

NLV-Kreis Soltau-Fallingbostel

(K.-H. Christoph)

Besten-Liste 1996

Klassenübersicht

[Männer](#)[Frauen](#)[MJA](#)[WJA](#)[MJB](#)[WJB](#)

Männer

100 m Lauf Bestleist. 1995: 11,38 Kirstein, Ralf 71 SV Soltau
 Rekord : 10,5 Duerkop, Klaus 42 LAZ Südheide 1970

11,40 +2,0	Hildebrandt, Mirko	74 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf	19.05.
11,3	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Winsen	04.09.
11,6 +0,6	Amthor, Gregor	69 MTV Soltau	Soltau	04.05.
11,6 -0,6	Moeller, Stefan	67 SG Bomlitz-Lönsheide	Schneverdingen	26.06.
12,02 -1,2	Backhaus, Jost	67 TV Jahn Schneverdingen	Soltau	28.09.
12,03 -0,2	Lahmer, André	75 MTV Soltau	Oldendorf	19.05.
11,8 -0,6	Hutecker, Bastian	76 SG Bomlitz-Lönsheide	Schneverdingen	26.06.
12,13 +0,0	Pinkernelle, Andreas	72 MTV Soltau	Oldendorf	19.05.
12,15 -0,2	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven	14.09.
12,0 +0,6	Meyer, Holger	69 MTV Soltau	Soltau	04.05.

200 m Lauf Bestleist. 1995: 23,22 Hildebrandt, Mirko 74 SG Bomlitz-Lönshei
 Rekord : 22,04 Ansah, Patrick 67 MTV Soltau 1987
 21,8 Duerkop, Klaus 40 LAZ Südheide 1970

22,8	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Winsen	04.09.
22,9 +0,0	Hildebrandt, Mirko	74 SG Bomlitz-Lönsheide	Schneverdingen	26.06.
23,80 +2,0	Hutecker, Bastian	76 SG Bomlitz-Lönsheide	Vöhrum	24.08.
23,7 +0,0	Joachim, Carsten	72 SG Bomlitz-Lönsheide	Schneverdingen	26.06.
23,9 -1,0	Moeller, Stefan	67 SG Bomlitz-Lönsheide	Schneverdingen	26.06.
24,98 +1,0	Pinkernelle, Andreas	72 MTV Soltau	Verden	27.04.
25,08 -1,5	Peter, Frank	71 TV Jahn Schneverdingen	Soltau	28.09.
25,11 -1,5	Gleu, Lothar	62 MTV Soltau	Soltau	28.09.
25,93 -4,3	Hanisch, Olaf	61 SG Bomlitz-Lönsheide	Suderburg	29.09.
26,7 -1,0	Carls, Rolf	56 MTV Soltau	Schneverdingen	26.06.

400 m Lauf Bestleist. 1995: 49,50 Eggeling, Joachim 70 MTV Soltau
 Rekord : 48,8 Hoff, Horst-Joachi 47 TSV Dorfmark 1967
 48,99 Eggeling, Joachim 70 MTV Soltau 1994

51,6	Hutecker, Bastian	76 SG Bomlitz-Lönsheide	Suderburg	07.08.
51,88	Hildebrandt, Mirko	74 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf	19.05.
52,05	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Zeven	14.09.
53,5	Moeller, Stefan	67 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau	04.05.
55,09	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven	14.09.
57,33	Kratz, Stefan	62 MTV Förste	Rotenburg	04.05.
57,40	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Großburgwedel	03.08.
60,97	Carls, Rolf	56 MTV Soltau	Zeven	10.08.

800 m Lauf Bestleist. 1995: 1:51,4 Witte, Thorsten 70 MTV Soltau
 Rekord : 1:50,90 Hoyer, Holger 68 LGF/TVJ Walsrode 1991

1:53,56	Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	Großburgwedel	03.08.
1:55,7	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Schneverdingen	26.06.
1:58,92	Gerken, Thomas	69 MTV Soltau	Zeven	02.06.
1:59,78	Kratz, Stefan	62 MTV Förste	Scheeßel	26.05.
2:01,85	Moeller, Stefan	67 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf	19.05.
2:06,6	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Sottrum	15.07.

2:14,2	Frank, Peter	72 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.
1000 m Lauf	Bestleist. 1995:	2:26,19 Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	
Rekord	:	2:23,61 Voss, Burghard	66 LGF/TVJ Walsrode	1991
2:26,71	Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	Garbsen	27.07.
2:30,1	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Suderburg	03.07.
2:34,65	Kratz, Stefan	62 MTV Förste	Garbsen	27.07.
2:46,67	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Soltau	29.09.
1500 m Lauf	Bestleist. 1995:	3:48,11 Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	
Rekord	:	3:47,2 Witte, Thorsten	70 LGH/MTV Soltau	1993
3:47,71	Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	Köln	16.08.
3:56,40	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Blankenburg	14.07.
4:11,03	Kratz, Stefan	62 MTV Förste	Zeven	10.08.
4:18,1	Gerken, Thomas	69 MTV Soltau	Lüneburg	12.06.
4:22,06	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Sottrum	18.06.
4:39,26	Grygiel, Rainer	56 SV Munster	Zeven	10.08.
5:16,16	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven	15.09.
5:34,90	Hanisch, Olaf	61 SG Bomlitz-Lönsheide	Suderburg	29.09.
5:35,75	Serednyzkyj, Marian	56 SVE Bad Fallingbostel	Suderburg	29.09.
5:40,72	Emmann, Hans-Joachim	40 MTV Soltau	Bad Oeynhausen	09.06.
3000 m Lauf	Bestleist. 1995:	8:11,91 Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	
Rekord	:	8:11,91 Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	1995
8:24,00	Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	Verden	27.04.
8:30,44	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Verden	27.04.
9:19,3	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Sottrum	23.07.
9:37,60	Schleicher, Wolfgang	66 MTV Soltau	Verden	27.04.
9:50,5	Wienhold, Maik	64 TuSV Stellichte	Sottrum	15.07.
9:54,1	Herfurth, Hans Wilhelm	53 TuSV Stellichte	Sottrum	15.07.
5000 m Lauf	Bestleist. 1995:	14:36,0 Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	
Rekord	:	14:24,6 Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	1996
14:24,6	Witte, Thorsten	70 MTV Soltau	Soltau	04.05.
15:08,7	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Suderburg	21.08.
15:59,64	Pochranowicz, Andrzej	60 SV Munster	Soltau	28.09.
16:12,40	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Delmenhorst	26.07.
16:13,6	Kratz, Stefan	62 MTV Förste	Sottrum	23.09.
16:37,3	Duszczuk, Henryk	47 SV Munster	Soltau	04.05.
17:05,6	Fietkau, Uwe	58 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	16.06.
17:25,7	Herfurth, Hans Wilhelm	53 TuSV Stellichte	Sottrum	23.07.
17:28,4	Kiewitt, Norbert	56 MTV Soltau	Soltau	04.05.
17:37,2	Wienhold, Maik	64 TuSV Stellichte	Sottrum	26.08.
10.000 m Lauf	Bestleist. 1995:	31:13,4 Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	
Rekord	:	30:42,0 Baunack, Uwe	55 SV Munster	1978
32:06,3	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Hitzacker	13.04.
33:03,92	Pochranowicz, Andrzej	60 SV Munster	Hagen	06.07.
34:04,8	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Suderburg	31.08.
34:09,45	Duszczuk, Henryk	47 SV Munster	Hagen	05.07.
35:12,8	Kratz, Stefan	62 MTV Förste	Sottrum	20.05.
35:35,9	Wienhold, Maik	64 TuSV Stellichte	Suderburg	31.08.
35:52,9	Herfurth, Hans Wilhelm	53 TuSV Stellichte	Suderburg	31.08.
36:41,8	Kiewitt, Norbert	56 MTV Soltau	Unterlüß	16.10.
43:35,2	Carls, Rolf	56 MTV Soltau	Sottrum	27.05.
1 Stunde Lauf	Bestleist. 1995:	16.559 Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	
Rekord	:	18.289 Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	1996
18.289	Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	Lachendorf	14.09.
16.804	Honemann, Klaus	61 TuSV Stellichte	Lachendorf	14.09.
10 km Lauf	Bestleist. 1995:	33:07 Jahnke, Rainer	70 Post-SV Uelzen	

Rekord : 33:07 Jahnke, Rainer 70 Post-SV Uelzen 1995

34:14	Pochranowicz, Andrzej	60	SV Munster	Gartow	23.03.
36:21	Duszczek, Henryk	47	SV Munster	Gartow	23.03.
48:05	Jerokowski, Mario	63	Spiridon Munster	Liepe	27.10.
50:16	Zolldahn, Hans-Gerd	50	Spiridon Munster	Liepe	27.10.
52:38	Nuß, Peter	45	Spiridon Munster	Liepe	27.10.
54:33	Liebermann, Jürgen	41	SV Munster	Liepe	27.10.
55:16	Blaser, Torsten	64	Spiridon Munster	Liepe	27.10.

10 km Lauf
Mannschaft

Rekord : 2:30:59 Spiridon Munster 1996

2:30:59	Spiridon Munster			Liepe	27.10.
	Jerokowski, M. 63	-48:05;	Zolldahn, H. 50	-50:16	
	Nuß, P. 45	-52:38			

Halbmarathonlauf Bestleist. 1995: 1:10:44 Jahnke, Rainer 70 Post-SV Uelzen
Rekord : 1:08:55 Jahnke, Rainer 70 Post-SV Uelzen 1994

1:09:35	Jahnke, Rainer	70	Post-SV Uelzen	Bokel	06.10.
1:16:23	Honemann, Klaus	61	TuSV Stellichte	Bremen	08.09.
1:17:39	Fietkau, Uwe	58	TV Jahn Schneverdingen	Berlin	05.05.
1:19:23	Rosow, Peter	49	TV Jahn Schneverdingen	Liepe	27.10.
1:19:27	Herfurth, Hans Wilhelm	53	TuSV Stellichte	Bremen	08.09.
1:19:38	Wienhold, Maik	64	TuSV Stellichte	Bremen	08.09.
1:21:12	Erdmann, Andree	59	Spiridon Munster	Liepe	27.10.
1:23:13	Dr. Röhrs, Michael	63	TV Jahn Schneverdingen	Hamburg	15.09.
1:24:14	Doering, Erich	51	SV Munster	Wingst	01.09.
1:25:14	Stöver, Hans-Joachim	52	Spiridon Munster	Liepe	27.10.

Halbmarathonlauf Bestleist. 1995: 3:57:13 TuSV Stellichte
Mannschaft

Rekord : 3:47:11 TuSV Stellichte 1994

3:55:28	TuSV Stellichte I			Bremen	08.09.
	Honemann, K. 61	-1:16:23;	Herfurth, H. 53	-1:19:27	
	Wienhold, M. 64	-1:19:38			
4:14:33	Spiridon Munster			Liepe	27.10.
	Erdmann, A. 59	-1:21:12;	Stöver, H. 52	-1:25:14	
	Korinek, M. 64	-1:28:07			
4:17:36	LG Heide I			Liepe	27.10.
	Rosow, P. 49	-1:19:23;	Fietkau, U. 58	-1:24:16	
	Buhr, D. 55	-1:33:57			
4:44:33	LG Heide II			Wingst	01.09.
	Doering, E. 51	-1:24:14;	Hilbig, A. 59	-1:33:14	
	Liebermann, J. 41	-1:47:05			

Marathonlauf Bestleist. 1995: 2:32:52 Duszczek, Henryk 47 SV Munster
Rekord : 2:29:25 Duszczek, Henryk 47 LG Munster 1988

2:50:17	Wienhold, Maik	64	TuSV Stellichte	Berlin	29.09.
2:50:19	Koslowski, Heinz	57	MTV Müden/Örtze	Husum	02.03.
2:56:45	Dr. Röhrs, Michael	63	TV Jahn Schneverdingen	Berlin	29.09.
2:58:43	Herfurth, Hans Wilhelm	53	TuSV Stellichte	Berlin	29.09.
3:01:09	Erdmann, Andree	59	Spiridon Munster	Hamburg	21.04.
3:01:27	Kiewitt, Norbert	56	MTV Soltau	Liepe	27.10.
3:02:30	Smula, Detlef	44	SV Munster	Hamburg	21.04.
3:02:44	Knebel, Norbert	55	Spiridon Munster	Berlin	29.09.
3:02:59	Schleicher, Wolfgang	66	MTV Soltau	Berlin	29.09.
3:05:32	Hees, Albert	54	SC Breloh	Berlin	29.09.

Marathonlauf Bestleist. 1995: 8:26:41 LG Heide
Mannschaft

Rekord : 8:03:26 LG Heide 1989

9:22:20	LG Heide I			Hamburg	21.04.
	Smula, D. 44	-3:02:30;	Rosow, P. 49	-3:05:47	

Dr. Röhrs, M. 63 -3:14:03
10:04:38 Spiridon Munster Berlin 29.09.
Knebel, N. 55 -3:02:44; Korinek, M. 64 -3:21:49
Hillmann, U. 56 -3:40:05
10:13:06 LG Heide II Hamburg 21.04.
Schulz, U. 65 -3:19:54; Mangold, A. 53 -3:23:31
Niemann, F. 63 -3:29:41
10:29:59 MTV Soltau Hamburg 21.04.
Kiewitt, N. 56 -3:15:19; Wiebels, H. 55 -3:22:17
Klug, W. 50 -3:52:33
10:49:07 LG Heide III Hamburg 21.04.
Götz, V. 61 -3:34:07; Platzek, G. 52 -3:35:48
Doering, E. 51 -3:39:12
12:25:17 LG Heide IV Hamburg 21.04.
Helberg, T. 63 -3:54:48; Hilbig, A. 59 -4:08:13
Zitzke, E. 47 -4:22:16

110 m Hürden 1.067m Bestleist. 1995: 15,49 Soik, Timo 73 MTV Soltau
Rekord : 14,3 Schulz, Hans-Jürgen 50 LAZ/TSV Dorfmark 1969

15,51 +1,0 Soik, Timo 73 MTV Soltau Zeven 15.09.
17,04 +0,8 Loose, Stephan 60 TV Jahn Schneverdingen Zeven 15.09.

400 m Hürden 0.914m

Rekord : 52,0 Baden, Axel 63 LGF/SG Bomlitz-L. 1988

56,88 Hutecker, Bastian 76 SG Bomlitz-Lönsheide Scheeßel 26.05.

3000 m Hindernis Bestleist. 1995: 8:40,22 Witte, Thorsten 70 MTV Soltau
Rekord : 8:40,22 Witte, Thorsten 70 MTV Soltau 1995

8:45,36 Witte, Thorsten 70 MTV Soltau Köln 23.06.
9:22,66 Kratz, Stefan 62 MTV Förste Blankenburg 14.07.
10:13,0 Honemann, Klaus 61 TuSV Stellichte Lüneburg 12.06.

4 x 100 m Staffel Bestleist. 1995: 45,37 MTV Soltau
Rekord : 42,4 1970

46,1 MTV Soltau I Soltau 04.05.
Pinkernelle, A. 72; Meyer, H. 69

55,14 LG Fallingbostel II Osterode 01.06.
Lahmer, A. 75; Pinkernelle, S. 74
Kassau, H. 39; Karnitzki, H. 37
Lange, D. 37; Kossel, H. 40

4 x 400 m Staffel Bestleist. 1995: 3:35,30 LG Fallingbostel
Rekord : 3:18,87 1993

3:28,30 LG Fallingbostel Osterholz-Sch. 21.04.
Hutecker, B. 76; Meinecke, N. 78
Moeller, S. 67; Hildebrandt, M. 74

4 x 1500 m Staffel

Rekord : 16:13,54 MTV Soltau 1996

16:13,54 MTV Soltau Sulingen 16.05.
Gerken, T. 69; Jahnke, R. 70
Witte, T. 70; Kratz, S. 62

Hochsprung Bestleist. 1995: 1,91 Sauter, Stefan 69 TV Jahn Schneverdingen
Rekord : 2,01 Walde, Hans-Joachim 42 TSV Dorfmark 1967

1,88 Sauter, Stefan 69 TV Jahn Schneverdingen Soltau 04.05.
1,85 Kagemann, Jörn 73 MTV Soltau Oldendorf 19.05.
1,79 Brümmerhoff, Arndt 68 MTV Soltau Soltau 04.05.
1,76 Pinkernelle, Stefan 74 MTV Soltau Soltau 04.05.

1,76	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Zeven 14.09.
1,73	Kort, Thomas	76 SV Munster	Soltau 04.05.
1,71	Serednyzkyj, Marian	56 SVE Bad Fallingbostel	Zeven 10.08.
1,58	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven 14.09.
1,55	Peter, Frank	71 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 04.05.
1,50	Hutecker, Bastian	76 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 04.05.

Stabhochsprung Bestleist. 1995: 3,75 Kagemann, Jörn 73 MTV Soltau
 Rekord : 4,30 Walde, Hans-Joachim 42 LAZ/TSV Dorfmark 1969

3,95	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Zeven 15.09.
3,65	Kagemann, Jörn	73 MTV Soltau	Munster 13.09.
2,85	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven 15.09.
2,65	Hebenbrock, Klaus-Diet	59 TV Jahn Schneverdingen	Munster 13.09.

Weitsprung Bestleist. 1995: 6,62 Soik, Timo 73 MTV Soltau
 Rekord : 7,45 Walde, Hans-Joachim 42 TSV Dorfmark 1967

6,69 +0,0	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Zeven 14.09.
6,48 +0,0	Amthor, Gregor	69 MTV Soltau	Soltau 04.05.
6,28 +0,0	Kagemann, Jörn	73 MTV Soltau	Oldendorf 19.05.
6,18 +0,0	Pinkernelle, Andreas	72 MTV Soltau	Soltau 04.05.
6,15 +0,0	Kort, Thomas	76 SV Munster	Soltau 04.05.
6,02 +0,0	Hanisch, Olaf	61 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 10.08.
5,86 -0,1	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven 14.09.
5,80 +0,0	Hebenbrock, Klaus-Diet	59 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 04.05.
5,74 +1,1	Serednyzkyj, Marian	56 SVE Bad Fallingbostel	Suderburg 29.09.
5,49 +0,0	Peter, Frank	71 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 04.05.

Dreisprung Bestleist. 1995: 11,84 Pinkernelle, Andreas 72 MTV Soltau
 Rekord : 14,14 Klug, Wolfgang 50 LAZ/TSV Dorfmark 1970

11,93	Kort, Thomas	76 SV Munster	Schneverdingen 26.06.
-------	--------------	---------------	-----------------------

Kugelstoss 7.26kg Bestleist. 1995: 13,25 Soik, Timo 73 MTV Soltau
 Rekord : 15,68 Meier, Bernd 46 LAZ Südheide 1971

12,98	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Soltau 20.04.
12,43	Reinhardt, Eugen	40 TV Jahn Walsrode	Soltau 20.04.
10,88	Lahmer, André	75 MTV Soltau	Oldendorf 19.05.
10,87	Hanisch, Olaf	62 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
10,68	Serednyzkyj, Marian	56 SVE Bad Fallingbostel	Zeven 10.08.
9,87	Carls, Rolf	56 MTV Soltau	Zeven 10.08.
9,86	Vorwerk, Werner	51 MTV Soltau	Soltau 20.04.
9,13	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Zeven 14.09.
8,87	Christoph, Karl-Heinz	52 MTV Soltau	Schneverdingen 16.06.
8,45	Kassau, Hans-Ulrich	39 SVE Bad Fallingbostel	Soltau 20.04.

Diskuswurf 2 kg Bestleist. 1995: 39,58 Soik, Timo 73 MTV Soltau
 Rekord : 53,18 Dr. Scheele, Klaus 40 LAZ/TSV Dorfmark 1972

37,16	Hanisch, Olaf	62 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 10.08.
37,10	Soik, Timo	73 MTV Soltau	Soltau 20.04.
35,36	Gödke, Markus	74 MTV Soltau	Schneverdingen 26.06.
33,30	Richert, Armin	63 SV Munster	Soltau 20.04.
33,26	Reinhardt, Eugen	40 TV Jahn Walsrode	Soltau 20.04.
31,92	Kagemann, Jörn	73 MTV Soltau	Soltau 20.04.
31,90	Thiem, Martin	58 SVE Bad Fallingbostel	Suderburg 29.09.
30,40	Carls, Rolf	56 MTV Soltau	Zeven 10.08.
27,76	Loose, Stephan	60 TV Jahn Schneverdingen	Suderburg 29.09.
24,96	Christoph, Karl-Heinz	52 MTV Soltau	Schneverdingen 16.06.

Hammerwurf 7.26kg Bestleist. 1995: 39,14 Richert, Armin 63 SV Munster
 Rekord : 55,64 Hahne, Jürgen 39 LAZ Südheide 1972

39,42	Richert, Armin	63 SV Munster	Soltau 19.04.
22,30	Carls, Rolf	56 MTV Soltau	Soltau 19.04.

14,48 Rometsch, Hermann 37 SV Munster Soltau 19.04.

Speerwurf 800 g Bestleist. 1995: 56,60 Kindler, Andreas 67 MTV Soltau
 Rekord : 62,94 Kindler, Andreas 67 LGH/MTV Soltau 1992

53,58 Soik, Timo 73 MTV Soltau Soltau 20.04.
 52,10 Kagemann, Jörn 73 MTV Soltau Soltau 20.04.
 50,42 Kossel, Hartmut 40 TSV Dorfmark Berlin 14.07.
 48,20 Hanisch, Olaf 62 SG Bomlitz-Lönsheide Soltau 20.04.
 45,88 Polte, Olav 67 MTV Soltau Soltau 20.04.
 43,22 Kort, Thomas 76 SV Munster Oldendorf 19.05.
 42,46 Pinkernelle, Andreas 72 MTV Soltau Soltau 20.04.
 40,94 Eichhorn, Peter 70 MTV Soltau Soltau 28.09.
 39,10 Thiem, Martin 58 SVE Bad Fallingbostel Suderburg 29.09.
 35,18 Thomaschke, Bernd 43 MTV Soltau Zeven 10.08.

Fünfkampf Bestleist. 1995: 3.203 Soik, Timo 73 MTV Soltau
 Rekord : 3.273 Hutecker, Jörn 70 LGF/SG Bomlitz-L. 1988

2.493 W Hanisch, Olaf 61 SG Bomlitz-Lönsheide Suderburg 29.09.
 5,71(+0.4)-43,60-25,93(-4.3)-35,22-5:34,90
 1.917 W Serednyzkyj, Marian 56 SVE Bad Fallingbostel Suderburg 29.09.
 5,74(+1.1)-34,96-27,52(-4.4)-18,00-5:35,75
 1.366 Thiem, Martin 58 SVE Bad Fallingbostel Suderburg 29.09.
 5,27(+0.1)-39,10--31,90-aufg.o.L.
 1.251 Brandt, Herbert 58 MTV Bispingen Bad Bevensen 18.08.
 3,87-25,26-30,7(+0.0)-20,80-5:41,2
 973 Loose, Stephan 60 TV Jahn Schneverdingen Suderburg 29.09.
 5,84(+0.4)---27,76-aufg.o.L.

Fünfkampf Mannschaft

Rekord : 8.937 LG Fallingbostel 1988

5.776 LG Fallingbostel Suderburg 29.09.
 Hanisch, O. 61 -2.493; Serednyzkyj, M. 56 -1.917
 Thiem, M. 58 -1.366

Zehnkampf Bestleist. 1995: 5.812 Kagemann, Jörn 73 MTV Soltau
 Rekord : 6.449 Soik, Timo 73 LGF/MTV Schwarmstedt 1993

6.186 Soik, Timo 73 MTV Soltau Zeven 14.09/
 11,58(+0.5)-6,69(+0.0)-11,76-1,76-52,05 15.09.
 15,51(+1.0)-35,34-3,95-44,48-5:44,22
 4.763 Loose, Stephan 60 TV Jahn Schneverdingen Zeven 14.09/
 12,15(-0.2)-5,86(-0.1)-9,13-1,58-55,09 15.09.
 17,04(+0.8)-26,24-2,85-30,42-5:16,16

Anfang

Frauen

100 m Lauf Bestleist. 1995: 12,45 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode
 Rekord : 11,8 Bull, Sabrina 70 LGF/TVJ Walsrode 1990

12,44 +2,0 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode Garbsen 27.07.
 13,41 +0,9 Sauer, Stephanie 76 MTV Soltau Oldendorf 19.05.
 16,0 +0,5 Wildemann, Lucia 53 TV Jahn Schneverdingen Schneverdingen 16.06.
 16,5 +1,2 Dobbrick, Inge 50 SVE Bad Fallingbostel Suderburg 08.09.

200 m Lauf Bestleist. 1995: 25,4 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode
 Rekord : 24,63 Nause, Martina 61 LGF/TVJ Walsrode 1981

25,45 +1,9 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode Garbsen 27.07.
 27,83 -0,5 Coors, Iris 71 SG Bomlitz-Lönsheide Oldenburg 08.06.

27,95	+0,1	Sauer, Stephanie	76 MTV Soltau	Oldendorf	19.05.
28,54	-1,1	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
29,7	+0,0	Greve, Kirsten	74 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.
30,02	-1,1	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
32,7	+0,0	Wildemann, Lucia	53 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.
36,9	+0,0	Schröder, Annegret	53 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.
38,2	+0,0	Bartels, Margret	46 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.
40,2	+0,0	Morawetz, Ute	59 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.

400 m Lauf Bestleist. 1995: 57,57 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode
 Rekord : 55,52 Nause, Martina 61 LGF/TVJ Walsrode 1981

57,72 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode Blankenburg 14.07.

800 m Lauf Bestleist. 1995: 2:23,35 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode
 Rekord : 2:15,49 Veh, Claudia 76 MTV Soltau 1996

2:15,49	Veh, Claudia	76 MTV Soltau	Zeven	02.06.
2:20,70	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	09.06.
2:35,56	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	09.06.
2:45,62	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	09.06.
3:05,81	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldenburg	09.06.

1500 m Lauf

Rekord : 4:40,29 Veh, Claudia 76 MTV Soltau 1996

4:40,29 Veh, Claudia 76 MTV Soltau Zeven 01.06.

3000 m Lauf Bestleist. 1995: 11:37,9 Konieczny, Ingeborg 49 MTV Müden/Örtze
 Rekord : 10:01,4 Sobisch, Evelyne 59 LGH/SV Munster 1991

10:37,7	Veh, Claudia	76 MTV Soltau	Unterlüß	30.04.
15:59,63	Hornbostel, Anke	40 SVE Bad Fallingbostel	Zeven	10.08.

5000 m Lauf

Rekord : 16:57,1 Sobisch, Evelyne 59 LGH/SV Munster 1991

19:35,9	Wildemann, Lucia	53 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	26.06.
22:49,2	Morawetz, Ute	59 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	16.06.
23:30,5	Schröder, Annegret	53 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	16.06.
23:38,1	Bartels, Margret	46 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen	16.06.

Halbmarathonlauf Bestleist. 1995: 1:44:42 Alvermann-Buhr, Ingrid 54 MTV Bispinge
 Rekord : 1:28:35 Wildemann, Lucia 53 TV Jahn Schneverdingen 1996

1:28:35	Wildemann, Lucia	53 TV Jahn Schneverdingen	Bokel	06.10.
1:43:42	Heuer, Ulrike	47 TV Jahn Schneverdingen	Berlin	05.05.
1:46:44	Morawetz, Ute	59 TV Jahn Schneverdingen	Berlin	05.05.
1:48:57	Alvermann-Buhr, Ingrid	54 MTV Bispingen	Gartow	23.03.
1:51:20	Schröder, Annegret	53 TV Jahn Schneverdingen	Berlin	05.05.
1:53:49	Köpfer, Waltraut	52 TV Jahn Schneverdingen	Berlin	05.05.

Halbmarathonlauf
 Mannschaft

Rekord : 4:57:13 LG Heide 1994

5:03:01 LG Heide Berlin 05.05.
 Wildemann, L. 53 -1:32:35; Heuer, U. 47 -1:43:42
 Morawetz, U. 59 -1:46:44

Marathonlauf Bestleist. 1995: 3:22:48 Wildemann, Lucia 53 TV Jahn Schneverdi
 Rekord : 2:59:54 Sobisch, Evelyne 59 LGH/SV Munster 1991

3:04:19 Wildemann, Lucia 53 TV Jahn Schneverdingen Berlin 29.09.

3:44:29	Alvermann-Buhr, Ingrid	54 MTV Bispingen	Liepe	27.10.
3:49:25	Strohmeier, Annemarie	42 SV Munster	Berlin	29.09.
3:52:09	Morawetz, Ute	59 TV Jahn Schneverdingen	Berlin	29.09.
4:13:04	Schröder, Annegret	53 TV Jahn Schneverdingen	Berlin	29.09.
5:02:17	Graubohm, Doris	45 SV Munster	Hamburg	21.04.

Marathonlauf Bestleist. 1995: 10:58:26 LG Heide
Mannschaft
Rekord : 9:59:21 MTV Soltau 1984

10:45:53 LG Heide I Berlin 29.09.
Wildemann, L. 53 -3:04:19; Strohmeier, A. 42 -3:49:25
Morawetz, U. 59 -3:52:09

100 m Hürden 0.840m Bestleist. 1995: 15,91 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode
Rekord : 14,50 Bull, Sabrina 70 LGF/TVJ Walsrode 1990

15,20 +1,2	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
15,46 +1,2	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldenburg	08.06.
16,30 +1,2	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
17,10 +1,0	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
18,03 -0,1	Greve, Kirsten	74 TV Jahn Schneverdingen	Oldendorf	19.05.

400 m Hürden 0.762m

Rekord : 60,73 Krause, Angela 70 LGF/SG Bomlitz-L. 1990

64,4 Bull, Sabrina 70 TV Jahn Walsrode Lüneburg 12.06.

4 x 100 m Staffel Bestleist. 1995: 52,58 LG Fallingbostel
Rekord : 48,79 LG Fallingbostel 1990

51,77 MTV Soltau Oldendorf 19.05.
Warnecke, A. 78; Ehlermann, K. 77
Sauer, S. 76; Brüning, C. 77

Hochsprung Bestleist. 1995: 1,68 Eisfeld, Sandra 70 TV Jahn Walsrode
Rekord : 1,69 Lange, Petra 61 SV Soltau 1983

1,64	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
1,56	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
1,53	Greve, Kirsten	74 TV Jahn Schneverdingen	Oldendorf	19.05.
1,52	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	08.06.
1,48	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldenburg	08.06.

Weitsprung Bestleist. 1995: 5,49 Coors, Iris 71 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 5,75 Coors, Iris 71 LGF/SG Bomlitz-L. 1994

5,42 +0,0	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf	19.05.
5,29 +0,0	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldendorf	19.05.
5,15 +0,0	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Soltau	04.05.
4,78	Greve, Kirsten	74 TV Jahn Schneverdingen	Soltau	28.09.
4,47 +1,2	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg	09.06.
4,30 +0,0	Sauer, Stephanie	76 MTV Soltau	Soltau	04.05.
3,45 +1,7	Dobbrick, Inge	50 SVE Bad Fallingbostel	Zeven	10.08.
3,26 -0,6	Lange, Margret	43 SVE Bad Fallingbostel	Zeven	10.08.

Dreisprung

9,83 Greve, Kirsten 74 TV Jahn Schneverdingen Schneverdingen 26.06.

Kugelstoss 4 kg Bestleist. 1995: 12,48 Coors, Iris 71 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 13,44 Coors, Iris 71 LGF/SG Bomlitz-L. 1996

13,44	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven	02.06.
12,79	Gusek, Angelika	63 MTV Soltau	Soltau	28.09.
11,50	Bauer, Kerstin	76 MTV Soltau	Soltau	20.04.

9,75	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 08.06.
9,43	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 08.06.
9,15	Bethke, Ursula	46 SVE Bad Fallingbostel	Osterode 01.06.
8,40	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 08.06.
8,21	Greve, Kirsten	74 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 28.09.
8,05	Gehrmann, Heike	75 MTV Soltau	Soltau 20.04.
7,69	Pauling, Anja	69 MTV Schwarmstedt	Oldendorf 19.05.

Diskuswurf 1 kg Bestleist. 1995: 34,14 Coors, Iris 71 SG Bomlitz-Lönsheide
 Rekord : 42,56 Hahne, Gundula 41 MTV Soltau 1975

36,72	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf 19.05.
36,42	Gusek, Angelika	63 MTV Soltau	Salzgitter 07.09.
30,64	Bauer, Kerstin	76 MTV Soltau	Soltau 20.04.
24,38	Gehrmann, Heike	75 MTV Soltau	Soltau 20.04.

Hammerwurf 4 kg Bestleist. 1995: 34,62 Gusek, Angelika 63 MTV Soltau
 Rekord : 37,26 Gusek, Angelika 63 MTV Soltau 1996

37,26	Gusek, Angelika	63 MTV Soltau	Lüchow 27.07.
33,36	Bauer, Kerstin	76 MTV Soltau	Soltau 19.04.

Speerwurf 600 g Bestleist. 1995: 49,08 Coors, Iris 71 SG Bomlitz-Lönsheide
 Rekord : 49,50 Coors, Iris 71 LGF/SG Bomlitz-L. 1993

46,30	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf 19.05.
42,94	Gusek, Angelika	63 MTV Soltau	Salzgitter 07.09.
41,20	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 09.06.
31,80	Gehrmann, Heike	75 MTV Soltau	Soltau 20.04.
28,60	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Soltau 20.04.
22,14	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 09.06.

Siebenkampf Bestleist. 1995: 4.333 Coors, Iris 71 SG Bomlitz-Lönsheide
 Rekord : 5.067 Bull, Sabrina 70 LGF/TVJ Walsrode 1990

4.578	Bull, Sabrina	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 08.06/ 09.06.
			15,20(+1.2)-1,52-9,75-25,80(-0.5)
			5,00(-0.3)-26,92-2:20,70
4.330	Coors, Iris	71 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldenburg 08.06/ 09.06.
			15,46(+1.2)-1,48-12,75-27,83(-0.5)
			4,98(-0.7)-43,10-3:05,81
4.170	Eisfeld, Sandra	70 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 08.06/ 09.06.
			16,30(+1.2)-1,64-9,43-30,02(-1.1)
			4,47(+1.2)-41,20-2:35,56
3.649	Bleis, Martina	71 TV Jahn Walsrode	Oldenburg 08.06/ 09.06.
			17,10(+1.0)-1,56-8,40-28,54(-1.1)
			4,86(+0.8)-22,14-2:45,62

Siebenkampf Mannschaft Bestleist. 1995: 12.796 LG Fallingbostel
 Rekord : 13.854 LG Fallingbostel 1990

13.078	LG Fallingbostel I		Oldenburg 08.06/ 09.06.
			Bull, S. 70 -4.578; Coors, I. 71 -4.330
			Eisfeld, S. 70 -4.170

Anfang

Männliche Jugend A

100 m Lauf Bestleist. 1995: 11,7 Hutecker, Bastian 76 SG Bomlitz-Lönsheid
 Rekord : 10,6 Kratschmer, Guido 53 LAZ/TSV Dorfmark 1971

11,81 -0,1	Meinecke, Nadino	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
12,02 +0,0	Panning, Jens	77 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
12,43 +0,0	Bätje, Birger	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.

13,13	-2,4	Schoknecht, Kristian	78	SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau	29.09.
13,38	-2,4	Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau	28.09.
200 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	23,97	Hutecker, Bastian	76	SG Bomlitz-Lönsheid
Rekord	:	21,5	Röcker, Ralf	64	TV Jahn Schneverdingen	1982
23,99	-0,5	Meinecke, Nadino	78	SV Viktoria Rethem	Soltau	28.09.
25,42	+1,4	Schoknecht, Kristian	78	SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf	19.05.
400 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	51,79	Hutecker, Bastian	76	SG Bomlitz-Lönsheid
Rekord	:	48,23	Röcker, Ralf	64	TV Jahn Schneverdingen	1982
52,07		Meinecke, Nadino	78	SV Viktoria Rethem	Oldendorf	19.05.
55,15		Panning, Jens	77	SV Viktoria Rethem	Zeven	14.09.
56,39		Bätje, Birger	78	SV Viktoria Rethem	Zeven	14.09.
56,9		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau	04.05.
58,26		Schoknecht, Kristian	78	SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf	19.05.
800 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	2:01,97	Gjessing, Petter	77	SV Viktoria Rethem
Rekord	:	1:50,6	Rupalla, Dieter	51	LAZ/TVJ Walsrode	1970
2:00,69		Meinecke, Nadino	78	SV Viktoria Rethem	Vöhrum	24.08.
2:10,63		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Vöhrum	24.08.
1000 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	2:39,1	Gjessing, Petter	77	SV Viktoria Rethem
Rekord	:	2:29,1	Rupalla, Dieter	51	LAZ/TVJ Walsrode	1969
2:38,76		Meinecke, Nadino	78	SV Viktoria Rethem	Garbsen	27.07.
2:51,84		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau	28.09.
1500 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	4:23,21	Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheid
Rekord	:	3:53,9	Gleu, Lothar	62	MTV Soltau	1980
4:20,4		Meinecke, Nadino	78	SV Viktoria Rethem	Winsen	14.08.
4:30,2		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Winsen	14.08.
3000 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	9:44,32	Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheid
Rekord	:	8:27,9	Gleu, Lothar	62	MTV Soltau	1980
9:38,68		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Verden	27.04.
5000 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	16:49,9	Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheid
Rekord	:	15:07,3	Gleu, Lothar	62	MTV Soltau	1981
17:35,1		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Unterlüß	16.10.
10.000 m Lauf						
		Bestleist. 1995:	31:55,6	Gleu, Lothar	62	MTV Soltau
Rekord	:	31:55,6	Gleu, Lothar	62	MTV Soltau	1981
36:46,0		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Hitzacker	13.04.
15 km Lauf						
		Bestleist. 1995:	54:38	Bruns, Matthias	71	LGF/SVV Rethem
Rekord	:	54:38	Bruns, Matthias	71	LGF/SVV Rethem	1989
1:00:57		Kleiber, Martin	77	SG Bomlitz-Lönsheide	Bokel	06.10.
110 m Hürden 0.991m						
		Bestleist. 1995:	15,63	Hutecker, Bastian	76	SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord	:	14,0	Kratschmer, Guido	53	LAZ/TSV Dorfmark	1971
16,3	-0,1	Meinecke, Nadino	78	SV Viktoria Rethem	Soltau	04.05.
400 m Hürden 0.914m						
		Bestleist. 1995:	56,58	Hutecker, Bastian	76	SG Bomlitz-Lönsheide

Rekord	:	51,99	Hutecker, Jörn	70 LGF/SG Bomlitz-L.	1989
56,26			Meinecke, Nadino	78 SV Viktoria Rethem	Lehrte 08.06.
2000 m Hindernis	Bestleist. 1995:	6:36,7	Kleiber, Martin	77 SG Bomlitz-Lönsheid	
Rekord	:	5:53,10	Büch, Torsten	65 LGF/SG Bomlitz-L.	1983
6:40,97			Kleiber, Martin	77 SG Bomlitz-Lönsheid	Zeven 02.06.
4 x 400 m Staffel	Bestleist. 1995:	3:38,70		LG Fallingbostel	
Rekord	:	3:21,9		TV Jahn Schneverdingen	1982
3:37,30				LG Fallingbostel	Sulingen 16.05.
			Meinecke, N. 78; Kleiber, M. 77		
			Schoknecht, K. 78; Krueger, S. 79		
Olympische Staffel					
Rekord	:	3:30,0			1969
3:45,84				LG Fallingbostel	Lehrte 09.06.
			Kleiber, M. 77; Schoknecht, K. 78		
			Krueger, S. 79; Meinecke, N. 78		
Schweden-Staffel					
Rekord	:	1:58,5			1971
2:17,09				LG Fallingbostel	Vöhrum 24.08.
			Meinecke, N. 78; Krueger, S. 79		
			Kleiber, M. 77; Schoknecht, K. 78		
Hochsprung	Bestleist. 1995:	1,65	Kort, Thomas	76 SV Munster	
Rekord	:	2,12	Frost, Peter	51 LAZ Südheide	1970
1,92			Meinecke, Nadino	78 SV Viktoria Rethem	Oldendorf 19.05.
1,77			Bätje, Birger	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
1,68			Fricke, Andreas	78 MTV Schwarmstedt	Oldendorf 19.05.
1,68			Hansen, Jan-Henrik	78 MTV Schwarmstedt	Oldendorf 19.05.
1,62			Panning, Jens	77 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
Weitsprung	Bestleist. 1995:	5,96	Kort, Thomas	76 SV Munster	
Rekord	:	7,36	Schulz, Hans-Jürgen	50 LAZ/TSV Dorfmark	1969
6,34 +0,0			Fricke, Andreas	78 MTV Schwarmstedt	Soltau 04.05.
6,19 -0,7			Meinecke, Nadino	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
5,50 -0,6			Bätje, Birger	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
5,41 -0,5			Panning, Jens	77 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
Kugelstoss 6 kg	Bestleist. 1995:	10,99	Daser, Niklas	77 MTV Schwarmstedt	
Rekord	:	16,04	Kratschmer, Guido	53 LAZ/TSV Dorfmark	1971
12,27			Fricke, Andreas	78 MTV Schwarmstedt	Soltau 20.04.
10,77			Meinecke, Nadino	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
10,02			Bätje, Birger	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
9,95			Panning, Jens	77 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
8,52			Schoknecht, Kristian	78 SG Bomlitz-Lönsheid	Soltau 20.04.
Diskuswurf 1.75kg					
Rekord	:	44,76	Marsch, Fritz	51 LAZ/TSV Dorfmark	1969
24,38			Schoknecht, Kristian	78 SG Bomlitz-Lönsheid	Soltau 20.04.
22,40			Hansen, Jan-Henrik	78 MTV Schwarmstedt	Oldendorf 19.05.
Hammerwurf 6 kg					

Rekord	: 45,36	Jentsch, Jürgen	53 LAZ Südheide	1971
12,27		Fricke, Andreas	78 MTV Schwarmstedt	Soltau 20.04.
8,52		Schoknecht, Kristian	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
Speerwurf 800 g Bestleist. 1995: 45,76 Kort, Thomas 76 SV Munster				
Rekord	: 50,28	Thamm, Oliver	70 LGH/SV Munster	1989
34,44		Hansen, Jan-Henrik	78 MTV Schwarmstedt	Oldendorf 19.05.
26,30		Schoknecht, Kristian	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldenburg 03.07.
Fünfkampf Bestleist. 1995: 2.117 Hutecker, Bastian 76 SG Bomlitz-Lönshei				
Rekord	: 6.477h	Soik, Timo	73 LGF/MTV Schwarmstedt	1991
3.251		Meinecke, Nadino	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
		11,81(-0.1)-6,19(-0.7)-10,77-1,89-52,65		
2.683		Bätje, Birger	78 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
		12,43(+0.0)-5,50(-0.6)-10,02-1,77-56,39		
2.666		Panning, Jens	77 SV Viktoria Rethem	Zeven 14.09.
		12,02(+0.0)-5,41(-0.5)-9,95-1,62-55,15		

Anfang

Weibliche Jugend A

100 m Lauf	Bestleist. 1995: 12,81	Ehlermann, Katrin	77 MTV Soltau	
Rekord	: 12,22	Bull, Sabrina	70 LGF/TVJ Walsrode	1989
12,52 +0,0		Ehlermann, Katrin	77 MTV Soltau	Scheeßel 26.05.
12,81 +0,6		Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 17.08.
13,32 +0,4		Warnecke, Anne	78 MTV Soltau	Oldendorf 19.05.
14,0 -0,2		Brüning, Claudia	77 MTV Soltau	Soltau 04.05.
200 m Lauf Bestleist. 1995: 26,12 Ehlermann, Katrin 77 MTV Soltau				
Rekord	: 24,5	Nause, Martina	61 LGF/TVJ Walsrode	1980
25,52 +0,5		Ehlermann, Katrin	77 MTV Soltau	Lehrte 08.06.
25,72 +0,2		Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 01.06.
26,97 +1,0		Warnecke, Anne	78 MTV Soltau	Oldendorf 19.05.
27,30 +0,1		Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
30,46 *		Nagel, Silvia	77 SV Viktoria Rethem	Hannover 01.06.
400 m Lauf Bestleist. 1995: 59,04 Thimm, Annette 77 Hannover 96				
Rekord	: 56,7	Nause, Martina	61 LGF/TVJ Walsrode	1980
57,83		Thimm, Annette	77 Hannover 96	Oldendorf 19.05.
800 m Lauf Bestleist. 1995: 2:23,24 Thimm, Annette 77 Hannover 96				
Rekord	: 2:16,43	Veh, Claudia	76 MTV Soltau	1994
2:19,67		Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 02.06.
2:29,21		Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 02.06.
100 m Hürden 0.840m Bestleist. 1995: 14,49 Thimm, Annette 77 Hannover 96				
Rekord	: 14,39	Thimm, Annette	77 Hannover 96	1996
14,39 -0,6		Thimm, Annette	77 Hannover 96	Erfurt 06.07.
14,78 +1,6		Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 25.05.
14,98 +1,1		Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 02.06.
17,36 *		Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 02.06.
18,03 *		Nagel, Silvia	77 SV Viktoria Rethem	Hannover 02.06.
400 m Hürden 0.762m Bestleist. 1995: 61,32 Thimm, Annette 77 Hannover 96				

Rekord	:	57,48	Nause, Martina	61 LGF/TVJ Walsrode	1980
60,88			Thimm, Annette	77 Hannover 96	Scheeßel 26.05.
4 x 100 m Staffel Bestleist. 1995: 50,83 MTV Soltau					
Rekord	:	48,48	LG Fallingbostel		1988
50,41			LG Fallingbostel		Lehrte 08.06.
			Tams, B. 79; Thimm, A. 77		
			Annussek, A. 78; Duhme, G. 79		
4 x 400 m Staffel Bestleist. 1995: 4:01,11 LG Fallingbostel					
Rekord	:	3:56,78	LG Fallingbostel		1989
3:58,98			LG Fallingbostel		Köln 22.06.
			Thimm, A. 77; Annussek, A. 78		
			Tams, B. 79; Duhme, G. 79		
Olympische Staffel					
Rekord	:	4:17,77	LG Fallingbostel		1996
4:17,77			LG Fallingbostel		Lehrte 09.06.
			Annussek, A. 78; Duhme, G. 79		
			Tams, B. 79; Thimm, A. 77		
Hochsprung Bestleist. 1995: 1,54 Nagel, Silvia 77 SV Viktoria Rethem					
Rekord	:	1,76	Schlumbohm, Martina	62 MTV Soltau	1980
1,72			Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
1,56			Nagel, Silvia	77 SV Viktoria Rethem	Hannover 01.06.
1,48			Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 01.06.
Weitsprung Bestleist. 1995: 5,14 Ehlermann, Katrin 77 MTV Soltau					
Rekord	:	5,77	Eckert, Anne	62 MTV Soltau	1980
5,29 *			Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 02.06.
5,25 +1,0			Ehlermann, Katrin	77 MTV Soltau	Scheeßel 26.05.
4,75 *			Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 02.06.
4,27 +0,0			Warnecke, Anne	78 MTV Soltau	Soltau 04.05.
Kugelstoss 4 kg Bestleist. 1995: 11,69 Bauer, Kerstin 76 MTV Soltau					
Rekord	:	12,88	Coors, Iris	71 LGF/SG Bomlitz-L.	1990
9,70			Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
8,99			Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 01.06.
7,14			Nagel, Silvia	77 SV Viktoria Rethem	Hannover 01.06.
Speerwurf 600 g Bestleist. 1995: 42,34 Bauer, Kerstin 76 MTV Soltau					
Rekord	:	47,94	Coors, Iris	71 LGF/SG Bomlitz-L.	1989
30,18			Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
23,40			Thimm, Annette	77 Hannover 96	Soltau 20.04.
Vierkampf Bestleist. 1995: 2.721 Thimm, Annette 77 Hannover 96					
Rekord	:	2.931	Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	1996
2.931			Annussek, Andrea	78 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.

2.745			Thimm, Annette	77 Hannover 96	Hannover 01.06.
			14,86(+0.3)-1,48-8,99-25,72(+0.2)		
2.572			Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
			14,98(+1.1)-1,48-8,35-27,06(+0.2)		
2.163			Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
			17,36*-1,44-7,27-27,14*		
1.968			Nagel, Silvia	77 SV Viktoria Rethem	Hannover 01.06.
			18,03(+0.2)-1,56-7,14-30,46*		

Vierkampf
Mannschaft

Rekord : 12.379 LG Fallingbostel 1996
 12.379 LG Fallingbostel Hannover 01.06.
 Annussek, A. 78 -2.931; Thimm, A. 77 -2.745
 Duhme, G. 79 -2.572; Tams, B. 79 -2.163
 Nagel, S. 77 -1.968

Siebenkampf Bestleist. 1995: 4.355 Thimm, Annette 77 Hannover 96
 Rekord : 4.858 Coors, Iris 71 LGF/SG Bomlitz-L. 1989
 4.695 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide Hannover 01.06/
 --- 02.06.
 4.392 Thimm, Annette 77 Hannover 96 Hannover 01.06/
 14,86(+0.3)-1,48-8,99-25,72(+0.2) 02.06.
 4,75*-22,02-2:19,67
 3.901 Duhme, Gesa 79 SG Bomlitz-Lönsheide Hannover 01.06/
 14,98(+1.1)-1,48-8,35-27,06(+0.2) 02.06.
 4,96*-19,38-2:46,22

Siebenkampf
Mannschaft

Rekord : 12.988 LG Fallingbostel 1996
 12.988 LG Fallingbostel Hannover 01.06/
 Annussek, A. 78 -4.695; Thimm, A. 77 -4.392 02.06.
 Duhme, G. 79 -3.901

Anfang

Männliche Jugend B

100 m Lauf Bestleist. 1995: 11,3 Povel, Christian 79 MTV Soltau
 Rekord : 10,90 Meyer, Stefan 65 TV Jahn Schneverdingen 1982
 11,38 +0,3 Povel, Christian 79 MTV Soltau Scheeßel 26.05.
 11,55 +0,8 Rathje, Jens 79 MTV Soltau Oldendorf 19.05.
 11,80 +1,3 Krueger, Stefan 79 SG Bomlitz-Lönsheide Zeven 25.05.
 11,88 +0,8 Meinecke, Mario 79 MTV Soltau Oldendorf 19.05.
 12,13 +0,6 Renken, Klaus 79 SC Breloh Zeven 14.09.
 12,19 -0,4 Pav, Jan 80 MTV Schwarmstedt Zeven 14.09.
 12,31 -1,1 Zeuschner, Jan 79 MTV Soltau Soltau 28.09.
 12,3 +0,0 Kaiser, Christoph 79 SV Munster Soltau 04.05.

200 m Lauf Bestleist. 1995: 23,0 Povel, Christian 79 MTV Soltau
 Rekord : 22,45 Röcker, Ralf 64 TV Jahn Schneverdingen 1981
 22,76 -0,5 Povel, Christian 79 MTV Soltau Soltau 28.09.
 23,29 -0,3 Rathje, Jens 79 MTV Soltau Hannover 17.08.
 23,57 +1,5 Meinecke, Mario 79 MTV Soltau Vöhrum 24.08.
 23,97 +1,5 Krueger, Stefan 79 SG Bomlitz-Lönsheide Vöhrum 24.08.
 25,17 -0,5 Zeuschner, Jan 79 MTV Soltau Soltau 28.09.

300 m Lauf Bestleist. 1995: 36,75 Povel, Christian 79 MTV Soltau
 Rekord : 35,59 Povel, Christian 79 MTV Soltau 1996
 35,59 Povel, Christian 79 MTV Soltau Lehrte 09.06.
 37,0 Meinecke, Mario 79 MTV Soltau Osterholz-Sch. 18.06.
 37,70 Krueger, Stefan 79 SG Bomlitz-Lönsheide Zeven 25.05.
 38,62 Renken, Klaus 79 SC Breloh Zeven 14.09.
 39,6 Zeuschner, Jan 79 MTV Soltau Schneverdingen 26.06.

41,15	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Zeven 14.09.
800 m Lauf	Bestleist. 1995: 2:06,4	Meinecke, Nadino 78 SV Viktoria Rethem	
Rekord	: 1:57,34	Hoyer, Holger 68 LGF/TVJ Walsrode	1985
2:06,40	Meinecke, Mario	79 MTV Soltau	Scheeßel 26.05.
2:10,86	Kaiser, Christoph	79 SV Munster	Zeven 25.05.
2:25,6	Zeuschner, Jan	79 MTV Soltau	Soltau 04.05.
1500 m Lauf			
Rekord	: 4:05,8	Gleu, Lothar 62 MTV Soltau	1979
4:47,31	Kaiser, Christoph	79 SV Munster	Nienhagen 27.04.
110 m Hürden 0.914m	Bestleist. 1995: 16,70	Renken, Klaus 79 SC Breloh	
Rekord	: 14,3	Kratschmer, Guido 53 LAZ/TSV Dorfmark	1969
18,9 -0,1	Renken, Klaus	79 SC Breloh	Soltau 04.05.
19,5 -0,1	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Soltau 04.05.
300 m Hürden 0.840m	Bestleist. 1995: 41,5	Meinecke, Nadino 78 SV Viktoria Rethem	
Rekord	: 40,61	Röcker, Ralf 64 TV Jahn Schneverdingen	1979
40,9	Meinecke, Mario	79 MTV Soltau	Lüneburg 12.06.
4 x 100 m Staffel	Bestleist. 1995: 48,3	LG Fallingbostel	
Rekord	: 44,60	MTV Soltau	1996
44,60	Meinecke, M. 79; Povel, C. 79 Rathje, J. 79; Zeuschner, J. 79		Erfurt 05.07.
Hochsprung	Bestleist. 1995: 1,86	Renken, Klaus 79 SC Breloh	
Rekord	: 2,09	Schrader, Dirk 65 MTV Soltau	1982
1,84	Renken, Klaus	79 SC Breloh	Zeven 14.09.
1,64	Krueger, Stefan	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 14.09.
1,56	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Zeven 14.09.
Stabhochsprung			
Rekord	: 4,31	Erxmeyer, Jeffrey 59 LG Fallingbostel	1975
2,55	Kaiser, Christoph	79 SV Munster	Munster 13.09.
Weitsprung	Bestleist. 1995: 6,22	Rathje, Jens 79 MTV Soltau	
Rekord	: 7,27	Kratschmer, Guido 53 LAZ/TSV Dorfmark	1969
6,64 +0,3	Rathje, Jens	79 MTV Soltau	Lehrte 08.06.
6,19 +0,2	Krueger, Stefan	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 14.09.
6,02 -0,4	Renken, Klaus	79 SC Breloh	Zeven 14.09.
5,48 -0,6	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Nienhagen 27.04.
Dreisprung	Bestleist. 1995: 12,92	Rathje, Jens 79 MTV Soltau	
Rekord	: 14,03	Kratschmer, Guido 53 LAZ/TSV Dorfmark	1969
12,45 +0,5	Rathje, Jens	79 MTV Soltau	Lehrte 09.06.
Kugelstoss 5 kg	Bestleist. 1995: 13,45	Fricke, Andreas 78 MTV Schwarmstedt	
Rekord	: 15,60	Scheel, Johannes 61 MTV Soltau	1977
12,74	Rathje, Jens	79 MTV Soltau	Soltau 20.04.
12,08	Renken, Klaus	79 SC Breloh	Zeven 14.09.
11,18	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Zeven 14.09.

10,93	Krueger, Stefan	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Verden 27.04.
Diskuswurf 1.5 kg Bestleist. 1995: 31,56 Rathje, Jens 79 MTV Soltau			
Rekord	: 44,10 Soik, Timo	73 LGF/MTV Schwarmstedt	1990
29,38	Krueger, Stefan	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
28,34	Rathje, Jens	79 MTV Soltau	Soltau 20.04.
28,08	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Soltau 20.04.
Hammerwurf 5 kg			
Rekord	: 42,66 Richert, Armin	63 MTV Soltau	1979
36,96	Haumann, Lutz	81 SV Munster	Zeven 25.05.
21,64	Kaiser, Christoph	79 SV Munster	Munster 03.10.
Speerwurf 700 g Bestleist. 1995: 56,30 Fricke, Andreas 78 MTV Schwarmstedt			
Rekord	: 61,34 Mayer, Stefan	64 MTV Soltau	1980
39,32	Krueger, Stefan	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
34,22	Renken, Klaus	79 SC Breloh	Soltau 28.09.
29,20	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Soltau 20.04.
Fünfkampf Bestleist. 1995: 3.091 Renken, Klaus 79 SC Breloh			
Rekord	: 3.587 Soik, Timo	73 LGF/MTV Schwarmstedt	1990
3.154	Renken, Klaus	79 SC Breloh	Zeven 14.09.
	12,13(+0.6)-6,02(-0.4)-12,08-1,84-38,62		
3.020	Krueger, Stefan	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 14.09.
	11,94(-0.4)-6,19(+0.2)-10,89-1,64-38,12		
2.578	Pav, Jan	80 MTV Schwarmstedt	Zeven 14.09.
	12,19(-0.4)-5,31(-0.6)-11,18-1,56-41,15		

Anfang

Weibliche Jugend B

100 m Lauf Bestleist. 1995: 13,09 Warnecke, Anne 78 MTV Soltau			
Rekord	: 12,3 Dehning, Ute	48 TSV Dorfmark	1965
	12,3 Nause, Martina	61 LGK Fallingbostel	1977
12,84 +0,3	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Scheeßel 26.05.
13,29 -1,8	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Braunschweig 28.04.
13,95 +0,0	Queck, Sandra	80 TV Jahn Schneverdingen	Oldendorf 19.05.
14,19 -0,6	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
14,3 -0,2	Brüggemann, Corinna	80 MTV Bispingen	Soltau 04.05.
14,67 -0,1	Möhrmann, Katja	79 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
14,82 -0,6	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
15,52 -1,7	Nohr, Julia	80 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
200 m Lauf Bestleist. 1995: 26,5 Warnecke, Anne 78 MTV Soltau			
Rekord	: 25,3 Nause, Martina	61 LGK Fallingbostel	1977
27,06 +0,2	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
27,14 *	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
300 m Lauf Bestleist. 1995: 45,49 Tams, Britta 79 SG Bomlitz-Lönsheide			
Rekord	: 42,44 Thimm, Annette	77 LGF/TVJ Walsrode	1994
43,19	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Oldendorf 19.05.
44,4	Queck, Sandra	80 TV Jahn Schneverdingen	Schneverdingen 26.06.
48,9	Brüggemann, Corinna	80 MTV Bispingen	Schneverdingen 26.06.
800 m Lauf Bestleist. 1995: 2:35,58 Tams, Britta 79 SG Bomlitz-Lönsheide			

Rekord : 2:16,24 Albustin, Michaela 72 LGH/MTV Soltau 1988

2:29,91	Queck, Sandra	80 TV Jahn Schneverdingen	Lehrte 09.06.
2:41,76	Neuhoff, Sina	79 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
2:42,86	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 15.09.
2:44,67	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 15.09.
2:46,22	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 02.06.
2:48,90	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 15.09.
2:51,0	Brüggemann, Corinna	80 MTV Bisingen	Soltau 04.05.
3:00,25	Nohr, Julia	80 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.

100 m Hürden 0.762m Bestleist. 1995: 14,74 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 14,22 Thimm, Annette 77 LGF/TVJ Walsrode 1994

14,44 +0,0	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Lehrte 09.06.
15,5 +0,0	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 04.05.
18,27 -0,5	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
19,83 -1,0	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.

300 m Hürden 0.762m Bestleist. 1995: 45,97 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 43,6 Thimm, Annette 77 LGF/TVJ Walsrode 1994

46,39	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Lehrte 08.06.
48,4	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Lüneburg 12.06.
50,24	Queck, Sandra	80 TV Jahn Schneverdingen	Scheeßel 26.05.

4 x 100 m Staffel

Rekord : 49,6 MTV Soltau 1978

54,48	TV Jahn Schneverdingen I	Hemmoor 04.06.
	Riebesehl, S. 81; Gevers, S. 81	
	Queck, S. 80; Mertsch, J. 80	

3 x 800 m Staffel

Rekord : 7:12,9 LG Heide 1989

8:08,38	LG Heide	Osterholz-Sch. 21.04.
	Brüggemann, C. 80; Riebesehl, S. 81	
	Queck, S. 80	

Hochsprung Bestleist. 1995: 1,82 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 1,82 Annussek, Andrea 78 LGF/SG Bomlitz-L. 1995

1,48	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 01.06.
1,45	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 04.05.
1,45	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
1,44	Mertsch, Janine	80 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
1,36	Neuhoff, Sina	79 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
1,25	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
1,24	Nohr, Julia	80 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.

Weitsprung Bestleist. 1995: 5,27 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 5,96 Fuhrmann, Birgit 62 MTV Soltau 1979

4,96 *	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Hannover 02.06.
4,91 -1,2	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 15.09.
4,63 -0,2	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 15.09.
4,47 +0,0	Queck, Sandra	80 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 04.05.
4,26 -1,3	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 15.09.
4,21	Möhrmann, Katja	79 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
3,97 +0,0	Neuhoff, Sina	79 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 04.05.

Kugelstoss 4 kg Bestleist. 1995: 9,49 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide
Rekord : 12,22 Coors, Iris 71 LGF/SG Bomlitz-L. 1987

9,12	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
------	-------------	-------------------------	---------------

8,79	Rawers, Yasmin	79 SV Munster	Soltau 20.04.
8,15	Wendeborn, Barbara	80 SV Munster	Soltau 20.04.
7,79	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
7,36	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
6,95	Mertsch, Janine	80 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
6,70	Möhrmann, Katja	79 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
6,18	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.

Diskuswurf 1 kg Bestleist. 1995: 25,22 Hennig, Corinna 79 TV Jahn Schneverdingen
 Rekord : 37,14 Fuhrmann, Birgit 62 MTV Soltau 1979

22,34	Rawers, Yasmin	79 SV Munster	Soltau 20.04.
20,86	Neuhoff, Sina	79 TV Jahn Schneverdingen	Soltau 20.04.
18,82	Brüggemann, Corinna	80 MTV Bispingen	Soltau 20.04.
18,30	Wendeborn, Barbara	80 SV Munster	Soltau 20.04.

Speerwurf 600 g Bestleist. 1995: 29,54 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheide
 Rekord : 48,60 Coors, Iris 71 LGF/SG Bomlitz-L. 1988

35,54	Wagner, Michaela	81 SV Munster	Scheeßel 26.05.
24,32	Neuhoff, Sina	79 TV Jahn Schneverdingen	Hemmoor 04.06.
23,52	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 15.09.
23,28	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 15.09.
19,86	Duhme, Gesa	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Soltau 20.04.
18,18	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 15.09.

Vierkampf Bestleist. 1995: 2.965 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheid
 Rekord : 2.965 Annussek, Andrea 78 LGF/SG Bomlitz-L. 1995

2.286	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 14.09.
	16,26(-0.5)-1,41-7,57-13,36(-0.4)		
1.740	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
	19,83(-1.0)-1,45-6,18-14,19(-0.6)		
1.660	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09.
	18,27(-0.5)-1,25-7,36-14,82(-0.6)		

Siebenkampf Bestleist. 1995: 4.662 Annussek, Andrea 78 SG Bomlitz-Lönsheid
 Rekord : 4.662 Annussek, Andrea 78 LGF/SG Bomlitz-L. 1995

3.696	Tams, Britta	79 SG Bomlitz-Lönsheide	Zeven 14.09/ 15.09.
	16,26(-0.5)-1,41-7,57-13,36(-0.4)		
	4,91(-1.2)-23,52-2:44,67		
2.997	Nebel, Alexandra	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09/ 15.09.
	19,83(-1.0)-1,45-6,18-14,19(-0.6)		
	4,63(-0.2)-18,18-2:42,86		
2.854	Czesnik, Hanna	80 TV Jahn Walsrode	Zeven 14.09/ 15.09.
	18,27(-0.5)-1,25-7,36-14,82(-0.6)		
	4,26(-1.3)-23,28-2:48,90		

Siebenkampf Mannschaft Bestleist. 1995: 11.870 LG Fallingbostel
 Rekord : 11.870 LG Fallingbostel 1995

9.547	LG Fallingbostel	Zeven 14.09/ 15.09.
	Tams, B. 79 -3.696; Nebel, A. 80 -2.997	
	Czesnik, H. 80 -2.854	

Anfang