

Kreisbestenliste 1995

Nordrhein-Waldlaufmeisterschaften am 19.3. in Sonsbeck

W 30	3980 m	8.	Baues	Stefani	63	17:41	min
W 45	3980 m	5.	Köhler	Uschi	46	17:58	min
W 50	3980 m	3.	Reuters	Leonore	44	17:58	min
M 30	9170 m	6.	Moll	Harald	62	31:33	min
M 35	9170 m	1.	Weiß	Franz	57	30:48	min
Team M30/35		3.	Weiß – Moll – Heitzer			44	Pkt.
M 45	9170 m	7.	Schummer	Heinz	47	32:54	min
M 50	9170 m	4.	Reuters	Hartmut	43	35:09	min
		8.	Holthausen	Manfred	43	36:09	min
Team M 50/55		2.	Reuters – Holthausen – Manten			38	Pkt.

Nordrhein-Langstrecke am 29.4. in Grefrath

M 30	5000 m	4.	Moll	Harald	62	16:02,21	min
M 45		6.	Schummer	Heinz	47	17:19,98	min
W 45		2.	Köhler	Uschi	46	21:53,50	min
W 50		1.	Reuters	Leonore	44	21:24,35	min

Nordrhein-Seniorenmeisterschaften am 25.5. in Kevelaer

M 30	1500 m	7.	Moll	Harald	62	4:15,98	min
M 45	800 m	5.	Schummer	Heinz	47	2:23,79	min
	1500 m	5.	Schummer	Heinz	47	4:49,95	min

Nordrhein A/B-Jugendmeisterschaften am 15.-17.6. in Troisdorf

MJA	Weit	3.	Penski	Tim	77	6,65	m
-----	------	----	--------	-----	----	------	---

Kreisbestleistungen

W 14	Hoch	1,72	Floeth	Heike	61	20.07.75	Bremen
W 12	Hoch	1,52	Otto	Andrea	62	15.07.74	Viersen
M 15	Speer	58,08	Schneider	Roland	64	21.04.79	Wachtend.

Kreisbestenliste 1995

Fr	5000 m	21:24,35	6.	Reuters	Leonore	44	29.04.	Grefrath	
		21:53,50	7.	Köhler	Uschi	46	29.04.	Grefrath	
	Marathon	3:30:23	5.	Baues	Stefani	63	22.10.	Essen	
	Kugel	11,13	2.	Pierkes	Sandra	68	27.05.	MGladb.	
	Diskus	33.74	3.	Pierkes	Sandra	68	27.05.	MGladb.	
		32,14	4.	Rosenberger	Susanne	63	02.07.	Viersen	
	Speer	41,74	2.	Pierkes	Sandra	68	29.04.	Erkelenz	
	W 11	50 m	7,68	4.	Wierzchowski	Anna	84	01.07.	Willich
			7,80	7.	Schmidt	Sarah	84	01.07.	Willich
		800 m	2:41,38	2.	Hummen	Silvia	84	01.07.	Willich
			2:42,28	3.	Wierzchowski	Anna	84	01.07.	Willich
		5 km	22:05	2.	Hummen	Silvia	84	01.04.	Nettetal
		4 x 50 m	29,70	1.		Schmidt – Lauber – Wierzchowski	16.09.	MGladb.	
				Ulke					
	3 x 800 m	8:49,62	3.		Wierzchowski – Lauber – Hummen	28.05.	MGladb.		
			3-K-Team		5167	1.	Wierzchowski 1174 – Schmidt 1073 Ulke 1015 – Lauber 978 – Ix 927	16.09.	MGladb.
W 10	50 m	7,94	2.	Ulke	Jennifer	85	01.07.	Willich	
		8,0	8.	Lauber	Anna-Lena	85	01.05.	Viersen	
	Weit	3,88	2.	Lauber	Anna-Lena	85	25.05.	Willich	
W 9	50 m	8,0	1.	Waddey	Rebecca	86	25.05.	Willich	
		3,55	5.	Waddey	Rebecca	86	12.08.	Viersen	
		26,00	7.	Waddey	Rebecca	86	12.08.	Viersen	
	Dreikampf	1055	5.	Waddey	Rebecca	86	25.05.	Willich	
Mä	800 m	2:07,67	9.	Moll	Harald	62	25.05.	Kevelaer	
	1500 m	4:15,98	5.	Moll	Harald	62	25.05.	Kevelaer	
	3000 m	9:01,7	3.	Moll	Harald	62	09.05.	Aachen	

	5000 m	15:48,4	4. Weiß Franz	57	30.08.	Oedt
		15:50,54	5. Moll Harald	62	27.05.	MGladb.
		17:19,98	18. Schummer Heinz	47	29.04.	Oedt
	Halbmarathon	1:12:47	5. Weiß Franz	57	05.06.	Weeze
		1:16:47	14. Hoffmann Björn	70	15.04.	MGladb.
	Marathon	2:52:52	10. Hoffmann Björn	70	18.03.	Steinfurt
		3:17:38	20. Holterbosch Wolfgang	46	17.09.	Duisburg
mJA	100 m	12,48	12. Penski Tim	77	23.09.	Krefeld
	400 m	58,10	8. Penski Tim	77	23.09.	Krefeld
	Hoch	1,81	3. Penski Tim	77	02.07.	Viersen
	Weit	6,69	1. Penski Tim	77	07.05.	D'dorf
	Kugel	10,15	3. Penski Tim	77	23.09.	Krefeld
	Fünfkampf	2679	3. Penski Tim	77	23.09.	Krefeld
			12,48 - 6,35 - 10,15 - 1,62 - 58,10			
MJB	100 m	12,64	18. Schorin Bernd	79	27.05.	MGladb.
M 14	75 m	10,4	10. Giebels Tim	81	02.07.	Viersen
	Kugel	9,40	2. Giebels Tim	81	02.07.	Viersen
M 12	50 m	6,98	1. Prassek Michael	83	05.06.	MGladb.
	60 m Hü	10,88	3. Prassek Michael	83	01.07.	Willich
	Weit	4,94	1. Prassek Michael	83	16.09.	MGladb.
	Schlagball	41,00	4. Prassek Michael	83	20.05.	Krefeld
	Dreikampf	1317	1. Prassek Michael	83	20.05.	Krefeld
			6,8 - 4,82 - 41,00			
M 11	50 m	8,08	10. Küppenbender Tobias	84	01.07.	Willich
	1000 m	3:33,04	3. Stüssgen Martin	84	01.07.	Willich
		3:44,0	6. Küppenbender Tobias	84	01.05.	Viersen
	5 km	22:28	3. Stüssgen Martin	84	14.10.	Waldniel
	3 x 1000 m	10:58,74	2. Küppenbender-Stüssgen-Fleuth		28.05.	MGladb.
M 10	50 m	7,92	7. Dück Ralph	85	01.07.	Willich
		8,10	8. Komorek Thomas	85	05.06.	MGladb.
	1000 m	3:30,96	1. Fleuth Alexander	85	01.07.	Willich
		3:58,5	7. Komorek Thomas	85	02.07.	Viersen
	5 km	21:57	3. Fleuth Alexander	85	14.10.	Waldniel
	Weit	3,90	8. Dück Ralph	85	01.07.	Willich
		3,80	10. Komorek Thomas	85	19.05.	Viersen
	Schlagball	36,00	11. Komorek Thomas	85	05.06.	MGladb.
	Dreikampf	955	8. Komorek Thomas	85	16.09.	MGladb.
			8,20 - 3,71 - 33,00			