			
62,11 sec	Herbert Jähtzen, 50	16.08.95, Gaggenau	
800 m :			
2:12,53 min	Herbert Jähtzen, 50	30.06.96, Konstanz	
2:12,91 min	Herbert Jähtzen, 50	25.08.95, Wetzlar	
2:13,31 min	Herbert Jähtzen, 50	13.07.96, Pforzheim	
2:14,62 min	Herbert Jähtzen, 50	15.07.95, Pforzheim	
2:14,64 min	Herbert Jähtzen, 50	05.07.96, Hagen	
2:15,41 min	Herbert Jähtzen, 50	27.04.96, Königsbach	
2:15,41 min	Herbert Jähtzen, 50	24.07.96, Malmö S	
2:17,63 min	Herbert Jähtzen, 50	04.07.97, Potsdam	
2:17,43 min	Clemens Hünerberg, 51	22.06.03, Bühl	
2:19,64 min	Herbert Jähtzen, 50	15.06.97, Kehl	
1.000 m :			
2:53,64 min	Herbert Jähtzen, 50	23.09.95, Pforzheim	
2:57,97 min	Herbert Jähtzen, 50	11.09.96, Ludwigshafen	
3:05,23 min	Thomas Brandt, 59	30.07.05, Flein	
1.500 m :			
4:36,11 min	Herbert Jähtzen, 50	22.07.96, Malmö S	
4:38,02 min	Herbert Jähtzen, 50	25.07.97, Durban RSA	
4:39,08 min	Herbert Jähtzen, 50	20.06.96, LU-Oggersheim	
4:39,56 min	Herbert Jähtzen, 50	18.06.95, Höllstein	
4:40,62 min	Herbert Jähtzen, 50	30.06.96, Konstanz	
4:42,19 min	Herbert Jähtzen, 50	15.06.97, Kehl	
4:43,96 min	Herbert Jähtzen, 50	25.08.97, Rastatt	
4:48,60 min	Thomas Brandt, 59	25.06.06, Rastatt	
4:53,1 min	Thomas Brandt, 59	06.06.07, Calw-Stammheim	
5:02,61 min	Edmund Gantenbein, 56	29.06.03, Pforzheim	
Meile :			
5:41,15 min	Tino Zink, 59	24.09.06, Pforzheim	
3.000 m :			
9:49,10 min	Herbert Jähtzen, 50	13.04.96, Pforzheim	
9:58,70 min	Herbert Jähtzen, 50	05.04.97, Pforzheim	
10:08,85 min	Herbert Jähtzen, 50	05.09.96, Ludwigshafen	
10:27,44 min	Thomas Brandt, 59	21.08.06, Rastatt	
10:30,7 min	Thomas Brandt, 59	15.06.05, Calw-Stammheim	
10:32,2 min	Thomas Brandt, 59	14.06.06, Calw-Stammheim	
10:45,90 min	Edmund Gantenbein, 56	31.05.04, Rastatt	
10:50,09 min	Edmund Gantenbein, 56	18.08.03, Rastatt	
10:53,66 min	Edmund Gantenbein, 56	09.06.04, Ettlingen	
11:04,4 min	Edmund Gantenbein, 56	09.07.03, Rastatt-Niederbühl	

**5.000 m :**

16:24,00 min	Wolfgang Münzel, 52	29.04.98, Aschaffenburg
16:58,89 min	Herbert Jähtzen, 50	12.10.96, Königsbach
17:03,72 min	Herbert Jähtzen, 50	29.08.96, Limburgerhof
17:08,21 min	Herbert Jähtzen, 50	23.07.97, Durban RSA
17:21,70 min	Herbert Jähtzen, 50	07.10.95, Königsbach
17:27,46 min	Herbert Jähtzen, 50	15.07.95, Pforzheim
17:28,06 min	Herbert Jähtzen, 50	18.06.95, Höllstein
17:53,00 min	Herbert Jähtzen, 50	04.10.97, Mosbach
18:05,77 min	Herbert Jähtzen, 50	13.05.99, Rastatt
18:23,24 min	Thomas Brandt, 59	16.08.06, Flein

10.000 m :

36:26,90 min	Herbert Jähtzen, 50	30.09.95, Gengenbach
36:39,80 min	Herbert Jähtzen, 50	11.10.97, Neckargemünd
36:44,10 min	Herbert Jähtzen, 50	28.09.96, Gengenbach
37:09,40 min	Herbert Jähtzen, 50	19.10.96, Neckargemünd
37:27,17 min	Herbert Jähtzen, 50	04.09.97, Ludwigshafen
38:43,96 min	Herbert Jähtzen, 50	17.04.99, Pforzheim
39:44,47 min	Herbert Jähtzen, 50	12.09.98, Cesenatico I
39:59,70 min	Herbert Jähtzen, 50	28.10.95, Mosbach
41:41,0 min	Tino Zink, 59	27.09.06, Reutlingen

10 km :

34:27 min	Wolfgang Münzel, 52	13.04.98, Jügesheim
36:48 min	Herbert Jähtzen, 50	24.09.95, Sinzheim
37:23 min	Herbert Jähtzen, 50	04.05.97, St. Leon- <u>Rot</u>
37:26 min	Herbert Jähtzen, 50	31.05.97, Malsch
37:54 min	Herbert Jähtzen, 50	23.08.96, Herxheim
38:31 min	Herbert Jähtzen, 50	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
38:41 min	Thomas Brandt, 59	17.04.05, Önsbach
38:55 min	Thomas Brandt, 59	08.05.05, St. Leon- <u>Rot</u>
39:05 min	Herbert Jähtzen, 50	24.05.98, Münchingen
39:14 min	Thomas Brandt, 59	15.10.06, Karlsruhe

15 km:

59:43 min	Herbert Jähtzen, 50	15.01.95, Rheinzabern
1:01:07 Std.	Edmund Gantenbein, 56	14.01.01, Rheinzabern
1:02:39 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	14.01.01, Rheinzabern
1:03:15 Std.	Edmund Gantenbein, 56	13.01.02, Rheinzabern
1:05:40 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	12.01.03, Rheinzabern
1:08:13 Std.	Günter Benz, 45	09.01.94, Rheinzabern
1:09:47 Std.	Herbert Jähtzen, 50	14.01.96, Rheinzabern
1:10:14 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	11.01.04, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:12:31 Std.	Wolfgang Münzel, 52	20.04.97, Münster/Dieb.
1:21:01 Std.	Herbert Jähtzen, 50	22.09.96, Karlsruhe
1:21:36 Std.	Herbert Jähtzen, 50	31.03.96, Kaiserslautern
1:22:16 Std.	Herbert Jähtzen, 50	09.04.95, Rheinzabern
1:23:16 Std.	Herbert Jähtzen, 50	17.09.95, Karlsruhe
1:23:30 Std.	Thomas Brandt, 59	09.05.04, Offenburg
1:24:12 Std.	Thomas Brandt, 59	31.05.04, Rülzheim
1:25:34 Std.	Thomas Brandt, 59	19.09.04, Karlsruhe
1:25:41 Std.	Herbert Jähtzen, 50	27.05.96, Rülzheim
1:28:12 Std.	Peter Lederer, 64	20.06.10, Stuttgart

**25 km :**

1:45:55 Std.	Herbert Jächtzen, 50	15.10.95, Hildrizhausen
1:49:03 Std.	Edmund Gantenbein, 56	06.08.05, Bellheim
1:51:10 Std.	Pinky Lai, 51	07.08.99, Bellheim
1:56:10 Std.	Herbert Jächtzen, 50	20.10.96, Hildrizhausen
1:59:04 Std.	Eddy Gantenbein, 56	02.08.03, Bellheim
2:01:54 Std.	Herbert Jächtzen, 50	02.08.97, Bellheim
2:02:03 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	07.08.04, Bellheim
2:03:34 Std.	Harald Schelske, 61	07.08.10, Bellheim
2:03:40 Std.	Herbert Jächtzen, 50	03.08.96, Bellheim

Marathon :

2:50:07 Std.	Wolfgang Münzel, 52	29.11.98, Singapore SIN
2:56:30 Std.	Wolfgang Münzel, 52	04.05.97, Hongkong HKG
3:09:53 Std.	Herbert Jächtzen, 50	30.04.95, Hamburg
3:20:42 Std.	Edmund Gantenbein, 56	18.09.05, Karlsruhe
3:21:53 Std.	Edmund Gantenbein, 56	29.09.02, Berlin
3:23:05 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	30.09.01, Berlin
3:23:39 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	06.05.01, Mainz
3:25:45 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	10.03.02, Kandel
3:28:47 Std.	Harald Schelske, 61	28.10.07, Frankfurt
3:32:06 Std.	Pinky Lai, 51	07.11.99, New York USA

100 km :

11:07:09 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	08.06.01, Biel CH
12:07:22 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	12.06.04, Biel CH
12:20:30 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	14.06.02, Biel CH
12:25:14 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	11.06.03, Biel CH
13:38:35 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	17.06.05, Biel CH

12-Stunden-Lauf :

108,392 km	Harald Schelske, 61	07.06.08, Fellbach-Schmidlen
108,175 km	Harald Schelske, 61	16.05.09, Schwäbisch Gmünd

15 km - Team :

3:09:09 Std.	Gantenbein (56) 1:01:07, Fuchs (56) 1:02:39, Jächtzen (50) 1:05:23	14.01.01, Rheinzabern
--------------	---	-----------------------

Halbmarathon - Team :

5:12:43 Std.	Brandt (59) 1:25:34, Meyll (54) 1:52:47, Kessel (36) 1:58:37	19.09.04, Karlsruhe
--------------	---	---------------------

► Halle**800 m :**

2:22,17 min	Herbert Jächtzen, 50	13.02.99, Stuttgart
-------------	----------------------	---------------------

1.000 m :

2:59,12 min	Herbert Jächtzen, 50	08.02.97, Stuttgart
-------------	----------------------	---------------------

1.500 m :

4:50,64 min	Herbert Jächtzen, 50	06.03.99, Malmö S
-------------	----------------------	-------------------

3.000 m :

10:18,17 min	Herbert Jächtzen, 50	04.03.99, Malmö S
11:18,63 min	Uwe Vischer, 60	18.02.06, Sindelfingen

**MASTERS / M 50****100 m :**13,17 sec
13,18 sec**Alfred Kesselring, 48**
Alfred Kesselring, 48**04.06.00, Emmendingen**
29.04.00, Königsbach**200 m :**26,69 sec
30,10 sec
30,89 sec**Alfred Kesselring, 48**
Tino Zink, 59
Tino Zink, 59**04.06.00, Emmendingen**
16.05.10, Pforzheim
25.07.10, Pforzheim**400 m :**59,45 sec
60,00 sec
60,12 sec
60,19 sec
60,22 sec
60,43 sec
60,46 sec
60,63 sec
60,66 sec
60,66 secAlfred Kesselring, 48
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Alfred Kesselring, 48
Alfred Kesselring, 4810.07.00, Jyväskylä FIN
28.06.03, Pforzheim
09.08.04, Rastatt
04.09.04, Flein
07.09.02, Kehl
02.08.03, Schweinfurt
04.07.04, Baden-Baden
31.08.02, Flein
12.06.00, Rastatt
14.06.00, Nußloch**800 m :**2:13,02 min
2:13,23 min
2:13,85 min
2:14,27 min
2:15,06 min
2:16,01 min
2:16,12 min
2:16,14 min
2:17,10 min
2:17,22 minClemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Peter Schultz, 49
Clemens Hünerberg, 51
Peter Schultz, 49
Peter Schultz, 49
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 5126.05.05, Rastatt
01.08.03, Schweinfurt
28.06.03, Pforzheim
18.08.00, Kevelaer
26.07.02, Weinstadt
14.06.00, Nußloch
08.07.00, Pforzheim
14.05.05, Ludwigshafen
19.05.02, Limburgerhof
15.07.05, Vaterstetten**1.000 m :**2:53,83 min
2:55,78 min
2:56,84 min
2:57,93 min
2:57,82 min
2:58,76 min
2:58,6 min
2:59,26 min
2:59,81 min
3:00,01 minPeter Schultz, 49
Peter Schultz, 49
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Clemens Hünerberg, 51
Peter Schultz, 49
Clemens Hünerberg, 5120.07.00, Ludwigshafen
12.06.00, Rastatt
18.05.03, Pliezhausen
07.09.02, Kehl
26.07.01, Ludwigshafen
17.08.05, Flein
07.07.04, RA-Niederbühl
25.05.03, Riederich
26.07.01, Ludwigshafen
16.05.04, Pliezhausen

**1.500 m :**

4:40,16 min	Herbert Jähtzen, 50	10.07.00, Jyväskylä FIN
4:40,83 min	Herbert Jähtzen, 50	18.08.02, Potsdam
4:42,55 min	Peter Schultz, 49	04.06.00, Emmendingen
4:45,19 min	Clemens Hünerberg, 51	24.06.01, Neckargemünd
4:46,80 min	Peter Schultz, 49	09.07.00, Pforzheim
4:46,83 min	Clemens Hünerberg, 51	01.08.01, Flein
4:46,94 min	Herbert Jähtzen, 50	28.07.02, Weinstadt
4:47,93 min	Herbert Jähtzen, 50	12.07.01, Brisbane AUS
4:48,99 min	Herbert Jähtzen, 50	24.06.01, Neckargemünd
4:49,10 min	Clemens Hünerberg, 51	19.08.01, Potsdam

Meile :

5:08,77 min	Herbert Jähtzen, 50	16.06.02, Oberkirch
5:18,62 min	Clemens Hünerberg, 51	14.09.03, Pforzheim

3.000 m :

10:06,38 min	Herbert Jähtzen, 50	28.08.00, Rastatt
10:16,3 min	Peter Schultz, 49	13.04.02, Pforzheim
10:19,5 min	Herbert Jähtzen, 50	13.04.02, Pforzheim
10:29,9 min	Peter Schultz, 49	29.03.03, Pforzheim
10:31,70 min	Herbert Jähtzen, 50	20.08.01, Rastatt
10:31,73 min	Peter Schultz, 49	16.09.01, Brühl
10:36,0 min	Herbert Jähtzen, 50	29.09.02, Mosbach
10:37,56 min	Herbert Jähtzen, 50	17.08.00, Limburgerhof
10:43,73 min	Herbert Jähtzen, 50	21.09.02, Pforzheim
10:44,69 min	Clemens Hünerberg, 51	20.05.02, Rastatt

5.000 m :

17:39,00 min	Peter Schultz, 49	29.04.00, Königsbach
17:43,40 min	Herbert Jähtzen, 50	21.08.00, Rastatt
17:55,11 min	Peter Schultz, 49	04.06.00, Emmendingen
18:03,09 min	Herbert Jähtzen, 50	21.08.02, Potsdam
18:14,7 min	Herbert Jähtzen, 50	28.04.01, Königsbach
18:18,34 min	Peter Schultz, 49	27.04.02, Königsbach
18:18,52 min	Peter Schultz, 49	01.09.01, Flein
18:21,42 min	Herbert Jähtzen, 50	12.07.00, Jyväskylä FIN
18:22,60 min	Herbert Jähtzen, 50	22.06.03, Bühl
18:35,34 min	Herbert Jähtzen, 50	07.07.01, Brisbane AUS

10.000 m :

37:38,00 min	Peter Schultz, 49	15.04.00, Pforzheim
38:40,5 min	Herbert Jähtzen, 50	29.09.02, Mosbach
38:45,1 min	Peter Schultz, 49	30.09.00, Plankstadt
38:46,00 min	Herbert Jähtzen, 50	15.04.00, Pforzheim
40:00,8 min	Herbert Jähtzen, 50	13.10.01, Neckargemünd
41:22,38 min	Thomas Brandt, 59	16.05.10, Pforzheim
44:52,7 min	Herbert Jähtzen, 50	07.04.01, Pforzheim
48:36:57 min	Uwe Vischer, 60	20.05.12, Pforzheim

10 km :

36:01 min	Peter Gill, 47	03.04.99, Rheinzaubern
36:49 min	Peter Gill, 47	11.04.98, Rheinzaubern
36:56 min	Peter Gill, 47	12.09.98, Remchingen
37:10 min	Peter Schultz, 49	17.06.00, Bad Liebenzell
37:29 min	Peter Gill, 47	09.09.00, Remchingen

**noch 10 km :**

38:12 min	Peter Schultz, 49	15.12.02, Rheinzabern
38:21 min	Peter Schultz, 49	11.03.01, St. Leon-Rot
38:22 min	Peter Gill, 47	11.09.99, Remchingen
38:46 min	Peter Schultz, 49	01.11.01, Hockenheim
38:53 min	Herbert Jähtzen, 50	01.11.01, Hockenheim

Stundenlauf :

12.330 m	Uwe Vischer, 60	04.08.10, Karlsruhe
12.401 m	Uwe Vischer, 60	20.05.12, Pforzheim

15 km :

57:32 min	Peter Schultz, 49	09.01.00, Rheinzabern
58:05 min	Peter Schultz, 49	14.01.01, Rheinzabern
58:59 min	Peter Schultz, 49	12.01.03, Rheinzabern
59:09 min	Herbert Jähtzen, 50	09.01.00, Rheinzabern
59:13 min	Peter Gill, 47	25.07.98, Mothorn F
1:00:51 Std.	Rolf Leyendecker, 42	14.01.96, Rheinzabern
1:01:59 Std.	Herbert Jähtzen, 50	13.01.02, Rheinzabern
1:04:56 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	14.01.07, Rheinzabern
1:05:23 Std.	Herbert Jähtzen, 50	14.01.01, Rheinzabern
1:08:11 Std.	Franz Leibensperger, 45	15.01.95, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:21:50 Std.	Peter Gill, 47	19.09.99, Karlsruhe
1:23:00 Std.	Peter Gill, 47	17.09.00, Karlsruhe
1:23:24 Std.	Rolf Leyendecker, 42	22.09.96, Karlsruhe
1:26:35 Std.	Herbert Jähtzen, 50	25.03.00, Freiburg
1:27:28 Std.	Rolf Leyendecker, 42	23.06.96, Trier
1:36:42 Std.	Herbert Jähtzen, 50	16.09.01, Karlsruhe
1:37:32 Std.	Peter Schultz, 49	24.03.01, Arnstadt
1:38:06 Std.	Franz Leibensperger, 45	22.09.96, Karlsruhe
1:38:21 Std.	Franz Leibensperger, 45	11.06.95, Mondsee A
1:38:24 Std.	Franz Leibensperger, 45	28.04.96, Meran I

25 km :

1:39:36 Std.	Peter Gill, 47	05.08.00, Bellheim
1:39:57 Std.	Peter Gill, 47	07.08.99, Bellheim
2:02:25 Std.	Franz Leibensperger, 45	03.08.96, Bellheim
2:03:17 Std.	Günter Benz, 45	19.10.97, Hildrizhausen
2:03:39 Std.	Günter Benz, 45	03.08.96, Bellheim
2:03:50 Std.	Günter Benz, 45	17.03.96, Ludwigshafen
2:04:17 Std.	Günter Benz, 45	16.03.97, Ludwigshafen
2:08:32 Std.	Günter Benz, 45	21.03.99, Ludwigshafen
2:09:04 Std.	Günter Benz, 45	05.08.95, Bellheim

Marathon :

2:50:59 Std.	Peter Gill, 47	18.04.99, Rotterdam NL
2:54:55 Std.	Peter Gill, 47	20.09.98, Berlin
2:55:43 Std.	Peter Gill, 47	24.10.99, Chicago USA
3:25:34 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	29.04.07, Hamburg
3:27:01 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	04.10.09, Köln
3:27:54 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	11.03.07, Kandel
3:29:06 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	11.11.09, München
3:29:36 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	29.08.10, Hunsrück
3:30:46 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.03.08, Kandel
3:34:26 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	23.04.06, London GB

**100 km :**

11:19:48 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	13.06.08, Biel CH
11:30:25 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56,	12.06.09, Biel CH
11:30:59 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.06.06, Biel CH
11:53,39 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	11.06.10, Biel CH
12:10:20 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	15.06.07, Biel CH

10 km - Team :

2:03:09 Std.	Leyendecker (42) 39:59, Kesselring (48) 41:05, Jähtzen (50) 42:05	10.09.00, St. Leon- <u>Rot</u>
--------------	--	--------------------------------

15 km - Team :

3:19:56 Std.	Leyendecker (42) 1:00:44, Schwab (28) 1:08:31, Benz (45) 1:10:41	11.01.98, Rheinzabern
--------------	---	-----------------------

3 x 1.000 m :

8:54,00 min	Jähtzen 50, Kesselring 48, Schultz 49	05.08.00, Ludwigshafen
8:59,35 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	13.07.02, Kevelaer
9:03,76 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	11.08.01, Chemnitz
9:16,82 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	19.06.04, Kevelaer
9:31,91 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	16.08.03, Celle

Weitsprung :

5,21 m	Alfred Kesselring, 48	04.06.00, Emmendingen
5,05 m	Alfred Kesselring, 48	12.06.00, Rastatt
4,73 m	Alfred Kesselring, 48	23.06.02, Pforzheim

Dreisprung :

10,61 m	Alfred Kesselring, 48	12.07.00, Jyväskylä FIN
----------------	------------------------------	--------------------------------

► Halle**800 m :**

2:20,70 min	Herbert Jähtzen, 50	23.02.02, Erfurt
2:24,24 min	Herbert Jähtzen, 50	28.02.04, Potsdam

3.000 m :

10:40,30 min	Herbert Jähtzen, 50	11.01.04, Ludwigshafen
--------------	---------------------	------------------------

**MASTERS / M 55**

100 m :		
14,76 sec	Rolf Leyendecker, 42	12.08.00, Edenkoben
200 m :		
28,40 sec	Werner Koch, 41	04.07.99, Pforzheim
28,69 sec	Werner Koch, 41	27.06.99, Ettlingen
30,51 sec	Rolf Leyendecker, 42	22.08.98, Emmendingen
30,73 sec	Rolf Leyendecker, 42	02.09.00, Flein
400 m :		
61,78 sec	Peter Schultz, 49	09.08.04, Rastatt
64,74 sec	Rolf Leyendecker, 42	23.07.97, Bruchsal-Helmsh.
64,81 sec	Fritz Müller, 48	11.08.03, Rastatt
64,95 sec	Rolf Leyendecker, 42	16.08.97, Schweinfurt
66,97 sec	Fritz Müller, 48	04.07.04, Baden-Baden
67,39 sec	Fritz Müller, 48	04.09.04, Flein
67,48 sec	Fritz Müller, 48	17.06.07, Radolfzell
67,86 sec	Herbert Jähtzen, 50	14.08.06, Rastatt
67,98 sec	Rolf Leyendecker, 42	29.07.99, Ludwigshafen
68,58 sec	Fritz Müller, 48	02.09.06, Flein
800 m :		
2:16,55 min	Peter Schultz, 49	15.07.05, Vaterstetten
2:16,9 min	Peter Schultz, 49	04.08.04, Flein
2:18,06 min	Peter Schultz, 49	04.07.04, Baden-Baden
2:18,15 min	Peter Schultz, 49	13.08.04, Zittau
2:19,47 min	Peter Schultz, 49	27.06.04, Riederich
2:19,80 min	Peter Schultz, 49	26.06.05, Löffingen
2:20,37 min	Peter Schultz, 49	14.05.05, Ludwigshafen
2:20,90 min	Peter Schultz, 49	26.05.05, Rastatt
2:27,19 min	Fritz Müller, 48	01.08.03, Schweinfurt
2:28,08 min	Rolf Leyendecker, 42	03.07.97, LU-Oggersheim
1.000 m :		
2:59,46 min	Peter Schultz, 49	16.05.04, Pliezhausen
3:00,60 min	Peter Schultz, 49	31.05.04, Rastatt
3:02,8 min	Peter Schultz, 49	07.07.04, RA-Niederbühl
3:15,29 min	Rolf Leyendecker, 42	22.08.98, Emmendingen
3:16,76 min	Rolf Leyendecker, 42	28.07.99, Ettlingen
1.500 m :		
4:48,27 min	Peter Schultz, 49	15.08.04, Zittau
5:02,65 min	Rolf Leyendecker, 42	24.06.01, Neckargemünd
5:03,15 min	Herbert Jähtzen, 50	24.07.06, Posen PL
5:04,71 min	Rolf Leyendecker, 42	05.07.98, Pforzheim
5:04,90 min	Rolf Leyendecker, 42	12.08.00, Edenkoben
5:05,65 min	Herbert Jähtzen, 50	31.08.05, San Sebastian E
5:07,40 min	Rolf Leyendecker, 42	21.06.98, Oberkirch
5:08,05 min	Herbert Jähtzen, 50	22.07.06, Posen PL
5:08,89 min	Herbert Jähtzen, 50	26.06.05, Löffingen
5:11,07 min	Rolf Leyendecker, 42	10.06.01, Pforzheim

**3.000 m :**

10:53,8 min	Herbert Jähtzen, 50	15.06.05, Calw-Stammheim
10:54,59 min	Rolf Leyendecker, 42	30.08.99, Rastatt
10:59,0 min	Peter Schultz, 49	16.04.05, Pforzheim
11:00,51 min	Rolf Leyendecker, 42	22.07.98, Bruchsal-Helmsh.
11:02,10 min	Herbert Jähtzen, 50	21.08.06, Rastatt
11:03,03 min	Rolf Leyendecker, 42	10.10.98, Königsbach
11:06,72 min	Rolf Leyendecker, 42	28.08.00, Rastatt
11:12,10 min	Rolf Leyendecker, 42	29.07.99, Ludwigshafen
11:25,98 min	Herbert Jähtzen, 50	22.05.08, Bönnigheim
11:34,00 min	Rolf Leyendecker, 42	05.04.97, Pforzheim

5.000 m :

16:58,22 min	Edmund Schlenker, 44	07.07.01, Brisbane AUS
18:46,29 min	Herbert Jähtzen, 50	30.04.06, Rastatt
18:48,10 min	Rolf Leyendecker, 42	30.09.98, Königsbach
18:48,69 min	Rolf Leyendecker, 42	25.08.97, Rastatt
18:57,96 min	Peter Schultz, 49	23.04.05, Königsbach
18:58,79 min	Rolf Leyendecker, 42	31.08.98, Rastatt
19:03,45 min	Herbert Jähtzen, 50	26.08.05, San Sebastian E
19:05,21 min	Rolf Leyendecker, 42	15.06.97, Kehl
19:08,59 min	Rolf Leyendecker, 42	24.06.01, Neckargemünd
19:10,15 min	Rolf Leyendecker, 42	21.06.98, Oberkirch

10.000 m :

39:31,7 min	Rolf Leyendecker, 42	30.09.00, Plankstadt
39:40,67 min	Rolf Leyendecker, 42	30.08.97, Flein
40:08,33 min	Rolf Leyendecker, 42	18.08.00, Kevelaer
40:21,24 min	Rolf Leyendecker, 42	17.04.99, Pforzheim
40:35,0 min	Herbert Jähtzen, 50	27.09.06, Reutlingen
41:57,53 min	Herbert Jähtzen, 50	06.09.08, Flein
42:23,40 min	Arno Kessel, 36	08.04.95, Pforzheim
43:06,90 min	Arno Kessel, 36	29.04.94, Pforzheim

10 km :

35:15 min	Edmund Schlenker, 44	23.09.01, Troisdorf
35:40 min	Edmund Schlenker, 44	20.05.01, Münchingen
35:44 min	Edmund Schlenker, 44	11.03.01, St. Leon- <u>Rot</u>
35:48 min	Edmund Schlenker, 44	03.10.01, Göppingen
38:53 min	Rolf Leyendecker, 42	10.10.99, Karlsruhe
39:03 min	Rolf Leyendecker, 42	12.09.98, Remchingen
39:11 min	Rolf Leyendecker, 42	06.09.98, Karlsdorf
39:31 min	Rolf Leyendecker, 42	04.05.97, St. Leon- <u>Rot</u>
39:34 min	Rolf Leyendecker, 42	04.03.00, Bad Liebenzell
39:40 min	Rolf Leyendecker, 42	14.10.01, Karlsruhe

15 km :

59:42 Std.	Rolf Leyendecker, 42	14.01.01, Rheinzabern
59:43 Std.	Rolf Leyendecker, 42	09.01.00, Rheinzabern
1:00:44 Std.	Rolf Leyendecker, 42	11.01.98, Rheinzabern
1:04:23 Std.	Axel Klenk, 39	09.01.94, Rheinzabern
1:05:38 Std.	Axel Klenk, 39	30.07.94, Mothorn F *
1:10:10 Std.	Jürgen Keppler, 46	13.01.02, Rheinzabern
1:11:44 Std.	Axel Klenk, 39	15.01.95, Rheinzabern
1:15:01 Std.	Jürgen Keppler, 46	14.01.01, Rheinzabern
1:16:45 Std.	Günter Benz, 45	09.01.00, Rheinzabern

**Halbmarathon :**

1:17:13 Std.	Edmund Schlenker, 44	24.03.01, Arnstadt
1:18:29 Std.	Edmund Schlenker, 44	29.04.01, Qormi MLT
1:21:44 Std.	Edmund Schlenker, 44	04.03.01, Önsbach
1:23:34 Std.	Rolf Leyendecker, 42	03.10.98, Griesheim
1:27:48 Std.	Rolf Leyendecker, 42	08.04.01, Bozen I
1:31:18 Std.	Axel Klenk, 39	23.05.94, Rülzheim
1:27:19 Std.	Rolf Leyendecker, 42	27.06.99, Trier
1:32:18 Std.	Axel Klenk, 39	17.04.94, Wantzenau F
1:33:08 Std.	Axel Klenk, 39	08.10.94, Offenbach/Quei.
1:34:21 Std.	Axel Klenk, 39	02.04.94, Rheinzabern

25 km :

2:12:35 Std.	Axel Klenk, 39	06.08.94, Bellheim
--------------	----------------	--------------------

Marathon :

2:45:26 Std.	Edmund Schlenker, 44	28.10.01, Frankfurt
2:45:54 Std.	Edmund Schlenker, 44	14.07.01, Brisbane AUS
3:33:06 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	28.08.11, Hunsrück
3:34:58 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	18.09.11, Karlsruhe
3:35:53 Std.	Arno Kessel, 36	12.03.95, Kandel
3:37:57 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	17.04.11, Weiltal
3:40:52 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	13.03.11, Kandel
3:45:56 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	25.09.11, Berlin
3:46:41 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	08.05.11, Hannover
3:48:10 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.10.11 München

100 km :

12:03:15 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	08.06.12, Biel CH
12:11:44 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	17.06.11, Biel CH

10 km - Team :

2:27:34 Std.	Schwab (28) 47:20, Benz (45) 50:06, Keppler (46) 50:08	17.12.00, Rheinzabern
--------------	---	-----------------------

Hochsprung :

1,40 m	Rolf Leyendecker, 42	22.08.98, Emmendingen
--------	-----------------------------	------------------------------

► Halle**3.000 m :**

10:54,27 min	Herbert Jähtzen, 50	18.02.06, Sindelfingen
11:03,48 min	Herbert Jähtzen, 50	15.03.06, Linz A

**MASTERS / M 60****100 m :**

14,35 sec	Werner Koch, 41	21.06.03, Bühl
14,63 sec	Werner Koch, 41	01.09.01, Flein
15,36 sec	Werner Koch, 41	03.07.04, Baden-Baden

200 m :

29,98 sec	Werner Koch, 41	19.05.02, Limburgerhof
30,16 sec	Werner Koch, 41	03.08.03, Schweinfurt
30,89 sec	Werner Koch, 41	21.06.03, Bühl
31,63 sec	Werner Koch, 41	26.06.05, Löffingen
31,79 sec	Werner Koch, 41	03.07.04, Baden-Baden
33,27 sec	Fritz Müller, 48	06.10.12, Königsbach

400 m :

64,23 sec	Peter Schultz, 49	30.07.11, Minden
64,25 sec	Peter Schultz, 49	04.06.11, Löffingen
64,70 sec	Clemens Hünerberg, 51	04.06.11, Löffingen
65,16 sec	Peter Schultz, 49	14.07.12, Erfurt
65,48 sec	Clemens Hünerberg, 51	14.07.12, Erfurt
65,55 sec	Peter Schultz, 49	23.06.12, Ellwangen
65,83 sec	Clemens Hünerberg, 51	23.06.12, Ellwangen
66,10 sec	Peter Schultz, 49	20.05.12, Pforzheim
66,76 sec	Peter Schultz, 49	09.08.12, Limburgerhof
67,31 sec	Peter Schultz, 49	25.08.12, Flein

800 m :

2:26,75 min	Peter Schultz, 49	08.05.11, Rastatt
2:28,62 min	Clemens Hünerberg, 51	08.05.11, Rastatt
2:29,57 min	Peter Schultz, 49	28.04.12, Königsbach
2:31,20 min	Peter Schultz, 49	29.07.11, Minden
2:31,97 min	Peter Schultz, 49	06.06.12, Pfungstadt
2:32,52 min	Peter Schultz, 49	22.07.12, Pforzheim
2:32,54 min	Peter Schultz, 49	05.06.11, Löffingen
2:33,34 min	Rolf Leyendecker, 42	26.07.02, Weinstadt
2:33,59 min	Clemens Hünerberg, 61	22.07.12, Pforzheim
2:33,65 min	Rolf Leyendecker, 42	06.07.02, Pforzheim

1.000 m :

3:17,8 min	Rolf Leyendecker, 42	27.09.02, Erkelenz
3:18,64 min	Rolf Leyendecker, 42	21.09.02, Pforzheim
3:19,7 min	Rolf Leyendecker, 42	09.07.03, Rastatt-Niederbühl
3:52,69 min	Martin Dölz, 49	25.08.12, Flein

1.500 m :

5:00,68 min	Rolf Leyendecker, 42	19.08.02, Potsdam
5:05,36 min	Rolf Leyendecker, 42	18.08.02, Potsdam
5:06,43 min	Rolf Leyendecker, 42	28.07.02, Weinstadt
5:13,47 min	Rolf Leyendecker, 42	07.07.02, Pforzheim
5:13,51 min	Rolf Leyendecker, 42	23.06.02, Pforzheim
5:21,75 min	Rolf Leyendecker, 42	21.06.03, Bühl
5:24,80 min	Rolf Leyendecker, 42	25.05.03, Stuttgart
6:08,35 min	Hans-Martin Dölz, 49	06.10.12, Königsbach

**Meile :**

5:58,23 min	Peter Schultz, 49	02.09.11, Eisenberg
6:02,78 min	Rolf Leyendecker, 42	24.09.06, Pforzheim

3.000 m :

11:18,36 min	Rolf Leyendecker, 42	07.09.02, Kehl
11:33,5 min	Rolf Leyendecker, 42	09.07.03, Niederbühl
12:37,9 min	Rolf Leyendecker, 42	01.04.06, Pforzheim
12:48,80 min	Arno Kessel, 36	05.04.97, Pforzheim
13:32,80 min	Martin Dölz, 49	07.09.12, Plochingen

5.000 m :

19:18,26 min	Rolf Leyendecker, 42	21.08.02, Potsdam
19:47,90 min	Rolf Leyendecker, 42	23.06.02, Pforzheim
19:57,37 min	Rolf Leyendecker, 42	26.04.03, Königsbach
20:01,32 min	Rolf Leyendecker, 42	27.04.02, Königsbach
20:02,98 min	Rolf Leyendecker, 42	21.06.03, Bühl
20:36,4 min	Peter Schultz, 49	09.04.11, Pforzheim
21:06,9 min	Clemens Hünerberg, 51	09.04.11, Pforzheim
20:56,80 min	Arno Kessel, 36	27.04.96, Königsbach
21:27,07 min	Rolf Leyendecker, 42	15.06.06, Rastatt
21:30,56 min	Rolf Leyendecker, 42	29.04.06, Königsbach

10.000 m :

41:05,0 min	Rolf Leyendecker, 42	13.04.02, Pforzheim
43:53,00 min	Arno Kessel, 36	13.04.96, Pforzheim
44:21,62 min	Arno Kessel, 36	06.10.96, Pforzheim

10 km :

40:30 min	Rolf Leyendecker, 42	13.10.02, Karlsruhe
40:32 min	Rolf Leyendecker, 42	12.10.03, Karlsruhe
40:33 min	Rolf Leyendecker, 42	08.09.02, St. Leon- <u>Rot</u>
40:38 min	Rolf Leyendecker, 42	14.09.03, St. Leon- <u>Rot</u>
40:50 min	Rolf Leyendecker, 42	04.05.03, St. Leon- <u>Rot</u>
41:50 min	Rolf Leyendecker, 42	22.08.03, Herxheim
42:13 min	Rolf Leyendecker, 42	15.10.06, Karlsruhe
45:02 min	Martin Dölz, 49	05.05.12, Leinfeldern
45:05 min	Clemens Hünerberg, 51	23.10.11, Berghausen
45:07 min	Peter Schultz, 49	23.10.11, Berghausen

Stundenlauf :

13.626 m	Arno Kessel, 36	13.04.96, Pforzheim
----------	-----------------	---------------------

15 km :

1:01:59 Std.	Rolf Leyendecker, 42	13.01.02, Rheinzabern
--------------	----------------------	-----------------------

Halbmarathon :

1:31:13 Std.	Rolf Leyendecker, 42	29.06.03, Trier
1:34:14 Std.	Arno Kessel, 36	23.06.96, St. Leon- <u>Rot</u>
1:34:48 Std.	Arno Kessel, 36	29.03.97, Rheinzabern
1:35:05 Std.	Arno Kessel, 36	04.05.96, Bruchhausen
1:36:36 Std.	Rolf Leyendecker, 42	21.05.06, Trier
1:37:14 Std.	Arno Kessel, 36	03.10.96, Kandel
1:38:39 Std.	Arno Kessel, 36	06.04.96, Rheinzabern



Marathon :

3:11:51 Std. Rolf Leyendecker, 42 12.05.02, Regensburg

4 x 400 m :

4:40,75 min Müller 48, Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49
15.07.12, Erfurt

Kugel 5,0 kg :

9,67 m **Rolf Leyendecker, 42 02.04.06, Pforzheim**
9,46 m Rolf Leyendecker, 42 11.08.03, Rastatt
9,05 m Rolf Leyendecker, 42 24.09.06, Pforzheim

Diskus 1,0 kg :

28,87 m Rolf Leyendecker, 42 11.08.03, Rastatt
27,82 m Rolf Leyendecker, 42 21.06.03, Bühl

Speer 600 g :

36,46 m **Rolf Leyendecker, 42 06.08.06, Aachen**
34,51 m Rolf Leyendecker, 42 25.06.06, Rastatt
34,16 m Rolf Leyendecker, 42 02.04.06, Pforzheim
30,95 m Rolf Leyendecker, 42 18.08.03, Rastatt

► **Halle**

200 m :

29.85 sec Peter Schultz, 49 28.01.11, Sindelfingen

400 m :

66,40 sec Peter Schultz, 49 22.01.12, Sindelfingen
68,25 sec Peter Schultz, 49 28.01.11, Sindelfingen

800 m :

2:33,74 min Peter Schultz, 49 22.01.12, Sindelfingen
2:35,97 min Peter Schultz, 49 28.01.11, Sindelfingen

**MASTERS / M 65**

100 m :			
15,30 sec	Werner Koch, 41	21.08.06, Rastatt	
200 m :			
30,72 sec	Werner Koch, 41	25.06.06, Rastatt	
32,06 sec	Werner Koch, 41	22.07.07, Pforzheim	
33,08 sec	Werner Koch, 41	18.08.08, Rastatt	
800 m :			
2:45,27 min	Rolf Leyendecker, 42	20.04.07, Rastatt	
3.000 m :			
11:45,80 min	Rolf Leyendecker, 42	20.08.07, Rastatt	
1.500 m :			
5:24,43 min	Rolf Leyendecker, 42	28.07.08, Ljubljana SLO	
5:28,15 min	Rolf Leyendecker, 42	07.06.08, Edenkoben	
Meile :			
5:56,41 min	Rolf Leyendecker, 42	21.09.08, Pforzheim	
6:00,28 min	Rolf Leyendecker, 42	30.09.07, Pforzheim	
3.000 m :			
11.55,43 min	Rolf Leyendecker, 42	18.08.08, Rastatt	
5.000 m :			
20:28,85 min	Rolf Leyendecker, 42	07.09.07, Riccione I	
20:53,57 min	Rolf Leyendecker, 42	11.08.08, Rastatt	
20:57,87 min	Rolf Leyendecker, 42	21.06.08, Pforzheim	
21:13,72 min	Rolf Leyendecker, 42	07.06.08, Edenkoben	
21:14,30 min	Rolf Leyendecker, 42	13.08.07, Rastatt	
21:18,07 min	Rolf Leyendecker, 42	30.07.08, Ljubljana SLO	
10 km :			
42:06 min	Rolf Leyendecker, 42	12.10.08, Karlsruhe	
42:48 min	Rolf Leyendecker, 42	16.12.07, Rhein Zabern	
43:05 min	Rolf Leyendecker, 42	07.09.08, Karlsdorf-Neut.	
45:26 min	Rolf Leyendecker, 42	03.06.07, Trier	
45:27 min	Otto Schwab, 28	03.10.97, Kandel	
52:23 min	Arno Kessel, 36	08.05.04, Illingen	
53:24 min	Arno Kessel, 36	25.06.04, Pforzheim	
Halbmarathon :			
1:33:05 Std.	Rolf Leyendecker, 42	09.03.08, Kandel	
1:58:37 Std.	Arno Kessel, 36	19.09.04, Karlsruhe	
Kugel 5,0 kg :			
10,00 m	Rolf Leyendecker, 42	13.08.07, Rastatt	
9,57 m	Rolf Leyendecker, 42	21.07.07, Pforzheim	
9,55 m	Rolf Leyendecker, 42	19.04.08, Langensteinbach	
9,08 m	Rolf Leyendecker, 42	31.03.07, Langensteinbach	



Diskus 1,0 kg :

29,96 m

28,89 m

27,23 m

27,19 m

27,08 m

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

21.07.07, Pforzheim

31.03.07, Langensteinbach

11.08.08, Rastatt

07.06.08, Edenkoben

19.04.08, Langensteinbach

Speer 600 g :

35,57 m

35,07 m

34,75 m

33,21 m

33,06 m

32,28 m

31,60 m

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

Rolf Leyendecker, 42

18.08.08, Rastatt

20.04.07, Rastatt

20.08.07, Rastatt

06.09.07, Riccione I

19.04.08, Langensteinbach

22.07.07, Pforzheim

31.03.07, Langensteinbach

**MASTERS / M 70**

400 m ;			
84,02 min	Werner Koch, 41	21.07.12, Pforzheim	
800 m :			
3:10,19 min	Otto Schwab, 28	03.07.99, Pforzheim	
3:25,15 min	Otto Schwab, 28	20.08.01, Rastatt	
1.000 m :			
3:58,85 min	Otto Schwab, 28	26.09.98, Ettlingen	
1.500 m :			
6:02,26 min	Otto Schwab, 28	22.08.99, Hagen	
6:09,68 min	Otto Schwab, 28	05.07.98, Pforzheim	
6:10,41 min	Otto Schwab, 28	04.07.99, Pforzheim	
6:33,23 min	Otto Schwab, 28	13.08.01, Rastatt	
6:39,88 min	Otto Schwab, 28	29.06.03, Pforzheim	
6:46,32 min	Otto Schwab, 28	09.07.00, Pforzheim	
3.000 m :			
12:53,47 min	Otto Schwab, 28	08.08.99, Heidelberg	
13:03,70 min	Otto Schwab, 28	04.04.98, Pforzheim	
13:05,08 min	Otto Schwab, 28	10.10.98, Königsbach	
13:36,1 min	Otto Schwab, 28	07.04.01, Pforzheim	
13:59,3 min	Otto Schwab, 28	13.04.02, Pforzheim	
5.000 m :			
21:40,21 min	Otto Schwab, 28	21.08.99, Hagen	
21:49,58 min	Otto Schwab, 28	27.06.99, Ettlingen	
22:28,05 min	Otto Schwab, 28	24.06.01, Neckargemünd	
22:28,90 min	Otto Schwab, 28	30.09.98, Königsbach	
23:25,17 min	Otto Schwab, 28	15.07.00, Pforzheim	
24:18,52 min	Otto Schwab, 28	27.04.02, Königsbach	
10.000 m :			
45:33,9 min	Otto Schwab, 28	30.09.00, Plankstadt	
10 km :			
44:37 min	Otto Schwab, 28	03.10.98, Kandel	
44:46 min	Otto Schwab, 28	29.08.98, Rheinau	
45:00 min	Otto Schwab, 28	04.09.99, Karlsdorf-Neut.	
45:15 min	Otto Schwab, 28	12.09.98, Remchingen	
45:29 min	Otto Schwab, 28	18.04.99, Wiesloch	
45:52 min	Otto Schwab, 28	02.05.99, St. Leon-Rot	
45:56 min	Otto Schwab, 28	24.05.98, Münchingen	
46:07 min	Otto Schwab, 28	02.09.00, Karlsdorf-Neut.	
46:45 min	Otto Schwab, 28	14.04.01, Rheinzabern	
46:49 min	Otto Schwab, 28	17.06.00, Bad Liebenzell	
15 km :			
1:08:31 Std.	Otto Schwab, 28	11.01.98, Rheinzabern	



Halbmarathon :

1:38:05 Std.	Otto Schwab, 28	28.03.98, Potsdam
1:40:59 Std.	Otto Schwab, 28	20.06.99, Remshalden
1:42:56 Std.	Otto Schwab, 28	21.05.00, Leinfelden
1:44:06 Std.	Otto Schwab, 28	03.05.98, St. Leon- <u>Rot</u>
1:44:07 Std.	Otto Schwab, 28	30.05.99, Leinfelden
1:44:13 Std.	Otto Schwab, 28	09.09.01, St. Leon- <u>Rot</u>
1:46:37 Std.	Otto Schwab, 28	25.04.99, Heidelberg
1:48:00 Std.	Otto Schwab, 28	30.03.02, Rheinzabern

**MASTERS / M 75**

800 m :		
3:21,35 min	Otto Schwab, 28	26.04.03, Königsbach
1.500 m :		
6:35,69 min	Otto Schwab, 28	03.08.03, Schweinfurt
6:39,88 min	Otto Schwab, 28	29.06.03, Pforzheim
3.000 m :		
15:08,08 min	Otto Schwab, 28	21.08.06, Rastatt
5.000 m :		
23:41,96 min	Otto Schwab, 28	28.07.04, Aarhus DK
23:42,11 min	Otto Schwab, 28	21.06.03, Bühl
24:12,38 min	Otto Schwab, 28	02.08.03, Schweinfurt
24:19,44 min	Otto Schwab, 28	03.07.04, Baden-Baden
10.000 m :		
50:48,55 min	Otto Schwab, 28	09.06.03, Heidelberg
10 km :		
48:04 min	Otto Schwab, 28	04.05.03, St. Leon- <u>Rot</u>
49:11 min	Otto Schwab, 28	19.04.03, Rheinzabern
49:20 min	Otto Schwab, 28	16.05.03, Kandel
49:20 min	Otto Schwab, 28	07.09.03, Karlsdorf-Neut.
49:25 min	Otto Schwab, 28	01.11.03, Hockenheim
49:32 min	Otto Schwab, 28	01.11.06, Hockenheim
49:44 min	Otto Schwab, 28	06.04.03, Kornwestheim
49:49 min	Otto Schwab, 28	19.09.04, Bad Liebenzell
50:12 min	Otto Schwab, 28	05.09.04, Karlsdorf-Neut.
50:30 min	Otto Schwab, 28	28.08.04, MA.-Rheinau
21,1 km :		
1:47:09 Std.	Otto Schwab, 28	25.05.03, Leinfelden
1:50:41 Std.	Otto Schwab, 28	12.09.04, St. Leon- <u>Rot</u>
1:51:14 Std.	Otto Schwab, 28	22.03.03, Burghaslach
1:57:13 Std.	Otto Schwab, 28	04.12.04, Bruchhausen
1:57:34 Std.	Otto Schwab, 28	25.04.04, Heidelberg
1:59:17 Std.	Otto Schwab, 28	10.04.04, Rheinzabern
Marathon :		
4:22:36 Std.	Otto Schwab, 28	10.10.04, München
4:24:46 Std.	Otto Schwab, 28	01.08.04, Aarhus DK
5. 000 m Gehen :		
33:38,56 min	Otto Schwab, 28	26.07.04, Aarhus DK
33:52,47 min	Otto Schwab, 28	26.08.05, San Sebastian E
34:42,13 min	Otto Schwab, 28	24.07.06, Posen PL
5 km, Gehen / Straße :		
34:43 min	Otto Schwab, 28	21.04.07, Biberach



10 km Gehen / Straße :

1:07:35 Std.	Otto Schwab, 28	14.03.04, Sindelfingen
1:09:31 Std.	Otto Schwab, 28	25.09.04, Biberach
1:10:14 Std.	Otto Schwab, 28	19.03.06, Linz A
1:11:34 Std.	Otto Schwab, 28	18.05.07, Regensburg

20 km Gehen / Straße :

2:25:59 Std.	Otto Schwab, 28	31.08.05, San Sebastian E
--------------	-----------------	---------------------------

30 km Gehen / Straße :

3:54:59 Std.	Otto Schwab, 28	20.05.07, Regensburg
--------------	-----------------	----------------------

**MASTERS / M 80**

400 m :			
1:43,59 min	Otto Schwab, 28	21.09.08, Pforzheim	
1.000 m :			
4:49,96 min	Otto Schwab, 28	12.05.08, Heidelberg	
1.500 m :			
7:12,20 min	Otto Schwab, 28	11.07.08, Schweinfurt	
7:43,28 min	Otto Schwab, 28	19.07.09, Pforzheim	
3.000 m :			
15:31,06 min	Otto Schwab, 28	12.05.08, Heidelberg	
10.000 m :			
1:00,29 Std.	Otto Schwab, 28	15.07.10, Nyíregyháza H	
10 km :			
52:55 min	Otto Schwab, 28	29.05.09, Aarhus DK	
53:30 min	Otto Schwab, 28	01.11.08, Hockenheim	
53:53 min	Otto Schwab, 28	06.09.09, Karlsdorf-Neut.	
54:18 min	Otto Schwab, 28	28.09.08, Graben-Neudorf	
54:28 min	Otto Schwab, 28	07.09.08, Karlsdorf-Neut.	
54:46 min	Otto Schwab, 28	29.08.09, MA-Rheinau	
54:51 min	Otto Schwab, 28	05.04.08, Calw	
55:43 min	Otto Schwab, 28	19.04.09, Wiesloch	
55:51 min	Otto Schwab, 28	01.11.09, Hockenheim	
56:47 min	Otto Schwab, 28	30.08.08, MA-Rheinau	
Halbmarathon :			
1:59:37 Std.	Otto Schwab, 28	13.09.09, St. Leon- <u>Rot</u>	
2:00:07 Std.	Otto Schwab, 28	12.09.10, St. Leon- <u>Rot</u>	
2:01:56 Std.	Otto Schwab, 28	14.09.08, St. Leon- <u>Rot</u>	
2:03:10 Std.	Otto Schwab, 28	31.05.09, Aarhus DK	
2:14:07 Std.	Otto Schwab, 28	08.05.11, St. Leon- <u>Rot</u>	
5.000 m Gehen :			
34:10,1 min	Otto Schwab, 28	03.05.08, Lahr	
20 km Gehen / Straße :			
2:30:46 Std.	Otto Schwab, 28	31.07.08, Ljubljana SLO	



MJ U 18

3.000 m :

10:10,80 min

Simon Schimmelpfennig, 75 29.06.94, Bruchsal

5.000 m :

18:33,90 min

Simon Schimmelpfennig, 75 29.04.94, Pforzheim

19:41,70 min

Michael Keppler, 77 07.10.95, Königsbach

15 km :

1:03:53 Std.

Simon Schimmelpfennig, 75 09.01.94, Rheinzabern

Halbmarathon :

1:33:32 Std.

Michael Keppler, 77 22.09.96, Karlsruhe

- **handgestoppt**
- * **Bis einschließlich 1995 war die Strecke in Mothorn 300 Meter zu kurz**
- ▶ **Ab 2007 wurde die Aufnahme von 15 km-Straßenläufen eingestellt.**
Ab 2009 wird die Aufnahme von 25 km-Straßenläufen eingestellt,
da diese Distanzen allgemein nicht mehr in Bestenlisten aufgenommen werden.

**TOP 10 plus - alle Klassen****FRAUEN:****100 m :**

16,03 sec Sabine Mößner, 63 29.04.00, Königsbach
17,39 sec Marisa Hörner, 54 08.09.12, Essen

200 m :

29,34 sec Lidia Zentner, 53 15.06.97, Kehl
29,57 sec Lidia Zentner, 53 30.06.96, Konstanz
29,40 sec ° Lidia Zentner, 53 07.10.95, Königsbach
30,48 sec Lidia Zentner, 53 27.06.99, Ettlingen
30,54 sec Lidia Zentner, 53 04.06.00, Emmendingen
30,56 sec Marisa Hörner, 54 24.06.01, Neckargemünd
30,57 sec Lidia Zentner, 53 21.06.98, Oberkirch
31,50 sec Marisa Hörner, 54 04.06.00, Emmendingen

400 m :

64,52 sec Lidia Zentner, 53 04.07.98, Pforzheim
65,02 sec Lidia Zentner, 53 12.08.02, Rastatt
65,39 sec Lidia Zentner, 53 22.06.03, Bühl
65,62 sec Lidia Zentner, 53 03.07.99, Pforzheim
65,73 sec Lidia Zentner, 53 14.06.00, Nußloch
66,12 sec Lidia Zentner, 53 12.06.00, Rastatt
66,30 sec Lidia Zentner, 53 11.06.02, Karlsruhe
66,77 sec Lidia Zentner, 53 04.07.04, Baden-Baden
66,87 sec Lidia Zentner, 53 14.08.04, Zittau
67,01 sec Lidia Zentner, 53 10.07.01, Brisbane AUS

68,75 sec Manuela Meirich, 62 01.09.01, Flein
71,86 min Nina Brandt, 90 15.08.05, Rastatt

800 m :

2:21,47 min Lidia Zentner, 53 21.08.97, LU-Oggersheim
2:21,78 min Lidia Zentner, 53 22.07.97, Durban RSA
2:21,94 min Lidia Zentner, 53 20.07.97, Durban RSA
2:22,03 min Lidia Zentner, 53 29.08.05, San Sebastian E
2:22,43 min Lidia Zentner, 53 15.06.97, Kehl
2:22,58 min Lidia Zentner, 53 18.08.99, Flein
2:22,68 min Lidia Zentner, 53 27.04.96, Königsbach
2:23,13 min Silke Gohl, 71 22.06.03, Bühl
2:23,20 min Lidia Zentner, 53 25.08.95, Wetzlar
2:23,44 min Lidia Zentner, 53 10.07.98, Konstanz

2:26,10 min Sarah Richter, 93 20.07.08, Pforzheim
2:29,70 min Marisa Hörner, 54 04.08.00, Ludwigshafen
2:30,49 min Jola Nawrocka-Schleicher, 69 21.08.97, LU-Oggersheim
2:31,62 min Birgit Zink, 57 27.04.96, Königsbach
2:32,79 min Gabi Anselment, 60 27.04.96, Königsbach
2:37,71 min Kathrin Bachteler, 91 20.07.08, Pforzheim
2:37,76 min Marianne Holz, 57 18.06.95, Höllstein
2:38,34 min Renate Röger, 65 15.07.95, Pforzheim
2:47,7 min Nina Brandt, 90 07.06.06, Calw-Stammheim
3:09,02 min Gaby Schwan, 56 04.08.10, Flein

**1.000 m :**

3:09,34 min Silke Gohl, 71 16.05.04, Pliezhausen

1.500 m :

4:41,37 min Lidia Zentner, 53 07.07.96, Hagen
4:42,78 min Lidia Zentner, 53 19.07.96, Malmö S
4:43,33 min Lidia Zentner, 53 10.07.05, Gaggenau
4:44,55 min Lidia Zentner, 53 02.09.05, San Sebastian E
4:44,75 min Lidia Zentner, 53 13.08.05, Wetzlar
4:46,04 min Lidia Zentner, 53 05.08.99, Ludwigshafen
4:46,37 min Lidia Zentner, 53 26.07.97, Durban RSA
4:47,62 min Lidia Zentner, 53 12.07.98, Konstanz
4:47,69 min Lidia Zentner, 53 25.08.97, Rastatt
4:48,05 min Silke Gohl, 71 20.06.04, Pforzheim

5:02,18 min Birgit Zink, 57 02.09.96, Rastatt
5:09,85 min Marisa Hörner, 54 06.08.00, Ludwigshafen
5:10,62 min Gabi Anselment, 60 02.09.96, Rastatt
5:32,75 min Kathrin Bachteler, 91 19.07.08, Pforzheim
5:53,43 min Angelika Weber, 58 23.08.99, Rastatt
6:06,32 min Gaby Schwan, 56 31.07.11, Minden

Meile :

5:30,40 min Silke Gohl, 71 05.10.02, Tschenschow PL

3.000 m :

10:09,01 min Lidia Zentner, 53 05.09.96, Ludwigshafen
10:10,26 min Lidia Zentner, 53 30.08.99, Rastatt
10:10,69 min Lidia Zentner, 53 09.07.05, Gaggenau
10:14,08 min Lidia Zentner, 53 15.06.97, Kehl
10:16,85 min Lidia Zentner, 53 30.06.96, Konstanz
10:19,19 min Lidia Zentner, 53 18.06.03, Ettlingen
10:20,12 min Lidia Zentner, 53 12.08.99, Limburgerhof
10:23,46 min Lidia Zentner, 53 11.08.98, Flein
10:23,52 min Silke Gohl, 71 26.05.04, Koblenz
10:25,90 min Lidia Zentner, 53 13.04.96, Pforzheim

10:36,23 min Birgit Zink, 57 11.09.96, Ludwigshafen
10:47,80 min Gabi Anselment, 60 10.07.96, Calw-Wimberg
10:57,91 min Marianne Holz, 57 18.06.95, Höllstein
11:08,48 min Christiane Fischer, 77 21.08.06, Rastatt
11:08,83 min Ina Rosendahl, 84 22.05.08, Bönnigheim
11:14,30 min Jola Nawrocka-Schleicher, 69 05.04.97, Pforzheim
11:16,79 min Marisa Hörner, 54 04.06.00, Emmendingen
11:17,62 min Kathrin Bachteler, 91 22.05.08, Bönnigheim
11:51,33 min Dagmar Rübenacker, 66 24.06.01, Neckargemünd
11:54,19 min Nadine Fromm, 75 26.04.98, Königsbach

12:04,60 min Angelika Weber, 58 21.06.98, Oberkirch
12:06,39 min Renate Röger, 65 14.06.95, Ettlingen
12:18,9 min Manuela Meirich, 62 07.04.01, Pforzheim
12:36:09 min Gaby Schwan, 56 06.06.09, BR-Helmsheim
13:15,00 min Sabine Kußmaul, 67 26.04.98, Königsbach

**5.000 m :**

17:22,80 min	Lidia Zentner, 53	03.08.05, Flein
17:35,11 min	Lidia Zentner, 53	01.09.95, Rastatt
17:47,21 min	Lidia Zentner, 53	22.07.97, Durban RSA
17:47,38 min	Lidia Zentner, 53	29.08.96, Limburgerhof
17:51,38 min	Lidia Zentner, 53	05.07.96, Hagen
18:01,00 min	Lidia Zentner, 53	25.08.05, San Sebastian E
18:01,35 min	Lidia Zentner, 53	10.09.94, Pforzheim
18:04,22 min	Lidia Zentner, 53	13.06.98, Sindelfingen
18:05,91 min	Lidia Zentner, 53	09.06.99, Nußloch
18:06,96 min	Silke Gohl, 71	05.06.04, Ulm
18:22,23 min	Birgit Zink, 57	12.10.96, Königsbach
18:44,96 min	Gabi Anselment, 60	27.07.95, LU-Oggersheim
18:54,06 min	Gertrud Huber, 54	06.07.01, Brisbane AUS
19:12,36 min	Stephanie Fischer, 81	08.08.07, Flein
19:59,50 min	Kathrin Bachteler, 91	21.06.08, Pforzheim
20:23,29 min	Marisa Hörner, 54	07.05.00, Rastatt
20:56,79 min	Dagmar Rübenacker, 66	05.05.07, Königsbach
21:03,59 min	Renate Röger, 65	22.04.95, Königsbach
21:15,49 min	Angelika Weber, 58	27.04.96, Königsbach
21:46,98 min	Gaby Schwan, 56	02.08.09, Lahti FIN
21:59,14 min	Angelika Steding, 58	29.04.00, Königsbach

10.000 m :

36:35,00 min	Lidia Zentner, 53	30.09.95, Gengenbach
36:53,16 min	Lidia Zentner, 53	19.07.97, Durban RSA
37:08,90 min	Lidia Zentner, 53	19.10.96, Neckargemünd
37:40,00 min	Lidia Zentner, 53	03.09.94, Bühl
37:42,48 min	Lidia Zentner, 53	21.07.96, Malmö S
38:02,35 min	Birgit Zink, 57	05.09.96, Ludwigshafen
38:21,10 min	Lidia Zentner, 53	02.10.99, Rheinstetten
38:23,00 min	Lidia Zentner, 53	08.10.94, Neuenstadt
38:24,95 min	Lidia Zentner, 53	23.04.05, Gundelfingen
38:40,00 min	Birgit Zink, 57	08.10.94, Neuenstadt
38:40,00 min	Gabi Anselment, 60	16.08.95, Kandel
38:54,20 min	Gertrud Huber, 54	09.07.01, Brisbane AUS
38:58,10 min	Marianne Holz, 57	08.04.95, Pforzheim
42:46,20 min	Renate Röger, 65	08.04.95, Pforzheim
42:47,0 min	Marisa Hörner, 54	30.09.00, Plankstadt
44:00,40 min	Angelika Weber, 58	11.10.97, Neckargemünd
44:52,9 min	Dagmar Rübenacker, 66	07.04.01, Pforzheim
45:56,91 min	Gaby Schwan, 56	06.08.09, Lahti FIN

10 km :

36:37 min	Lidia Zentner, 53	24.09.95, Sinzheim
37:11 min	Lidia Zentner, 53	23.08.96, Herxheim
37:43 min	Lidia Zentner, 53	04.09.99, Karlsdorf-Neut.
37:58 min	Lidia Zentner, 53	01.11.05, Hockenheim
38:05 min	Lidia Zentner, 53	16.05.03, Kandel
38:10 min	Lidia Zentner, 53	21.08.98, Herxheim
38:13 min	Lidia Zentner, 53	17.04.05, Önsbach
38:16 min	Ina Rosendahl, 84	14.12.08, Rheinzabern

**noch 10 km :**

38:18 min	Lidia Zentner, 53	15.04.06, Rheinzabern
38:20 min	Birgit Zink, 57	02.06.96, Biberach
38:20 min	Gabi Anselment, 60	02.06.96, Biberach
38:55 min	Silke Gohl, 71	14.12.03, Rheinzabern
39:43 min	Steffi Fischer, 81	12.10.08, Karlsruhe
40:03 min	Christiane Fischer, 77	15.04.06, Rheinzabern
40:20 min	Jola Nawrocka-Schleicher, 69	31.05.97, Malsch
40:55 min	Gertrud Huber, 54	11.03.01, St. Leon-Rot
41:07 min	Marianne Holz, 57	27.08.94, MA-Rheinau
42:15 min	Marisa Hörner, 54	11.03.01, St. Leon-Rot
42:22 min	Dagmar Rübenacker, 66	04.09.05, Karlsdorf-Neut.
42:56 min	Angelika Weber, 58	14.04.01, Rheinzabern
42:58 min	Gaby Schwan, 56	13.05.11, Yutz/Thionville F
43:56 min	Nadine Fromm, 75	03.05.98, St. Leon-Rot
45:59 min	Uschi Esdar, 67	08.05.05, St. Leon-Rot
46:01 min	Manuela Meirich, 62	17.12.00, Rheinzabern
46:09 min	Angelika Steding, 58	25.08.00, Herxheim
46:40 min	Kathrin Bachteler, 91	01.07.11, Pforzheim
47:54 min	Sabine Mößner, 63	14.04.01, Rheinzabern
48:50 min	Sybille Hildner, 66	20.08.04, Herxheim
51:05 min	Karin Cronenberg-März, 62	01.11.11, Hockenheim
51:34 min	Indra Schwager, 76	25.06.04, Pforzheim

Stundenlauf :

15.501 m	Lidia Zentner, 53	08.10.94, Neuenstadt
14.964 m	Birgit Zink, 57	08.10.94, Neuenstadt
14.560 m	Marianne Holz, 57	09.09.94, Pforzheim
14.500 m	Gabi Anselment, 60	09.09.94, Pforzheim

15 km :

59:10 min	Lidia Zentner, 53	11.01.98, Rheinzabern
1:01:07 Std.	Birgit Zink, 57	14.01.96, Rheinzabern
1:01:20 Std.	Lidia Zentner, 53	09.01.94, Rheinzabern
1:01:48 Std.	Gabi Anselment, 60	27.07.96, Mothorn F
1:01:58 Std.	Lidia Zentner, 53	13.01.02, Rheinzabern
1:02:04 Std.	Heidi Kiekenbeck, 59	09.01.00, Rheinzabern
1:02:05 Std.	Birgit Zink, 57	09.01.94, Rheinzabern
1:03:26 Std.	Birgit Zink, 57	15.01.95, Rheinzabern
1:04:32 Std.	Birgit Zink, 57	30.07.94, Mothorn F *
1:04:46 Std.	Marianne Holz, 57	15.01.95, Rheinzabern
1:05:17 Std.	Marisa Hörner, 54	14.01.01, Rheinzabern
1:05:22 Std.	Silke Gohl, 71	14.01.01, Rheinzabern
1:05:28 Std.	Angelika Weber, 58	09.01.00, Rheinzabern
1:07:01 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	09.01.00, Rheinzabern
1:08:43 Std.	Ria Klenk, 36	09.01.94, Rheinzabern
1:14:06 Std.	Angelika Steding, 58	14.01.01, Rheinzabern
1:15:14 Std.	Renate Röger, 65	15.01.95, Rheinzabern
1:28:33 Std.	Sandra Zink, 62	14.01.96, Rheinzabern

**Halbmarathon :**

1:20:48 Std.	Lidia Zentner, 53	17.09.95, Karlsruhe
1:20:58 Std.	Lidia Zentner, 53	22.09.96, Karlsruhe
1:21:35 Std.	Lidia Zentner, 53	31.03.96, Kaiserslautern
1:21:46 Std.	Lidia Zentner, 53	18.09.94, Karlsruhe
1:22:24 Std.	Lidia Zentner, 53	10.11.96, Griesheim
1:23:17 Std.	Lidia Zentner, 53	09.04.95, Rheinzabern
1:24:20 Std.	Gabi Anselment, 60	22.09.96, Karlsruhe
1:24:34 Std.	Birgit Zink, 57	22.09.96, Karlsruhe
1:25:41 Std.	Lidia Zentner, 53	27.05.96, Rülzheim
1:25:58 Std.	Lidia Zentner, 53	25.03.00, Freiburg
1:26:40 Std.	Marianne Holz, 57	18.09.94, Karlsruhe
1:31:41 Std.	Gertrud Huber, 54	03.10.02, Maximiliansau
1:32:16 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	20.09.09, Karlsruhe
1:36:13 Std.	Angelika Weber, 58	16.09.01, Karlsruhe
1:37:25 Std.	Marisa Hörner, 54	24.03.01, Arnstadt
1:42:17 Std.	Ria Klenk, 36	23.05.94, Rülzheim
1:45:01 Std.	Angelika Steding, 58	25.03.00, Freiburg
1:49:08 Std.	Manuela Meirich, 62	31.05.04, Rülzheim
1:54:11 Std.	Sybille Hildner, 66	19.09.04, Karlsruhe
1:54:45 Std.	Indra Schwager, 76	05.06.05, Stuttgart

25 km :

1:41:27 Std.	Lidia Zentner, 53	06.08.94, Bellheim
1:41:29 Std.	Lidia Zentner, 53	15.10.95, Hildrizhausen
1:47:47 Std.	Gabi Anselment, 60	03.08.96, Bellheim
1:49:57 Std.	Birgit Zink, 57	16.10.94, Hildrizhausen
1:50:26 Std.	Gabi Anselment, 60	05.08.95, Bellheim
1:51:09 Std.	Christiane Fischer, 77	05.08.06, Bellheim
1:52:26 Std.	Gabi Anselment, 60	06.08.94, Bellheim
1:52:28 Std.	Birgit Zink, 57	06.08.94, Bellheim
1:53:16 Std.	Lidia Zentner, 53	20.10.96, Hildrizhausen
1:54:35 Std.	Marianne Holz, 57	06.08.94, Bellheim
1:58:34 Std.	Renate Röger, 65	05.08.95, Bellheim
2:12:35 Std.	Ria Klenk, 36	06.08.94, Bellheim

Marathon :

2:57:29 Std.	Lidia Zentner, 53	30.04.95, Hamburg
3:00:29 Std.	Lidia Zentner, 53	06.11.94, New York USA
3:06:47 Std.	Gertud Huber, 54	14.07.01, Brisbane AUS
3:09:48 Std.	Birgit Zink, 57	30.04.95, Hamburg
3:14:30 Std.	Gabi Anselment, 60	30.04.95, Hamburg
3:16:57 Std.	Gabi Anselment, 60	21.04.96, Paris F
3:17:38 Std.	Marianne Holz, 57	30.04.95, Hamburg
3:23:19 Std.	Gabi Anselment, 60	18.09.94, Karlsruhe
3:25:29 Std.	Dagmar Rübenacker, 66	18.09.05, Karlsruhe
3:26:10 Std.	Gabi Anselment, 60	09.10.94, Bräunlingen
4:07:11 Std.	Sybille Hildner-Lippolt, 66	28.09.08, Berlin
4:13:02 Std.	Angelika Steding, 58	10.09.00, Berlin
4:17:02 Std.	Indra Schwager, 76	19.09.04, Karlsruhe



10 km - Team :

1:54:52 Std.	Zentner (53) 36:37, Anselment (60) 38:57 Zink (57) 39:18	24.09.95, Sinzheim
1:59:30 Std.	Zentner 53, Zink 57, Anselment 60	27.08.94, MA-Rheinau
2:00:01 Std.	Zink 57, Anselment 60, Weber 58	02.06.96, Biberach
2:04:16 Std.	Anselment 60, Zink 57, Holz 57	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
2:06:00 Std.	Zentner 53, Gohl 71, Weber 58	16.12.01, Rheinzabern
2:06:26 Std.	Zentner 53, Hörner 54, Gohl 71	17.12.00, Rheinzabern
2:07:10 Std.	Fischer 77, Zentner, 53, Ketterer 69	01.11.06, Hockenheim
2:07:12 Std.	Huber 54, Hörner 54, Weber 58	11.03.01, St. Leon- <u>Rot</u>
2:07:14 Std.	Zentner 53, Rübenacker 66, Hörner 54	17.04.05, Önsbach
2:07:26 Std.	Zentner 53, Rübenacker 66, Hörner 54	28.08.04, MA-Rheinau

15 km - Team :

3:12:08 Std.	Zentner (53) 1:01:20, Zink (57) 1:02:05, Klenk (36) 1:08:43	09.01.94, Rheinzabern
3:12:58 Std.	Zink 57, Holz 57, Anselment 60	15.01.95, Rheinzabern
3:14:33 Std.	Kiekenbeck 59, Weber 58, Rübenacker 66	09.01.00, Rheinzabern
3:15:02 Std.	Zentner 53, Gohl 71, Weber 58	13.01.02, Rheinzabern
3:16:43 Std.	Hörner 54, Gohl 71, Weber 58	14.01.01, Rheinzabern
3:24:54 Std.	Zink 57, Anselment 60, Klenk 36	30.07.94, Mothern F *

Halbmarathon - Team :

4:09:52 Std.	Zentner (53) 1:20:58, Anselment (60) 1:24:20, Zink (57) 1:24:34	22.09.96, Karlsruhe
4:15:45 Std.	Zentner 53, Holz 57, Zink 57	18.09.94, Karlsruhe
4:18:40 Std.	Zentner 53, Anselment 60, Zink 57	09.04.95, Rheinzabern
4:51:48 Std.	Zentner 53, Hörner 54, Steding 58	25.03.00, Freiburg
5:21:52 Std.	Rübenacker 66, Meirich 62, Hildner 66	19.09.04, Karlsruhe

25 km - Team :

5:26:21 Std.	Zentner (53) 1:41:27, Anselment (60) 1:52:26, Zink (57) 1:52:28	06.08.94, Bellheim
6:18:49 Std.	Holz 57, Ammann 65, Klenk 36	06.08.94, Bellheim



Marathon - Team :

9:21:47 Std.

Zentner (53) 2:57:29, Zink (57) 3:09:48,
Anselment (60) 3:14:30 30.04.95, Hamburg

4 x 100 m :

62,24 sec

Esslinger 57, Rett 54, Lipps 48, Zentner 53
08.09.12,, Essen*

4 x 400 m :

4:43,80 min

Meirich 62, Mößner 63, Steding 58, Rübenacker 66
20.06.01, Bühl

3 x 800 m :

7:20,18 min

Hörner 54, Gohl 71, Zentner 53
27.07.02, Weinstadt

7:30,40 min

Anselment 60, Zink 57, Zentner 53
26.07.95, Pforzheim

7:35,94 min

Hörner 54, Gohl 71, Zentner 53
20.06.01, Bühl

7:40,70 min

Anselment 60, Nawrocka-Schleicher 69, Zentner 53
12.06.96, Rheinzabern

7:48,61 min

Gohl 71, Meirich 62, Zentner 53
09.05.02, Tübingen

7:50,8 min

Rübenacker 66, Hörner 54, Gohl 71
18.07.01, Pforzheim

7:55,40 min

Anselment 60, Zink 57, Zentner 53
06.07.94, Pforzheim

8:42,39 min

Schwan 56, Rett 54, Zentner 53
18.09.11, Viernheim*

* Stg Baden-Baden / Gazelle

**► Halle****400 m :**

65,12 sec Lidia Zentner, 53 07.03.99, Malmö S

800 m :

2:24,07 min Lidia Zentner, 53 08.02.97, Stuttgart
2:25,22 min Lidia Zentner, 53 02.03.97, Birmingham GB
2:27,41 min Lidia Zentner, 53 23.02.02, Erfurt
2:28,06 min Silke Gohl, 71 23.02.02, Erfurt
2:28,13 min Lidia Zentner, 53 13.02.99, Stuttgart
2:28,99 min Lidia Zentner, 53 18.02.06, Sindelfingen
2:32,93 min Lidia Zentner, 53 28.02.04, Potsdam
2:33,21 min Lidia Zentner, 53 13.03.05, Eskilstuna S
2:35,21 min Lidia Zentner, 53 11.03.01, Bordeaux F
2:36,27 min Lidia Zentner, 53 15.02.08, Sindelfingen

1.500 m :

4:50,63 min Lidia Zentner, 53 02.03.97, Birmingham GB
4:52,68 min Lidia Zentner, 53 21.01.06, Sindelfingen
5:01,69 min Lidia Zentner, 53 13.03.05, Eskilstuna S
5:04,91 min Lidia Zentner, 53 20.03.06, Linz A
5:06,46 min Lidia Zentner, 53 14.03.04, Sindelfingen
5:08,83 min Lidia Zentner, 53 07.03.99, Malmö S
5:21,39 min Lidia Zentner, 53 04.02.12, Ludwigshafen
5:48,37 min Lidia Zentner, 53 20.03.11, Gent B

3.000 m :

10:16,62 min Lidia Zentner, 53 28.02.97, Birmingham GB
10:31,31 min Silke Gohl, 71 08.02.04, Stuttgart
10:33,38 min Lidia Zentner, 53 12.01.03, Luxembourg LUX
10:38,20 min Lidia Zentner, 53 26.02.05, Düsseldorf
10:40,07 min Lidia Zentner, 53 30.01.05, Karlsruhe
10:41,55 min Lidia Zentner, 53 08.02.98, Stuttgart
10:42,75 min Lidia Zentner, 53 15.03.06, Linz A
10:51,01 min Lidia Zentner, 53 04.03.99, Malmö S
10:52,03 min Lidia Zentner, 53 11.02.06, Erfurt
11:03,30 min Lidia Zentner, 53 01.03.08, Erfurt

**TOP 10 plus - alle Klassen****Männer :****100 m :**

13,17 sec	Alfred Kesselring, 48	04.06.00, Emmendingen
13,18 sec	Alfred Kesselring, 48	29.04.00, Königsbach
14,01 sec	Klaus Holz, 54	07.05.94, Königsbach
14,30 sec	Edmund Gantenbein, 56	09.06.01, Pforzheim
14,35 sec	Werner Koch, 41	21.06.03, Bühl
14,63 sec	Werner Koch, 41	01.09.01, Flein
14,76 sec	Rolf Leyendecker, 42	12.05.00, Edenkoben
15,30 sec	Werner Koch, 41	21.08.06, Rastatt
15,36 sec	Werner Koch, 41	03.07.04, Baden-Baden

200 m :

26,69 sec	Alfred Kesselring, 48	04.06.00, Emmendingen
28,40 sec	Werner Koch, 41	04.07.99, Pforzheim
28,69 sec	Werner Koch, 41	27.06.99, Ettlingen
28,60 sec °	Herbert Jähtzen, 50	07.10.95, Königsbach
29,98 sec	Werner Koch, 41	19.05.02, Limburgerhof
30,10 sec	Tino Zink, 59	16.05.10, Pforzheim
30,16 sec	Werner Koch, 41	03.08.03, Schweinfurt
30,51 sec	Rolf Leyendecker, 42	22.08.98, Emmendingen
30,72 sec	Werner Koch, 41	25.06.06, Rastatt
30,73 sec	Rolf Leyendecker, 42	02.09.00, Flein
33,27 sec	Fritz Müller, 48	06.10.12, Königsbach

400 m :

58,75 sec	Klaus Holz, 54	26.06.94, Bühl
59,45 sec	Alfred Kesselring, 48	10.07.00, Jyväskylä FIN
60,00 sec	Clemens Hünenberg, 51	28.06.03, Pforzheim
60,12 sec	Clemens Hünenberg, 51	09.08.04, Rastatt
60,22 sec	Clemens Hünenberg, 51	07.09.02, Kehl
60,43 sec	Clemens Hünenberg, 51	02.08.03, Schweinfurt
60,46 sec	Clemens Hünenberg, 51	04.07.04, Baden-Baden
60,63 sec	Clemens Hünenberg, 51	31.08.02, Flein
60,66 sec	Alfred Kesselring, 48	12.06.00, Rastatt
60,66 sec	Alfred Kesselring, 48	14.06.00, Nußloch
61,78 sec	Peter Schultz, 49	09.08.04, Rastatt
62,11 sec	Herbert Jähtzen, 50	16.08.95, Gaggenau
63,63 sec	Fritz Müller, 48	23.06.02, Pforzheim
64,74 sec	Rolf Leyendecker, 42	23.07.97, Bruchsal-Helmsh.
65,32 sec	Tino Zink, 59	22.08.09, Flein
71,13 sec	Ralf Seifert, 65	21.07.07, Pforzheim
84,02 min	Werner Koch, 41	21.07.12, Pforzheim

**800 m :**

2:11,50 min	Sven Wächter, 74	06.07.02, Pforzheim
2:11,95 min	Jürgen Rahn, 55	09.08.95, Gaggenau
2:12,53 min	Herbert Jähtzen, 50	30.06.96, Konstanz
2:12,91 min	Herbert Jähtzen, 50	25.08.95, Wetzlar
2:13,00 min	Klaus Holz, 54	26.06.94, Bühl
2:13,02 min	Clemens Hünerberg, 51	26.05.05, Rastatt
2:13,23 min	Clemens Hünerberg, 51	01.08.03, Schweinfurt
2:13,31 min	Herbert Jähtzen, 50	13.07.96, Pforzheim
2:13,85 min	Clemens Hünerberg, 51	28.06.03, Pforzheim
2:14,27 min	Peter Schultz, 49	18.08.00, Kevelaer
2:18,31 min	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	13.07.96, Pforzheim
2:25,71 min	Tino Zink, 59	09.05.10, Waiblingen
2:25,82 min	Fritz Müller, 48	21.09.02, Pforzheim
2:28,08 min	Rolf Leyendecker, 42	03.07.97, LU-Oggersheim
2:36,24 min	Pinky Lai, 51	21.08.97, LU-Oggersheim
2:39,14 min	Werner Koch, 41	19.04.97, Königsbach
2:39,87 min	Uwe Vischer, 60	17.08.09, Rastatt
2:50,27 min	Florian Heim, 99	22.07.12, Pforzheim
2:53,24 min	Hans-Martin Dölz, 49	28.04.12, Königsbach
2:53,35 min	Thorsten Flühr, 60	22.07.07, Pforzheim
3:10,19 min	Otto Schwab, 28	03.07.99, Pforzheim

1.000 m :

2:45,06 min	Jürgen Rahn, 55	16.08.95, Gaggenau
2:53,64 min	Herbert Jähtzen, 50	23.09.95, Pforzheim
2:53,83 min	Peter Schultz, 49	20.07.00, Ludwigshafen
2:55,78 min	Peter Schultz, 49	12.06.00, Rastatt
2:56,37 min	Herbert Jähtzen, 50	24.09.94, Ettlingen
2:56,84 min	Clemens Hünerberg, 51	18.05.03, Pliezhausen
2:57,82 min	Clemens Hünerberg, 51	26.07.01, Ludwigshafen
2:57,93 min	Clemens Hünerberg, 51	07.09.02, Kehl
2:57,97 min	Herbert Jähtzen, 50	11.09.96, Ludwigshafen
2:58,76 min	Clemens Hünerberg, 51	17.08.05, Flein
3:05,23 min	Thomas Brandt, 59	30.07.05, Flein
3:11,03 min	Tino Zink, 59	24.05.10, Heidelberg
3:15,29 min	Rolf Leyendecker, 42	22.08.98, Emmendingen
3:19,29 min	Felix Weber, 88	09.07.00, Pforzheim
3:52,69 min	Martin Dölz, 49	25.08.12, Flein
3:53,26 min	Dominik Schüpf, 96	26.09.09, Königsbach
3:54,85 min	Marco Schüpf, 96	26.09.09, Königsbach
3:58,85 min	Otto Schwab, 28	26.09.98, Ettlingen

1.500 m :

4:20,04 min	Jürgen Rahn, 55	01.09.95, Rastatt
4:21,23 min	Jürgen Rahn, 55	30.06.96, Konstanz
4:30,63 min	Sven Wächter, 74	10.06.01, Pforzheim
4:36,11 min	Herbert Jähtzen, 50	22.07.96, Malmö S
4:38,02 min	Herbert Jähtzen, 50	25.07.97, Durban RSA
4:39,08 min	Herbert Jähtzen, 50	20.06.96, LU-Oggersheim
4:39,56 min	Herbert Jähtzen, 50	18.06.95, Höllstein
4:40,16 min	Herbert Jähtzen, 50	10.07.00, Jyväskylä, FIN
4:40,62 min	Herbert Jähtzen, 50	30.06.96, Konstanz
4:40,83 min	Herbert Jähtzen, 50	18.08.02, Potsdam

**noch 1.500 m :**

4:42,55 min	Peter Schultz, 49	04.06.00, Emmendingen
4:45,19 min	Clemens Hünerberg, 51	24.06.01, Neckargemünd
4:48,60 min	Thomas Brandt, 59	25.06.06, Rastatt
5:00,68 min	Rolf Leyendecker, 42	19.08.02, Potsdam
5:02,61 min	Edmund Gantenbein, 56	29.06.03, Pforzheim
5:07,16 min	Tino Zink, 59	08.05.10, Waiblingen
5:10,8 min	Ralf Seifert, 65	06.06.07, Calw-Stammheim
5:39,90 min	Thorsten Flühr, 60	21.07.07, Pforzheim
6:02,26 min	Otto Schwab, 28	22.08.99, Hagen
6:08,35 min	Hans-Martin Dölz, 49	06.10.12, Königsbach

Meile :

4:46,04 min	Sven Wächter, 74	05.10.02, Tschenstochau PL
5:08,77 min	Herbert Jähtzen, 50	16.06.02, Oberkirch
5:18,62 min	Clemens Hünerberg, 51	14.09.03, Pforzheim
5:41,15 min	Tino Zink, 59	24.09.06, Pforzheim
5:56,41 min	Rolf Leyendecker, 42	21.09.08, Pforzheim
5:58,23 min	Peter Schultz, 49	02.09.11, Eisenberg
6:02,78 min	Rolf Leyendecker, 42	24.09.06, Pforzheim

3.000 m :

9:24,0 min	Sven Wächter, 74	13.04.02, Pforzheim
9:44,55 min	Sven Wächter, 74	22.04.07, Pforzheim
9:49,10 min	Herbert Jähtzen, 50	13.04.96, Pforzheim
9:54,06 min	Joachim Becht, 61	26.04.98, Königsbach
9:58,70 min	Herbert Jähtzen, 50	05.04.97, Pforzheim
10:03,05 min	Joachim Becht, 61	10.10.98, Königsbach
10:03,70 min	Klaus Holz, 54	08.04.95, Pforzheim
10:06,38 min	Herbert Jähtzen, 50	28.08.00, Rastatt
10:08,85 min	Herbert Jähtzen, 50	05.09.96, Ludwigshafen
10:10,80 min	Simon Schimmelpfennig, 75	29.06.94, Bruchsal
10:16,3 min	Peter Schultz, 49	13.04.02, Pforzheim
10:27,44 min	Thomas Brandt, 59	21.08.06, Rastatt
10:42,9 min	Torsten Melchert, 66	15.06.05, Calw-Stammheim
10:44,69 min	Clemens Hünerberg, 51	20.05.02, Rastatt
10:45,90 min	Edmund Gantenbein, 56	31.05.04, Rastatt
10:54,59 min	Rolf Leyendecker, 42	30.08.99, Rastatt
11:17,61 min	Tino Zink, 59	22.04.07, Pforzheim
11:21,0 min	Ralf Seifert, 65	13.06.07, Calw-Stammheim
11:26,26 min	Uwe Vischer, 60	04.07.07, Forst
11:36,00 min	Felix Finkbeiner, 58	10.07.96, Calw-Wimberg
12:18,82 min	Harald Schelske, 61	19.08.02, Rastatt
12:48,80 min	Arno Kessel, 36	05.04.97, Pforzheim
12:53,47 min	Otto Schwab, 28	08.09.99, Heidelberg
13:32,80 min	Martin Dölz, 49	07.09.12, Plochingen
14:39,7 min	Fritz Müller, 48	01.04.06, Pforzheim

**5.000 m :**

16:12,70 min	Jürgen Rahn, 55	30.06.96, Konstanz
16:13,41 min	Sven Wächter, 74	04.07.04, Baden-Baden
16:17,03 min	Sven Wächter, 74	23.04.05, Königsbach
16:17,20 min	Jürgen Rahn, 55	27.04.96, Königsbach
16:20,08 min	Sven Wächter, 74	26.04.03, Königsbach
16:22,31 min	Jürgen Rahn, 55	15.07.95, Pforzheim
16:24,00 min	Wolfgang Münzel, 52	29.04.98, Aschaffenburg
16:29,38 min	Sven Wächter, 74	26.06.05, Löffingen
16:37,43 min	Sven Wächter, 74	27.04.02, Königsbach
16:43,20 min	Joachim Becht, 61	30.09.98, Königsbach
16:58,22 min	Edmund Schlenker, 44	06.07.01, Brisbane AUS
16:58,89 min	Herbert Jähtzen, 50	12.10.96, Königsbach
17:17,67 min	Walter Hölzle, 52	30.06.96, Konstanz
17:35,95 min	Klaus Holz, 54	22.04.95, Königsbach
17:39,00 min	Peter Schultz, 49	29.04.00, Königsbach
18:22,25 min	Edgar Zink, 56	12.10.96, Königsbach
18:23,24 min	Thomas Brandt, 59	16.08.06, Flein
18:31,40 min	Simon Schimmelpfennig, 75	07.10.95, Königsbach
18:48,10 min	Rolf Leyendecker, 42	30.09.98, Königsbach
18:52,11 min	Clemens Hünnerberg, 51	23.04.05, Königsbach
18:58,06 min	Edmund Gantenbein, 56	08.05.04, Königsbach
19:00,30 min	Harald Kuhnle, 56	07.10.95, Königsbach
19:08,70 min	Bernhard Fleckenstein, 52	07.10.95, Königsbach
19:21,41 min	Werner Mößner, 60	26.04.03, Königsbach
19:27,75 min	Ralf Seifert, 65	05.05.07, Königsbach
19:34,60 min	Tino Zink, 59	05.05.07, Königsbach
19:41,70 min	Michael Keppler, 77	07.10.95, Königsbach
20:05,63 min	Pinky Lai, 51	22.04.95, Königsbach
06.06.09 min	Uwe Vischer, 60	06.06.09, BR-Helmsheim
20:47,70 min	Felix Finkbeiner, 58	07.10.95, Königsbach
20:48,0 min	Harald Schelske, 61	13.04.02, Pforzheim
20:54,88 min	Arno Kessel, 36	07.05.94, Königsbach
20:55,99 min	Gert Sommer, 61	27.04.96, Königsbach
21:37,87 min	Thorsten Flühr, 60	29.04.06, Königsbach
21:40,21 min	Otto Schwab, 28	22.08.99, Hagen
21:57,8 min	Hans-Martin Dölz, 49	21.04.12, Pforzheim
24:21,12 min	Hans-Jürgen Schüpff, 67	26.09.09, Königsbach

10.000 m :

33:35,82 min	Jürgen Rahn, 55	06.10.96, Pforzheim
33:41,4 min	Sven Wächter, 74	29.03.03, Pforzheim
34:33,89 min	Sven Wächter, 74	17.04.99, Pforzheim
34:44,69 min	Joachim Becht, 61	17.04.99, Pforzheim
34:45,00 min	Joachim Becht, 61	11.10.97, Neckargemünd
35:02,60 min	Joachim Becht, 61	06.10.96, Pforzheim
35:38,30 min	Walter Hölzle, 52	10.07.96, Calw-Wimberg
35:51,60 min	Joachim Becht, 61	15.04.00, Pforzheim
36:20,5 min	Joachim Becht, 61	30.09.00, Plankstadt
36:26,90 min	Herbert Jähtzen, 50	30.09.95, Gengenbach

**noch 10.000 m :**

37:38,00 min	Peter Schultz, 49	15.04.00, Pforzheim
38:53,20 min	Harald Kuhnle, 56	28.10.95, Mosbach
39:31,7 min	Rolf Leyendecker, 42	30.09.00, Plankstadt
39:39,80 min	Klaus Holz, 54	29.04.94, Pforzheim
40:28,70 min	Gert Sommer, 61	28.10.95, Mosbach
40:40,4 min	Edmund Gantenbein, 56	27.03.04, Pforzheim
41:22,38 min	Thomas Brandt, 59	16.05.10, Pforzheim
41:41,0 min	Tino Zink, 59	27.09.06, Reutlingen
41:54,88 min	Ralf Seifert, 65	13.09.07, Riccione I
42:23,40 min	Arno Kessel, 36	08.04.95, Pforzheim
44:26,40 min	Carmine Molinaro, 55	29.04.94, Pforzheim
45:33,9 min	Otto Schwab, 28	30.09.00, Plankstadt

10 km :

33:11 min	Sven Wächter, 74	28.08.04, MA.-Rheinau
33:29 min	Sven Wächter, 74	08.05.04, Illingen
33:45 min	Sven Wächter, 74	04.12.04, Bruchhausen
33:51 min	Sven Wächter, 74	04.09.05, Karlsdorf-Neuth.
33:55 min	Jürgen Rahn, 55	07.05.95, St. Leon- <u>Rot</u>
33:59 min	Sven Wächter, 74	08.05.05, St. Leon- <u>Rot</u>
34:01 min	Jürgen Rahn, 55	23.08.96, Herxheim
34:01 min	Sven Wächter, 74	03.07.05, Calw
34:07 min	Sven Wächter, 74	06.12.03, Bruchhausen
34:11 min	Sven Wächter, 74	25.06.04, Pforzheim
34:34 min	Joachim Becht, 61	14.12.97, Rheinzabern
35:15 min	Edmund Schlenker, 44	23.09.01, Troisdorf
35:45 min	Walter Hölzle, 55	02.06.96, Biberach
35:56 min	Edgar Zink, 56	02.06.96, Biberach
36:01 min	Peter Gill, 47	03.04.99, Rheinzabern
36:48 min	Herbert Jähtzen, 50	24.09.95, Sinzheim
37:10 min	Peter Schultz, 49	17.06.00, Bad Liebenzell
37:14 min	Torsten Melchert, 66	31.08.03, Hamburg
38:12 min	Thomas Brandt, 59	12.10.03, Önsbach
38:33 min	Peter Lederer, 64	26.08.05, Herxheim
38:53 min	Rolf Leyendecker, 42	10.10.99, Karlsruhe
38:56 min	Hermann Bernhardt, 60	25.08.00, Herxheim
39:08 min	Michael Witt, 76	09.04.11, Mannheim-Sandh.
39:16 min	Alfred Kesselring, 48	11.03.01, St. Leon- <u>Rot</u>
39:22 min	Michael Keppler, 77	03.05.98, St. Leon- <u>Rot</u>
39:24 min	Edmund Gantenbein, 56	25.08.00, Herxheim
39:32 min	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	14.12.97, Rheinzabern
39:35 min.	Werner Mößner, 60	14.04.01, Rheinzabern
40:36 min	Clemens Hünerberg, 51	15.12.02, Rheinzabern
40:39 min	Tino Zink, 59	15.10.06, Karlsruhe
41:29 min	Ralf Seifert, 65	25.08.06, Herxheim
41:59 min	Uwe Vischer, 60	25.08.06, Herxheim
42:03 min	Harald Schelske, 61	30.03.03, Önsbach
42:30 min	Wolfgang Wessinger, 55	25.04.04, Biberach
42:31 min	Bernhard Fleckenstein, 52	24.09.95, Sinzheim

**noch 10 km :**

42:50 min	Gert Sommer, 61	21.08.98, Herxheim
43:00 min	Pinky Lai, 51	21.08.98, Herxheim
43:25 min	Klaus Siedentopf, 58	11.10.09, Karlsruhe
43:32 min	Thorsten Flühr, 60	07.09.03, Karlsdorf-Neut.
44:37 min	Otto Schwab, 28	03.10.98, Kandel
44:45 min	Hermann Etter, 46	11.10.09, Karlsruhe
45:02 min	Martin Dölz, 49	05.05.12, Leinfelden
45:21 min	Roland Meyll, 54	08.05.05, St. Leon-Rot
45:31 min	Swen Stimpfig, 68	02.09.01, Karlsdorf-Neut.
46:31 min	Ingo Schiedt, 65	25.03.06, Calw
47:05 min	Jürgen Keppler, 46	16.12.01, Rheinzabern
49:48 min	Fritz Müller, 48	15.12.02, Rheinzabern
49:58 min	Günter Benz, 45	12.09.98, Remchingen
52:23 min	Arno Kessel, 36	08.05.04, Illingen
55:56 min	Dieter Wunsch, 52	01.11.11, Hockenheim

Stundenlauf :

15.423 m	Herbert Jähtzen, 50	09.09.94, Pforzheim
14.767 m	Harald Kuhnle, 56	13.04.96, Pforzheim
14.592 m	Harald Kuhnle, 56	09.09.94, Pforzheim
14,548 m	Michael Witt, 76	20.05.12, Pforzheim
13.626 m	Arno Kessel, 36	13.04.96, Pforzheim
12.330 m	Uwe Vischer, 60	04.08.10, Karlsruhe

15 km :

53:08 min	Jürgen Rahn, 55	14.01.96, Rheinzabern
53:29 min	Sven Wächter, 74	12.01.03, Rheinzabern
53:34 min	Joachim Becht, 61	09.01.00, Rheinzabern
53:39 min	Joachim Becht, 61	12.01.97, Rheinzabern
53:59 min	Joachim Becht, 61	14.01.01, Rheinzabern
55:18 min	Sven Wächter, 74	13.01.02, Rheinzabern
55:23 min	Joachim Becht, 61	11.01.04, Rheinzabern
55:45 min	Jürgen Rahn, 55	15.01.95, Rheinzabern
56:49 min	Edgar Zink, 56	14.01.96, Rheinzabern
57:11 min	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.01.94, Rheinzabern
57:22 min	Walter Hölzle, 52	27.07.96, Mothern F
57:32 min	Peter Schultz, 49	09.01.00, Rheinzabern
58:05 min	Klaus Holz, 54	09.01.94, Rheinzabern
59:09 min	Herbert Jähtzen, 50	09.01.00, Rheinzabern
59:13 min	Peter Gill, 47	25.07.98, Mothern F
59:18 min	Wolfgang Wessinger, 55	15.01.95, Rheinzabern
59:42 min	Rolf Leyendecker, 42	14.01.01, Rheinzabern
1:01:07 Std.	Edmund Gantenbein, 56	14.01.01, Rheinzabern
1:03:26 Std.	Gert Sommer, 61	14.01.96, Rheinzabern
1:05:53 min	Harald Schelske, 61	12.01.03, Rheinzabern
1:06:02 Std.	Ralf Seifert, 65	09.01.05, Rheinzabern
1:08:31 Std.	Otto Schwab, 28	11.01.98, Rheinzabern
1:09:12 Std.	Günter Benz, 45	14.01.96, Rheinzabern
1:10:10 Std.	Jürgen Keppler, 46	13.01.02, Rheinzabern
1:10:43 Std.	Michael Keppler, 77	13.01.02, Rheinzabern
1:12:54 Std.	Swen Stimpfig, 68	14.01.01, Rheinzabern
1:14:06 Std.	Carmine Molinaro, 55	14.01.96, Rheinzabern

**Halbmarathon :**

1:12:31 Std.	Wolfgang Münzel, 52	20.04.97, Münster/Dieburg
1:12:45 Std.	Jürgen Rahn, 55	09.04.95, Rheinzabern
1:14:23 Std.	Joachim Becht, 61	03.10.98, Griesheim
1:14:57 Std.	Joachim Becht, 61	09.04.95, Rheinzabern
1:15:35 Std.	Joachim Becht, 61	29.03.97, Rheinzabern
1:15:46 Std.	Joachim Becht, 61	17.09.95, Karlsruhe
1:17:13 Std.	Edmund Schlenker, 44	24.03.01, Arnstadt
1:18:29 Std.	Edmund Schlenker, 44	29.04.01, Qormi MLT
1:19:51 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	18.09.94, Karlsruhe
1:20:10 Std.	Walter Hölzle, 52	18.09.94, Karlsruhe
1:21:01 Std.	Herbert Jähtzen, 50	22.09.96, Karlsruhe
1:23:24 Std.	Rolf Leyendecker, 42	22.09.96, Karlsruhe
1:23:30 Std.	Thomas Brandt, 59	09.05.04, Offenburg
1:24:35 Std.	Edgar Zink, 56	22.09.96, Karlsruhe
1:24:52 Std.	Hermann Bernhardt, 60	19.09.99, Karlsruhe
1:24:58 Std.	Peter Lederer, 64	18.09.05, Karlsruhe
1:27:06 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	16.11.94, Maximiliansau
1:27:17 Std.	Michael Witt, 76	21.03.10, Palma de Mallorca E
1:28:04 Std.	Gert Sommer, 61	25.11.95, Bruchhausen
1:28:34 Std.	Harald Kuhnle, 56	09.04.95, Rheinzabern
1:28:47 Std.	Edmund Gantenbein, 56	10.03.02, Kandel
1:29:06 Std.	Klaus Holz, 54	18.09.94, Karlsruhe
1:31:18 Std.	Axel Klenk, 39	23.05.94, Rülzheim
1:32:07 Std.	Sven Wächter, 74	21.09.03, Karlsruhe
1:32:25 Std.	Felix Finkbeiner, 58	22.09.96, Karlsruhe
1:33:32 Std.	Michael Keppler, 77	22.09.96, Karlsruhe
1:34:01 Std.	Pinky Lai, 51	09.04.95, Wantzenau F
1:34:14 Std.	Arno Kessel, 36	23.06.96, <u>St. Leon</u> -Rot
1:34:50 Std.	Harald Schelske, 61	30.10.04, Basel CH
1:34:53 Std.	Uwe Vischer, 60	08.10.06, Offenbach/Queich
1:35:41 Std.	Peter Dietrich, 43	02.09.01, Rülzheim
1:36:48 Std.	Ralf Seifert, 65	18.09.05, Karlsruhe
1:37:10 Std.	Thorsten Flühr, 60	18.09.05, Karlsruhe
1:37:32 Std.	Peter Schultz, 49	24.03.01, Arnstadt
1:38:05 Std.	Otto Schwab, 28	28.03.98, Potsdam
1:38:06 Std.	Franz Leibensperger, 45	22.09.96, Karlsruhe
1:38:36 Std.	Klaus Siedentopf, 58	15.09.10, Karlsruhe
1:38:51 Std.	Ingo Schiedt, 65	18.09.05, Karlsruhe
1:39:19 Std.	Günter Benz, 45	16.06.96, Stuttgart
1:39:24 Std.	Swen Stimpfig, 68	16.09.01, Karlsruhe
1:39:57 Std.	Carmine Molinaro, 55	18.09.94, Karlsruhe
1:45:10 Std.	Raymond Reiter, 70	01.07.01, Stuttgart
1:46:49 Std.	Roland Meyll, 54	31.05.04, Rülzheim
1:51:44 Std.	Jürgen Keppler, 46	02.05.99, <u>St. Leon</u> -Rot

**25 km :**

1:39:36 Std.	Peter Gill, 47	05.08.00, Bellheim
1:39:57 Std.	Peter Gill, 47	07.08.99, Bellheim
1:40:02 Std.	Walter Hölzle, 52	05.06.94, Mondsee A
1:40:27 Std.	Walter Hölzle, 52	03.08.96, Bellheim
1:41:47 Std.	Walter Hölzle, 52	06.08.94, Bellheim
1:45:55 Std.	Herbert Jähtzen, 50	15.10.95, Hildrizhausen
1:46:26 Std.	Edmund Gantenbein, 56	05.08.00, Bellheim
1:46:34 Std.	Herbert Jähtzen, 50	16.10.94, Hildrizhausen
1:47:25 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	05.08.95, Bellheim
1:48:31 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	06.08.94, Bellheim
1:51:10 Std.	Pinky Lai, 51	07.08.99, Bellheim
1:52:30 Std.	Harald Kuhnle, 56	03.08.96, Bellheim
1:53:22 Std.	Klaus Holz, 54	16.10.94, Hildrizhausen
1:54:09 Std.	Bernhard Fleckenstein, 52	05.08.95, Bellheim
1:54:47 Std.	Harald Schelske, 61	06.08.05, Bellheim
2:02:25 Std.	Franz Leibensperger, 45	03.08.96, Bellheim
2:03:17 Std.	Günter Benz, 45	19.10.97, Hildrizhausen
2:05:53 Std.	Gert Sommer, 61	06.08.94, Bellheim
2:12:35 Std.	Axel Klenk, 39	06.08.94, Bellheim
2:15:35 Std.	Raymond Reiter, 70	05.08.02, Bellheim

Marathon :

2:36:56 Std.	Jürgen Rahn, 55	14.05.95, München
2:45:26 Std.	Edmund Schlenker, 44	28.10.01, Frankfurt
2:45:54 Std.	Edmund Schlenker, 44	14.07.01, Brisbane AUS
2:50:07 Std.	Wolfgang Münzel, 52	29.11.98, Singapore SIN
2:50:59 Std.	Peter Gill, 47	18.04.99, Rotterdam
2:54:55 Std.	Peter Gill, 47	20.09.98, Berlin
2:56:21 Std.	Walter Hölzle, 52	29.09.96, Berlin
2:56:30 Std.	Wolfgang Münzel, 52	04.05.97, Hongkong HKG
2:58:39 Std.	Walter Hölzle, 52	30.04.95, Hamburg
3:00:19 Std.	Wolfgang Wessinger, 55	23.10.94, Frankfurt
3:02:56 Std.	Torsten Melchert, 66	13.09.03, Niedernhall
3:04:33 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	18.09.94, Karlsruhe
3:09:53 Std.	Herbert Jähtzen, 50	30.04.95, Hamburg
3:11:51 Std.	Rolf Leyendecker, 42	12.05.02, Regensburg
3:14:22 Std.	Pinky Lai, 51	29.09.96, Berlin
3:14:41 Std.	Hermann Bernhardt, 60	25.04.99, Hamburg
3:19:50 Std.	Harald Kuhnle, 56	24.09.95, Berlin
3:20:08 Std.	Bernhard Fleckenstein, 52	23.10.94, Frankfurt
3:20:42 Std.	Edmund Gantenbein, 56	18.09.05, Karlsruhe
3:22:48 Std.	Harald Schelske, 61	25.10.03, Basel CH
3:31:37 Std.	Gert Sommer, 61	29.09.96, Berlin
3:35:53 Std.	Arno Kessel, 36	12.03.95, Kandel
3:40:21 Std.	Günter Benz, 45	05.10.97, Köln
3:44:33 Std.	Franz Leibensperger, 45	30.04.95, Hamburg
3:46:16 Std.	Raymond Reiter, 70	16.09.01, Karlsruhe
3:50:03 Std.	Ingo Schiedt, 65	28.09.08, Berlin
3:53:24 Std.	Felix Finkbeiner, 58	10.03.96, Kandel
3:58:42 Std.	Swen Stimpfig, 68	19.09.04, Karlsruhe
4:09:30 Std.	Werner Mößner, 60	19.09.04, Karlsruhe

**noch Marathon :**

4:16:02 Std.	Ralf Seifert, 65	31.10.04, Frankfurt
4:16:37 Std.	Roland Meyll, 54	18.09.05, Karlsruhe
4:22:36 Std.	Otto Schwab, 28	10.10.04, München

100 km :

11:07:09 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	08.06.01, Biel CH
11:19:48 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	13.06.08, Biel CH
11:30:25 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56,	12.06.09, Biel CH
11:30:59 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	09.06.06, Biel CH
11:32:12 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	16.06.00, Biel CH
11:53:39 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	12.06.10, Biel CH
12:03:15 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	08.06.12, Biel CH
12:07:22 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	12.06.04, Biel CH
12:10:20 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	15.06.07, Biel CH
12:11:44 Std.	Axel-Wolfgang Fuchs, 56	17.06.11, Biel CH

12-Stunden-Lauf :

108,392 km	Harald Schelske, 61	07.06.08, Fellbach-Schmidlen
108,175 km	Harald Schelske, 61	16.05.09, Schwäbisch Gmünd

10 km - Team :

1:45:58 Std.	Rahn (55) 34:17, Hölzle (52) 35:45, Zink (56) 35:56	02.06.96, Biberach
1:50:09 Std.	Schlenker 44, Becht 61, Schultz 49	11.03.01, St. Leon- <u>Rot</u>
1:53:23 Std.	Wächter 74, Lederer 64, Schultz 49	28.08.04, MA.-Rheinau
1:53:32 Std.	Wächter 74, Brandt 59, Melchert 66	08.05.05, St. Leon- <u>Rot</u>
1:54:31 Std.	Becht 61, Schultz 49, Jähtzen 50	17.12.00, Rheinzabern
1:56:15 Std.	Becht 61, Gantenbein 56, Jähtzen 50	16.12.01, Rheinzabern
2:01:11 Std.	Schultz 49, Jähtzen 50, Gantenbein 56	12.12.99, Rheinzabern
2:02:01 Std.	Wächter 74, Schelske 61, Schultz 49	04.09.05, Karlsdorf-Neut.
2:03:09 Std.	Leyendecker 42, Kesselring 48, Jähtzen 50	10.09.00, Rot
2:05:05 Std.	Leyendecker 42, Jähtzen 50, Seifert 6	14.09.03, St. Leon- <u>Rot</u>

15 km - Team :

2:50:15 Std.	Becht (61) 53:34, Schultz (49) 57:32, Jähtzen (50) 59:09	09.01.00, Rheinzabern
2:50:48 Std.	Rahn 55, Zink 56, Leyendecker 42	14.01.96, Rheinzabern
2:51:46 Std.	Becht 61, Schultz 49, Leyendecker 42	14.01.01, Rheinzabern
2:54:23 Std.	Rahn 55, Wessinger 55, Hölzle 52	15.01.95, Rheinzabern
2:59:09 Std.	Fuchs 56, Holz 54, Schimmelpfennig 75	09.01.94, Rheinzabern



noch 15 km - Team :

2:59:16 Std.	Wächter 74, Jächtzen 50, Leyendecker 42 13.01.02, Rheinzabern
3:01:32 Std.	Jächtzen 50, Fuchs 56, Holz 54 15.01.95, Rheinzabern
3:08:13 Std.	Fuchs 56, Jächtzen 50, Klenk 39 30.07.94, Mothern F *
3:09:09 Std.	Gantenbein 56, Fuchs 56, Jächtzen 50 14.01.01, Rheinzabern
3:19:56 Std.	Leyendecker 42, Schwab 28, Benz 45 11.01.98, Rheinzabern

Halbmarathon - Team :

3:58:16 Std.	Rahn (55) 1:12:45, Wessinger (55) 1:21:34, Hölzle (52) 1:23:57 09.04.95, Rheinzabern
4:01:11 Std.	Wessinger 55, Hölzle 52, Jächtzen 50 18.09.94, Karlsruhe
4:03:42 Std.	Becht 61, Jächtzen 50, Wessinger 50 17.09.95, Karlsruhe
4:10:26 Std.	Hölzle 52, Jächtzen 50, Holz 54 18.09.94, Karlsruhe
4:12:58 Std.	Jächtzen 50, Leyendecker 42, Hölzle 52 22.09.96, Karlsruhe
4:13:20 Std.	Jächtzen 50, Wessinger 55, Hölzle 52 17.09.95, Karlsruhe
4:21:38 Std.	Gill 47, Bernhardt 60, Lai 51 19.09.99, Karlsruhe
4:31:33 Std.	Becht 61, Kessel 36, Benz 45 29.03.97, Rheinzabern
4:38:06 Std.	Holz 54, Sommer 61, Kessel 36 18.09.94, Karlsruhe
4:38:57 Std.	Lederer 64, Seifert, 65, Flühr 60 18.09.05, Karlsruhe

25 km - Team :

5:22:47 Std.	Hölzle (52) 1:41:47, Fuchs (56) 1:48:31, Jächtzen (50) 1:52:29 06.08.94, Bellheim
5:35:22 Std.	Hölzle 52, Kuhnle 56, Leibensperger 45 03.08.96, Bellheim
5:50:38 Std.	Fuchs 56, Fleckenstein 52, Benz 45 05.08.95, Bellheim

Marathon - Team :

9:05:26 Std.	Rahn (55) 2:36:56, Fuchs (56) 3:08:15, Kuhnle (56) 3:20:15 14.05.95, München
9:47:54 Std.	Wessinger 55, Fleckenstein 52, Fuchs 56 23.10.94, Frankfurt
9:35:50 Std.	Hölzle 52, Lai 51, Kuhnle 56 29.09.96, Berlin
9:53:05 Std.	Hölzle 52, Jächtzen 50, Leibensperger 45 30.04.95, Hamburg
10:09:06 Std.	Schlenker 44, Schelske 61, Fuchs 56 28.10.01, Frankfurt
10:17:07 Std.	Fuchs 56, Fleckenstein 52, Benz 45 18.09.94, Karlsruhe
10:35:51 Std.	Gantenbein 56, Schelske 61, Fuchs 56 18.09.05, Karlsruhe
10:52:20 Std.	Schelske 61, Fuchs 56, Reiter70 16.09.01, Karlsruhe
10:55:41 Std.	Hölzle 52, Fuchs 56, Finkbeiner 58 21.04.96, Paris F
11:00:24 Std.	Fleckenstein 52, Fuchs 56, Benz 45 17.09.95, Karlsruhe



4 x 400 m :		
4:40,75 min	Müller 48, Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	15.07.12, Erfurt
4 x 800 m :		
9:22,00 min	Zink 56, Keppler 77, Jähtzen 50, Becht 61	09.07.97, Pforzheim
9:34,20 min	Kuhnle 56, Fuchs 56, Keppler 77, Zink 56	24.07.96, Pforzheim
9:43,50 min	Kuhnle 56, Fuchs 56, Finkbeiner 58, Zink 56	26.07.95, Pforzheim
9:51,90 min	Lai 51, Hölzle 52, Fleckenstein 52, Jähtzen 50	26.07.95, Pforzheim
9:55,80 min	Becht 61, Keppler 70, Müller 48, Wächter 74	22.07.98, Pforzheim
3 x 1.000 m :		
8:29,18 min	Rahn 55, Jähtzen 50, Zink 56	17.08.96, Leinfelden
8:54,00 min	Jähtzen 50, Kesselring 48, Schultz 49	05.08.00, Ludwigshafen
8:59,35 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	13.07.02, Kevelaer
9:03,76 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	11.08.01, Chemnitz
9:09,70 min	Kuhnle 56, Fuchs 56, Jähtzen 50	12.06.96, Rheinzabern
9:13,50 min	Rahn 55, Lai 51, Jähtzen 50	19.06.96, Bietigheim
9:16,82 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	19.06.04, Kevelaer
9:31,91 min	Jähtzen 50, Hünenberg 51, Schultz 49	16.08.03, Celle
9:57,33 min	Schelske 61, Jähtzen 50, Brandt 59	05.05.05, Eppingen
Hochsprung :		
1,40 m	Rolf Leyendecker, 42	22.08.98, Emmendingen
Weitsprung :		
5,74 m	Fabian Zentner, 81	14.09.03, Pforzheim
5,68 m	Fabian Zentner, 81	19.06.04, Pforzheim
5,21 m	Alfred Kesselring, 48	04.06.00, Emmendingen
5,05 m	Alfred Kesselring, 48	12.06.00, Rastatt
4,73 m	Alfred Kesselring, 48	23.06.02, Pforzheim
Dreisprung :		
10,61 m	Alfred Kesselring, 48	12.07.00, Jyväskylä FIN
Kugel 5,0 kg :		
10,00 m	Rolf Leyendecker, 42	13.08.07, Rastatt
9,67 m	Rolf Leyendecker, 42	02.04.06, Pforzheim
9,57 m	Rolf Leyendecker, 42	21.07.07, Pforzheim
9,46 m	Rolf Leyendecker, 42	11.08.03, Rastatt
9,08 m	Rolf Leyendecker, 42	31.03.07, Langensteinbach
9,05 m	Rolf Leyendecker, 42	24.09.06, Pforzheim

**Diskus 1,0 kg :**

29,96 m	Rolf Leyendecker, 42	21.07.07, Pforzheim
28,89 m	Rolf Leyendecker, 42	31.03.07, Langensteinbach
28,87 m	Rolf Leyendecker, 42	11.08.03, Rastatt
27,82 m	Rolf Leyendecker, 42	21.06.03, Bühl

Speer 600 g :

36,46 m	Rolf Leyendecker, 42	06.08.06, Aachen
35,07 m	Rolf Leyendecker, 42	20.04.07, Rastatt
34,51 m	Rolf Leyendecker, 42	25.06.06, Rastatt
34,16 m	Rolf Leyendecker, 42	02.04.06, Pforzheim
33,21 m	Rolf Leyendecker, 42	06.09.07, Riccione I
32,28 m	Rolf Leyendecker, 42	22.07.07, Pforzheim
31,60 m	Rolf Leyendecker, 42	31.03.07, Langensteinbach
30,95 m	Rolf Leyendecker, 42	18.08.03, Rastatt

► Halle**200 m :**

29,85 sec	Peter Schultz, 49	28.01.11, Sindelfingen
-----------	-------------------	------------------------

400 m :

66,40 sec	Peter Schultz, 49	22.01.12, Sindelfingen
68,25 sec	Peter Schultz, 49	28.01.11, Sindelfingen

800 m :

2:20,70 min	Herbert Jähtzen, 50	23.02.02, Erfurt
2:22,17 min	Herbert Jähtzen, 50	13.02.99, Stuttgart
2:24,24 min	Herbert Jähtzen, 50	28.02.04, Potsdam
2:33,74 min	Peter Schultz, 49	22.01.12, Sindelfingen
2:35,97 min	Peter Schultz, 49	28.01.11, Sindelfingen

1.000 m :

2:59,21 min	Herbert Jähtzen, 50	08.02.97, Stuttgart
-------------	---------------------	---------------------

1.500 m :

4:50,64 min	Herbert Jähtzen, 50	06.03.99, Malmö S
-------------	---------------------	-------------------

3.000 m :

10:18,17 min	Herbert Jähtzen, 50	04.03.99, Malmö S
10:40,30 min	Herbert Jähtzen, 50	11.01.04, Ludwigshafen
10:54,27 min	Herbert Jähtzen, 50	18.02.06, Sindelfingen
11:03,48 min	Herbert Jähtzen, 50	15.03.06, Linz A
11:18,63 min	Uwe Vischer, 60	18.02.06, Sindelfingen

°

handgestoppt

#

elektronische Zeiten werden um 0,24 sec gegenüber handgestoppten aufgewertet.

*

Bis einschließlich 1995 war die Strecke in Mothorn (F) 300 Meter zu kurz



Die etwas andere „Gazelle“



Und was kosten 3 Ananässer?