

Erfolge bei Meisterschaften

Stand 20.08.2025

Deutsche Meisterschaften 2025

Senioren M40

100-km-Lauf	4'. Philipp Thiede	1983 IGAS Wendland	8:44:53 KR
24-Stundenlauf	4. Philipp Thiede	1983 IGAS Wendland	180,104

Niedersachsen-Meisterschaften 2025

Männliche Jugend M14

100 m	3. Louis Brandt	2011 MTV Dannenberg	12,41 (-1,1)
Crosslauf 2,42 km	4. Georg Thiergärtner	2011 SV Elbufer	08:54 min
Weitsprung	4. Louis Brandt	2011 MTV Dannenberg	5,47 (+0,7)

Weibliche Jugend W14

800 m	15. Teresa Dennhof	2011 SV Gartow	02:39,56
7-Kampf	15. Mara Schulz	2011 TSV Schnega	3056
4-Kampf	24. Mara Schulz	2011 TSV Schnega	1785
3-Kampf	25. Mara Schulz	2011 TSV Schnega	1341

Weibliche Jugend W15

3000 m Halle	8. Jana Mieth	2010 TSV Hitzacker	13:09,48 min
Crosslauf 2,42 km	7.' Jana Mieth	2010 TSV Hitzacker	10:32 min

Bezirksmeisterschaften 2025

Männer

5-km-Straße	1. Jakob Boick	1998 IGAS Wendland	23:41
Zehnkampf	4. Frederik Rehbeck	2004 MTV Dannenberg	2638

Frauen

5-km-Straße	2. Johanna Premke	2002 SC Lüchow	23:18
Diskuswerfen 1kg	2. Sophie Mantey	2001 MTV Dannenberg	23,43
Kugelstoßen 4kg	6. Sophie Mantey	2001 MTV Dannenberg	7,53

Männliche Jugend U18

Speerwerfen 700 g	1. Laurin Steep	2009 MTV Dannenberg	44,93
Kugelstoßen 5kg	2. Laurin Steep	2009 MTV Dannenberg	12,23
Diskuswerfen 1,5kg	3. Laurin Steep	2009 MTV Dannenberg	30,2

Männliche Jugend M14

Weitsprung	1. Louis Brandt	2011 MTV Dannenberg	5,4
100 m	2. Louis Brandt	2011 MTV Dannenberg	12,51
Dreikampf	2. Louis Brandt	2011 MTV Dannenberg	1452
Vierkampf	5. Louis Brandt	2011 MTV Dannenberg	1858

Männliche Jugend M13

Speerwerfen 400 g	1. Johann Martin Lange	2012 MTV Dannenberg	28,65
-------------------	------------------------	---------------------	-------

Hochsprung	2. Johann Martin Lange	2012 MTV Dannenberg	1,33
Weitsprung	3. Johann Martin Lange	2012 MTV Dannenberg	4,34
Dreikampf	3. Johann Martin Lange	2012 MTV Dannenberg	1175
Vierkampf	3. Johann Martin Lange	2012 MTV Dannenberg	1570
Kugelstoßen 3 kg	4. Johann Martin Lange	2012 MTV Dannenberg	7,49

Senioren M35

5-km-Straße	2. Christian Franke-Ziemer	1986 IGAS Wendland	22:33
-------------	----------------------------	--------------------	-------

Senioren M40

5-km-Straße	1. Eike Winkler	1981 SC Lüchow	22:20
5-km-Straße	2. Timo Grote	1984 IGAS Wendland	23:08

Senioren M45

5-km-Straße	2. Andre Krüger	1978 TSV Bösel	23:03
5-km-Straße	3. Lars Schramm	1979 IGAS Wendland	23:09

Senioren M50

5-km-Straße	2. Markus Henze	1974 IGAS Wendland	21:44
-------------	-----------------	--------------------	-------

Senioren M55

5-km-Straße	3. Gero Schilling	1967 MTV Dannenberg	24:26
5-km-Straße	4. Christian Mieth	1968 TSV Hitzacker	25:57

Senioren M60

5-km-Straße	1. Jürgen Schwarz	1962 SC Lüchow	21:54
5000 m	1. Jürgen Schwarz	1962 SC Lüchow	21:48,84
3000 m	2. Jürgen Schwarz	1962 SC Lüchow	12:24,94

Senioren M65

5-km-Straße	2. Rudolf Behn	1957 TSV Hitzacker	30:02
-------------	----------------	--------------------	-------

Weibliche Jugend U20

5-km-Straße	2. Anna Schaeper	2007 SC Lüchow	27:12
-------------	------------------	----------------	-------

Weibliche Jugend U18

5-km-Straße	1. Jana Mieth	2010 TSV Hitzacker	22:42
5-km-Straße	3. Marie Schneider	2008 MTV Dannenberg	28:43

Weibliche Jugend W15

1500 m	1. Jana Mieth	2010 TSV Hitzacker	05:48,33
Crosslauf	2. Jana Mieth	2010 TSV Hitzacker	18:27
Speerwerfen 500 g	3. Mara Schulz	2010 TSV Schnega	28,11
Block Sprung	4. Mara Schulz	2010 TSV Schnega	2364
Kugelstoßen 3 kg	8. Lisa Celine Sieveritt	2010 MTV Dannenberg	6,28
Hochsprung	9. Mara Schulz	2010 TSV Schnega	1,30
Hochsprung	11. Lisa Celine Sieveritt	2010 MTV Dannenberg	1,30
Weitsprung	12. Mara Schulz	2010 TSV Schnega	4,29

Weibliche Jugend W14

800 m	4. Teresa Dennhof	2011 SV Gartow	2:37,61
Dreikampf	5. Isaleah Gehring	2011 MTV Dannenberg	1098
Vierkampf	5. Isaleah Gehring	2011 MTV Dannenberg	1413
Weitsprung	8. Isaleah Gehring	2011 MTV Dannenberg	3,70

Weibliche Jugend W13

Dreikampf	7. Luise Muriel Schulz	2012 MTV Dannenberg	1147
Vierkampf	8. Luise Muriel Schulz	2012 MTV Dannenberg	1449

Weibliche Jugend W12

Dreikampf	1. Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	1317
800 m	2. Merle Langer	2013	SV Gartow	2:45,87
Weitsprung	3. Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	4,28
75 m	4. Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	10,75
Vierkampf	6. Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	1646

Seniorinnen W30

5-km-Straße	2. Theresa Stannek	1992	SC Lüchow	32:03
-------------	--------------------	------	-----------	-------

Seniorinnen W35

5-km-Straße	1. Julia Tebel	1986	SV Lemgow/Dangenstorf	30:36
-------------	----------------	------	-----------------------	-------

Seniorinnen W60

5-km-Straße	1. Cornelia von der Gablentz	1961	SV Gartow	33:00
-------------	------------------------------	------	-----------	-------

Seniorinnen W65

5-km-Straße	1. Petra Haacke	1960	SC Lüchow	34:04
-------------	-----------------	------	-----------	-------

Kreismeister/innen und Kreisbeste 2025

Männer

100 m	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	12,56 s
200 m	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	26,56 s
400 m	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	65,05 s
1500 m	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	5:50,48 min
5-km-Straße	Florian Hirschfeldt	2004	TSV Schnega	24:05 min
Crosslauf 6,48 km	Tom Kohls	2002	VfL Langendorf	33:28 min
Weitsprung	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	5,40 m
Hochsprung	Frederik Rehbeck	2004	MTV Dannenberg	1,58 m
Kugelstoßen 7,26 kg	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	7,61 m
Diskuswerfen 2 kg	Dominik Schumann	1998	SC Lüchow	21,70 m
Speerwerfen 800 g	Maximilian Fröhlich	2004	SC Lüchow	30,58 m

Männliche Jugend U20

100 m	Fynn Luck	2006	SC Lüchow	12,22 s
200 m	Fynn Luck	2006	SC Lüchow	25,19 s
400 m	Johann Bergdoldt	2007	SC Lüchow	62,93 s
1500 m	Fynn Luck	2006	SC Lüchow	5:52,86 min
5000 m	Dyas Sadeg	2006	SC Lüchow	22:58,12 min
5-km-Straße	Fynn Luck	2006	SC Lüchow	22:40 min
Crosslauf 6,48 km	Fynn, Luck	2006	SC Lüchow	29:02 min
Weitsprung	Johann Bergdoldt	2007	SC Lüchow	5,30 m
Hochsprung	Fynn Luck	2006	SC Lüchow	1,58 m
Kugelstoßen 6 kg	Johann Bergdoldt	2007	SC Lüchow	9,46 m
Diskuswerfen 1,75 kg	Johann Bergdoldt	2007	SC Lüchow	24,42 m
Speerwerfen 800 g	Johann Bergdoldt	2007	SC Lüchow	24,45 m

Männliche Jugend U18

100 m	Anton Dennhof	2008	SV Gartow	13,65 s
200 m	Laurin Steep	2009	MTV Dannenberg	25,85 s
1500 m	Laurin Steep	2009	MTV Dannenberg	6:22,47 min
5-km-Straße	Micha Schulze	2008	TSV Schnega	19:58 min
Weitsprung	Anton Dennhof	2008	SV Gartow	4,13 m
Diskuswerfen 1,5kg	Laurin Steep	2009	MTV Dannenberg	28,88 m
Speerwerfen 700 g	Laurin Steep	2009	MTV Dannenberg	43,38 m

Männliche Jugend M15

100 m	Leon Nack	2010	MTV Dannenberg	13,59 s
800 m	Elias Selch	2010	SC Lüchow	2:46,73 min
Crosslauf 4,32 km	Fritz Wolfrath	2010	SC Lüchow	18:27 min
Weitsprung	Elias Selch	2010	SC Lüchow	4,58 m

Hochsprung	Fritz Wolfrath	2010	SC Lüchow	1,50 m
Kugelstoßen 4kg	Leon Nack	2010	MTV Dannenberg	9,32 m

Männliche Jugend M14

100 m	Louis Brandt	2011	MTV Dannenberg	12,32 s
300 m	Emil Hagedorn	2011	SV Elbufer	46,23 s
800 m	Georg Thiergärtner	2011	SV Elbufer	2:39,30 min
Crosslauf 4,32 km	Georg Thiergärtner	2011	SV Elbufer	18:22 min
Weitsprung	Louis Brandt	2011	MTV Dannenberg	5,10 m
Hochsprung	Emil Hagedorn	2011	SV Elbufer	1,46 m
Kugelstoßen 4kg	Louis Brandt	2011	MTV Dannenberg	8,74 m
Vierkampf	Louis Brandt	2011	MTV Dannenberg	1778

Männliche Jugend M13

75 m	Johann Martin Lange	2012	MTV Dannenberg	10,75 s
800 m	Johann Martin Lange	2012	MTV Dannenberg	2:52,02 min
Crosslauf 2,16 km	Anton Thiergärtner	2012	SV Elbufer	09:41 min
Weitsprung	Johann Martin Lange	2012	MTV Dannenberg	3,98 m
Hochsprung	Johann Martin Lange	2012	MTV Dannenberg	1,30 m
Kugelstoßen 3 kg	Johann Martin Lange	2012	MTV Dannenberg	7,11 m
Vierkampf	Johann Martin Lange	2012	MTV Dannenberg	1557

Männliche Kinder M11

50 m	Mattis Schreiber	2014	MTV Dannenberg	8,55 s
800 m	Mattis Schreiber	2014	MTV Dannenberg	3:03,25 min
Crosslauf 1,43 km	Mattis Schreiber	2014	MTV Dannenberg	06:08 min
Weitsprung	Mattis Schreiber	2014	MTV Dannenberg	3,52 m
Hochsprung	Mattis Schreiber	2014	MTV Dannenberg	1,01 m
Dreikampf	Mattis Schreiber	2014	MTV Dannenberg	1010

Männliche Kinder M10

50 m	Cornelius Hartz	2015	MTV Dannenberg	8,94 s
800 m	Merlin Host	2015	TSV Hitzacker	3:10,67 min
Crosslauf 1,43 km	Merlin Host	2015	TSV Hitzacker	06:12 min
5-km-Straße	Johann Bornemann	2015	TSV Schnega	25:43 min
Weitsprung	Cornelius Hartz	2015	MTV Dannenberg	3,15 m
Hochsprung	Cornelius Hartz	2015	MTV Dannenberg	0,85 m
Dreikampf	Juri Kipping	2015	TSV Hitzacker	867

Männliche Kinder M9

800 m	Mika Henze	2016	SC Lüchow	2:58,37 min
Crosslauf 860 m	Wilko Schreiber	2016	MTV Dannenberg	03:19 min
Dreikampf	Wieland Hintzpeter	2016	SV Gartow	797

Männliche Kinder M8

800 m	Mats Fietje Hill	2017	MTV Dannenberg	3:45,43 min
Crosslauf 860 m	Mats Fietje Hill	2017	MTV Dannenberg	03:42 min
Dreikampf	Mats Süzer	2017	SC Lüchow	483

Männliche Kinder U10

Crosslauf Mannschaft	SV Gartow			11:49 min
	Kruppa, Henri 2016; Poeck, Jakob 2016; von der Gablentz, Lukas 2017			

Männliche Kinder M7

400 m	Jona Harenberg	2018	SC Lüchow	94,63 s
Crosslauf 700 m	Jona Harenberg	2018	SC Lüchow	03:20 min
Dreikampf	Jona Harenberg	2018	SC Lüchow	619

Männliche Kinder M6

400 m	Emil Erstling	2019	MTV Dannenberg	115,63 s
Dreikampf	Emil Erstling	2019	MTV Dannenberg	245

Senioren M30

1500 m	Lasse Harmuth	1994	Clenze	8:04,42 min
5000 m	Brahim Douini	1993	SV Gartow	20:44,49 min
5-km-Straße	Eike, Schulz	1991	TuS Lieve	18:55 min
10-km-Straße	Lasse Harmuth	1994	Clenze	01:01:21 h
Crosslauf 6,48 km	Brahim Douini	1993	SV Gartow	27:54 min

Senioren M35

5000 m	Dennis Scheppmann	1986	SC Lüchow	19:59,49 min
5-km-Straße	Christian Franke-Ziemer	1986	IGAS Wendland	23:09 min
10-km-Straße	Dennis Scheppmann	1986	SC Lüchow	42:47 min

Senioren M40

5000 m	Philipp Thiede	1983	IGAS Wendland	18:32,10 min
5-km-Straße	Philipp Thiede	1983	IGAS Wendland	18:38 min
10-km-Straße	Philipp Thiede	1983	IGAS Wendland	38:40 min
Crosslauf 6,48 km	Christian Lunau	1983	IGAS Wendland	27:58 min

Senioren M45

5-km-Straße	Lars Schramm	1979	IGAS Wendland	23:44 min
10-km-Straße	Lars Schramm	1979	IGAS Wendland	59:06 min
Crosslauf 6,48 km	Volker Wolfrath	1978	SC Lüchow	29:27 min

Senioren M50

100 m	Thomas Butzek	1975	MTV Dannenberg	14,36 s
1500 m	Marcus Henze	1974	IGAS Wendland	5:10,05 min
5000 m	Michael Reinhardt	1974	IGAS Wendland	23:45,88 min
5-km-Straße	Marcus Henze	1974	IGAS Wendland	19:59 min
10-km-Straße	Marcus Henze	1974	IGAS Wendland	45:30 min
Weitsprung	Thomas Butzek	1975	MTV Dannenberg	4,75 m
Hochsprung	Thomas Butzek	1975	MTV Dannenberg	1,58 m
Kugelstoßen 6 kg	Thomas Butzek	1975	MTV Dannenberg	9,71 m

Senioren M55

1500 m	Christian Mieth	1968	TSV Hitzacker	7:23,09 min
5000 m	Dietrich Plorin	1969	Wustrow	26:35,85 min
5-km-Straße	Jochen Neumann	1970	IGAS Wendland	30:54 min
Crosslauf 6,48 km	Gero Schilling	1967	MTV Dannenberg	31:10 min

Senioren M60

5000 m	Jürgen Schwarz	1962	SC Lüchow	22:30,70 min
5-km-Straße	Jürgen Schwarz	1962	SC Lüchow	21:53 min
10-km-Straße	Jürgen Schwarz	1962	SC Lüchow	47:00 min
Crosslauf 6,48 km	Jürgen Schwarz	1962	SC Lüchow	29:16 min

Senioren M65

5000 m	Rudi Lang	1958	IGAS Wendland	22:50,50 min
5-km-Straße	Rudi Lang	1958	IGAS Wendland	22:42 min
10-km-Straße	Rudi Lang	1958	IGAS Wendland	48:05 min
Crosslauf 6,48 km	Rudi Lang	1958	IGAS Wendland	31:42 min

Senioren M85

1500 m	Dr.Dieter Dolif	1939	IGAS Wendland	8:58,23 min
5000 m	Dr.Dieter Dolif	1939	IGAS Wendland	33:12,93 min
10-km-Straße	Dr.Dieter Dolif	1939	IGAS Wendland	01:08:13 h
Crosslauf 6,48 km	Dr.Dieter Dolif	1939	IGAS Wendland	43:07 min

Mannschaft

5-km-Straße	IGAS Wendland			1:01:19 h
	Philipp Thiede 1983 , Markus Henze 1974 , Rudi Lang 1958			

Frauen

1500 m	Franziska Erstling	1986	SC Lüchow	5:53,48 min
5000 m	Linn Härtel	2001	SV Lemgow/Dangenstorf	22:06,44 min

5-km-Straße	Linn Härtel	2001	SV Lemgow/Dangenstorf	22:06 min
10-km-Straße	Linn Härtel	2001	SV Lemgow/Dangenstorf	45:45 min
Crosslauf 4,32 km	Linn Härtel	2001	SV Lemgow/Dangenstorf	19:47 min
Weibliche Jugend U20				
100 m	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	13,78 s
200 m	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	29,28 s
400 m	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	70,42 s
1500 m	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	6:26,19 min
5-km-Straße	Hannah Schulze	2006	TSV Schnega	24:22 min
Weitsprung	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	4,71 m
Hochsprung	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	1,38 m
Kugelstoßen 4kg	Sarai Mugomba	2007	MTV Dannenberg	8,26 m
Weibliche Jugend U18				
100 m	Leyla Kilic	2009	TSV Schnega	15,17 s
5-km-Straße	Ida Schalon	2009	TSV Schnega	41:24 min
Kugelstoßen 3 kg	Leyla Kilic	2009	TSV Schnega	6,37 m
Diskuswerfen 1 kg	Leyla Kilic	2009	TSV Schnega	19,35 m
Speerwerfen 500 g	Leyla Kilic	2009	TSV Schnega	20,92 m
Weibliche Jugend W15				
100 m	Mara Schulz	2010	TSV Schnega	14,59 s
300 m	Lisa Celine Sieveritt	2010	MTV Dannenberg	58,40 s
800 m	Jana Mieth	2010	TSV Hitzacker	2:50,60 min
Crosslauf 2,16 km	Jana Mieth	2010	TSV Hitzacker	09:00 min
Weitsprung	Mara Schulz	2010	TSV Schnega	4,39 m
Hochsprung	Mara Schulz	2010	TSV Schnega	1,38 m
Kugelstoßen 3 kg	Mara Schulz	2010	TSV Schnega	8,61 m
Vierkampf	Mara Schulz	2010	TSV Schnega	1773
Weibliche Jugend W14				
100 m	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	14,06 s
300 m	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	49,61 s
800 m	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	2:44,11 min
Crosslauf 2,16 km	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	09:14 min
Weitsprung	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	4,16 m
Hochsprung	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	1,30 m
Kugelstoßen 3 kg	Isaleah Gehring	2011	MTV Dannenberg	5,08 m
Vierkampf	Teresa Dennhof	2011	SV Gartow	1627
Weibliche Jugend W13				
75 m	Luise Muriel Schulz	2012	MTV Dannenberg	11,10 s
800 m	Luise Muriel Schulz	2012	MTV Dannenberg	3:13,93 min
Crosslauf 2,16 km	Mathilda Baak-Mirow	2012	MTV Dannenberg	10:16 min
Weitsprung	Laura Sophie Wenzlaff	2012	SC Lüchow	3,89 m
Hochsprung	Luise Muriel Schulz	2012	MTV Dannenberg	1,30 m
Kugelstoßen 3 kg	Laura Sophie Wenzlaff	2012	SC Lüchow	7,74 m
Diskuswerfen 0,75 kg	Laura Sophie Wenzlaff	2012	SC Lüchow	18,31 m
Vierkampf	Laura Sophie Wenzlaff	2012	SC Lüchow	1249
Weibliche Jugend W12				
75 m	Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	10,88 s
800 m	Emma Meyer	2013	MTV Dannenberg	3:14,65 min
Crosslauf 2,16 km	Merle Langer	2013	SV Gartow	09:18 min
Crosslauf Mannschaft	SC Lüchow			40:24 min
	Stank, Rebecca 2013; Schulze, Karlotta 2013; Ringel Lilli 2013			
Weitsprung	Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	3,86 m
Hochsprung	Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	1,14 m
Kugelstoßen 3 kg	Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	5,21 m
Vierkampf	Mia Sole Hill	2013	MTV Dannenberg	1657
Weibliche Kinder W11				

50 m	Emilia Brandt	2014	MTV Dannenberg	8,33 s
800 m	Luisa Webs	2014	MTV Dannenberg	3:05,88 min
5-km-Straße	Frieda Alice Borstel	2014	TSV Schnega	34:06 min
Crosslauf 1,43 km	Matab Rashid Adam	2014	SC Lüchow	06:04 min
Crosslauf Mannschaft	SC Lüchow I			19:30 min
	Adam, Matab Rashid 2014; Selch, Lucy 2014; Hoppe, Anna 2014			
Weitsprung	Emilia Brandt	2014	MTV Dannenberg	3,40 m
Hochsprung	Emilia Brandt	2014	MTV Dannenberg	1,13 m
Dreikampf	Emilia Brandt	2014	MTV Dannenberg	1075

Weibliche Kinder W10

50 m	Lotta Preuß	2015	SC Lüchow	8,48 s
800 m	Daryna Nahorna	2015	SV Gartow	3:14,55 min
5-km-Straße	Daryna Nahorna	2015	SV Gartow	24:24 min
Crosslauf 1,43 km	Greta Luck	2015	IGAS Wendland	06:59 min
Weitsprung	Lotta Preuß	2015	SC Lüchow	1,13 m
Hochsprung	Lotta Preuß	2015	SC Lüchow	3,45 m
Dreikampf	Daryna Nahorna	2015	SV Gartow	1011

Weibliche Kinder W9

800 m	Julia Meyer	2016	MTV Dannenberg	3:29,76 min
Crosslauf 860 m	Mona Andree	2016	TSV Hitzacker	03:32 min
Crosslauf Mannschaft	SC Lüchow			11:41 min
	Ringel, Juna 2016; Harenberg, Greta 2016; ten Wolde, Elenia 2016			
Dreikampf	Greta Harenberg	2016	SC Lüchow	859

Weibliche Kinder W8

800 m	Maya Engeln	2017	SC Lüchow	4:21,30 min
Crosslauf 860 m	Bente Rößler	2017	SC Lüchow	04:09 min
Dreikampf	Lea Voigt	2017	TSV Hitzacker	614

Weibliche Kinder W7

400 m	Layla Riedlewski	2018	SC Lüchow	103,81 s
Crosslauf 700 m	Leni Wegner	2018	MTV Dannenberg	03:31 min
Dreikampf	Pia Koopmann	2018	MTV Dannenberg	499

Weibliche Kinder W6

Dreikampf	Marie Henning	2019	MTV Dannenberg	164
-----------	---------------	------	----------------	-----

Seniorinnen W35

5-km-Straße	Franziska Erstling	1986	SC Lüchow	23:10 min
Crosslauf 4,32 km	Sandra Hieke	1989	MTV Dannenberg	24:31 min

Seniorinnen W40

5000 m	Janneke Vock	1981	IGAS Wendland	24:44,57 min
5-km-Straße	Janneke Vock	1981	IGAS Wendland	24:29 min
10-km-Straße	Monique Otte	1983	IGAS Wendland	49:50 min
Crosslauf 4,32 km	Janneke Vock	1981	IGAS Wendland	22:44 min

Seniorinnen W45

5-km-Straße	Sonja Röhlke	1976	IGAS Wendland	20:12 min
Crosslauf 4,32 km	Esther Meyer	1980	MTV Dannenberg	29:00 min

Seniorinnen W50

Crosslauf 4,32 km	Andrea Eva	1971	TSV Schnega	28:45 min
-------------------	------------	------	-------------	-----------

Seniorinnen W60

5-km-Straße	Cornelia von der Gablentz	1961	SV Gartow	33:23 min
Crosslauf 4,32 km	Cornelia von der Gablentz	1961	SV Gartow	29:36 min

Mannschaft

5-km-Straße	IGAS Wendland			1:09:06 h
	Sonja Röhlke 1976 , Carolin Rott 2004 ; Janneke Vock 1981			