

# Nordhessische Bestleistungen Aktive /Jugend U 20/ U 18. Stand 31.12.2023

Deutsche und Hessisch Bestleistungen in blau DB/HB

Disziplinen die nicht mehr ausgetragen werden in grün

Anpassung der Mehrkämpfe an die gültige Wertung deshalb neu und alte Wertung

## Männer

100m	10,49 sec. *	Sebastian Gatzka	82 LG Alheimer Rotenburg-Bebra	15.06.02 Wetzlar
200m	21,06 *sec.	Sebastian Gatzka	82 LG Alheimer Rotenburg-Bebra	28.07.02 Homberg/Saar
400m	46.0 sec.	Hermann Köhler	50 TV Germania Rhoden	<b>08.08.70</b> Berlin
800m	1:47,33 min.	Michael Busch	66 PSV Grün Weiß Kassel	24.06.92 Menden
1000m	2:20,0 min.	Michael Busch	66 PSV Grün Weiß Kassel	03.08.93 Melsungen
1500m	3:36,30 min.	Michael Busch	66 PSV Grün Weiß Kassel	13.06.93 Jena
Meile	4:19,93 min.	Friedrich Schenk	85 LG Alheimer Rotenburg-Bebra	23.09.06 Wiesbaden
3000m	7:53,26 min.	Frank Bialluch	62 LG Baunatal/ACT Kassel	02.08.88 Monaco/MCO
5000m	13:33,00 min.	Ralf Salzmann	55 PSV Grün Weiß Kassel	19.06.88 Düsseldorf
<b>10000m HB</b>	28:02,37 min.	Ralf Salzmann	55 PSV Grün Weiß Kassel	27.06.88 Villeneuve/Frankreich
10km Strasse	29:20 min.	Jens Nerkamp	89 PSV Grün Weiß Kassel	31.03.18 Paderborn
Mannschaft	1:31:57 Std.	PSV Grün Weiß Kassel		15.04.17 Paderborn
		Nerkamp 89 29:38-Daniel-Berye 88 29:58-Hagos-Bisrat 98 32:21		
Halbmarathon	1:04:06 Std.	Jens Nerkamp	89 PSV Grün Weiß Kassel	03.04.16 Berlin
Mannschaft	3:22:35 Std.	PSV Grün Weiß Kassel		23.03.02 Schotten
		Abdesselam 71 1:05:12-Christiansen 68 1:06:19-Ziegler 77 1:11:04		
<b>25km Strasse</b>	1:14:33 Std.	Ralf Salzmann	55 PSV Grün Weiß Kassel	27.04.86 Berlin
<b>Mannschaft</b>	4:02:19 Std.	PSV Grün Weiß Kassel		28.08.86 Berlin
		Salzmann 55-Engelbrecht 50-Raabe 58		
<b>Marathon HB</b>	02:10:10 Std.	Ralf Salzmann	55 PSV Grün Weiß Kassel	14.02.88 Tokio/JAP
Mannschaft	6:54:43 Std.	PSV Grün Weiß Kassel		28.08.86 Berlin
		Eickmann 66- Gutschank 58 - Hahn 58		
50km Lauf	3:44:09 Std.	Michael Rommel	89 TuSpo Borken	29.02.20 Marburg
100km Strasse	7:52:36 Std.	Bernd Evers	51 MT Melsungen	25.04.87 Rodenbach
110m Hürden	14,4 sec.	Rainer Graf	46 LG ACT Kassel-Baunatal	<b>14.08.74</b> Kassel

400m Hürden	49,9 sec.	Gerd Loßdörfer	43 KSV Hessen Kassel	<b>07.08.66</b> Hannover
<b>30000mHi HB</b>	8:21,24 min.	Martin Strege	66 LG Baunatal/ACT Kassel	19.08.93 Stuttgart
20km Gehen	1:33:15 Std.	Werner Hupfeld	37 ACT Kassel	<b>15.09.63</b> Essen
Mannschaft	5:01:54 Std.	LG ACT Kassel-Baunatal Regenbogen 47-Härtel 51-Kloppe 40		<b>15.07.73</b> Kassel
50km Gehen	4:26:00 Std.	Werner Hupfeld	37 ACT Kassel	29.05.66 Schongau
Mannschaft	14:04:30 Std.	LG ACT Kassel-Baunatal Degener 43-Kloppe 40-Ahnert 36		<b>18.10.75</b> Kassel
4x100m	40,9 sec.	KSV Hessen Kassel Nohl 52-Grolman 44-Schwerdtle 47-Dornemann 47		<b>08.08.70</b> Berlin
4x400m	3:10,3 min.	LG ACT Kassel-Baunatal Graf 46-Wagner 47-Speich 49-Barchfeld 49		<b>11.07.71</b> Stuttgart
<b>4x800m</b>	7:40,52 min.	LG Schwalmstadt Hoos 72-Pausch 74-Pajonk 72-Hoos,O 72		23.07.94 Konstanz
3x1000m	7:28,82 min.	LG Schwalmstadt Hoos 72-Pajonk 72-Pausch 74		07.08.94 Ahlen
<b>4x1500m</b>	15:53,7 min.	PSV Grün Weiß Kassel Simon 66-Gutschank 58-Rüdiger 66-Busch 66		17.05.89 Neukirchen
Hochsprung	2,16 m	Vladimir Kornienko	66 LG Baunatal/ACT Kassel	08.06.97 Lorch
Stabhochsprung	5,30 m	Hans-Jürgen Ziegler	51 KSV Hessen Kassel	<b>01.09.71</b> Haiger
Weitsprung	7,68 m	Torsten Baum	75 SSC Bad Sooden-Allendorf	24.05.99 Wesel
Dreisprung	16,29 m	Günter Zeiß	41 KSV Hessen Kassel	<b>27.05.67</b> Stuttgart
Kugel 7,26kg	18,68 m	Thomas Schmidt	89 LG Reinhardswald	18.04.18 Hofgeismar
Diskus 2kg	63,22 m	Alwin J. Wagner	50 MT Melsungen	14.09.91 Eschwege
Hammer 7,26kg	68,24 m	Jens Rautenkrantz	82 TSV Spangenberg	08.06.02 Dortmund
<b>Speer 800g alt</b>	78,48 m	Reinhard Lange	50 TSV Eintracht Felsberg	22.05.81 Melsungen
Speer 800g	69,23 m	Andreas Kant	78 TSV Eintracht Gudensberg	11.06.06 Gelnhausen
Fünfkampf	3.766 Punkte	Karl-Jürgen Leyhe 7,09-62,52-22,6-38,84-4:34,8	46 TV Germania Rhoden	<b>16.05.71</b> Bonn
Mannschaft	10.266 Punkte	ACT Kassel Brieger 45-Graf 46-Hausotter 43		<b>27.07.68</b> Worms

Zehnkampf	7.563 Punkte	Stefa Haigis	67 SSC Bad Sooden-Allendorf	13/14.06.1986	St.Anthony/Frankreich
alte Wertung	7.641 Punkte	11,38-7,35-14,15-2,04-50,6-15,44-41,50-4,10-65,36-4:44,79			
Mannschaft	19.396 Punkte	SSC Bad Sooden-Allendorf	Obermeyer 66 6738-Ott 68 6506-Niesmak 67 6152	1./14.06.1986	Frankfurt

## Frauen

100m	11,70 *sec.	Silke Wolf	77 LG Eder	25.06.00	Nürnberg
200m	23,37 sec.	Carolin Schäfer	91 TV Friedrichstein	28.05.16	Götzis/AUT
400m	52,18 sec.	Florence Ekpo-Umoh	77 LG Baunatal/ACT Kassel	11.05.97	Arnsberg
800m	2:03,9 min.	Sylvia Schenk	52 ESV Jahn Treysa	<b>01.07.71</b>	Stuttgart
1000m	2:50,3 min.	Angelika Stephan	52 LG ACT Kassel-Baunatal	<b>20.06.79</b>	Baunatal
1500m	4:19,61 min.	Simret Restle	84 PSV Grün Weiß Kassel	06.07.11	Pfungstadt
3000m	9:06,46 min.	Simret Restle	84 PSV Grün Weiß Kassel	19.05.10	Wiesbaden
5000m	15:28,71 min.	Simret Restle-Apel	84 PSV Grün Weiß Kassel	23.05.12	Koblenz
10000m	32:25,70 min.	Eva Dieterich	99 Laufteam Kassel	28.05.22	Pace bei Rennes/F
5km Strasse	16:04 min.	Laura Hottenrott	92 PSV Grün Weiß Kassel	24.04.22	Malage/ESP
<b>10km DB/HB</b>	30:47 min.	Melat Yisak Kejeta	92 Laufteam Kassel	18.10.20	Gdynia/POL
Mannschaft	1:45:31 Std.	PSV Grün Weiß Kassel	Kejeta 92 33:16-Starostzik 87 36:05-Asrat Ayano 90 36:10	11.09.16	Hamburg
<b>15km Strasse</b>	54:53 min.	Astrid Bardenheuer	60 PSV Grün Weiß Kassel	01.10.89	Hattersheim
<b>Mannschaft</b>	2:52:44 Std.	PSV Grün Weiß Kassel	Bardenheuer 60 54:55-Sax 47 58:49-Siebert 66 59:00	01.10.89	Hattershem
<b>Halbmarathon</b>	1:05:18 Std.	Melat Yisak Kejeta	92 Laufteam Kassel	18.10.20	Gdynia/POL
Mannschaft	3:49:57 Std.	PSV Grün Weiß Kassel	Kejeta 92 1:11:37-Starostzik 87 1:18:38-Morchner 71 1:19:46	01.10.17	Kassel
<b>25km Strasse</b>	1:31:48 Std.	Angelika Stephan	52 LG ACT Kassel-Baunatal	07.04.84	Frankfurt/M.
<b>Mannschaft</b>	5:29:58 Std.	MT Melsungen	Schneider 58 1:43:46-Nadler 59 1:49:26-Rothhämel 68 1:56:46	19.11.86	Griesheim
<b>Marathon</b>	<b>2:24:32 Std.</b>	<b>Laura Hottenrott</b>	<b>92 PSV Grün Weiß Kassel</b>	<b>03.12.23</b>	<b>Valencia/ESP</b>
<b>Marathon</b>	<b>2:21:47 Std.</b>	<b>Melat Yisak Kejeta</b>	<b>92 Laufteam Kassel</b>	<b>07.01.24</b>	<b>Dubai/UAE</b>

Mannschaft	8:44:17 Std.	PSV Grün Weiß Kassel		29.04.18 Düsseldorf
		Morchner 71 2:46:54-Starostzik 87 2:47:17-Siefert 69 3:10:06		
100km Strasse	7:59:11 Std.	Susanne Kraus	80 PSV Grün Weiß Kassel	10.03.18 Rheine
100mHürden	13,12 sec. 0,0	Carolin Schäfer	92 TV Friedrichstein	12.08.16 Rio de Janeiro/BRA
400mHürden	60,4 sec.	Gabriele Schäffer	59 TSV Jahn Gensungen	29.06.81 Wetzlar
3000m Hi	10:12,33 min.	Ronja Böhrer	95 SSC Bad Sooden-Allendorf	23.05.15 Oordeggen/NED
5000m BG	23:44,9 min.	Katharina Klukowski	71 LG Conti-Waldeck	03.05.92 Baunatal
5km Gehen	22:48 min.	Katharina Klukowski	71 LG Conti-Waldeck	06.06.92 Eisenbach
10km Gehen	48:37 min.	Kada Delic	66 TSV Twiste	15.10.95 Twiste
4x100m	46,97 sec.	LG Reinhardswald		07.07.13 Ulm
		Schacht 94-Mackewitz 91-Lehnebach 92-Grimm 97		
4x400m	3:57,93 min.	LG Reinhardswald		02.08.92 Niestetal
		Richter 68-Roth 72-Huskamp 70-Kluge 70		
3x800m	6:57,1 min.	MT Melsungen		05.09.86 Kassel
		Freitag 69-Nadler 59-Schneider 58		
Olympische Staffel	4:17,39 min.	LG Baunatal/ACT Kassel		01.06.96 Gelnhausen
		Ekpo-Umoh 77-Birkelbach 77-Grusie 79-Wicke 79		
Hochsprung	1,88 m	Annette Harnack	58 TV Sontra	<b>13.05.78</b> Göttingen
<b>Stabhochsprung HB</b>	4,77 m	Annika Becker	81 LG Alheimer Rotenburg-Bebra	07.07.02 Wattenscheid
Weitsprung	6,43 *m	Tanja Borrmann	70 MT Melsungen	30.07.89 Rhede
Dreisprung	12,91 m 1,1	Ekaterina Menne	87 GSV Eintracht Baunatal	05.07.15 Kaiserslautern
Kugel 4kg	17,93 m	Vivian Peters	75 LG Baunatal/ACT Kassel	08.07.00 Dortmund
Diskus 1kg	52,13 m	Meike Naumann	86 TSV Hessen Frankenberg	14.06.08 Wetzlar
Hammer 4kg	50,02 m	Isabel Weitzel	97 ESV Jahn Treysa	27.05.17 Leverkusen
<b>Speer 600g alt</b>	48,38 m	Ilse Bannenberg	58 TSV Altmorschen	21.09.86 Obersuhl
Speer 600g	50,82 m	Silke Bachmann	79 LG Heiligenrode-Kaufungen	26.08.01 Vaterstetten
Siebenkampf	6.497 Punkte	Carolin Schäfer	91 TV Friedrichstein	27./28.05.2016 Götzis/AUT
alte Wertung	6.557 Punkte	13,26 0,5-1,80-14,33-23,37 1,0-6,31 0,2-48,20-2:17,02		
Mannschaft	12.587 Punkte	LG Conti-Waldeck		23./24.09.1989 Baunatal
		Walik,H 67 4364-Speer 61 4157-Walik,A 67 4066		

**MU 20**

100m	10,4 sec.	Bernd Jacob	48 KSV Hessen Kassel	<b>15.07.67</b> Wetzlar
	10,4 sec.	Helmut Leibner	55 SSC Bad Sooden-Allendorf	<b>28.04.73</b> Köln
	10,4 sec.	Michael Friedrichs	61 LG ACT Kassel-Baunatal	<b>05.07.79</b> Kassel
200m	21,13 sec.	Sebastian Gatzka	82 LG Alheimer Rotenburg-Bebra	21.07.01 Grosetto/ITA
400m	46,5 sec.	Andreas Pesch	59 LG Conti-Waldeck	<b>02.07.78</b> Wetzlar
800m	1:49,67 min.	Florian Orth	89 ESV Jahn Treysa	17.08.08 Ohrdruf
1000m	2:24,06 min.	Florian Orth	89 ESV Jahn Treysa	30.07.08 Leverkusen
1500m	3:46,79 min.	Florian Orth	89 ESV Jahn Treysa	21.06.08 Mannheim
Meile	4:33,2 min.	Martn Schmidt	70 MT Melsungen	07.10.89 Melsungen
3000m	8:16,90 min.	Heiko Baier	84 LG Baunatal/ACT Kassel	03.09.03 Sondershausen
5000m	14:19,10 min.	Bastian Mrochen	2 LG Reinhardswald	09.04.21 Cleveland/USA
10000m	30:26,29 min.	Bastian Mrochen	2 LG Reinhardswald	25.03.21 Raleigh/USA
10km Strasse	30:45 min.	Heiko Baier	84 LG Baunatal/ACT Kassel	14.09.03 Troisdorf
Mannschaft	1:36:39 Std.	LG Baunatal/ACT Kassel		14.09.03 Troisdorf
		Baier 84 30:45-Jahn 85 31:58-Lappöhn 84 33:56		
<b>15km Strasse</b>	50:23 min.	Dirk Berger	73 PSV Grün Weiß Kassel	25.04.92 Koblenz
<b>Mannschaft</b>	2:38:23 Std.	PSV Grün Weiß Kassel		25.04.92 Koblenz
		Berger 73 50:23-Schottmann 73 52:53-Bernhardt 74 55:07		
Halbmarathon	1:09:18 Std.	Dirk Berger	73 PSV Grün Weiß Kassel	10.09.92 Newcastle/GBR
Marathon	2:49:15 Std.	Tobias Kiesling	93 FTSV Heckershausen	28.10.12 Frankfurt/M.
110mHürden	14,11 sec.	Boris Pflüger	61 KSV Hessen Kassel	<b>29.07.79</b> München
400mHürden	52,4 sec.	Wolfgang Dietrichs	52 LG ACT Kassel-Baunatal	<b>13.09.70</b> Paris/Frankreich
	52,54 sec.	Sebastian Schäfer	86 TV Friedrichstein	21.08.04 Arnstadt
2000m Hi	5:46,6 min.	John Barz	62 LG ACT Kassel-Baunatal	11.08.80 Frankfurt/M.
5000m BG	22:28,63 min.	Thorsten Bachmann	74 VFL Wolfhagen	19.07.91 Berlin
10000m BG	46:21,36 min.	Thorsten Bachmann	74 VFL Wolfhagen	14.06.92 Marburg
4x100m	42,27 sec.	SSC Bad Sooden-Allendorf		31.07.94 Ulm
		Funck 76-Wolff 74-Horst 77-Hammelstein 75		
4x400m	3:18,4 min.	SSC Bad Sooden-Allendorf		<b>29.09.74</b> Obersuhl
		Schomburg 56-Mohrdiek 56-Gennies 56-Wedekämper 56		

3x1000m	7:28,33 min.	STG Treysa/Usingen		27.07.08 Recklinghausen
STG		Lang 89-Plinke 89.Orth 89		
Verein	7:35,50 min.	LG ACT Kassel/Baunatal		13.07.86 Berlin
Olympische Staffel	3:32,2 min.	ACT Kassel		<b>10.07.68</b> Köln
		Birkelbach 52-Fuchs 50-Dietrichs 52-Wagner 50		
Hochsprung	2,14 m	Thomas Wieczorek	61 LG ACT Kassel/Baunatal	<b>25.08.79</b> Hannover
Stabhochsprung HB	5,20 m	Hans-Jürgen Ziegler	51 KSV Hessen Kassel	<b>07.06.70</b> Waiblingen
Weitsprung	7,46 m *	Stefan Haigis	67 SSC Bad Sooden-Allendorf	31.05.86 Ebingen
Dreisprung	15,01 m	Ralf Behle	68 LG Conti-Waldeck	16.09.87 Fulda
Kuge 6kg	17,71 m	Ralph Schmidt	77 TSV Twiste	08.06.96 Bad Sooden-Allendorf
Diskus 1,75kg	55,86 m	Daniel Giesche	89 TSV Twiste	29.08.08 Vellmar
Hammer 6kg HB	71,79 m	Jens Rautenkranz	82 TSV Spangenberg	07.07.01 Braunschweig
Speer 800g	66,76 m	Stefan Haigis	67 SSC Bad Sooden-Allendorf	04.10.86 Balingen
Fünfkampf	3.891 Punkte	Sven Willke	69 SSC Bad Sooden-Allendorf	10.06.88 Niestetal
		10,6-7,09-12,60-1,92-50,5		
Mannschaft	17.137 Punkte	SSC Bad Sooden-Allendorf		10.06.88 Niestetal
		Willke 69 3891-Preßler 69 3552-Schmidt 69 3508-Haase 69 3128-Grotz 70 3058		
Zehnkampf	7.142 Punkte	Michael Khadr	69 LG Baunatal/ACT Kassel	27./28.08.1988 Bietigheim
alte Wertung	7.228 Punkte	11,44-6,75-13,98-1,88-51,64-14,82-44,36-4,30-47,14-4:41,48		
Mannschaft	19.378 Punkte	SSC Bad Sooden-Allendorf		14./15.09.1991 Hofgeismar
		Mittnacht 72 6835-Ahrens 74 6398-Reube 72 6145		

**WU 20**

100m	11,62 sec.1,7	Vivian Groppe	4 MT Melsungen	16.07.22 Ulm
200m	24,08 sec.*	Andrea Bornscheuer	74 LG Schwalmstadt	13.06.92 Marburg
400m	52,7 sec.	Florence Ekpo-Umoh	77 LG Baunatal/ACT Kassel	20.08.96 Kassel
800m	2:03,9 min.	Sylvia Schenk	52 ESV Jahn Treysa	<b>01.07.71</b> Stuttgart
<b>1000m</b>	2:47,32 min.	Christiane Bohn	79 LG Baunatal/ACT Kassel	05.09.95 Ratingen
1500m	4:21,6 min.	Sylvia Schenk	52 ESV Jahn Treysa	<b>03.09.71</b> München
3000m	9:43,17 min.	Anna Hahner	89 PSV Grün Weiß Kassel	20.07.08 Berlin
5000m	16:51,55 min.	Anna Hahner	89 PSV Grün Weiß Kassel	26.07.08 Recklinghausen
10000m	50:17,5 min.	Anja Huth	86 LC Maraton Rotenburg	15.06.05 Heringen
10km Strasse	36:42 min.	Lisa Hahner	89 PSV Grün Weiß Kassel	28.12.08 Frankfurt/M.
<b>Mannschaft</b>	<b>2:29:28 Std.</b>	<b>TSV Niederelsunge</b>		<b>03.09.23 Darmstadt</b>
		<b>Winning 04 46:40-Hack 05 49:24-Kramarczyk 06 53:27</b>		
<b>15km Strasse</b>	57:17 min.	Birka Wicke	79 LG Baunatal/ACT Kassel	20.09.97 Grefswald
Halbmarathon	1:27:15 Std.	Nina Voelckel	99 SC Meißner Eschwege	16.09.18 Kassel
Marathon	3:55:06 Std.	Johanna Sophie Stender	99 TSV Korbach	29.10.17 Frankfurt/M.
100m Hürden	13,85 sec. *	Claudia Reidick	62 KSV Hessen Kassel	11.07.81 Sindelfingen
400mHürden	60,7 sec.	Claudia Wacker	70 LG Schwalmstadt	06.08.88 Nancy/Frankreich
2000m Hi	6:37,94 min.	Ronja Böhrer	95 SSC Bad Sooden-Allendorf	18.05.14 Pliezhausen
5000m BG	24:16,84 min.	Katharina Klukowski	71 LG Conti-Waldeck	08.09.90 Göttingen
4x100m	47,88 sec.	KSV Hessen Kassel		01.07.79 Wetzlar
		Schöps 63-Fischer 63-Most 64-Reidick 62		
4x400m	3:58,61 min.	LG Reinhardswald		05.07.08 Nürnberg
		Mackewitz 91-Lehnebach 92-Herrmann 91-Menzel 91		
3x800m	6:55,78 min.	LG Baunatal/ACT Kassel		29.06.97 Frankfurt/M.
		Wicke 79-Fischer 79-Erben 81		
Olympische Staffel	4:17,39 min.	LG Baunatal/ACT Kassel		01.06.96 Gelnhausen
		Ekpo-Umoh 77-Birkelbach 77-Grusie 79-Wicke 79		
Hochsprung	1.86 m	Ariane Friedrich	84 TV Hess.-Lichtenau	28.07.02 Homburg/Saar
Stabhochsprung	4,05 m	Marie Bode	87 SSC Bad Sooden-Allendorf	26.08.06 Bautzen
Weitsprung	6,43 m*	Tanja Borrmann	70 MT Melsungen	30.07.89 Rhede
Dreisprung	11,96 m 0,8	Julia Krug	95 LG Reinhardswald	08.06.13 Baunatal

Kugel 4kg	15,31 m	Laura Jokeit	95 TSV Hessen Frankenberg	16.06.13 Göttingen
Diskus 1kg	51,40 m	Petra Frank	60 LG Schwalmstadt	1.978 Leimfeld
Hammer 4kg	52,77 m	Anna Arlt	93 ESV Jahn Treysa	19.05.12 Halle/Saale
Speer 600g alt	47,88 m	Helga Vestweber	58 LG Treysa-Wiera	22.05.76 Kassel
Speer 600g	46,27 m	Carolin Friedrich	99 LAV Kassel	13.05.17 Darmstadt
Vierkampf	3.481 Punkte	Carolin Schäfer	91 TV Friedrichstein	11.07.08 Bydgoszcz/POL
alte Wertung	3.536 Punkte	14,10*-1,78-12,42-24,53*		
Mannschaft	12.587 Punkte	KSV Hessen Kassel		29.08.87 Salzgitter
		Wulff 69 2865-Berger 69 2706-Klupsch 69 2457-Koch 69 2297-Pfahl 69 2262		
Siebenkampf	5.778 Punkte	Carolin Schäfer	91 TV Friedrichstein	11./12.07.2008 Bydgoszcz/POL
alte Wertung	5.833 Punkte	14,10*-1,78-12,42-24,53*-5,78*-44,02-2:24,05		
Mannschaft	13.329 Punkte	LAV Kassel		13./14.05.2017 Darmstadt
		Friedrich 99 4926-Rücker 98 4342-Vater 98 4061		

## MU18

100m	10,79 sec. 2,0	Philipp Hennemuth	1 SSC Bad Sooden-Allendorf	23.06.18 Erding
200m	21,85 sec. 0,0	Philipp Hennemuth	1 SSC Bad Sooden-Allendorf	24.06.18 Erding
300m	34,9 sec.	Thomas Mertens	76 LG Conti-Waldeck	22.05.93 Kassel
400m	48,55 sec.	Florian Schwalm	85 SC Steinatal	05.08.02 München
800m	1:51,95 min.	Tilman Garthe	97 LG Eder	27.06.14 Osterode
1000m	2:27,06 min.	Robel Mesgena	92 PSV Grün Weiß Kassel	31.07.09 Leverkusen
1500m	3:55,09 min.	Robel Mesgena	92 PSV Grün Weiß Kassel	13.06.09 Schweinfurt
Meile	4:53,26 min.	Philipp Schenk	89 LG Alheimer Rotenburg-Bebra	23.09.06 Wiesbaden
3000m	8:33,00 min.	Robel Mesgena	92 PSV Grün Weiß Kassel	07.08.09 Rhede
5000m	14:54,20 min.	Robel Mesgena	92 PSV Grün Weiß Kassel	20.05.09 Koblenz
10000m	32:13,4 min.	Frank Möller	67 TSV Obervorschütz	05.09.84 Felsberg
7,5 km Strasse	24:14 min.	Ulrich Seibert	71 LG Baunatal/ACT Kassel	11.09.88 Herten
Mannschaft	1:15:06 Std.	LG Baunatal/ACT Kassel		21.04.90 Husum
		Müller 73 24:43-Sebhatu 74 25:04-Valenzik 73 25:19		
10km Strasse	31:43 min.	Jakob Dieterich	5 Laufteam Kassel	18.09.22 Saarbrücken
Mannschaft	1:49:53 Std.	LG Eder		29.09.13 Marburg
		Abdulkadir 97 34:45-Awel 96 36:10-Simon 96 38:58		



Halbmarathon	1:23:18 Std.	Mattis Hüppe	2 TSV Niederelsungen	16.09.18 Kassel
5000m BG	22:28,63 min.	Thorsten Bachmann	74 VFL Wolfhagen	19.07.91 Berlin
110mHürden	14,04 sec.*	Michael Pleßmann	74 LG Reinhardswald	19.07.91 Berlin
<b>300m Hürden</b>	37,58 sec.	Stefan Gießler	80 LG Baunatal/ACT Kassel	05.07.97 Lüdenscheid
<b>400m Hürden HB</b>	52,80 sec.	Sebastian Schäfer	86 TV Friedrichstein	05.07.03 Fulda
<b>1500m Hi</b>	4:24,1 min.	Martin Vialon	60 LG Reinhardswald	<b>12.09.76</b> Steinbach
2000m Hi	5:56,6 min.	Martin Vialon	60 LG Reinhardswald	<b>18.06.77</b> Lüdenscheid
4x100m	43,03 sec.	LG Baunatal/ACT Kassel Haarbusch 80-Peter 79-Bäumler 80-Gießler 80		05.07.97 Erfurt
4x400m	3:24,99 min.	SC Steinatal Ritter 86-Imhof 85-Keim 85-Schwalm 85		30.05.02 Sulzbach
3x1000m	7:39,8 min.	LG ACT Kassel/Baunatal Fach 61- Möller 61-Barz 62		<b>09.10.77</b> Berlin
Olympische Staffel	3:59,0 min.	MT Melsungen Stang 95-Alter 95-Strube 95-Ullrich 96		22.09.12 Gudensberg
Hochsprung	2.05 m	Christian Burkert	60 TSV Waldkappel	<b>14.08.77</b> Obersuhl
	2,05 m	Hartmut Aey	63 LG ACT Kassel/Baunatal	18.06.80 Baunatal
<b>Stabhochsprung HB</b>	4,81 m	Daniel Jeske	93 SSC Bad Sooden-Allendorf	03.09.10 Korbach
Weitsprung	7,37 m 1,2	Matthis-Leon Wilhelm	97 TSV Hessen Frankenberg	06.07.14 Regensburg
Dreisprung	14,69 m *	Bernd Büddefeld	70 LG Conti-Waldeck	13.06.87 Bruchköbel
Kugel 5kg	18.76 m	Luis André	5 MT Melsungen	22.05.22 Halle/Saale
Diskus 1,5kg	59,54 m	Daniel Giesche	89 TSV Twiste	05.08.06 Zittau
Hammer 5kg	72,98 m	Jens Rautenkranz	82 TSV Spangenberg	09.07.99 Spangenberg
<b>Speer alt</b>	68,20 m	Andreas Kant	78 TSV Obervorschütz	18.06.95 Wiesbaden
Speer 700g	64,39 m	Robert Schmidtchen	88 SSC Bad Sooden-Allendorf	28.08.05 Lage
<b>Fünfkampf</b>	3.688 Punkte	Christian Mittnacht	72 SSC Bad Sooden-Allendorf	01.09.89 Ahlen
<b>300m</b>		11,58w-6,65-15,67-1,82-37,23		
Fünfkampf	3.515 Punkte	Joshua Redmon	93 SSC Vellmar	26.09.09 Baunatal
400m	3.572 Punkte	11,15 1,2-6,64 0,6-12,33-1,88-52,72		
<b>Mannschaft</b>	16.094 Punkte	SSC Bad Sooden-Allendorf		01.07.89 Kassel
<b>300m</b>		Mittnacht 72 3547-Schroer 73 3369-Zelmer 73 3090-Bielé 73 3075-Stumm 73 3013		

Mannschaft 400m	14.137 Punkte	LG Reinhardswald Haverkamp 87 2966-Schroer 87 2920-Bönnin,P 87 2861-Knoth 88 2724-Widera 87 2666	17.07.04	Baunatal
<b>Zehnkampf 300m</b>	7.116 Punkte	Christian Mittnacht 72 SSC Bad Sooden-Allendorf 11,58w-6,65-15,67-1,82-37,23-15,21-43,86-3,80-54,70-4:46,35	01./02.09.1989	Ahlen
Zehnkampf 400m	6.954 Punkte	Robert Schmidtchen 88 SSC Bad Sooden-Allendorf 11,54w-6,34*-15,33-1,75-52,91-15,08*-44,24-4,00-64,39-5:03,22	27./28.08.2005	Lage
<b>Mannschaft 300m</b>	18.724 Punkte	SSC Bad Sooden-Allendorf Mittnacht 72 7116-Schroer 73 6158-Bielé 73 5444	01./02.09.1989	Ahlen
Mannschaft 400m	18.945 Punkte	SSC Bad Sooden-Allendorf Schmidtchen 88 6881-Flade 88 6534-Engelmann 88 5530	04./05.06.2005	Bernhausen

## WU18

100m	11,59 sec. 0,7	Holly Okuku 5 GSV Eintracht Baunatal	11.06.22	Wetzlar
200m	23,62 sec. 0,0	Holly Okuku 5 GSV Eintracht Baunatal	14.05.22	Hannover
<b>300m</b>	38,79 sec.	Andrea Bornscheuer 74 LG Schwalmstadt	14.07.90	Bruchköbel
400m	55,12 sec.	Andrea Bornscheuer 74 LG Schwalmstadt	21.07.91	Berlin
800m	2:08,86 min.	Christiane Bohn 79 LG Baunatal/ACT Kassel	22.07.95	Wattenscheid
<b>1000m</b>	2:47,32 min.	Christiane Bohn 79 LG Baunatal/ACT Kassel	05.09.95	Ratingen
1500m	4:27,0 min.	Christiane Bohn 79 LG Baunatal/ACT Kassel	27.05.95	Kassel
3000m	9:44,84 min.	Eva Dieterich 99 PSV Grün Weiß Kassel	06.07.16	Pfungstadt
5000m	18:43,19 min.	Maybritt Böttcher 4 MT Melsungen	16.10.21	Uslar
<b>7,5km Strasse Mannschaft</b>	27:03 min. 1:23:44 Std	Christiane Bohn 79 LG Baunatal/ACT Kassel Bohn 79 27:03-Knauff 79 28:02-Wicke 79 28:37	08.04.95	Rheinzabern
10km Strasse	37:32 min.	Eva Dieterich 99 PSV Grün Weiß Kassel	26.03.18	Paderborn
Mannschaft	2:20:45 Std.	TSV Niederelsungen Gautier 99 43:14-Schaake 99 48:03-Hüppe 99 49:28	27.09.15	Marburg
Halbmarathon	1:43:55 Std.	Luise Altmann 2 LC Marathon Rotenburg	16.09.18	Kassel
100mHürden	13,97 sec.*	Carolin Schäfer 91 TV Friedrichstein	01.07.07	Gelnhausen
<b>300mHürden</b>	44,90 sec.	Sandra Barchfeld 73 LG Baunatal/ACT Kassel	06.06.89	Hildesheim
400mHürden	63,45 sec.	Zoe Dolstra 2 LG Reinhardswald	23.06.18	Erding

<b>1500m Hi</b>	4:53,94 min.	Ronja Böhrer	95 SSC Bad Sooden-Allendorf	21.07.12 Mönchengladbach
2000m Hi	7:28,38 min.	Louisa Martin	4 LG Eder	01.09.21 Pfungstadt
<b>3000m BG</b>	14:23,0 min.	Viola Müller	78 VFL Wolfhagen	26.06.93 Omme/DEN
5000m BG	25:24,42 min.	Viola Müller	78 VFL Wolfhagen	08.09.92 Frankenberg
4x100m	48,21 sec.	LG Renhardswald		18.08.07 Saarbrücken
		Schmitt 90-Menzel 91-Mackewitz 91-Lehnebach 92		
3x800m	6:59,43 min.	LG Baunatal/ACT Kassel		15.05.94 Rüsselsheim
		Knauff 79-Wicke 79-Bohn 79		
Hochsprung	1,81 m	Ariane Friedrich	84 TV Hess.-Lichtenau	29.07.01 Schweinurt
Stabhochsprung	3,95 m	Franziska Heß	96 SSC Bad Sooden-Allendorf	18.05.13 Gladbach
Weitsprung	6,20 m	Jana Schütze	88 ACT Kassel	19.07.05 Braunschweig
<b>Dreisprung</b>	<b>12,67 m 0,8</b>	<b>Masha-Sol Gelitz</b>	<b>6 GSV Eintracht Baunatal</b>	<b>Essen 18.06.23</b>
Kugel 3kg	15,90 m	Laura Jokeit	95 TSV Hessen Frankenberg	02.06.12 Friedberg
<b>Kugel 4kg</b>	13,75 m	Anna-Maria Bischoff	89 TuS Fritzlar	29.07.05 Braunschweig
Diskus 1kg	49,04 m	Petra Frank	60 LG Schwalmstadt	<b>06.08.77</b> Hamburg
Hammer 3kg	56,90 m	Isabel Weitzel	97 ESV Jahn Treysa	05.07.14 Regensburg
<b>Hammer 4kg</b>	48,33 m	Lisa Raab	89 ESV Jahn Treysa	21.05.06 Halle/Saale
Speer 500g	51,11 m	Carolin Friedrich	98 LAV Kassel	16.07.16 Tiflis/GEO
<b>Speer 600g</b>	45,16 m	Silke Bachmann	79 LG Heiligenrode-Kaufungen	10.05.96 Bad Sooden-Allendorf
<b>Vierkampf</b>	3.293 Punkte	Vanessa Grimm	97 LG Reinhardswald	14.06.14 Bernhausen
<b>Kugel 3kg 100m</b>		15,19 1,2-1,67-13,30-12,22 2,1		
<b>Vierkampf</b>	3.215 Punkte	Carolin Schäfer	91 TV Friedrichstein	29.08.08 Hannover
<b>Kugel 4kg 100m</b>		14,53*-1,66-12,12-12,63*		
<b>Vierkampf</b>	<b>2.135 Punkte</b>	<b>Anna-Lena Böhle</b>	<b>7 TSV Hessen Frankenberg</b>	<b>01.07.23 Darmstadt</b>
<b>200m 3kgKugel</b>		<b>18,49 -2,1-1,47-8,61-29,34 -1,1</b>		
Mannschaft	13.771 Punkte	LAV Kassel		18.07.15 Kassel
100m 3kg Kugel		Frank 99 3103-Friedrich 99 2922-Rücker 98 2894-Meister 98 2611-Vater 98 2241		
Mannschaft	10.549 Punkte	TV Friedrichstein		12.07.97 Baunatal
100m 4kg Kugel		Leisgen 81 2768-Kahöfer 80 2203-Ulrich 80 2148-Rabe 82 1733-Anthogalidis 80 1697		

<b>Siebenkampf</b> <b>100m 3kgKugel</b>	5.469 Punkte	Carolin Friedrich 15,27 -07-1,59-13,74-12,74 1,3-5,68 0,0-47,74-2:22,92	99 LAV Kassel	25./26.06.2016	Darmstadt
<b>Siebenkampf</b> <b>100m 4kgKugel</b>	5.424 Punkte	Carolin Schäfer 14,53*-1,66-12,12-12,63*-5,51*-46,78-2:28,80	91 TV Friedrichstin	29./30.08.2008	Hannover
<b>Siebenkampf</b> <b>200m 3kgKugel</b>	<b>3.219 Punkte</b>	<b>Anna-Lena Böhle</b> <b>18,49 -2,1-1,47-8,61-29,34 -1,1-4,64 0,9-25,36-3:16,00</b>	<b>7 TSV Hessen Frankenberg</b>	<b>01./02.07.2023</b>	<b>Darmstadt</b>
<b>Mannschaft HB</b> <b>100m 3kgKugel</b>	14.495 Punkte	LAV Kassel Friedrich 99 4965-Frank 99 4872-Rücker 98 4658		22./23.08.2015	Lage
<b>Mannschaft</b> <b>100m 4kgKugel</b>	13.309 Punkte	LG Reinhardswald Schmitt 90 4641-Menzel 91 4422-Mackewitz 91 4246		07./08.09.2007	Vaterstetten