



Region Südwest

Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V

BESTLEISTUNGEN

Masters

Freiluft

Stand: 12.01.2026

Zusammenstellung: Andreas Müller

andreas.mueller@lvn-suedwest.de



[Inhaltsverzeichnis](#)

[Inhalt](#)

Inhaltsverzeichnis	1
Männer M30	3
Männer M35	4
Männer M40	5
Männer M45	7
Männer M50	8
Männer M55	10
Männer M60	11
Männer M65	12
Männer M70	14
Männer M75	15
Männer M80	16
Männer M85	16
Männer M90	17
Frauen W30.....	17
Frauen W35.....	18
Frauen W40.....	20
Frauen W45.....	21
Frauen W50.....	22
Frauen W55.....	23
Frauen W60.....	24
Frauen W65.....	24
Frauen W70.....	25
Frauen W75.....	26
Frauen W80.....	26
Frauen W85.....	27
Nicht mehr gültige Wettkampfprogramm	27



Gestaltung und Inhalt der Bestleistungslisten der Region

- Regionsbestleistungen werden in den Altersklassen von M/W12 bis zu den Senioren (Masters) in den Altersklassen M/W100 geführt.
- Die Freiluft- und Hallenbestleistungen werden grundsätzlich getrennt geführt.
- Regionsbestleistungen können nur von Athlet:innen erzielt werden, die ein gültiges Startrecht für einen Verein oder eine LG der Region Süd-West besitzen.
- Bestleistungen in Mehrkampf Wettbewerben unterliegen der IWR-Regel CR 31.18.
- Die Bestleistungen in allen Altersklassen sind „durchlässig“. Das bedeutet: Übertrifft ein Athlet oder eine Athletin eine Bestleistung in einer älteren Altersklasse, gilt diese Bestleistung auch für alle übertroffenen Altersklassen bis hin zur Hauptklasse, solange Abstände, Gewichte oder Hürdenhöhen übereinstimmen. Für die Masters-Altersklassen gilt das Gleiche, jedoch in umgekehrter Richtung (zu jüngeren Altersklassen bis hin zur Hauptklasse).
- Für die Masters-Mehrkämpfe gilt zusätzlich: Die Leistung wird ohne Altersfaktoren eingetragen. Die durch Altersfaktoren berechneten Punkte werden lediglich als Fußnote angegeben.
- Bei Lauf- und Gehwettbewerben auf der Straße werden Mannschaften mit drei Teilnehmer:innen pro Verein oder LG geführt. Mannschaftsleistungen werden nur berücksichtigt, wenn diese ausgeschrieben waren und eine offizielle Wertung laut Ergebnisliste vorliegt.



Männer M30

[ZURÜCKZURÜCK](#)

100m	10,81	-1,5	Nico Beckers, 1994, Track&Field Tigers	12.05.2024	Aachen
200m	22,20		Bernhard Klinkenberger, 1967, DJK Frankenberg Aachen	12.07.1998	Konstanz
400m	49,9*		Horst Göbel, 1938, Alemannia Aachen	08.06.1969	Aachen
	49,9*		Danny Mommaerts, 1961, SG Düren 99	01.05.1991	Mönchengladbach
800m	1:52,0*		H.E. Schellenberg, 1942, Alemannia Aachen	05.08.1972	Aachen
1000m	2:27,0*		Karl Hamacher, 1935, Alemannia Aachen	28.08.1967	Aachen
1500m	3:50,5*		Karl Hamacher, 1935, Alemannia Aachen	25.08.1966	Boras (SWE)
Meile	4:41,3*		Herbert Cordewener, 1940, VSV Grenzland Wegberg	22.07.1980	Dormagen
3.000m	8:19,0*		Willi Scheeren, 1954, DJK Elmar Kohlscheid	06.09.1984	Mannheim
5.000m	14:11,80		Ralf Ulmer, 1990, Lauf-Club Euskirchen	25.05.2024	Brüssel (BEL)
10.000m	29:06,10		Frank Käse, 1960, Lauf-Club Euskirchen	05.06.1991	Potsdam
5km (seit 2018)	14:25		Ralf Ulmer, 1990, Lauf-Club Euskirchen	29.04.2022	London (GBR)
5km Mannschaft (seit 2018)	59:46		LG Aachen Philipp Nawrocki 1977 18:53, Henry Frys (BEL) 1976 19:35, Dietmar Stanek 1981 21:18	25.10.2025	Herzogenrath
10km	29:46		Ralf Ulmer, 1990, Lauf-Club Euskirchen	03.03.2024	Leverkusen
10km Mannschaft	1:33:38		Lauf-Club Euskirchen Ralf Ulmer 1990 29:46, Timo Kupper 1994 30:44, Marco Müller 1993 33:08	03.03.2024	Leverkusen
Halbmarathon	1:06:53		Michael Reuel, 1958, DJK Frankenberg Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	3:36:35		DJK Elmar Kohlscheid Heinz Rademacher 1953 1:10:20, Ralf Last 1962 1:12:47, Stefan Amann 1965 1:13:28	17.03.1996	Zülpich
Marathon	2:19:18		Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.05.1984	Frankfurt am Main
Marathon-Mannschaft	7:38:06		DJK Elmar Kohlscheid Rainer Kleinfeld 1954, Dietmar Veith 1958, Dieter Höster 1957	26.08.1989	Duisburg
100km	6:38:51		André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km-Mannschaft	22:09:57		DJK Elmar Kohlscheid Dietmar Veith 1958 7:12:06, Rainer Kleinfeld 1954 7:18:25, Heinz Gülpen 1957 7:39:26	12.10.1991	Scheeßel
110m Hürden (1,067m/10)	14,71	-1,4	Nico Beckers, 1994, Track&Field Tigers	27.04.2024	Aachen
400m Hürden (0,914m/10)	53,96		Mario Harnack, 1960, Dürener TV 1847	07.07.1990	Kerkrade (NED)
3.000m Hindernis (0,914m)	9:25,39		Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	25.08.2002	Potsdam
4x100m	44,59		Dürener TV 1847 Erwin Ulrich 1961, Gerhard Wiltschek 1960, Pit Freyschmidt 1960, Mario Harnack 1960	10.08.1991	Ludwigshafen
4x400m	3:35,9		Dürener TV 1847 Erwin Ulrich 1961, Rüdiger Baack 1958, Mario Harnack 1960, Ewald Dienstknecht 1951	30.06.1991	Willich
3x1.000m	7:48,57		Dürener TV 1847 Mario Harnack 1960, Rüdiger Baack 1958, Erwin Ulrich 1961	17.08.1991	Trier
5.000m Gehen	23:02,89		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.06.2012	Diez
5 km Gehen	23:31		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.06.2012	Echt (NED)
10.000m Gehen	48:15,6		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	47:16		Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen-Mannschaft	2:36:12		DLC Aachen Willi Geilen 1938 47:22, Peter Schumm 1942 53:46, Heinz Schneider 1943 55:04	31.05.1981	Aachen
20.000m Gehen	1:39:33,5		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	26.08.2012	Woerden (NED)
20km Gehen	1:32:34		Johann Schmitz, 1931, LGO Euskirchen/Erftstadt	27.08.1961	Essen
20km Gehen-Mannschaft	5:09:38		Alemannia Aachen Matthias Holtermann 1981 1:39:59, Malte Strunk 1973 1:41:06, Peter Gaus 1952 1:48:33	07.10.2012	Tilburg (NED)
30km Gehen	2:40:36		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.09.2011	Naumburg
30km Gehen-Mannschaft	8:42:35		Alemannia Aachen Malte Strunk 1973 2:40:36, Matthias Holtermann 1981 2:50:10, Peter Schumm 1942 3:11:49	24.09.2011	Naumburg
50km Gehen	4:44:09		Johann Schmitz, 1931, LGO Euskirchen/Erftstadt	30.06.1962	Altenrath
50km Gehen-Mannschaft	15:49:51		DLC Aachen Gerold Vluggen 1952 4:52:13, Dieter Plotzke 1932 5:03:44, Wilhelm Frank 1934 5:53:44	06.10.1985	Bielefeld
Hochsprung	2,05		Nicos Frangos, 1960, Aachener TG	17.06.1990	Giesenkirchen



Stabhochsprung	4,50	Gregor Marvin, 1993, Track&Field Tigers e.V.	02.06.2024	Ahlen
Weitsprung	7,11	Bernhard Klينkenberg, 1967, DJK Frankenberg Aachen	25.04.1998	Aachen
Dreisprung	14,86	Martin Baranzke, 1963, LGO Euskirchen/Erfstadt	28.04.1993	Horrem
Kugelstoß (7,26 kg)	17,54	Thomas Muschkat, 1989, SV Rotweiß Schlafhorst	25.03.2023	Düren
Diskuswurf (2 kg)	51,64	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	26.07.1975	Bogen (Bayern)
Hammerwurf (7,26 kg)	65,12	Rudolf Dahl, 1946, DJK Löwe Hambach	30.05.1987	Kerkrade (NED)
Speerwurf (800 g)	63,66	Jonathan Powell (GBR), 1962, SC Myhl Leichtathletik	28.07.2001	Erkelenz
Gewichtswurf (15,88 kg)	14,88	Thomas Muschkat, 1989, SV Rotweiß Schlafhorst	22.04.2023	Dissen am Teutoburger Wald
Fünfkampf (int. Wertung) WEI-SPE(800gr)-200-DIS(2kg)-1500	3.489	Frank Neuhaus, 1966, DJK Rasensport Aachen-Brand 6,75 - 55,12 - 23,67 - 41,70 - 4:45,37	07.06.1997	Hannover
Fünfkampf-Mannschaft	9.786	DJK Rasensport Aachen-Brand Christian Hund, 1968, 3.299 6,64 - 52,96 - 23,22 - 34,75 - 4:50,98 Thorsten Pulskamp, 1969, 3.274 6,55 - 49,29 - 23,22 - 39,09 - 4:57,15 Frank Neuhaus, 1966, 3.213 6,34 - 52,26 - 24,16 - 40,53 - 4:57,17	19.06.1999	Koblenz
Zehnkampf (int. Wertung) 100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 110HÜ(1,067/10)-DIS(2kg)-STA-SPE(800gr)-1500	7.280	Nico Beckers, 1994, Track&Field Tigers 11,16 (1,4) - 7,02 (1-0,1) - 15,95 - 1,91 - 50,44 15,10 (0,0) - 33,80 - 4,30 - 51,52 - 4:56,20	24/25.08.2023	Hannover
Zehnkampf-Mannschaft	20.068	Track&Field Tigers Nico Beckers 1994 7.280 11,16(1,4)-7,02(0,1)-15,95-1,91-50,44-15,10(0,0)-33,80-4,30-51,52-4:56,20 Marvin Gregor 1993 6.576 11,75(0,4)-6,12(0,1)-12,87-1,73-53,81-15,99(0,4)-39,14-4,40-56,30-4:54,34 Armin Treichel 1992 6.212 11,81(0,4)-6,87(0,3)-12,01-1,94-54,32-16,13(0,2)-27,79-4,40-46,47-5:40,00	24/25.08.2024	Hannover
Wurf-Fünfkampf (Int.Wertung) HAM(7,26kg)-KUG(7,26kg)-DIS(2kg) SPE(800gr)-GEW(15,88kg)	3.300	Thomas Muschkat, 1989, SV Rotweiß Schlafhorst 41,22 - 17,48 - 42,32 - 34,18 - 14,88	22.04.2023	Dissen am Teutoburger Wald

Männer M35

[ZURÜCK](#)

100m	11,26	Bernhard Klينkenberg, 1967, DJK Frankenberg Aachen	18.05.2002	Zeven
200m	23,4*	Ulrich Schulz, 1960, Turnverein Erkelenz 1860	30.08.1997	Erkelenz
400m	51,7*	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	23.09.1978	Aachen
800m	1:55,0*	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	26.06.1976	Köln
1000m	2:29,9*	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	10.07.1977	Duisburg
1500m	4:01,0*	Bodo Krink, 1938, SG Düren 99	26.08.1973	Aachen
	4:01,0*	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	16.09.1979	Düsseldorf
Meile	4:41,3*	Herbert Cordewener, 1940, VSV Grenzland Wegberg	12.08.1980	Essen
3.000m	8:35,20	Andreas Keil-Forneck, 1987, LC Euskirchen	21.06.2025	Ciney (BEL)
5.000m	14:27,05	Andreas Keil-Forneck, 1987, Lauf-Club Euskirchen	17.06.2023	Nimwegen (NED)
10.000m	30:31,7*	Wolfgang Glöde, 1942, Aachener TG	25.07.1978	Troisdorf
5km (seit 2018)	14:36	Andreas Keil-Forneck, 1987, Lauf-Club Euskirchen	19.03.2023	Lille (FRA)
5km Mannschaft (seit 2018)	59:46	LG Aachen Philipp Nawrocki 1977 18:53, Henry Fryns (BEL) 1976 19:35, Dietmar Stanek 1981 21:18	25.10.2025	Herzogenrath
10km	30:45	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	
10km Mannschaft	1:41:09	DJK Elmar Kohlscheid Heinz Rademacher 1953 32:19, Rainer Kleinfeld 1954 33:40, Heinz Gülpen 1957 35:10	04.04.1998	Wegberg
Halbmarathon	1:06:53	Michael Reuel, 1958, DJK Frankenberg Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	3:39:21	DJK Frankenberg Aachen Michael Reuel 1958 1:07:30, Hans Waak 1954 1:15:12, Diethard Gansow 1944 1:16:39	05.04.1994	Niederzier
Marathon	2:19:18	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.05.1984	Frankfurt am Main
Marathon Mannschaft	7:49:27	DJK Frankenberg Aachen Michael Reuel 1958 2:24:00, Burkhard Ernst Weber 1951 2:41:58, Diethard Gansow 1944 2:43:29	18.04.1993	Hannover
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannsch.	22:33:02	DJK Frankenberg Aachen Hans Waak 1954 7:00:00, Diethard Gansow 1944 7:43:36, Burkhard Ernst Weber 1951 7:49:26	04.09.1993	Rheine
110m Hürden (0,991m/10)	15,3	Günter Ortmanns, 1936, Alemannia Aachen	22.06.1974	Aachen



400m Hürden (0,914m/10)	56,88	Mario Harnack, 1960, Dürener TV 1847	25.08.1995	Wetzlar
3.000m Hindernis (0,914m)	9:25,39	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	25.08.2002	Potsdam
4x100m	45,71	STG Regio Aachen Ronny Kühne 1987, Tobias Kreutz 1987, Robert Meyer 1990, Jan Frisse 1989	23.08.2025	Gotha
4x400m	3:49,00	LG Hückelhoven Peters 1952, Wolfgang Paulus 1952, Hans-Joachim Schultz 1941, Hubertus Neumann 1952	28.08.1993	Minden
3x1.000m	8:34,9	SC Myhl Leichtathletik Norbert Borgmann 1962, Stefan Woytowicz 1961, Reimund Königs 1958	10.09.2002	Erkelenz
5.000m Gehen	23:02,89	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.06.2012	Diez
5 km Gehen	23:31	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.06.2012	Echt (NED)
10.000m Gehen	48:15,6	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Genau
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:36:12	DLC Aachen Willi Geilen 1938 47:22, Peter Schlumm 1942 53:46, Heinz Schneider 1943 55:04	31.05.1981	Aachen
20.000m Gehen	1:39:33,5	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	26.08.2012	Woerden (NED)
20km Gehen	1:40:10	Willi Geilen, 1938, DLC Aachen	17.05.1981	Ahlen
20km Gehen Mannschaft	5:23:01	DLC Aachen Willi Geilen 1938 1:41:51, Peter Schlumm 1942 1:42:14, Dieter Plotzke 1932 1:58:56	18.04.1982	Kerpen
30km Gehen	2:40:36	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	24.09.2011	Naumburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:51:49	Gerold Vluggen, 1952, Alemannia Aachen	14.04.1987	St. Oedenrode
50km Gehen Mannschaft	16:22:30	DLC Aachen Willi Geilen 1938 4:53:27, Dieter Plotzke 1932 5:11:26, Franz Beckers 1932 6:17:37	05.09.1982	Ahlen
Hochsprung	2,00	Karl-Dieter Müller, 1954, Aachener TG	06.05.1989	Aachen
Stabhochsprung	4,10	Tobias Kühlkamp, 1981, Team Voreifel	30.06.2018	Mönchengladbach
Weitsprung	6,90	Bernhard Klinkenberger, 1967, DJK Frankenberg Aachen	19.05.2002	Scheeßel
Dreisprung	14,48	Wolfram Walther, 1955, LGO Euskirchen/Erftstadt	08.04.1993	Horrem
Kugelstoß [7,26 kg]	16,74	Thomas Muschkat, 1989, SV Rot-Weiß Schlafhorst	27.04.2024	Leichlingen
Diskuswurf [2 kg]	51,64	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	26.07.1975	Bogen (Bayern)
Hammerwurf [7,26 kg]	65,12	Rudolf Dahl, 1946, DJK Löwe Hambach	30.05.1987	Kerkrade (NED)
Speerwurf [800 g]	63,66	Jonathan Powell (GBR), 1962, SC Myhl Leichtathletik	28.07.2001	Erkelenz
Gewichtswurf [15,88 kg]	14,80	Thomas Muschkat, 1989, SV Rot-Weiß Schlafhorst	12.05.2024	Elsfeld
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE[800gr]-200-DIS[2kg]-1500	3.024 AK 3.183	Christian Hund, 1968, DJK Rasensport Aachen-Brand 6.39 - 50.92 - 24.51 - 32.27 - 4.54.40	26.06.2004	Hannover
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	*5.942	TuS Chlodwig Zülpich *Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden Frings 2.340, Ramrath 1.805, Erkes 1.797	03.09.1994	Euskirchen
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG[7,26kg]-HOC-400 110HÜ[0,991/10]-DIS[2kg]-STA-SPE[800gr]-1500	5.552 AK 5.763	Norbert Brinkhues, 1953, Aachener TG 11.7 - 6.22 - 11.60 - 1.80-54.5 - 18.8 - 34.66 - 3.20 - 43.22 - 5:01.6 (h)	01/02.09.1988	Aachen
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	*11.506	TuS Chlodwig Zülpich *Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden Peter Ramrath 1952 4.088, Wasmuth 3.747, Josef Peters 1947 3.671	05/06.09.1987	Zülpich
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM[7,26kg]-KUG[7,26kg]-DIS[2kg] SPE[800gr]-GEW[15,88kg]	3.104 AK 3.167	Thomas Muschkat, 1989, SV Rotweiß Schlafhorst 40,69 - 14,81 - 41,68 - 33,82 - 14,80	11.05.2024	Elsfeld

Männer M40

[ZURÜCK](#)

100m	11,1*	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	27.05.1979	Köln
200m	23,65 1.1	Fabio Santana (BRA), 1977, LG Aachen	27.04.2025	Aachen
400m	51,7*	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	23.09.1978	Aachen
800m	2:01,2*	Hans-Joachim Schultz, 1941, TV Hückelhoven-Ratheim	15.06.1983	Viersen
1000m	2:36,34	Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	04.07.1986	Leverkusen
1500m	4:04,50	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	19.08.2002	Potsdam



Meile	4:41,3*	Herbert Cordewener, 1940, VSV Grenzland Wegberg	12.07.1980	Dormagen
3.000m	8:43,5*	Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	05.05.1985	Aachen
5.000m	14:43,3*	Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	20.07.1984	Sittard (NED)
10.000m	31:33,72	Michael Reuel, 1958, DJK Armada Euchen-Würselen	25.04.1998	Köln
5km (seit 2018)	16:39	Märkus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	26.05.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)	59:46	LG Aachen <small>Philipp Nawrocki 1977 18:53, Henry Frings (BEL) 1976 19:35, Diemar Stanek 1981 21:18</small>	25.10.2025	Herzogenrath
10km	30:45	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	
10km Mannschaft	1:41:09	DJK Elmar Kohlscheid <small>Heinz Rademacher 1953, Kleinfeld 1954, Gülpen 1957</small>	04.04.1998	Wegberg
Halbmarathon	1:08:36	Heinz Rademacher, 1953, DJK Elmar Kohlscheid	03.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	3:51:04	VSV Grenzland Wegberg <small>Hubert Heinrichs 1956 1:16:40, Josef Frings 1955 1:16:50, Felix Barth 1957 1:17:34</small>	27.03.1999	Xanten
	3:51:04	SC Myhl Leichtathletik <small>Uwe Dossow 1966 1:13:49, Josef Frings 1955 1:17:58, Andreas Großnick 1965 1:19:17</small>	29.01.2006	Wegberg
Marathon	2:19:18	Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.05.1984	Frankfurt am Main
Marathon Mannschaft	7:59:26	DJK Elmar Kohlscheid <small>Rademacher 1953, Kleinfeld 1954, Nowak 1957</small>	24.05.1998	Duisburg
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannschaft				
110m Hürden (0,991m/10)	15,5	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	21.05.1978	Köln
400m Hürden (0,914m/10)	58,4	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	10.07.1976	Aachen
3.000m Hindernis (0,914m)	9:25,39	Norbert Borgmann, 1962, SC Myhl Leichtathletik	25.08.2002	Potsdam
4x100m	46,3	Aachener TG <small>van Ameln 1930, Horst Göbel 1938, Stenten 1934, Günter Ortmanns 1936</small>	15.07.1979	Lübeck
4x400m	3:49,00	LG Hückelhoven <small>Peters 1952, Wolfgang Paulus 1952, Hans-Joachim Schultz 1941, Hubertus Neumann 1952</small>	28.08.1993	Minden
3x1.000m	8:34,9	SC Myhl Leichtathletik <small>Norbert Borgmann 1962, Stefan Woytowicz 1961, Reimund Königs 1958</small>	10.09.2002	Erkelenz
5.000m Gehen	23:23,48	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	06.07.2003	Sittard (NED)
5 km Gehen	24:04	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	07.06.2013	Echt (NED)
10.000m Gehen	48:47,00	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	17.05.2003	Düsseldorf
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:39:31	DLC Aachen <small>Peter Schumm 1942 52:19, Willi Geilen 1938 52:34, Dieter Plotzke 1932 54:38</small>	23.10.1982	Düsseldorf
20.000m Gehen	1:45:40,4	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	29.08.2020	Drunen (NED)
20km Gehen	1:40:10	Willi Geilen, 1938, DLC Aachen	17.05.1981	Ahlen
20km Gehen Mannschaft	5:23:01	DLC Aachen <small>Willi Geilen 1938 1:41:51, Peter Schumm 1942 1:42:14, Dieter Plotzke 1932 1:58:56</small>	18.04.1982	Kerpen
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	Regensburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:53:27	Willi Geilen, 1938, DLC Aachen	05.09.1982	Ahlen
50km Gehen Mannschaft	16:22:30	DLC Aachen <small>Willi Geilen 1938, Beckers 1932, Dieter Plotzke 1932</small>	05.09.1982	Ahlen
Hochsprung	1,88	Jan Serner, 1975, Dürener TV	20.06.2015	Oberhausen
Stabhochsprung	3,90	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	04.06.1977	Aachen
Weitsprung	6,41	Wolfram Walther, 1955, LGO Euskirchen/Erftstadt	06.06.1996	Erkelenz
Dreisprung	14,32	Wolfram Walther, 1955, LGO Euskirchen/Erftstadt	17.07.1997	Durban (RSA)
Kugelstoß [7,26 kg]	16,07	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	09.06.1977	Erkelenz
Diskuswurf [2 kg]	51,64	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	26.07.1975	Bogen (Bayern)
Hammerwurf [7,26 kg]	65,12	Rudolf Dahl, 1946, DJK Löwe Hambach	30.05.1987	Kerkrade (NED)
Speerwurf [800 g]	59,02	Jonathan Powell (GBR), 1962, SC Myhl Leichtathletik	16.05.2003	Erkelenz



Gewichtswurf (15,88 kg)	13,36		Peter Holthuijsen (NED), 1961, SC Myhl Leichtathletik	03.09.2006	Weiblingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPEI(800gr)-200-DISI(2kg)-1.500	2.783 AK 3.213		Jonathan Powell, 1962, SC Myhl Leichtathletik 5,60 - 59,02 - 25,2 - 31,85 - 5:12,9 (h)	16.05.2003	Erkelenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	* 7.122		TuS Chlodwig Zülpich *Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden Josef Peters, 1947, 2.449 - Peter Ramrath, 1952, 2.365 - Lothar Erkes, 1952, 2.308	18.06.1992	Erfstadt
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUGI(7,26kg)-HOC-400 110HU(0,991/10)-DISI(2kg)-STA-SPEI(800gr)-1500	4.414 AK 5.111		Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 12,79 - 5,30 - 9,42 - 1,61 - 59,39 - 17,86 - 27,57 - 2,70 - 34,85 - 5:10,17	20/21.09.2003	Gladbeck
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	10.697 AK 13.134		Team Voreifel Michael Frings, 1958, M45, 3.545/AK 4.711 13,60 - 4,96 - 8,97 - 1,54 - 60,85 - 22,01 - 27,38 - 2,30 - 28,72 - 5:16,20 Hubert Schröder, 1963, 3.589/AK 4.235 12,22 - 5,93 - 9,44 - 1,46 - 62,20 - 22,49 - 27,62 - 2,40 - 29,33 - 6:31,67 Martin Baranzke, 1963, 3.563/AK 4.188 12,61 - 5,63 - 10,89 - 1,54 - 64,28 - 19,80 - 26,01 - 2,30 - 31,05 - 7:32,65	11./12.10.2003	Euskirchen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(7,26kg)-KUGI(7,26kg)-DISI(2kg) SPEI(800gr)-GEWI(15,88kg)	3.025 AK 3.566	M45	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 40,10 - 13,47 - 41,41 - 42,12 - 13,04	22.08.2009	Stekene (BEL)

Männer M45

[ZURÜCK](#)

100m	11,82	1,9	Fabio Santana (BRA), 1977, LG Aachen	27.04.2025	Aachen
200m	23,65	1,1	Fabio Santana (BRA), 1977, LG Aachen	27.04.2025	Aachen
400m	54,09		Paul Jan Janas, 1980, Dürener TV 1847	18.07.2025	Köln
800m	2:01,6*		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	06.07.1986	Kerkrade (NED)
1000m	2:36,34		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	04.07.1986	Leverkusen
1500m	4:04,4*		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	29.06.1986	Veldhoven (NED)
Meile	4:55,0*		Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	04.04.2009	Hückelhoven
3.000m	8:47,2*		Herbert Cordewener, 1940, LG ODM	30.09.1986	St. Augustin
5.000m	15:04,0*		Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	19.09.1987	Sittard (NED)
10.000m	32:29,9*		Willy Roggenbach, 1934, LGO Euskirchen/Erfstadt	14.04.1979	Paderborn
5km (seit 2018)	16:39		Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	26.05.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)	1:01:53		LG Aachen Stefan Gösgens 1967 18:39, Frank Rheinfelder 1970 21:11, Klaus Vietzke 1968 22:03	25.10.2025	Herzogenrath
10km	31:21		Günter Schmitz, 1942, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1989	
10km Mannschaft	1:46:05		SV Rot-Weiß Schlafhorst Günter Schmitz 1942, Herbert Schurse 1941, Hubert Wüllenweber 1937	1989	Wegberg
Halbmarathon	1:10:19		Heinz Rademacher, 1953, DJK Elmar Kohlscheid	28.03.1998	Paderborn
Halbmarathon Mannschaft	4:01:35		DJK Elmar Kohlscheid Nießen 1947, Paul Thelen 1943, Günter Hänel 1940	05.03.1995	Huchem-Stammeln
Marathon	2:29:42		Günter Schmitz, 1942, DJK Frankenberg Aachen	26.09.1987	Duisburg
Marathon Mannschaft	8:24:08		LGO Euskirchen/Erfstadt Lambert Jöxen 1938 2:42:21, Alfons Schönenborn 1935 2:49:49, Mike Baker 1936 2:51:58	02.10.1983	Echternach
100km	6:38:51		André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannschaft					
110m Hürden (0,991m/10)	15,7*		Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	04.07.1981	Aachen
400m Hürden (0,914m/10)	62,3*		Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	07.05.1981	Aachen
3.000m Hindernis (0,914m)	9:58,63		Norbert Borgmann, 1962, Turnverein Erkelenz 1860	15.09.2007	Riccione (ITA)
4x100m	48,22		Aachener TG Dieter Heckmann 1942, Horst Göbel 1938, Roman Bonnie 1942, Günter Reese 1942	29.08.1987	Köln
4x400m	3:53,1*		Aachener TG Hubert Stenten 1934, Lothar Plaßmann 1930, Heinrich van Ameln 1930, Günter Ortmanns 1936	25.09.1986	Aachen
3x1.000m	8:54,99		TV Huchem-Stammeln Hartmut Bönsch 1945, Rolf-Peter Steffens 1943, Alfred Hermes 1946	06.07.1996	Hagen
5.000m Gehen	23:23,48		Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	06.07.2003	Sittard (NED)
5 km Gehen	25:58		Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	30.04.2022	Frankfurt/Main



10.000m Gehen	48:47,00	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	17.05.2003	Düsseldorf
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen Peter Gaus 1952 53.34, Peter Schumm 1942 60.34, Richard Maichin 1946 61.37	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen	1:45:40,4	Malte Strunk, 1973, Alemannia Aachen	29.08.2020	Drunen (NED)
20km Gehen	1:40:21	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	27.09.2003	Gleina
20km Gehen Mannschaft	5:44:28	TV Huchem-Stammeln Dr. Claus Frischkorn 1938 1:43:56, Günter Kirfel 1937 1:56:36, Dekorsy 1939 2:03:56	28.04.1984	Dülmen
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	Regensburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:56:38	Dr. Claus Frischkorn, 1938, TV Huchem-Stammeln	28.04.1984	Hahnstetten
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,72	Jan Serner, 1975, Dürener TV	14.06.2024	Erding
Stabhochsprung	3,85	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	14.07.1981	Aachen
Weitsprung	6,34	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	21.06.1981	Leverkusen
Dreisprung	12,57	Martin Baranzke, 1963, Team Voreifel	28.06.2009	St. Wendel
Kugelstoß [7,26 kg]	15,09	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	03.09.1987	Öckinghausen
Diskuswurf [2 kg]	49,82	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	30.08.1980	Jünkerath
Hammerwurf [7,26 kg]	45,35	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	02.05.2009	Leichlingen
Speerwurf [800 g]	58,28	Horst Timmer, 1943, Aachener TG	12.05.1990	Aachen
Gewichtswurf [15,88 kg]	13,36	Peter Holthuijsen (NED), 1961, SC Myhl Leichtathletik	03.09.2006	Weiblingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPEI(800gr)-200-DISI(2kg)-1.500	2.160 AK 2.817	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 5.51 - 34.43 - 26.64 - 27.31 - 5.24.32	31.08.2007	Erkelenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	* 6.500	Dürener TV * <i>Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden</i> Winkler 1939 2.310, Beuel 1939 2.307, Schnitzler 1943 1.883	24.09.1988	Düren
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUGI(7.26kg)-HOC-400 110HU(0.991/10)-DISI(2kg)-STA-SPEI(800gr)-1500	4.280 AK 5.546	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst 12.78 - 5.03 - 9.40 - 1.58 - 58.44 - 19.13 - 29.39 - 2.80 - 35.12 - 5:17.18	01./02.10.2005	Meckenheim
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(7.26kg)-KUGI(7.26kg)-DISI(2kg) SPEI(800gr)-GEW(15.88kg)	3.025 AK 3.566	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860 40,10 - 13,47 - 41,41 - 42,12 - 13,04	22.08.2009	Stekene (BEL)

Männer M50

ZURÜCK

100m	11,8*	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	17.09.1980	Leverkusen
200m	24,3*	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	20.09.1980	Leverkusen
400m	55,8*	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	21.07.1981	Aachen
800m	2:04,3*	Hans-Joachim Schulz, 1941, LG Hückelhoven	04.09.1991	Ratingen
1000m	2:44,5* 2:44,5*	Hans-Joachim Schulz, 1941, LG Hückelhoven Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	27.08.1991 02.07.1996	Aachen Aachen
1500m	4:17,0*	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	04.06.1997	Grefrath
Meile	5:03,27	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	03.08.2016	Tessengerlo (BEL)
3.000m	9:09,5*	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	13.07.1996	Sittard (NED)
5.000m	15:51,2*	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	21.05.1996	Aachen
10.000m	33:22,7*	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	19.06.1997	Euskirchen
5km (seit 2018)	16:39	Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	26.05.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)	1:01:53	LG Aachen Stefan Gösgens 1967 18:39, Frank Rheinfeider 1970 21:11, Klaus Vietzke 1968 22:03	25.10.2025	Herzogenrath
10km	32:54	Markus Mey, 1971, TV Eifeler Turnkraft Konzen	06.03.2022	Leverkusen



10km Mannschaft	1:50:40	SC Myhl Leichtathletik <small>Josef Frings 1955, Bernd Barten 1954, Jürgen Hennig 1955</small>	28.08.2005	Wegberg
Halbmarathon	1:12:38	Alfred Hermes, 1946, TV Huchem-Stammeln	22.03.1997	Neustadt
Halbmarathon Mannschaft	4:07:10	DLC Aachen <small>Winfried Wilems 1953 1:19:46, Herbert Büngeler 1957 1:21:45, Rainer Theß 1953 1:25:39</small>	05.04.2008	Reil
Marathon	2:32:30	Josef Hammes, 1934, SVS Merkstein	28.04.1984	Bremen
Marathon Mannschaft	8:27:01	DLC Aachen <small>Winfried Wilems 1953 2:39:15, Herbert Büngeler 1957 2:53:38, Rainer Theß 1953 2:54:08</small>	02.05.2007	Hamburg
100km	6:38:51	André Collet, 1971, Aachener TG	27.08.2022	Berlin-Bernau
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,914m/10)	15,44	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst	30.07.2011	Erkelenz
400m Hürden (0,838m/10)	65,41	Rainer Lensing, 1942, Dürener TV 1847	01.07.1995	Kerkrade (NED)
3.000m Hindernis (0,914m)	11:14,90	Josef Hammes, 1934, SVS Merkstein	05.06.1986	Aachen
4x100m	48,3*	Aachener TG <small>Dieter Heckmann 1942, Horst Göbel 1938, Günter Ortmanns 1936, Günter Reese 1942</small>	13.06.1992	Aachen
4x400m	3:53,1*	Aachener TG <small>Hubert Stenten 1934, Lothar Plaßmann 1930, Heinrich van Ameln 1930, Günter Ortmanns 1936</small>	25.09.1986	Aachen
3x1.000m	8:54,99	TV Huchem-Stammeln <small>Hartmut Bönsch 1945, Rolf-Peter Steffens 1943, Alfred Hermes 1946</small>	06.07.1996	Hagen
5.000m Gehen	23:23,48	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	06.07.2003	Sittard (NED)
5 km Gehen	27:19	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.10.2012	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	48:47,00	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	17.05.2003	Düsseldorf
10 km Gehen	47:16	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.12.2003	Rotterdam (NED)
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen <small>Peter Gaus 1952 53:34, Peter Schumm 1942 60:34, Richard Maichin 1946 61:37</small>	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen				
20km Gehen	1:40:21	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	27.09.2003	Gleina
20km Gehen Mannschaft	5:45:22	Alemannia Aachen <small>Peter Gaus 1952 1:40:21, Peter Schumm 1942 1:56:35, Herbert Neubacher 1953 2:08:26</small>	27.09.2003	Gleina
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	4:56:45	Dieter Plotzke, 1932, DLC Aachen	07.10.1984	Hahnstätten
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,65	Josef Kurth, 1949, Dürener TV	21.06.2008	Köln
Stabhochsprung	3,71	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	20.09.1986	Aachen
Weitsprung	5,72	Martin Baranzke, 1963, Team Voreifel	22.09.2013	Brey
Dreisprung	12,23	Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	21.07.2010	Nyiregyhaza (HUN)
Kugelstoß (6 kg)	16,41	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	22.06.1985	Rom (ITA)
Diskuswurf (1,5 kg)	54,10	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	04.06.1989	Übach-Palenberg
Hammerwurf (6 kg)	47,90	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	11.06.2011	Hückelhoven
Speerwurf (700 g)	52,24	Christian Hund, 1968, DJK Rasensport Aachen-Brand	30.06.2018	Mönchengladbach
Gewichtswurf (11,34 kg)	16,99	Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860	24.09.2011	Übach-Palenberg
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(700gr)-200-DIS(1,5kg)-1.500	2.006 AK 2.815	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst <small>5:12 - 34,01 - 26,68 - 27,08 - 5:36,94</small>	04.09.2010	Erkelenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	3.494 AK 5.333	SC Myhl Leichtathletik <small>Leo Pelzer, 1951, 1.594/AK 2.337 4,77 - 31,98 - 28,6 - 26,16 - 6:11,7 (h) Walter Settels, 1952, 1.273/AK 1.939 4,23 - 21,23 - 29,9 - 19,23 - 5:40,2 (h) Wolfgang Paulus, 1952, 627/AK 1.057 4,17 - 17,26 - 38,8 - 14,35 - 6:49,0 (h)</small>	16.05.2003	Erkelenz
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(6kg)-HOC-400 100H(U(0,914)-DIS(1,5kg)-STA-SPE(700gr)-1.500	3.048 AK 4.356	Martin Baranzke, 1963, LGO Euskirchen/Erftstadt <small>13.01 - 5,47 - 11,35 - 14,8 - 65,90 - 19,61 - o.g.V - 2,60 - 29,04 - aufg.</small>	28./29.09.2013	Zülpich
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				



Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF)
HAM(6kg)-KUG(6kg)-DIS(1,5kg)
SPE(700gr)-GEW(11,34kg)

3.500
AK 3.851

Peter Holthuijsen (NED), 1961, Turnverein Erkelenz 1860
44,10 - 14,45 - 47,76 - 41,60 - 16,99

24.09.2011 Übach-Palenberg

Männer M55

[ZURÜCK](#)

100m	12,0	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	31.07.1993	Erkelenz
200m	25,6*	Horst Göbel, 1938, Aachener TG	03.07.1993	Aachen
400m	58,08	Karl-Heinz Lorbach, 1961, LC Euskirchen	09.07.2016	Leinefelde
800m	2:10,53 2:10,53	Hans-Joachim Schultz, 1941, LG Hückelhoven Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	14.09.1996 13.09.2019	Recklinghausen Jesolo (ITA)
1000m	2:52,24	Hans-Joachim Schultz, 1941, LG Hückelhoven	21.08.1996	Bergisch-Gladbach
1500m	4:37,52	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	19.06.2019	Oedt
Meile	5:22,96	Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	09.06.2023	Valkenswaard (NED)
3.000m	9:56,56	Winfried Willems, 1957, Aachener TG	08.08.2013	Leverkusen
5.000m	17:20,4	Martin Willems, 1926, DLC Aachen	24.09.1981	Aachen
10.000m	35:49,7	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	03.10.1993	Aachen
5km (seit 2018)	18:17	Stefan Gösgens, 1967, LG Aachen	26.10.2024	Herzogenrath
5km Mannschaft (seit 2018)	1:01:53	LG Aachen Stefan Gösgens 1967 18:39, Frank Rheinfelder 1970 21:11, Klaus Vietzke 1968 22:03	25.10.2025	Herzogenrath
10km	35:05	Jan Dreesen, 1949, TuS Kreuzweingarten-Rheder	18.07.2004	Wegberg
10km Mannschaft	1:54:10	Aachener TG Winfried Willems 1957 37:11, Herbert Büngeler 1957 38:06, Gerald Stüber 1954 38:53	17.03.2013	Urmitz
Halbmarathon	1:17:01	Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	4:15:50	Aachener TG Winfried Willems 1957 1:19:21, Ferdi Schlag 1952 1:28:12, Rainer Theß 1953 1:28:17	15.04.2012	Griesheim
Marathon	2:47:04	Stefan Gösgens, 1967, Alemannia Aachen	16.04.2023	Rotterdam (NED)
Marathon Mannschaft	9:13:00	Aachener TG Winfried Willems 1957 2:49:29, Rainer Theß 1953 3:07:43, Herbert Laeven 1956 3:15:48	14.10.2012	München
100km	8:45:13	Wolfgang Braun, 1954, TV Eifeler Turnkraft Konzen	10.03.2018	Rheine
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,914m/10)	16,00	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	02.08.1994	Aachen
400m Hürden (0,838m/10)	69,81	Rainer Lensing, 1942, Dürener TV	15.08.1997	Schweinfurt
3.000m Hindernis (0,914m)	11:57,09	Norbert Borgmann, 1962, VSV Grenzland-Wegberg	31.07.2017	Aarhus (DEN)
4x100m	50,53	Aachener TG Hubert Stenten 1934, Lothar Plaßmann 1930, Heinrich van Ameln 1930, Ulrich Maroon 1929	27.05.1989	Aachen
4x400m				
3x1.000m	9:35,39	Aachener TG Rainer Theß 1953, Herbert Büngeler 1957, Winfried Willems 1957	13.07.2012	Erfurt
5.000m Gehen	25:12,97	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	04.06.2012	Diez
5 km Gehen	27:19	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	07.10.2012	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	54:57,7	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.06.2004	Kaiserslautern
10 km Gehen	49:49	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	18.05.2007	Regensburg
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen Peter Gaus 1952 53:34, Peter Schumm 1942 60:34, Richard Maichin 1946 61:37	22.04.2012	Naumburg
20.000m Gehen				
20km Gehen	1:48:24	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	28.04.2007	Naumburg
20km Gehen Mannschaft				
30km Gehen	2:44:42	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	20.05.2007	Regensburg
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen	5:33:23	Dieter Plotzke, 1932, Alemannia Aachen	04.10.1987	St. Odenrodt
50km Gehen Mannschaft				



Hochsprung	1,65	Josef Kurth, 1949, Dürener TV	21.06.2008	Köln
Stabhochsprung	3,00	Dieter Tobies, 1951, SV Rot-Weiß Schlafhorst	10.09.2006	Übach-Palenberg
Weitsprung	5,57	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	04.07.1992	Aachen
Dreisprung	12,23	Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	21.07.2010	Nyiregyhaza (HUN)
Kugelstoß (6 kg)	15,95	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	01.07.1990	Budapest (HUN)
Diskuswurf (1,5 kg)	53,78	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	21.05.1991	Eppstein
Hammerwurf (6 kg)	44,01	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	21.04.2018	Leichlingen
Speerwurf (700 g)	44,27	Jonathan Powell (GBR), 1962, Turnverein Erkelenz 1860	25.03.2017	Übach-Palenberg
Gewichtswurf (11,34 kg)	15,75	John Stegman (NED), 1961, Team Voreifel	^{10.11.2018} 29.08.2020	Leichlingen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(700gr)-200-DIS(1,5kg)-1.500	1.492 AK 2.456	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel 4.19 - 34,48 - 32,25 - 35,94 - 6.25,14	10.08.2008	Darmstadt
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(6kg)-HOC-400 100HÜ(0,914)-DIS(1,5kg)-STA-SPE(700gr)-1.500				
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(6kg)-KUG(6kg)-DIS(1,5kg) SPE(700gr)-GEW(11,34kg)	2.592 AK 3.159	Det Beckers, 1964, Aachener TG 36,61 - 10,65 - 34,85 - 38,48 - 12,68	10.08.2019	Zella-Mehlis

Männer M60

[ZURÜCK](#)

100m	12,85	-1.0	Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß	30.06.2018	Mönchengladbach
200m	25,8*		Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	03.08.1991	Erkelenz
400m	59,79		Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	10.08.1991	Sittard (NED)
800m	2:20,24		Andreas Müller, 1964, Turnverein Erkelenz 1860	28.08.2025	Bergisch Gladbach
1000m	3:08,11		Hans-Joachim Schulz, 1941, LAV Hückelhoven	30.05.2001	Grefrath
1500m	4:56,4*		Hans Olschweski, 1938, DLC Aachen	17.06.1998	Oedt
Meile	6:11,7*		Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	14.05.2002	Hückelhoven
3.000m	10:26,92		Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	11.06.1998	Venlo (NED)
5.000m	17:56,84		Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	01.05.1998	Süchteln
10.000m	37:01,75		Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	25.04.1998	Köln
5km (seit 2018)	18:55		Herbert Büngeler, 1957, Aachener TG	10.02.2018	Mönchengladbach
5km Mannschaft (seit 2018)					
10km	37:05		Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	21.02.1998	Mönchengladbach
10km Mannschaft	2:02:11		DJK Elmar Kohlscheid Paul Thelen 1943 38:37, Ulrich Heise 1938 39:39, Rolf Bischoff 1940 43:55	28.03.2004	Haltern
Halbmarathon	1:20:55 1:20:55		Mike Baker, 1936, LC Euskirchen Ulrich Heise, 1938, ESV Aachen	30.03.1996 25.01.1998	Kauserslautern Wegberg
Halbmarathon Mannschaft	4:30:02		DJK Elmar Kohlscheid Paul Thelen 1943 1:25:04, Ulrich Heise 1938 1:28:43, Rolf Bischoff 1940 1:36:15	14.03.2004	Siegburg
Marathon	2:59:48		Mikael Väisänen, 1964, LG Aachen	05.10.2025	Köln
Marathon Mannschaft					
100km	8:45:13		Wolfgang Braun, 1954, TV Eifeler Turnkraft Konzen	10.03.2018	Rheine
100km Mannschaft					
100m Hürden (0,838m/10)	16,35		Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	16.08.1996	Leinfeldern
300m Hürden (0,762m/7)	46,13		Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	01.08.1999	Gateshead (GBR)
2.000m Hindernis (0,914m)	8:29,4		Rainer Lensing, 1942, Dürener TV	07.05.2003	Hückelhoven
4x100m	52,98		Aachener TG Hubert Stenten 1934, Lothar Plaßmann 1930, Günter Ortmanns 1936, Heinrich von Ameln 1930	06.06.1996	Erkelenz



4x400m				
3x1.000m	11:00,49	VSV Grenzland Wegberg <small>Hans Borgmann 1934, Berthold Steinhäuser 1942, Josef Königs 1939</small>		13.07.2002 Kevelaer
5.000m Gehen	25:12,97	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen		04.06.2012 Diez
5 km Gehen	27:19	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen		07.10.2012 Tilburg (NED)
10.000m Gehen	54:57,7*	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen		18.06.2004 Kauserslautern
10 km Gehen	53:34	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen		22.04.2012 Naumburg
10 km Gehen Mannschaft	2:55:45	Alemannia Aachen <small>Peter Gaus 1952 53:34, Peter Schumm 1942 60:34, Richard Maichin 1946 61:37</small>		22.04.2012 Naumburg
20.000m Gehen				
20km Gehen	1:48:33	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen		07.10.2012 Tilburg (NED)
20km Gehen Mannschaft				
30km Gehen	3:09:44	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen		18.09.2010 Gleina
30km Gehen Mannschaft				
50km Gehen				
50km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,62	Josef Kurth, 1949, Dürener TV		20.06.2009 Köln
Stabhochsprung	2,75	Dieter Tobies, 1951, SV Rot-Weiß Schlafhorst		12.07.2013 Mönchengladbach
Weitsprung	5,46 0,0	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst		18.09.2021 Euskirchen
Dreisprung	11,13	Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel		12.08.2015 Lyon (FRA)
Kugelstoß (5 kg)	16,25	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst		17.06.1995 Stolberg
Diskuswurf (1,0 kg)	60,56	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst		29.09.1996 Wuppertal
Hammerwurf (5 kg)	47,54	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst		27.04.1996 Niederselters
Speerwurf (600 g)	45,30	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel		28.08.2014 Izmir (TUR)
Gewichtswurf (9,08 kg)	17,67	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst		19.09.1998 Cesenatico (ITA)
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(600gr)-200-DIS(1kg)-1.500	1.662 AK 2.836	Karl-Heinz Moll, 1939, DJK Frankenberg Aachen 4,37 - 30,18 - 30,11 - 30,43 - 5:34,95		21.08.1999 Aachen
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	3.641 AK *7.082	VSV Grenzland Wegberg Josef Königs, 1939, 1.442/AK 2.524 4,00 - 21,72 - 30,18 - 27,33 - 5:30,30 Felix Hoppe, 1930, 1.107/AK 2.446 M65 4,14 - 21,64 - 29,65 - 24,05 - 6:59,76 Hans Borgmann, 1934, *1.092(int.)M65 * Zurzeit sind keine Daten zur Umrechnung vorhanden		20.06.1999 Koblenz
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(5kg)-HOC-400 100HÜ(0,838)-DIS(1kg)-STA-SPE(600gr)-1.500	3.664 AK 5.999	Michael Chavet, 1965, Team Voreifel 14,05 (1-0,1) - 4,64 (1-1,3) - 11,36 - 1,47 - 70,24 - 16,94 (1-27) - 37,93 - 2,30 - 34,39 - 6:27,72	10.-11.10.2025	Ribeira Brava (POR)
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(5kg)-KUG(5kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	3.398 AK 4.341	M65 Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 42,63 - 14,14 - 47,24 - 40,55 - 16,42		12.07.2001 Brisbane (AUS)

Männer M65

[ZURÜCK](#)

100m	13,0*	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen		02.06.1983 Aachen
	13,24 0,4	Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß		12.08.2023 Mönchengladbach
200m	26,89 1,8	Günter Vogel, 1958, SV Germania Dürwiß		25.05.2024 Euskirchen
400m	63,80	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg		18.08.1995 Minden
800m	2:39,85	Helmut Groß, 1948, DJK Rasensport Aachen-Brand		15.09.2013 Aachen
1000m	3:17,5*	Ludwig Schurt, 1920, Zollsportverein Aachen		05.07.1985 Aachen
1500m	5:17,9*	Ludwig Schurt, 1920, Zollsportverein Aachen		12.06.1985 Aachen
Meile	6:53,2*	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg		14.05.2002 Hückelhoven
3.000m	11:05,08	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid		20.05.2003 Aachen
5.000m	19:02,40	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid		06.05.2003 Aachen
10.000m	39:41,0*	Ludwig Schurt, 1920, Zollsportverein Aachen		09.05.1985 Aachen



5km (seit 2018)	20:32	Ralf Laermann, 1958, VSV Grenzland Wegberg	03.03.2024	Leverkusen
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	39:39	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	28.03.2004	Haltern
10km Mannschaft	2:11:24	DJK Elmar Kohlscheid Ulrich Heise 1938 42:15, Paul Thelen 1943 42:27, Rolf Bischoff 1940 46:42	20.09.2008	Wegberg
Halbmarathon	1:27:12	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	25.01.2004	Wegberg
Halbmarathon Mannschaft	5:44:37	VSV Grenzland Wegberg Leo Sentis 1936 1:49:44, Hans Borgmann 1934 1:55:42, Franz Beckers 1934 1:59:11	27.01.2002	Wegberg
Marathon	3:14:14	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	01.06.2003	Duisburg
Marathon Mannschaft				
100km	9:02:41	Wolfgang Braun, 1954, TV Eifeler Turnkraft Konzen	21.09.2024	Kandel
100km Mannschaft				
100m Hürden (0,838m/10)	19,87	1,6 Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst	17.05.2025	Euskirchen
300m Hürden (0,762m/7)	62,89	Alfred Reinhardt, 1960, SV Rot-Weiß Schlafhorst	18.05.2025	Euskirchen
2.000m Hindernis (0,914m)	9:31,30	Rainer Lensing, 1942, TV Girelsrath	15.06.2011	Hilden
4x100m	69,77	VSV Grenzland Wegberg Siegfried Schwarz 1935, Hans Borgmann 1934, Leo Sentis 1936, Felix Hoppe 1930	19.05.2007	Erkelenz
4x400m				
3x1.000m	12:08,4	VSV Grenzland Wegberg Berthold Steinhäuser 1942, Josef Königs 1939, Leo Sentis 1936	10.09.2008	Hückelhoven
5.000m Gehen	27:43,44	Peter Gaus, 1952, Alemannia Aachen	16.09.2017	Diez
5 km Gehen	27:40	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	20.03.2011	Gent (BEL)
10.000m Gehen	56:58,27	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	12.05.2007	Düsseldorf
10 km Gehen	56:35	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.05.2007	Regensburg
10 km Gehen Mannschaft				
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:00:41	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	28.05.2011	Bad Abach
20km Gehen Mannschaft				
30km Gehen	3:09:44	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.09.2010	Gleina
30km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,41	Rainer Lensing, 1942, TV Girelsrath	02.09.2007	Aachen
Stabhochsprung	2,40	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	07.08.2014	Zülpich
Weitsprung	5,04	0,5 Ollmanns Hans Hubert, 1959, SC Myhl LA	25.08.2024	Wesel
Dreisprung	10,28	0,3 Wolfram Walther, 1955, Team Voreifel	06.09.2020	Düsseldorf
Kugelstoß (5 kg)	14,54	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.03.2001	Stolberg
Diskuswurf (1 kg)	54,84	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	18.03.2000	Übach-Palenberg
Hammerwurf (5 kg)	44,59	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	30.09.2000	Übach-Palenberg
Speerwurf (600 g)	45,30	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	28.08.2014	Izmir (TUR)
Gewichtswurf (9,08 kg)	16,50	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	22.07.2004	Aarhus (DEN)
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE[600gr]-200-DIS[1kg]-1.500	1.107 AK 2.446	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 4,14 - 21,64 - 29,65 - 24,05 - 6:59,76	20.06.1999	Koblenz
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Zehnkampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG[5kg]-HOC-400 100HU(0,838)-DIS[1kg]-STA-SPE[600gr]-1.500	3.139 AK 5.528	Herbert Mussinghoff, 1949, LGO Euskirchen/Erftstadt 14,65 - 3,75 - 12,34 - 1,40 - 86,16 - 20,51 - 48,51 - 2,40 - 39,40 - aufg.	06./07.09.2014	Zülpich
Zehnkampf Mannschaft (WMA2023 AF)				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM[5kg]-KUG[5kg]-DIS[1kg] SPE[600gr]-GEW[9,08kg]	3.398 AK 4.341	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 42,63 - 14,14 - 47,24 - 40,55 - 16,42	12.07.2001	Brisbane (AUS)



Männer M70

[ZURÜCK](#)

100m	13,54	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	12.08.2000	Aachen
200m	27,78	Lothar Plaßmann, 1930, Aachener TG	12.08.2000	Aachen
400m	69,81	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	12.07.2001	Brisbane (AUS)
800m	2:57,56	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	16.05.2009	Erkelenz
1000m	3:48,19	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	31.05.2009	Hückelhoven
1500m	5:55,24	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.05.2008	Oedt
Meile	7:17,3*	Willi Hören, 1928, SC Myhl Leichtathletik	18.04.1998	Erkelenz
3.000m	11:48,5*	Johann Schmitz, 1922, TV Konzen	03.06.1992	Aachen
5.000m	20:09,9*	Johann Schmitz, 1922, TV Konzen	13.05.1992	Aachen
10.000m	42:33,24	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	28.08.2008	Mönchengladbach
5km (seit 2018)	27:00	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	30.09.2018	Hückelhoven
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	42:15	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	20.09.2008	Wegberg
Halbmarathon	1:30:31	Reiner Renner, 1940, DJK Gillrath	07.03.2010	Selkant
Marathon	3:30:11	Johann Schmitz, 1922, TV Konzen	12.04.1992	Hannover
100km	9:02:41	Wolfgang Braun, 1954, TV Eifeler Turnkraft Konzen	21.09.2024	Kandel
80m Hürden (0,762m/8)				
300m Hürden (0,686m/7)				
2.000m Hindernis (0,914m)				
4x100m	69,77	VSV Grenzland Wegberg Siegfried Schwarz 1935, Hans Borgmann 1934, Leo Sentis 1936, Felix Hoppe 1930	19.05.2007	Erkelenz
4x400m				
3x1.000m	12:53,70	VSV Grenzland Wegberg Josef Königs 1939, Leo Sentis 1936, Hans Borgmann 1934	02.05.2009	Bad Neuenahr-Ahrweiler
5.000m Gehen	29:08,9	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	29.09.2012	Diez
5 km Gehen	29:20	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.06.2014	Düsseldorf
10.000m Gehen	59:46,9	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:08	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.12.2013	Rotterdam (NED)
20km Gehen	2:04:13	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	18.05.2014	Naumburg
30km Gehen	3:32:10	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	19.05.2018	Alicante (ESP)
Hochsprung	1,38	Otto Theißen, 1940, TV Höfen	23.09.2011	Erkelenz
Stabhochsprung				
Weitsprung	4,40	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	12.08.1990	Budapest (HUN)
Dreisprung	8,54 ^{0.8}	Heribert Reinartz, 1949, SV Rot-Weiß Schlafhorst	13.07.2019	Leinefelde-Worbis
Kugelstoß (4 kg)	14,23	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	23.07.2006	Posen (POL)
Diskuswurf (1 kg)	49,70	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	27.02.2005	Düsseldorf
Hammerwurf (4 kg)	47,82	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	17.03.2006	Linz (AUT)
Speerwurf (500 g)	40,02	Herbert Mussinghoff, 1949, Team Voreifel	26.05.2019	Gladbeck
Gewichtswurf (7,26 kg)	18,95	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	10.09.2007	Riccione (ITA)
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(4kg)	824 AK 1.904	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 14,6 - 3,71 - 9,55	06.05.2000	Leverkusen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(500g)-200-DIS(1,0kg)-1.500	879 AK 2.038	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 3,85 - 23,87 - 31,4 - 22,40 - aufg.	16.05.2003	Wegberg
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(500g)-GEW(7,26kg)	3.264 AK 4.149	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 43,22 - 13,62 - 46,13 - 29,42 - 17,63	31.07.2005	Edmonton (CAN)



Männer M75

[ZURÜCK](#)

100m	14,1*	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	16.07.1994	Erkelenz
200m	29,77	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	10.10.1993	Miyazaki (JPN)
400m	76,59	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	14.07.2007	Fulda
800m	3:11,02	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	11.05.2013	Aachen
1000m	4:04,50	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	07.06.2013	Troisdorf
1500m	6:13,42	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.06.2013	Troisdorf
Meile				
3.000m	12:59,37	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.05.2013	Aachen
5.000m	22:09,39	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	07.05.2013	Aachen
10.000m	44:17,08	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	21.04.2013	Essen
5km (seit 2018)	27:00	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	30.09.2018	Hückelhoven
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	44:11	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	12.01.2013	Nettetal
Halbmarathon	1:38:22	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	19.01.2014	Wegberg
Marathon	3:45:56	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	25.10.2015	Frankfurt am Main
100km				
80m Hürden (0,762m/8)				
300m Hürden (0,686m/7)				
2.000m Hindernis (0,914m)				
4x100m				
4x400m				
3x1.000m				
5.000m Gehen	30:41,03	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.07.2017	Best (NED)
5 km Gehen	31:40	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.10.2017	Tilburg (NED)
10.000m Gehen	1:03:19,06	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	02.09.2017	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:03:22	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	01.10.2017	Tilburg (NED)
20km Gehen	2:10:55	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	03.08.2017	Aarhus (DEN)
30km Gehen	3:32:10	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	19.05.2018	Alicante (ESP)
Hochsprung	1,32	Otto Theißen, 1940, TV Höfen	21.07.2015	Mönchengladbach
Stabhochsprung				
Weitsprung	4,16	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	03.06.1994	Athen (GRE)
Dreisprung	7,64 ^{0,2}	Heribert Reinartz, 1949, SV Rot-Weiß Schlafhorst	01.06.2024	Mönchengladbach
Kugelstoß (4 kg)	11,88	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	20.03.2010	Aachen
Diskuswurf (1 kg)	43,77	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.09.2011	Übach-Palenberg
Hammerwurf (4 kg)	43,62	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	02.10.2010	Hückelhoven
Speerwurf (500 g)	32,66	Klaus Maurus, 1943, Aachener TG	31.05.2018	Mönchengladbach
Gewichtswurf (7,26 kg)	17,07	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	16.07.2010	Nyiregyhaza (HUN)
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(4kg)	646 AK 1.859	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 15,56 - 3,45 - 8,50	11.06.2006	Ahlen
Fünfkampf (WMA2023 AF) WEI-SPE(500gr)-200-DIS(1,0kg)-1.500	539 AK 1.686	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg 3,37-16,96-55,93-20,69-aufg.	29.08.2008	Erkelenz
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(7,26kg)	2.869 AK 4.161	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 41,87 - 10,16 - 43,77 - 27,68 - 16,06	24.09.2011	Übach-Palenberg



Männer M80

[ZURÜCK](#)

100m	15,78	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	12.06.2010	Aichbach
200m	33,29	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	04.07.2010	Kevelaer
400m	93,17	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	01.10.2011	Aachen
800m	3:28,48	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	15.06.2018	Aachen
1000m	4:27,65	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	04.07.2018	Grefrath
1500m	6:42,09	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	30.06.2018	Mönchengladbach
Meile				
3.000m	14:10,21	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	21.05.2018	Siegburg
5.000m	24:27,87	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	07.09.2018	Dormagen
10.000m	48:35,58	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	14.04.2018	Aachen
5km (seit 2018)	29:24	Josef Königs, 1939, VSV Grenzland Wegberg	16.11.2019	Hückelhoven
5km Mannschaft (seit 2018)				
10km	47:10	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	13.01.2018	Nettel
Halbmarathon	1:47:57	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	25.02.2018	Hamm
Marathon	3:57:10	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	11.03.2018	Kandel
5.000m Gehen	34:46,60	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	02.07.2022	Best (NED)
5 km Gehen	34:47	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	30.04.2022	Frankfurt/Main
10.000m Gehen				
10 km Gehen	1:09:13	Peter Schumm, 1942, Alemannia Aachen	06.03.2022	Rotterdam (NED)
20km Gehen				
30km Gehen				
Hochsprung	1,10	Paul Esser, 1937, Aachener TG	31.05.2018	Mönchengladbach
Weitsprung	3,32	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	12.06.2010	Aichbach
Kugelstoß (3 kg)	11,55	Dr. Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG	25.03.2017	Übach-Palenberg
Diskuswurf (1 kg)	36,17	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	04.06.2016	Essen
Hammerwurf (3 kg)	44,38	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	15.08.2015	Lyon (FRA)
Speerwurf (400 g)	27,96	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	17.04.2016	Aachen
Gewichtswurf (5,45 kg)	18,50	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	07.08.2015	Lyon (FRA)
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(400g)-GEW(5,45kg)	2.657 AK 3.915	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 44,38 - 10,50 - 30,84 - 26,90 - 16,01	15.08.2015	Lyon (FRA)

Männer M85

[ZURÜCK](#)

100m	18,72	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	10.07.2015	Zittau
200m	39,51	Felix Hoppe, 1930, VSV Grenzland Wegberg	20.06.2015	Oberhausen
400m	115,74	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	18.06.2023	Köln
800m	4:06,86	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	13.08.2023	Mönchengladbach
1000m	5:14,09	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	27.08.2023	Aachen
1500m	7:54,30	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	12.08.2023	Mönchengladbach
Meile				
3000m	17:21,42	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	16.06.2023	Aachen
5000m	28:55,57	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	03.06.2023	Mönchengladbach
10000m	62:27,81	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	22.04.2023	Dortmund-Hacheneay
5km (seit 2018)	28:34	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	21.10.2023	Köln-Porz
5km Mannschaft (seit 2018)				



10 km	57:53	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	05.03.2023	Leverkusen
Halbmarathon	2:41:23	Ulrich Heise, 1938, DJK Elmar Kohlscheid	19.03.2023	Bergisch Gladbach
Hochsprung	0,92	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	16.06.2019	Euskirchen
Kugelstoß [3 kg]	9,51	Peter Krusche, 1922, Aachener TG	11.10.2008	Aachen
Diskuswurf [1 kg]	21,14	Paul Esser, 1937, Aachener TG	09.04.2022	Übach-Palenberg
Hammerwurf [3 kg]	26,34	Paul Esser, 1937, Aachener TG	09.04.2022	Übach-Palenberg
Speerwurf [400 g]	24,29	Peter Krusche, 1922, Aachener TG	17.08.2008	Aachen
Gewichtswurf [5,45 kg]	9,37	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	27.04.2019	Alzey
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM[3kg]-KUG[3kg]-DIS[1kg] SPE[400gr]-GEW[5,45kg]	1.218 AK 2.256	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg 20,36 - 6,72 - 14,51 - 16,67 - 9,37	27.04.2019	Alzey

Männer M90

[ZURÜCK](#)

Kugelstoß [3 kg]	7,44	Peter Krusche, 1922, Aachener TG	29.04.2012	Villmar
Diskuswurf [1 kg]	11,76	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	22.03.2025	Wassenberg
Hammerwurf [3 kg]	15,11	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	06.04.2025	Hückelhoven
Speerwurf [400 g]	12,94	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	27.04.2024	Leichlingen
Gewichtswurf [5,45 kg]	7,71	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg	27.04.2024	Leichlingen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM[3kg]-KUG[3kg]-DIS[1kg] SPE[400gr]-GEW[5,45kg]	839 AK 2.030	Hans Borgmann, 1934, VSV Grenzland Wegberg 14,52 - 5,25 - 10,96 - 12,94 - 7,71	27.04.2024	Leichlingen

Frauen W30

[ZURÜCK](#)

100m	11,64	Maja Asaraschwili, 1964, Eschweiler SG	07.06.1996	Nürnberg
200m	23,30	Maja Asaraschwili, 1964, Eschweiler SG	30.06.1996	Essen
400m	58,88	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	03.06.1999	Erkelenz
800m	2:17,43	Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	10.07.1999	Konstanz
1000m	3:25,9	Antoinette Jünger, 1956, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	4:42,56	Gerdrud Theißen, 1940, TV Konzen	14.08.1984	Mönchengladbach
Meile	5:44,0	Barbara Hillebrand, 1957, DJK Wassenberg	26.04.1997	Erkelenz
3.000m	9:55,5	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	12.06.1986	Aachen
5.000m	16:51,9	Monika Lövenich, 1955, DJK LC Vettweiß	08.08.1987	Sittard (NED)
10.000m	35:09,6	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	27.03.1993	Aachen
5km [seit 2018]	17:46	Laura Laermann, 1993, LG Aachen	01.03.2025	Mönchengladbach
5km Mannschaft (seit 2018)	1:06:24	LG Stolberg Daniela Küster 1981 20:40, Nadine Hellmann 1981 22:20, Katrin Kuckelkorn 1979 23:24	25.10.2025	Herzogenrath
10km	35:35	Birgit Rau, 1967, LC Euskirchen	03.03.2002	Leverkusen
10km Mannschaft	1:55:53	DJK Jung-Siegfried Herzogenrath Claudia Leschnik 1981 37:01, Eva Offermanns 1983 37:27, Heike Herma 1971 41:25	15.03.2014	Salzkotten
Halbmarathon	1:15:17	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammen
Halbmarathon Mannschaft	4:08:23	DLC Aachen Angelika Dunke 1955 1:21:08, Birgit Kieven 1961 1:21:46, Antje Küpper 1967 1:25:29	01.03.1998	Huchem-Stammen
Marathon	2:36:13	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	01.10.1989	Berlin
Marathon Mannschaft	8:49:43	DLC Aachen Angelika Dunke 1955 2:55:29, Gabriele Reiners 1966 2:56:39, Birgit Kieven 1961 2:57:35	05.10.1997	Köln
100km	7:58:23	Svetlana Waack [BLR], 1967, DJK Frankenberg Aachen	13.09.1997	Winschoten



100km Mannschaft	27:44:16	DLC Aachen <small>Maria Theissen 1955 8:47:25, Marianne Gerards 1941 9:28:25, Resi Grawinkel 1942 9:28:26</small>	05.09.1992	Rheine
100m Hürden (0,838m/10)	14,27	Christiane Wolff, 1965, DJK Rasensport Aachen-Brand	27.08.1997	Paris (FRA)
400m Hürden (0,762m/10)	65,44	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	29.05.2001	Hilden
3.000m Hindernis (0,762m)				
4x100m	53,20	Turnverein Erkelenz 1860 <small>Katrin Müller 1971, Christiane Küppers 1970, Rosemarie Emunds 1967, Heidi Schmiedicke-Hintzen 1967</small>	10.06.2001	Erkelenz
4x400m	4:56,83	StG LA Team Heinsberg <small>Anja Deckers 1969, Beate Derichs 1967, Martina Joachims 1962, Kerstin Krollkowski 1969</small>	23.09.2011	Erkelenz
3x800m	7:32,19	DJK Jung-Siegfried Herzogenrath <small>Christiane Meer 1974, Heike Herma 1971, Claudia Leschnik 1981</small>	15.06.2014	Herzogenrath
5.000m Gehen	29:21,7	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	19.08.1992	Wert (NED)
5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:42	Renate Sturz, 1946, TV Germania Obermaubach	20.05.1990	Kerpen
10 km Gehen Mannschaft	3:15:53	Alemannia Aachen <small>Gertrud Schumm 1955, Christine Plotzke 1936, Maria Lauter 1953</small>	27.04.1986	Herten
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:09:32	Cornelia Neubacher, 1956, Alemannia Aachen	09.04.1995	Paris (FRA)
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,65	Angelika Decker, 1951, SG Düren 99	03.10.1981	Sittard (NED)
Stabhochsprung	1,80	Laura Friedenheim, 1991, DJK Rasensport Aachen-Brand	13.06.2023	Greve (DEN)
Weitsprung	6,10	Edda Tocha, 1949, SG Düren 99	07.07.1979	Essen
Dreisprung	10,16	Hiltrud Schumacher, 1964, Team Voreifel	29.08.1998	Euskirchen
Kugelstoß (4 kg)	12,52	Elli Schwan, 1940, Alemannia Aachen	08.09.1993	München
Diskuswurf (1 kg)	45,72	Marita Schuran, 1949, Dürener TV	22.06.1979	Düren
Hammerwurf (4 kg)	40,22	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	20.06.2010	Hückelhoven
Speerwurf (600 g)	38,83	Dr. Monika Gube, 1974, DJK Elmar Kohlscheid	18.08.2006	Euskirchen
Gewichtwurf (9,08 kg)	12,98	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	26.09.2009	Übach-Palenberg
Fünfkampf (int. Wertung) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	3.148	Martina Steinbach, 1968, DJK Rasensport Aachen-Brand <small>12,93 - 1,52 - 8,90 - 5,26 - 2,34,86</small>	19.06.1999	Koblenz
Fünfkampf Mannschaft (int. Wertung)	5.464	SC Myhl Leichtathletik <small>Anja Deckers, 1969, 2.192 14,94 - 1,26 - 9,32 - 4,32 - 2,47,54 Kerstin Krollkowski, 1969, 1.644 16,04 - 1,30 - 8,11 - 4,18 - 3,27,07 Beate Derichs, 1966, 1.628 15,55 - 1,14 - 6,95 - 3,75 - 2,56,06</small>	04.05.2013	Düren
Siebenkampf (int. Wertung) 100H(0,838m/10)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr)-800	4.215	Paula Lassner, 1993, DJK Frankenberg 1912 Aachen <small>15,40 (+0,2) - 1,47 - 9,49 - 27,36 (+1,31) - 5,00 (0,0) - 28,69 - 2,33,67</small>	27.-28.06.2025	Düsseldorf

Frauen W35

[ZURÜCK](#)

100m	12,6*	Edda Tocha, 1949, SG Düren 99	16.06.1984	Düren
200m	26,2*	Hildegard Mohnen, 1940, LG Pfeifer & Langen Ameln	13.07.1982	Willich
400m	60,46	Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	22.06.2000	Kevelaer
800m	2:17,5*	Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	26.08.1978	Hörsbach
1000m	3:25,9*	Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	4:42,56	Gerdrud Theißen, 1940, TV Konzen	14.08.1984	Mönchengladbach
Meile	5:44,0*	Barbara Hillebrand, 1957, DJK Wassenberg	26.04.1997	Erkelenz
3.000m	9:58,2*	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	31.05.1994	Aachen
5.000m	17:21,2*	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	13.05.1992	Aachen
10.000m	35:09,6*	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	27.03.1993	Aachen
5km (seit 2018)	20:25	Claudia Valdix, 1981, LG Stolberg	26.10.2024	Herzogenrath



5km Mannschaft (seit 2018)	1:06:24	LG Stolberg Daniela Küster 1981 20:40, Nadine Hellmann 1981 22:20, Katrin Kuckelkorn 1979 23:24	25.10.2025	Herzogenrath
10km	36:23	Birgit Rau, 1967, LC Euskirchen	13.11.2004	Langsur
10km Mannschaft	2:08:00	Dürener TV Irene Havartz-Röhlich 1966 39:48, Monika Ruland 1963 41:29, Gisela Maubach 1957 46:43	05.08.2006	Eschweiler
Halbmarathon	1:15:17	Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	07.03.1993	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	4:30:53	VSV Grenzland Wegberg Anni Loenstad 1953 1:26:41, Antoinette Jünger 1959 1:27:36, Martina Zerresen-Mikosch 1960 1:36:36	25.01.1998	Wegberg
Marathon	2:52:59	Birgit Rau, 1967, LC Euskirchen	10.10.2004	Essen
Marathon Mannschaft	10:37:30	DLC Aachen Maria Theißen 1955 3:12:17, Simone Spellerberg 1961 3:42:08, Klinkenberg 1951 3:43:05	04.05.1997	Regensburg
100km	8:13:22	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	29.04.2006	Rodenbach
100km Mannschaft	27:44:16	DLC Aachen Maria Theissen 1955 8:47:25, Marianne Gerards 1941 9:28:25, Resi Grawinkel 1942 9:28:26	05.09.1992	Rheine
100m Hürden (0,838m/10)	16,49	Nina Schoos, 1986, DJK Frankenberg Aachen	04.06.2022	Schwabach
400m Hürden (0,762m/10)	67,02	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	10.07.2005	Schweinfurt
2.000m Hindernis (0,762m)	8:48,90	Ulla Redenz, 1959, DJK Frankenberg Aachen	05.05.2005	Hückelhoven
4x100m	53,4*	DJK Armada Euchen-Würselen Bauer, Pagggen, Maidorn, Herrmann	15.06.1985	Aachen
4x400m	4:56,83	StG LA Team Heinsberg Anja Deckers 1969, Beate Derichs 1967, Martina Joachims 1962, Kerstin Krollkowski 1969	23.09.2011	Erkelenz
3x800m	7:42,80	Dürener TV (als Mitglied der SIG Nutrixion Masters) Birgit Vilvo 1983, Judith Wilhelmus 1983, Simone van Dam 1972	04.08.2018	Zella-Mehlis
5.000m Gehen	29:22,18	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen
5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9*	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:42	Renate Sturz, 1946, TV Germania Obermaubach	20.05.1990	Kerpen
10 km Gehen Mannschaft	3:28:03	Alemannia Aachen Marion Fuchs 1960 1:03:25, Cornelia Neubacher 1956 1:21:30, Gertrud Schumm 1955 1:23:08	04.06.2005	Kerpen
20.000m Gehen				
20km Gehen	2:09:32	Cornelia Neubacher, 1956, Alemannia Aachen	09.04.1995	Paris (FRA)
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,55	Heidi Schmiedicke-Hintzen, 1967, Turnverein Erkelenz 1860	27.09.2002	Köngen
Stabhochsprung				
Weitsprung	5,65	Edda Tocha, 1949, SG Düren 99	21.07.1984	Itzehoe
Dreisprung	9,37 -1,2	Therese Jäger, 1975, SC Myhl Leichtathletik	01.07.2018	Mönchengladbach
Kugelstoß (4 kg)	12,20	Anja Fuchs-Muth, 1974, Team Voreifel	04.09.2010	Leichlingen
Diskuswurf (1 kg)	40,92	Angelika Kirkpatrick, 1954, Aachener TG	14.06.1989	Kerkrade (NED)
Hammerwurf (4 kg)	40,22	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	20.06.2010	Hückelhoven
Speerwurf (600 g)	38,70	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	15.05.2010	Düren
Gewichtwurf (9,08 kg)	12,98	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	26.09.2009	Übach-Palenberg
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	2.594 AK 2.694	Anja Schrader, 1972, FC Germania Dürwiss 13,66-1,48-8,19-4,52-2,47,34	13.06.2009	Ahlen
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	5.464 AK 6.809	SC Myhl Leichtathletik Anja Deckers, 1969, W40, 2.192/AK 2.573 14,94 - 1,26 - 9,32 - 4,32 - 2,47,54 Kerstin Krollkowski, 1969, W40, 1.644/AK 1.986 16,04 - 1,30 - 8,11 - 4,18 - 3,27,07 Beate Derichs, 1966, W45, 1.628/AK 2.250 15,55 - 1,14 - 6,95 - 3,75 - 2,56,06	04.05.2013	Düren
Siebenkampf (WMA2023 AF) 100HÜ(0,838m/10)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600g)-800	3.344 AK 3.452	Anja Schrader, 1972, FC Germania Dürwiss 17,52 - 1,46 - 8,82 - 27,65 - 4,14 - 20,54 - 2,48,59	19./20.09.2009	Aachen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(600g)-GEW(9,08kg)	2.657 AK 3.045	w40 Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel 38,13 - 9,61 - 30,68 - 37,50 - 12,22	12.06.2011	Hückelhoven



Frauen W40

[ZURÜCK](#)

100m	12,97	^{1.6}	Anja Pütz, 1973, SV Germania Dürwiß	30.06.2018	Mönchengladbach
200m	26,2		Hildegard Mohnen, 1940, LG Pfeiffer & Langen Ameln	13.07.1982	Willich
400m	61,91		Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	26.05.2005	Leverkusen
800m	2:17,82		Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	24.08.1984	Brighon (GBR)
1000m	3:25,9		Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	4:42,56		Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	14.08.1984	Mönchengladbach
Meile	5:44,0		Barbara Hillebrand, 1957, DJK Wassenberg	26.04.1997	Erkelenz
3.000m	10:23,9		Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	12.06.1984	Mönchengladbach
5.000m	17:30,94		Gertrud Theißen, 1940, TV Konzen	20.07.1984	Itzehoe
10.000m	38:50,33		Astrid Schmitz, 1962, TuS Schleiden	08.04.2006	Aachen
5km (seit 2018)	20:25		Claudia Valdix, 1981, LG Stolberg	26.10.2024	Herzogenrath
5km Mannschaft (seit 2018)	1:06:24		LG Stolberg <small>Daniela Küster 1981 20:40, Nadine Hellmann 1981 22:20, Katrin Kuckelkorn 1979 23:24</small>	25.10.2025	Herzogenrath
10km	38:42		Ulla Rosen, 1958, LG Eifel-Runners	18.01.1989	Porz
10km Mannschaft	2:08:00		Dürener TV <small>Irene Havartz-Röhlich 1966 39:48, Monika Ruland 1963 41:29, Gisela Maubach 1957 46:43</small>	05.08.2006	Eschweiler
Halbmarathon	1:19:15		Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	05.03.1995	Huchem-Stammeln
Halbmarathon Mannschaft	4:42:58		TV Huchem-Stammeln <small>Ursula Reinartz 1959 1:30:36, Amthor 1959 1:36:06, Klara Reisen 1951 1:36:16</small>	14.03.1999	Niederzier
Marathon	2:55:15		Angelika Dunke, 1955, DLC Aachen	05.10.1997	Köln
Marathon Mannschaft	10:37:47		Germania Dürwiß <small>Birgit Linnartz 1961 2:57:29, Helene Kohlen 1955 3:45:37, Gitta Liebscher 1963 3:54:11</small>	05.10.2003	Köln
100km	8:13:22		Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	29.04.2006	Rodenbach
80m Hürden [0,762m/8]	13,13[0,2]		Anja Bongen, 1973, Germania Dürwiß	12.07.2019	Leinefelde-Worbis
400m Hürden [0,762m/10]	67,35		Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	28.06.2009	St. Wendel
2.000m Hindernis [0,762m]	8:48,90		Ulla Redenz, 1959, DJK Frankenberg Aachen	05.05.2005	Hückelhoven
4x100m	56,3		DJK Frankenberg Aachen <small>Karin Stump 1945, Anne Rummier 1954, Maria Dautzenberg 1957, Beate Adamy 1958</small>	19.07.2003	Erkelenz
4x400m	4:56,83		StG LA Team Heinsberg <small>Anja Deckers 1969, Beate Derichs 1967, Martina Joachims 1962, Kerstin Krolkowski 1969</small>	23.09.2011	Erkelenz
3x800m	8:03,66		DJK Jung-Siegfried Herzogenrath <small>Heike Herma 1971, Astrid Schoenen 1970, Christiane Meer 1974</small>	03.05.2015	Bad Neuenahr
5.000m Gehen	29:22,18		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen
5 km Gehen	28:55		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:42		Renate Sturz, 1946, TV Germania Obermaubach	20.05.1990	Kerpen
10 km Gehen Mannschaft	3:28:03		Alemannia Aachen <small>Marion Fuchs 1960 1:03:25, Cornelia Neubacher 1956 1:21:30, Gertrud Schumm 1955 1:23:08</small>	04.06.2005	Kerpen
20.000m Gehen					
20km Gehen	2:12:27		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	11.06.2011	Erfurt
20km Gehen Mannschaft					
Hochsprung	1,53		Kristina Marten, 1984, Team Voreifel	05.07.2025	Wassenberg
Stabhochsprung					
Weitsprung	5,19		Hildegard Mohnen, 1940, LG Pfeiffer & Langen Ameln	23.09.1981	Leverkusen
Dreisprung	9,37	^{-1.2}	Therese Jäger, 1975, SC Myhl Leichtathletik	01.07.2018	Mönchengladbach
Kugelstoß [4 kg]	11,60		Sandra Venghaus, 1980, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.08.2025	Gotha
Diskuswurf [1 kg]	33,22		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	31.09.1991	Apeldoorn (NED)
Hammerwurf [4 kg]	38,13		Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	12.06.2011	Hückelhoven
Speerwurf [600 g]	37,65		Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	13.05.2011	Euskirchen



Gewichtwurf (9,08 kg)	12,55	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	17.08.2019	Alzey
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	2.494 AK 2.903	Kerstin Knödler, 1980, Dürener TV 14,26(0,0) - 1,36 - 9,44 - 4,87(-0,4) - 2:52,02	23.08.2020	Zella-Mehlis
Fünfkampf Mannschaft (WMA2023 AF)	5.464 AK 6.809	SC Myhl Leichtathletik Anja Deckers, 1969, 2.192/AK 2.573 14,94 - 1,26 - 9,32 - 4,32 - 2:47,54 Kerstin Krolkowski, 1969, 1.644/AK 1.986 16,04 - 1,30 - 8,11 - 4,18 - 3:27,07 Beate Derichs, 1966, W45, 1.628/AK 2.250 15,55 - 1,14 - 6,95 - 3,75 - 2:56,06	04.05.2013	Düren
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr)-800	2.885 AK 3.063	Rachel Bondy, 1975, Euskirchener TSC 15,98 - 1,28 - 9,79 - 32,06 - 3,89 - 30,40 - 3:28,15	26./27.09.2015	Zülpich
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(600gr)-GEW(9,08kg)	2.657 AK 3.045	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel 38,13 - 9,61 - 30,68 - 37,50 - 12,22	12.06.2011	Hückelhoven

Frauen W45

[ZURÜCK](#)

100m	12,97	1.6	Anja Pütz, 1973, SV Germania Dürwiß	30.06.2018	Mönchengladbach
200m	27,64	0.0	Anja Pütz, 1973, SV Germania Dürwiß	04.07.2018	Grefrath
400m	63,43		Simone van Dam, 1972, Dürener TV	20.06.2018	Grefrath
800m	2:26,64		Doris Pfenning, 1965, Team Voreifel	03.06.2010	Leverkusen
1000m	3:25,9		Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	03.05.2006	Hückelhoven
1500m	5:11,58		Christa Schlockermann, 1940, Dürener TV	27.06.1985	Dormagen
Meile	5:44,3		Ulla Redenz, 1959, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	08.04.2000	Erkelenz
3.000m	10:48,77		Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	24.04.2004	Erkelenz
5.000m	19:20,89		Christa Schlockermann, 1940, Dürener TV	29.06.1985	Bonn
10.000m	39:16,30		Astrid Schmitz, 1962, TuS Schleiden	12.04.2008	Aachen
5km (seit 2018)	20:54		Heike Herma, 1971, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	02.03.2019	Mönchengladbach
5km Mannschaft (seit 2018)	1:06:53		DJK Jung-Siegfried Herzogenrath Heike Herma 1971 22:16, Astrid Krug 1974 22:17, Sandra May 1973 22:20	02.11.2025	Bergisch Gladbach
10km	39:12		Christa Schlockermann, 1940, Dürener TV	14.09.1985	Vettweiß
10km Mannschaft	2:15:19		Dürener TV Irene Havertz-Röhlich 1966 42:16, Petra Hauck 1968 44:48, Ulrich 1967 48:15	03.03.2013	Düren
Halbmarathon	1:26:41		Anni Loenstad, 1953, VSV Grenzland Wegberg	25.01.1998	Wegberg
Halbmarathon Mannschaft	5:09:56		Birkedorfer TV Marianne Tönne 1959 1:41:51, Helga Miketta 1941 1:42:21, Köhnen 1959 1:45:44	20.08.2005	Niederzier
Marathon	3:04:12		Ulla Rosen, 1958, LG Eifel-Runners	07.05.2005	Regensburg
Marathon Mannschaft	14:00:07		TV Huchem-Stammeln Bungart 1950 3:54:14, Nücker 1957 5:00:06, Renate Nießen 1953 5:05:47	08.10.2006	Köln
100km	8:13:22		Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	29.04.2006	Rodenbach
80m Hürden (0,762m/8)	13,13	0.2	Anja Bongen, 1973, Germania Dürwiß	12.07.2019	Leinefelde-Worbis
400m Hürden (0,762m/10)	72,90		Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	12.07.2014	Erfurt
2.000m Hindernis (0,762m)	8:48,90		Ulla Redenz, 1959, DJK Frankenberg Aachen	05.05.2005	Hückelhoven
4x100m	56,3		DJK Frankenberg Aachen Karin Stump 1945, Anne Rummier 1954, Maria Dautzenberg 1957, Beate Adamy 1958	19.07.2003	Erkelenz
4x400m	4:58,23		StG LA-Team Heinsberg Kerstin Krolkowski 1969, Beate Derichs 1966, Anja Deckers 1969, Martina Joachims 1962	26.09.2014	Erkelenz
3x800m	8:57,32		DJK Jung Siegr. Herzogenrath Heike Herma 1971, Astrid Schoenen 1970, Christiane Meer 1974	14.09.2024	Sindelfingen
5.000m Gehen	29:22,18		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen
5 km Gehen	28:55		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10.000m Gehen	1:03:18,9		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
10 km Gehen	1:00:46		Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	26.03.2011	Ahlen
10 km Gehen Mannschaft	3:28:03		Alemannia Aachen Marion Fuchs 1960 1:03:25, Cornelia Neubacher 1956 1:21:30, Gertrud Schumm 1955 1:23:08	04.06.2005	Kerpen
20.000m Gehen					



20km Gehen	2:12:27	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	11.06.2011	Erfurt
20km Gehen Mannschaft				
Hochsprung	1,41	Sandra Venghaus, 1980, SV Rot-Weiß Schlafhorst	05.07.2025 23.08.2025	Wassenberg Gotha
Stabhochsprung				
Weitsprung	4,89	Ursula Eber (Waldschmidt), 1943, Turnverein Erkelenz 1860	27.06.1988	Verona (ITA)
Dreisprung	9,33	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	12.09.2018	Malaga (ESP)
Kugelstoß [4 kg]	11,60	Sandra Venghaus, 1980, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.08.2025	Gotha
Diskuswurf [1 kg]	33,22	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	31.09.1991	Apeldoorn (NED)
Hammerwurf [4 kg]	36,93	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	17.08.2019	Alzey
Speerwurf [600 g]	35,06	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	10.11.2018	Leichlingen
Gewichtwurf [9,08 kg]	12,55	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	17.08.2019	Alzey
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(4kg)-WEI-800	1.628 AK 2.250	Beate Derichs, 1966, SC Myhl Leichtathletik 15,55 - 1,14 - 6,95 - 3,75 - 2,56,06	04.05.2013	Düren
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600g)-800				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(4kg)-KUG(4kg)-DIS(1kg) SPE(600g)-GEW(9,08kg)	2.306 AK 2.951	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel 33,73 - 9,01 - 24,01 - 35,06 - 10,90	10.11.2018	Leichlingen

Frauen W50

[ZURÜCK](#)

100m	13,4	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	04.07.2004	Düsseldorf
200m	29,69	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	23.05.2004	Mönchengladbach
400m	72,70	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	12.09.2007	Riccione (ITA)
800m	2:42,26	Ruth Lehmann, 1947, DJK Elmar Kohlscheid	23.08.1997	Aachen
1000m	3:48,17	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.06.2013	Oedt
1500m	5:21,4	Ruth Lehmann, 1947, DJK Elmar Kohlscheid	03.09.1997	Oedt
Meile	6:09,76	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.08.2012	Roermond (NED)
3.000m	11:29,0	Antoinette Jünger, 1959, VSV Grenzland Wegberg	24.04.2010	Erkelenz
5.000m	19:33,2	Maria Bautz, 1930, SV Rot-Weiß Schlafhorst	12.05.1984	Mönchengladbach
10.000m	41:10,60	Marion Kuhn, 1956, Germania Dürwiß	08.04.2006	Aachen
5km (seit 2018)	21:12	Barbara Strick, 1972, Turnverein Erkelenz 1860	03.03.2024	Leverkusen
5km Mannschaft (seit 2018)	1:06:53	DJK Jung-Siegfried Herzogenrath Heike Herma 1971 22:16, Astrid Krug 1974 22:17, Sandra May 1973 22:20	02.11.2025	Bergisch Gladbach
10km	40:38	Maria Bautz, 1930, SV Rot-Weiß Schlafhorst	1984	?
10km Mannschaft	2:21:58	DJK Jung Siegfr. Herzogenrath Heike Herma 1971 45:46, Sandra May 1973 47:30, Astrid Krug 1974 48:42	03.03.2024	Leverkusen
Halbmarathon	1:30:58	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	05.03.2006	Selfkant
Halbmarathon Mannschaft	5:09:59	DLC Aachen Angelika Dunke 1955 1:38:36, Maria Theißen 1955 1:45:41, Dr. Hildegard Langanke 1953 1:45:42	20.10.2007	Wegberg
Marathon	3:13:53	Anni Loenstad, 1953, VSV Grenzland Wegberg	05.06.2005	Duisburg
100km	8:14:46	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	08.09.2007	Winschoten (NED)
80m Hürden [0,762m/8]	14,93	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	04.08.2006	Aachen
300m Hürden [0,762m/7]	55,77	Anja Deckers, 1969, SC Myhl Leichtathletik	06.09.2019	Jesolo (ITA)
2.000m Hindernis [0,762m]				
4x100m	65,0	Aachener TG Ria Ott 1936, Berti Crumbach 1934, Ilse Wirtz 1937, Helga Feigenspan 1937	07.05.1988	Aachen
4x400m				
3x800m	8:57,32	DJK Jung Siegfr. Herzogenrath Heike Herma 1971, Astrid Schoenen 1970, Christiane Meer 1974	14.09.2024	Sindelfingen
5.000m Gehen	29:22,18	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.05.2012	Viersen



10.000m Gehen	1:03:18,9	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	01.09.2012	Groß-Gerau
5 km Gehen	28:55	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	06.03.2011	Rotterdam (NED)
10 km Gehen	1:00:46	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	26.03.2011	Ahlen
20 km Gehen	2:12:27	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	11.06.2011	Erfurt
Hochsprung	1,35	Kerstin Krolikowski, 1969, SC Myhl Leichtathletik	30.06.2019	Kevelaer
Weitsprung	4,57	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	17.07.2004	Herzogenrath
Dreisprung	8,83	0,0 Therese Jäger, 1975, SC Myhl Leichtathletik	18.05.2025	Euskirchen
Kugelstoß (3 kg)	12,01	Marlies Bechthold, 1965, Aachener TG	26.08.2015	Herzogenrath
Diskuswurf (1 kg)	33,22	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	31.09.1991	Apeldoorn (NED)
Hammerwurf (3 kg)	40,87	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	19.06.2021	Leichlingen
Speerwurf (500 g)	34,72	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	16.02.2025	Düsseldorf
Gewichtwurf (7,26 kg)	12,77	Ditha Stegman (NED), 1971, Team Voreifel	18.04.2022	Trier
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800	2.138 AK 3.148	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen 14.30 - 1.27 - 8.48 - 4.37 - 2:58.96	27.06.2004	Hannover
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80-HÜ(0,762m/8)-HOC-KUG(3kg)-200 WEI-SPE(500gr)-800	2.963 AK 3.889	Anne Rummler, 1954, Alemannia Aachen 15.10 - 1.24 - 7.95 - 29.91 - 3.94 - 18.31 - 3.01.71	16./17.09.2006	Euskirchen
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(7,26kg)	2.009 AK 2.837	W55 Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg 31.73 - 9.01 - 22.30 - 22.42 - 11.04	24.09.2011	Übach-Palenberg

Frauen W55

[ZURÜCK](#)

100m	14,66	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	14.06.2009	Ahlen
200m	30,28	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	12.07.2009	Vaterstetten
400m	72,71	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	11.07.2009	Vaterstetten
800m	2:52,62	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	12.05.2012	Erkelenz
1000m	3:48,17	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.06.2013	Oedt
1500m	5:40,09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	11.05.2012	Erkelenz
Meile	6:09,76	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.08.2012	Roermond (NED)
3.000m	11:50,48	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	07.06.2012	Mönchengladbach
5.000m	20:21,54	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.06.2012	Hückelhoven
10.000m	42:00,70	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	21.09.2011	Düsseldorf
5km (seit 2018)	22:09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
5km Mannschaft (seit 2018)				
10 km	41:40	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	02.09.2012	Düsseldorf
10km Mannschaft				
Halbmarathon	1:32:43	Astrid Schmitz, 1962, TuS 1908 Schleiden	15.04.2018	Bonn
Marathon	3:22:38	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	09.10.2011	Essen
100km	8:39:51	Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	06.10.2012	Hanau
5.000m Gehen	31:11,70	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	13.06.2015	Düsseldorf
5 km Gehen	31:40	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	04.10.2015	Tilburg (NED)
10km Gehen	1:03:10	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	10.10.2015	Andernach
20km Gehen	2:13:05	Marion Fuchs, 1960, Alemannia Aachen	23.04.2017	Naumburg
Hochsprung	1,22	Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	20.08.1999	Hagen
Weitsprung	4,20	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen	01.08.2009	Düsseldorf
Dreisprung	8,20	-0,1 Kerstin Krolikowski, 1969, SC Myhl Leichtathletik	23.08.2025	Gotha
Kugelstoß (3 kg)	11,02	Bärbel Imdahl, 1964, Birkesdorfer TV	23.07.2019	Zülpich
Diskuswurf (1 kg)	29,56	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	18.06.1997	Übach-Palenberg



Hammerwurf [3 kg]	33,70	Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg	30.07.2011	Minden
Speerwurf [500 g]	30,81	Bärbel Imdahl, 1964, Birkesdorfer TV	09.11.2019	Leichlingen
Gewichtswurf [7,26 kg]	11,29	Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg	02.06.2012	Aachen
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800	1.768 AK 3.082	Anne Rummler, 1954, DJK Frankenberg Aachen 14,66 - 1,21 - 7,77 - 4,06 - 3,15,47	14.06.2009	Ahlen
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HU(0,762m/8)-HOC-KUG(3kg)-200 WEI-SPE(500gr)-800				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(7,26kg)	2.009 AK 2.837	Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg 31,73 - 9,01 - 22,30 - 22,42 - 11,04	24.09.2011	Übach-Palenberg

Frauen W60

[ZURÜCK](#)

100m	15,21	0,0	Anne Rummler, 1954, Alemannia Aachen	05.05.2018	Lüdenscheid
200m	32,77		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	06.06.2009	Düsseldorf
400m	82,60		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	22.06.2016	Oedt
800m	2:57,90		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.06.2016	Aachen
1000m	3:48,67		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	22.06.2016	Oedt
1.500m	5:47,84		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	04.06.2016	Essen
Meile	9:12,2		Marlies Reiners, 1934, Turnverein Erkelenz 1860	21.04.1995	Erkelenz
3.000m	12:08,74		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.05.2016	Aachen
5.000m	21:12,72		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	11.05.2016	Aachen
10.000m	44:39,88		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	07.05.2016	Celle
5km (seit 2018)	22:09		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
10km	43:23		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	06.08.2016	Eschweiler-Dürwiß
Halbmarathon	1:37:50		Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	23.04.2016	Liebenzell
Marathon	3:27:28		Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	04.05.2008	Mainz
100km	9:56:45		Marion Braun, 1957, SV Germania Eicherscheid	10.03.2018	Rheine
5.000m Gehen	34:38,05		Wirths, Emmy, 1928, VSV Grezland Wegberg	25.06.1988	Verona (ITA)
10km Gehen	1:11:30		Wirths, Emmy, 1928, VSV Grezland Wegberg	01.07.1988	Verona (ITA)
20km Gehen	2:39:12		Wirths, Emmy, 1928, VSV Grezland Wegberg	24.06.1989	Brügge (BEL)
Hochsprung	1,22		Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	19.07.2003	Erkelenz
Weitsprung	3,89		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	25.04.2009	Aachen
Kugelstoß [3 kg]	10,07		Gisela Küper, 1948, Aachener TG	25.06.2008	Erkelenz
Diskuswurf [1 kg]	28,68		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	30.09.2000	Übach-Palenberg
Hammerwurf [3 kg]	31,03		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	26.09.2009	Übach-Palenberg
Speerwurf [500 g]	28,27		Imdahl Bärbel, 1964, Birkesdorfer TV	28.02.2025	Frankfurt am Main
Gewichtswurf [5,45 kg]	13,14		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	29.05.2010	Aachen
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(3kg)	861 AK 1.730		Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860 16,8 - 3,59 - 8,45	19.07.2003	Erkelenz
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800	1.190 AK 2.672		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen 16,02 - 1,12 - 7,48 - 3,51 - 3,46,34	17.06.2007	Bad Oeynhausen
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HU(0,686m/8)-HOC-KUG(3kg)-200 WEI-SPE(500gr)-800					
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500gr)-GEW(5,45kg)	1.782 AK 2.733		Rita Lambertz, 1956, LG Stolberg 28,32-8,10-20,67-19,19-10,60	10.09.2016	Leichlingen

Frauen W65

[ZURÜCK](#)

100m	15,56		Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	15.05.2010	Aachen
------	-------	--	-------------------------------------	------------	--------



200m	33,27	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	01.05.2011	Aachen
400m	89,26	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.06.2022	Viersen-Süchteln
800m	3:03,39	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	13.08.2023	Mönchengladbach
1.000m	3:57,55	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	27.08.2023	Aachen
1.500m	5:58,82	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	03.06.2023	Mönchengladbach
Meile				
3.000m	12:45,13	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	24.05.2023	Grefrath
5.000m	21:41,59	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	14.06.2023	Grefrath
10.000m	45:23,28	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	26.04.2023	Duisburg
5km (seit 2018)	22:09	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	16.10.2022	Refrath
10km	44:52	Lilo Hellenbrand, 1956, DJK Gillrath	18.09.2022	Saarbrücken
Halbmarathon	1:38:51	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	23.08.2008	Niederzier
Marathon	3:27:28	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	04.05.2008	Mainz
Hochsprung	1,14	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	11.09.2011	Aachen
Weitsprung	3,89	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	24.04.2010	Aachen
Kugelstoß [3 kg]	10,18	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	11.09.2005	Übach-Palenberg
Diskuswurf [1 kg]	26,96	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	21.08.2005	Aachen
Hammerwurf [3 kg]	31,03	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	26.09.2009	Übach-Palenberg
Speerwurf [500 g]	21,24	Gisela Küper, 1948, Aachener TG	21.03.2015	Aachen
Gewichtswurf [5,45 kg]	13,14	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1862	29.05.2010	Aachen
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(3kg)	629 AK 1.561	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860 18.2 - 2.78 - 8.94	06.09.2009	Übach-Palenberg
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800				
Siebenkampf (WMA2023 AF) 80HÜ(0,686m/8)-HOC-KUG(3kg)-200 WEI-SPE(500g)-800				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500g)-GEWI(5,45kg)	1.544 AK 2.724	Gisela Küper, 1948, Aachener TG 21.35-8.18-17.60-19.59-9.01	03.10.2015	Übach-Palenberg

Frauen W70

[ZURÜCK](#)

100m	17,22	-0.1 Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	31.05.2018	Mönchengladbach
200m				
400m				
800m	3:41,05	Helene Kohlen, 1955, SV Germania Dürwiß	27.06.2025	Aachen
1.000m	5:18,0	Helga Feigenspan, 1937, Aachener TG	27.08.2007	Aachen
1.500m				
Meile				
3.000m	14:18,04	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	08.05.2012	Zülpich
5.000m	24:04,36	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	21.05.2013	Zülpich
10.000m	56:09,68	Gisela Schulz, 1947, DJK Jung-Siegfried Herzogenrath	14.04.2018	Aachen
5km (seit 2018)	27:04	Helene Kohlen, 1955, SV Germania Dürwiß	19.10.2025	Köln-Porz
10km	47:05	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	10.04.2011	Bonn
Halbmarathon	1:40:31	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	18.09.2011	Köln
Marathon	3:35:15	Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	13.10.2013	Essen
Hochsprung	1,10	Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	12.07.2013	Mönchengladbach
Weitsprung	3,17	0.3 Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	31.05.2018	Mönchengladbach
Kugelstoß [3 kg]	9,00	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	01.05.2010	Erkelenz



Diskuswurf (1 kg)	25,30	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	01.05.2011	Erkelenz
Hammerwurf (3 kg)	30,29	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	05.06.2010	Würselen
Speerwurf (500 g)	18,46	Gisela Küper, 1948, Aachener TG	29.06.2018	Mönchengladbach
Gewichtswurf (5,45 kg)	13,14	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	29.05.2010	Aachen
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(3kg)				
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(500g)-GEW(5,45kg)	1.347 AK 2.771	Gisela Küper, 1948, Aachener TG 18.78 - 7.82 - 16.14 - 17.45 - 7.67	29.09.2018	Übach-Palenberg

Frauen W75

[ZURÜCK](#)

100m	17,81	0.0	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	18.06.2023	Köln
200m					
400m					
800m					
1.000m	7:04,1		Irmgard Völler, 1928, Aachener TG	28.06.2004	Aachen
1.500m					
Meile					
3.000m					
5.000m					
10.000m					
5km (seit 2018)					
10km	68:07		Ursula Vilvo, 1939, TV Huchem-Stammeln	02.08.2014	Eschweiler
Halbmarathon	1:52:25		Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	13.03.2016	Bergisch-Gladbach
Marathon	4:00:18		Helga Miketta, 1941, Bikesdorfer TV	17.04.2016	Hamburg
Hochsprung	0,99		Ursula Eßer, 1943, Turnverein Erkelenz 1860	30.06.2018	Mönchengladbach
Weitsprung	3,18	-0.6	Karin Stump, 1945, Alemannia Aachen	18.06.2023	Köln
Kugelstoß (2 kg)	9,48		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	08.07.2016	Leinefelde-Worbis
Diskuswurf (750 g)	25,52		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	14.11.2015	Leichlingen
Hammerwurf (2 kg)	33,13		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	14.11.2015	Leichlingen
Speerwurf (400 g)	23,63		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	26.04.2015	Düren
Gewichtswurf (4 kg)	12,60		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	19.09.2015	Aachen
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG(3kg)					
Fünfkampf (WMA2023 AF) 100-HOC-KUG(3kg)-WEI-800					
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM(2kg)-KUG(2kg)-DIS(750g) SPE(400g)-GEW(4kg)	2.054 AK 3.819		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860 31.40 - 9.16 - 24.18 - 20.81 - 11.71	01.10.2016	Übach-Palenberg

Frauen W80

[ZURÜCK](#)

100m	19,13	0.9	Karin Stump, 1945, LG Aachen	07.05.2025	Oedt
200m					
400m					
800m					
1.000m					
1.500m					



Meile				
3.000m				
5.000m				
10.000m				
5km (seit 2018)				
Weitsprung	2,58	-0.2	Karin Stump, 1945, LG Aachen	23.08.2025 Gotha
Kugelstoß [2 kg]	7,78		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	21.09.2024 Oberhausen
Diskuswurf [750 g]	18,94		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	06.04.2024 Nieukerk
Hammerwurf [2 kg]	23,24		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	15.03.2025 Übach-Palenberg
Speerwurf [400 g]	15,80		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	06.07.2025 Wassenberg
Gewichtswurf [4 kg]				
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG[2kg]				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM[2kg]-KUG[2kg]-DIS[750g] SPE[400g]-GEW[4kg]				

Frauen W85

[ZURÜCK](#)

100m				
200m				
400m				
800m				
1.000m				
1.500m				
Meile				
3.000m				
5.000m				
10.000m				
5km (seit 2018)				
Weitsprung				
Kugelstoß [2 kg]	7,29		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	06.04.2025 Hückelhoven
Diskuswurf [750 g]	18,86		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	06.07.2025 Wassenberg
Hammerwurf [2 kg]	23,24		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	15.03.2025 Übach-Palenberg
Speerwurf [400 g]	15,80		Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	06.07.2025 Wassenberg
Gewichtswurf [4 kg]				
Dreikampf (WMA2023 AF) 100-WEI-KUG[2kg]				
Wurf-Fünfkampf (WMA2023 AF) HAM[2kg]-KUG[2kg]-DIS[750g] SPE[400g]-GEW[4kg]				

Nicht mehr gültige Wettkampfprogramm

[ZURÜCK](#)

Männer M30

4x800m	8:16,1	Dürener TV 1847 Dienstknecht 1951, Harnack 1960, Baack 1958, Ulrich 1961	01.05.1991	Köln
--------	--------	---	------------	------

Männer M35

4x1.500m	17:16,09	DJK Elmar Kohlscheid Servas 1952, Veith 1958, Scheeren 1954, Höster 1957	20.05.1993	Essen
----------	----------	---	------------	-------



Fünfkampf Mannschaft	7.421	SG Düren 99 Jansen(48) 2.581 - Küsgens(46) 2.426 - Kaiser(47) 2.414	15.09.1984	Düren
Männer M40				
4x800m	9:04,0	Aachener TG Speckheuer 1937, Pelzer 1944, Stenten 1934, Hündgens 1944	23.05.1984	Aachen
Fünfkampf WEI-SPEI(800gr alt)-200-DISI(2kg)-1.500	3.017	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG 6.35-47.60-24.3-33.57-4:49.7	02.10.1977	Aachen
Fünfkampf Mannschaft	7.709	Aachener TG Ortmanns(36) - Teppe(30) - Stenten(28)	12.08.1977	Göteborg (SWE)
Zehnkampf 100-WEI-KUG(7,26kg)-HOC-400 110HÜ(0,991)-DISI(2kg)-STA-SPEI(800gr alt)-1500	7.709	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG 12.4-6.15-10.89-1.66-55.7 15.9-33.32-3.85-43.64-4:52.9	16./17.09.1978	Aachen
Männer M50				
4x800m	9:33,0	Dürener TV 1847 Lensing 1942, Schäfer 1941, Beuel 1939, Schnitzler 1943	29.09.1994	Erkelenz
4x1.500m	19:29,1	Aachener TG de Hesselde 1934, Hansen 1935, Speckheuer 1937, Büsse 1936	25.06.1987	Aachen
Kugelstoß [6,25 kg]	16,10	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	07.09.1986	Radolfzell
Kugelstoß [7,26 kg]	15,09	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	25.05.1987	Öckinghausen
Diskuswurf [1,75 kg]	52,60	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	03.07.1986	Übach-Palenberg
Diskuswurf [2 kg]	47,98	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	11.07.1987	Übach-Palenberg
Hammerwurf [6,25 kg]	40,76	Harrie Zitzen, 1944, SV Rot-Weiß Schlafhorst	19.08.1998	Übach-Palenberg
Speerwurf [800 g]	43,84	Wolfgang Flosdorff, 1936, LAZ Schleiden	17.05.1986	Zülpich
Fünfkampf WEI-SPEI(800gr alt)-200-DISI(1,75kg)-1.500	2.329	Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 5.40-39.56-25.97-31.58-5:28.0	18.07.1982	Straßburg (FRA)
Fünfkampf Mannschaft	8224	Aachener TG Maronn (29) 2.955 - Plabmann (30) 2.768 - von Ameln (30) 2.501	32035	Aachen
Zehnkampf 100-WEI-KUG(6,25kg)-HOC-400 100HÜ(0,914)-DISI(1,5kg)-STA-SPEI(800gr)-1.500	5.025	Josef Beuel, 1939, Dürener TV 13.9-4.42-8.25-1.38-60.9 21.8-22.40-2.30-30.28-5:00.7	08./09.07.1989	Niederzier
Männer M55				
Kugelstoß [6,25 kg]	15,83	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	23.06.1990	Köln
Kugelstoß [7,26 kg]	14,77	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	05.07.1991	Übach-Palenberg
Diskuswurf [2 kg]	46,46	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	06.07.1991	Übach-Palenberg
Hammerwurf [6,25 kg]	38,82	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	23.04.1994	Niederzier
Fünfkampf WEI-SPEI(800gr alt)-200-DISI(1,75kg)-1.500	3.546	Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 5.21-43.22-26.72-34.00-5:38.06	24.08.1984	Brighton (GBR)
Männer M60				
Kugelstoß [6,25 kg]	14,35	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	07.05.1995	Wuppertal
Kugelstoß [7,26 kg]	13,84	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	08.07.1995	Übach-Palenberg
Diskuswurf [1,5 kg]	48,82	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.08.1996	Übach-Palenberg
Diskuswurf [2 kg]	41,60	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	06.07.1996	Hagen
Speerwurf [600 g alt/bis 31.03.1991]	45,70	Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG	32635	Hambach
Fünfkampf WEI-SPEI(600gr alt)/01.04.1991-31.12.1998)- 200-DISI(1kg)-1.500	2.099	Günter Ortmanns, 1936, Aachener TG 5.23-37.20-27.77-36.54-5:55.68	08.06.1997	Hannover
Wurf-Fünfkampf HAM(5kg)-KUG(5kg)-DISI(1kg)- SPEI(600gr alt)/01.04.1991-31.12.1998)-GEW(9,08kg)	3.639	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst 45.53-14.82-55.87-38.43-16.92	27.06.1998	Übach-Palenberg
Männer M65				
Diskuswurf [2,0 kg]	36,81	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	12.05.2001	Erkelenz



Fünfkampf WEI-SPE(600gr alt/01.04.1991-31.12.1998)- 200-DIS(1kg)-1.500	3.172	Ulrich Maronn, 1929, Aachener TG 4.34-40.20-32.6-29.54-7-18.3	17.06.1994	Erkelenz
Männer M75				
Speerwurf (600 g)	30,58	Walter Rennschuh, 1918, DLC Aachen	25.05.1995	Kevelaer
Männer M80				
Hammerwurf (4 kg)	37,62	Peter Speckens, 1935, SV Rot-Weiß Schlafhorst	24.03.2015	Torun (POL)
Frauen W30				
Siebenkampf (int. Wertung) 100HU+HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr alt/bis 31.03.1991)-800	4.446	Annerose Dreschko, 1956, Aachener TG 14.9-9.29-1.57-25.8-5.42-19.06-2.29.7	04./05.07.1986	Aachen
Frauen W35				
Siebenkampf 100HU+HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr alt/bis 31.03.1991)-800	4.225	Gisela Hoffmann, 1948, Aachener TG 17.2-1.38-10.20-28.4-4.70-35.42-2.25.1	15./16.06.1984	Aachen
Frauen W45				
Siebenkampf 100HU+HOC-KUG(4kg)-200 WEI-SPE(600gr alt/01.04.1991 bis 1998)-800	2.831	Käthe Steinhausen, 1943, TuS Chlodwig Zülpich 23.0-1.20-7.56-28.78-3.73-15.24-2.26.64	28./29.09.1991	Zülpich
Frauen W60				
Wurf-Fünfkampf (Int.W) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(400gr)-GEW(5,45kg)	2.248	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860 28.75-9.10-23.63-25.41-11.37	04.09.2004	Ahlen
Frauen W65				
Wurf-Fünfkampf (Int.W/M.2010) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(400gr)-GEW(5,45kg)	2.366/4.241	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1862 30.26-9.71-26.06-25.98-11.21	12.06.2005	Leverkusen
Speerwurf (400 g)	29,78	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	18.06.2005	Erkelenz
Frauen W70				
Speerwurf (400 g)	27,15	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860	01.05.2010	Erkelenz
Wurf-Fünfkampf (M.2010) HAM(3kg)-KUG(3kg)-DIS(1kg) SPE(400gr)-GEW(5,45kg)	4.654	Ingrid Kusche, 1940, Turnverein Erkelenz 1860 30.26-9.71-26.06-25.98-11.21	25.09.2010	Übach-Palenberg

[ZURÜCK](#)