

Bestenliste 2009				W.A. 01.12.2009
Männer				
Halle				
60 m				
7,08	Ruch, Thilo	1983	17.01.	Hanau
200 m				
22,07	Ruch, Thilo	1983	18.01.	Hanau
400 m				
69,80	Schulhauser, Helmut	1942	07.02.	Stadtallendorf
800 m				
2:34,78	Schulhauser, Helmut	1942	28.02.	Düsseldorf
3000 m				
8:22,86	Flügel, Julian	1986	31.01.	Hanau
8:53,37	Jahn, Markus	1985	31.01.	Hanau
9:10,37	Mesgena, Robel	1992	17.01.	Hanau
10:08,40	Sutter, Christian	1965	07.02.	Stadtallendorf
12:06,12	Kropsch, Klaus	1944	07.02.	Stadtallendorf
Freiluft				
100 m				
10,68	Ruch, Tilo	1984	15.07.	Königsbrunn
200 m				
21,10	Ruch, Tilo	1984	16.07.	Königsbrunn
400 m				
46:41	Ruch, Tilo	1984	04.07.	Ulm
53,95	Mesgena, Robel	1992	30.05.	Baunatal
800 m				
1:59,28	Flügel, Julian	1986	29.05.	Wiesbaden
2:08,42	Saur, Marcel	1991	08.07.	Wetter

2:15,62	Jahn, Markus	1985	05.08.	Pfungstadt
2:28,58	Schulhäuser, Helmut	1942	02.08.	Lahti/Finnland
1000 m				
2:27,06	Mesgena, Robel	1992	31.07.	Leverkusen
2:35,79	Eberwein, Timm	1985	14.07.	Osterode
2:45,10	Wonke, Martin	1985	25.08.	Gudensberg
2:46,52	Berhane, Biniam	1990	25.08.	Gudensberg
1500 m				
3:55,09	Mesgena, Robel	1992	13.06.	Schweinfurt
3:59,36	Flügel, Julian	1986	30.05.	Baunatal
4:01,69	Eberwein, Timm	1985	13.06.	Schweinfurt
4:10,32	Austin-Kerl, Jürgen	1970	22.07	Erkelenz
4:11,7	Jahn, Markus	1985	02.09.	Niestetal
4:13,7	Wonke, Martin	1985	02.09.	Niestetal
4:16,23	Heyser, Niklas	1989	17.05.	Baunatal
4:25,38	Kroll, Laszlo	1992	20.06.	Baunatal
4:20,82	Saur, Marcel	1991	17.07.	Borken
4:31,81	Wanke, Björn	1974	23.05.	Bad Homburg
4:37,27	Heyser, Per	1992	17.05.	Baunatal
4:39,26	Berhane, Biniam	1990	02.09.	Niestetal
4:55,3	Degen, Gerwin	1967	02.09.	Niestetal
5:21,9	Schulhauser, Helmut	1942	02.09.	Niestetal
5:31,8	Gehrmann, Reinhardt	1948	02.09.	Niestetal
5:44,1	Wetzke, Walter	1946	02.09.	Niestetal
5:56,63	Ebhardt, Wilfried	1948	17.05.	Baunatal
7:17,8	Hoppe, Wolfgang	1939	02.09.	Niestetal
3000 m				
8:33,00	Mesgena, Robel	1992	07.08.	Rhede
8:48,68	Eberwein, Timm	1985	17.07.	Menden
8:49,20	Thyssen, Thomas	1985	14.08	Wernigerode
8:49,30	Austin-Kerl, Jürgen	1970	24.06.	Oedt/Grefrath
9:10,89	Wonke, Martin	1985	03.06.	Pfungstadt
9:21,03	Heyser, Niklas	1989	14.07.	Osterode
9:32,78	Kroll, Laszlo	1992	10.06.	Menden
9:38,31	Saur, Marcel	1991	14.07.	Osterode

10:17,39	Degen, Gerwin	1967	09.09.	Niestetal
10:20,85	Heyser, Per	1992	14.07.	Osterode
10:39,11	Zimmermann, Peter	1993	27.09.	Gießen
12:47,90	Rahmlow, Peter	1956	09.09.	Niestetal
16:07,02	Hoppe, Wolfgang	1939	09.09.	Niestetal
5000 m				
14:20,97	Flügel, Julian	1986	18.07.	Heusden/Belgien
14:54,20	Mesgena, Robel	1992	20.05.	Koblenz
15:22,65	Thyssen, Thomas	1985	20.05.	Koblenz
15:29,10	Austin-Kerl, Jürgen	1970	24.06.	Oedt/Grefrath
15:47,85	Eberwein, Timm	1985	18.08.	Borken
15:53,82	Jahn, Markus	1985	25.08.	Gudensberg
16:22,28	Wanke, Björn	1974	10.06.	Höxter
16:26,65	Kessler, Markus	1979	05.08.	Pfungstadt
16:29,82	Wagner, Jürgen	1967	08.07.	Wetter
16:33,83	Wonke, Martin	1985	18.08.	Borken
16:59,76	Asare, Daniel	1974	16.09.	Niestetal
17:53,10	Heyser, Per	1992	16.09.	Niestetal
20:14,45	Gehrmann, Reinhard	1948	23.05.	Bad Homburg
20:22,95	Schulhauser, Helmut	1942	16.09.	Niestetal
20:57,62	Kropsch, Klaus	1944	25.08.	Gudensberg
29:06,80	Hoppe, Wolfgang	1939	16.09.	Niestetal
10000 m				
30:18,22	Flügel, Julian	1986	02.05.	Bremen
31:27,10	Harland, Jörn	1981	22.09.	Niestetal
32:39,11	Thyssen, Thomas	1985	08.08.	Diephöltal
33:41,40	Wagner, Jürgen	1967	15.07.	Königsbrunn
33:45,51	Wanke, Björn	1974	22.09.	Niestetal
33:48,72	Dr. Jahnke, Matthias	1972	22.09.	Niestetal
35:45,68	Wonke, Martin	1985	22.09.	Niestetal
36:29,03	Deichmann, Florian	1980	22.09.	Niestetal
37:22,74	Degen, Gerwin	1967	22.09.	Niestetal
42:22,23	Gehrmann, Reinhard	1948	08.08.	Diephöltal
45:01,17	Schulhauser, Helmut	1942	22.09.	Niestetal

10 km Straße				
31:01	Flügel, Julian	1986	20.06.	Kassel
31:19	Austin-Kerl, Jürgen	1971	29.03.	Brunssum/NL
31:24	Harland, Jörn	1981	14.03.	Eisenberg/Pfalz
32:06	Eberwein, Timm	1985	12.09.	Otterndorf
32:28	Thyssen, Thomas	1985	12.09	Otterndorf
33:15	Wagner, Jürgen	1967	12.09.	Otterndorf
33:20	Mesgena, Robel	1992	25.04.	Marburg
33:26	Jahn, Markus	1985	25.04.	Marburg
33:35	Wanke, Björn	1974	12.09.	Otterndorf
33:40	Wonke, Martin	1985	12.09.	Otterndorf
33:42	Jungton, Johannes	1979	25.04.	Marburg
34:18	Rose, Christian	1984	25.04.	Marburg
34:18	Dr. Jahnke, Matthias	1972	20.06.	Kassel
34:55	Schmalz, Fred	1971	29:03	Frankenberg
35:00	Langlotz, Manuel	1988	20.06.	Kassel
35:00	Asare, Daniel	1974	20.06.	Kassel
35:16	Dittrich, Kai-Uwe	1967	25.04.	Marburg
35:37	Sutter, Christian	1965	05.04.	Eschwege
36:07	Kroll, Laszlo	1992	29.03.	Frankenberg
37:18	Scholtysik, Sebastian	1990	20.06.	Kassel
37:22	Degen, Gerwin	1967	20.06.	Kassel
37:51	Ghebrselasie, Daniel	1960	20.06.	Kassel
39:18	Saur, Marcel	1991	25.04.	Marburg
39:14	Dr. Reidick, Thomas	1960	11.10.	Bad Hersfeld
40:13	Kidane, Asmara	1980	20.06.	Kassel
40:26	Heyser, Per	1992	25.04.	Marburg
40:48	Gehrmann, Reinhard	1948	12.09.	Otterndorf
41:07	Schmid, Alfons	1953	20.06.	Kassel
41:15	Parzik	1990	25.04.	Marburg
43:16	Kropsch, Klaus	1944	12.09.	Otterndorf
43:33	Wetzke, Walter	1946	12.09.	Otterndorf
43:35	Ari, Feyzi	1965	20.06.	Kassel
44:09	Schulhauser, Helmut	1942	12.09.	Otterndorf
44:22	Ebhard, Wilfried	1948	12.09.	Otterndorf
44:41	Rahmlow, Klaus- Peter	1956	20.06.	Kassel
46:03	Von Nolting,	1967	20.06.	Kassel

	Sebastian			
46:09	Hohmann, Theo	1941	05.04.	Eschwege
51:53	Hoppe, Wolfgang	1939	05.04.	Eschwege
52:10	Thiele, Robert	1957	20.06.	Kassel
56:26	Goc, David	1991	20.06.	Kassel
57:07	Sindram Günther	1944	20.06.	Kassel
10 km Team				
1:37:49	Eberwein, Timm; Thyssen, Thomas; Wagner, Jürgen		12.09.	Otterndorf
1:39:36	Flügel, Julian, Wanke, Björn, Dr. Jahnke, Matthias		20.06.	Kassel
1:40:00	Thyssen,Thomas; Jahn, Markus; Jungton, Johannes		25.04.	Marburg
1:42:25	Wagner, Jürgen, Rose, Christian, Eberwein, Timm		25.04.	Marburg
1:44:00	Wanke, Björn; Wonke, Martin.; Asare, Daniel		25.04.	Marburg
1:43:10 M 30/35	Jungton, Johannes; Wanke, Björn; Asare, Daniel		225.04.	Marburg
1:45:37	Wagner, Jürgen; Dittrich, Kai-Uwe; Sutter, Christian		25.04.	Marburg
1:47:18	Langlotz, Manuel, Asare, Daniel; Scholtysik, Sebastian		20.06.	Kassel
1:51:18 B-Jugend	Mesgena, Robel; Kroll, Laszlo; Heyser, Per		25.04.	Marburg
1:55:26	Degen, Gerwin; Ghebrselasie, Daniel; Kidane, Asmara		20.06.	Kassel
2:07:37 M 60/65	Gehrmann, Reinhard; Kropsch, Klaus; Wertke, Walter		12.09.	Otterndorf
2:08:38 M 60/65	Gehrmann, Manfred; Kropsch, Klaus; Wetzke, Walter		25.04.	Marburg
2:14:43 M 60/ 65	Schulhauser, Helmut; Ebhard, Wilfried; Hohmann, Theo		12.09.	Otterndorf
Halbmarathon				
1:07:52	Harland, Jörn	1981	10.05.	Mainz
1:08:30	Flügel, Julian	1986	04.04.	Aichach
1:09:45	Austin-Kerl, Jürgen	1971	04.04.	Aichach
1:11:53	Thyssen, Thomas	1985	10.05.	Kassel
1:14:12	Jahn, Markus	1984	11.10.	Bad Hersfeld
1:14:25	Hermes, Guido	1964	29.08.	Schotten
1:14:29	Wagner, Jürgen	1967	29.08.	Schotten

1:15:00	Jungton, Johannes	1979	10.05.	Kassel
1:15:50	Wanke, Björn	1974	29.08.	Schotten
1:15:53	Schmalz, Fred	1971	29.08.	Schotten
1:17:11	Eberwein, Timm	1985	04.04.	Aichach
1:18:33	Deichmann, Florian	1980	29.08.	Schotten
1:20:49	Kroll, Laszlo	1992	10.05.	Kassel
1:23:21	Ghebreselasie; Daniel	1963	10.05.	Kassel
1:23:23	Scholtysik, Sebastian	1990	10.05.	Kassel
1:23:23	Knoff, Matthias	1979	10.05.	Kassel
1:24:04	Pietzko, Winfried	1960	29.08.	Schotten
1:25:17	Göring, Peter	1960	29.08.	Schotten
1:25:27	Degen, Gerwin	1967	29.08.	Schotten
1:32:05	Zeuch, Willi	1963	10.05.	Kassel
1:37:35	Ari, Feyzi	1967	10.05.	Kassel
1:39:54	Rahmlow, Peter	1956	29.08.	Schotten
1:46:57	Ebhardt, Wilfried	1948	10.05.	Kassel
1:50:23	Thiele, Robert	1957	11.10.	Bad Hersfeld
1:58:58	Albrecht, Bernd	1941	10.05.	Kassel
2:03:04	Döring, Jürgen	1941	10.05.	Kassel
2:11:17	Werner, Thomas	1974	11.10.	Bad Hersfeld
2:13:06	Sindram, Günther	1943	10.05.	Kassel
2:22:56	Wöhleke, Uwe	1942	10.05.	Kassel
Halbmarathon Team				
3:27:41	Flügel, Julian; Harland, Jörn; Austin-Kerl, Jürgen		04.04.	Aichach
3:33:49 M 30/35	Harland, Jörn; Austin- Kerl, Jürgen; Hermes, Guido		29.08.	Schotten
3:42:34	Austin-Kerl, Jürgen; Wanke, Björn; Schmalz, Fred		29.08.	Schotten
3:42:57	Thyssen, Thomas; Jungton, Johannes, Wanke, Björn		10.05.	Kassel
3:46:12	Wagner, Jürgen; Wanke, Björn; Schmalz, Fred		29.08.	Schotten
3:52:58 M 40/45	Hermes, Guido; Wagner, Jürgen; Pietzko, Winfried		29.08.	Schotten
3:54:36 M 30/35	Jungton, Johannes, Wanke, Björn; Knoff, Matthias		10.05.	Kassel
4:07:33	Kroll, Laszlo; Ghebreselasie, Daniel, Scholtysik, Sebastian		10.05.	Kassel
4:07:54	Deichmann, Florian; Pietzko, Winfried; Göring, Peter		29.08.	Schotten
4:16:19 M 40/45	Göhring, Peter; Degen,		29.08	Schotten

	Gerwin; Ghebreselasie, Daniel			
4:30:56	Degen, Gerwin; Ghebreselasie, Daniel; Rahmlow, Peter		29.08	Schotten
4:33:01 M 40/45	Ghebreselasie, Daniel; Zeuch, Willi; Ari, Feyzi		10.05.	Kassel
4:33:03	Knoff, Matthias; Zeuch, Willi; Ari, Feyzi		10.05.	Kassel
4:48:59 M 60/65	Ebhardt, Wilfried; Albrecht, Bernd; Döring, Jürgen		10.05.	Kassel
Marathon				
2:32:38	Austin-Kerl, Jürgen	1970	03.05.	Düsseldorf
2:33:48	Hermes, Guido	1964	10.05.	Kassel
2:35:38	Wagner, Jürgen	1967	20.09.	Berlin
2:43:23	Asare, Daniel	1974	10.05.	Kassel
2:50:30	Harland, Jörn	1981	25.10.	Frankfurt
2:52:56	Rüdiger, Matthias	1966	25.10.	Frankfurt
2:55:38	Sutter, Christian	1965	10.:05	Kassel
2:59:59	Dittrich, Kai-Uwe	1967	10.05.	Kassel
3:04:46	Brüssler, Reiner	1966	28.11.	Bad Arolsen
3:06:27	Degen, Gerwin	1968	10.05	Kassel
3:06:41	Weber, Thomas	1969	28.11.	Bad Arolsen
3:10:24	Wesemüller, Jost	1965	28.11.	Bad Arolsen
3:12:13	Wolff, Bernd	1971	25.10.	Frankfurt
3:12:54	Dr. Reidick, Thomas	1960	25.10.	Frankfurt
3:16:11	Göring, Peter	1960	20.09.	Berlin
3:17:20	Pietzko, Winfried	1960	10.05.	Kassel
3:19:10	Nehrdich, Bernhard	1964	10.05.	Kassel
3:29:14	Ghebreselasie, Daniel	1960	25.20.	Frankfurt
3:50:16	Rössel, Mark	1963	10.05.	Kassel
3:56:24	Von Nolting, Sebastian	1966	10.05.	Kassel
3:59:07	Lang, Thomas	1960	25.10.	Frankfurt
4:06:09	Schmidt, Michael	1963	10.05.	Kassel
4:09:45	Iffert, Friedrich	1944	25.10.	Frankfurt
Marathon Team				
7:54:37	Hermes, Guido; Wagner, Jürgen; Asare, Daniel		10.05.	Kassel
8:06:52 M 40/45	Hermes, Guido; Wagner, Jürgen; Sutter, Christian		10.05.	Kassel
8:55:37	Harland, Jörn, Rüdiger, Matthias, Wolff, Bernd		25.10	Frankfurt
9:02:04	Sutter, Christian,		10.05	Kassel

		Dittrich, Kai-Uwe; Degen, Gerwin			
9:23:46	M 40/45	Dittrich, Kai-Uwe; Degen, Gerwin; Pietzko, Winfried		10.05.	Kassel
10:52:27	M 40/45	Nehrdich, Bernhard; Dr. Reidick, Thomas; Rössel, Mark		10.05.	Kassel
3 x 1000 m					
10:36,84	M 60/65	Wetzke, Walter; Gehrmann, Reinhard; Schulhauser, Helmut		21.05.	Friedberg-Fauerbach
Frauen					
Halle					
800 m					
2:23,12		Höhre, Julia	1990	18.01.	Hanau
2:35,92		Seidel, Andrea	1968	28.02.	Düsseldorf
1500 m					
5:10,32		Höhre, Julia	1990	24.01.	Frankfurt/M
Freiluft					
100 m					
13,41		Höhre, Julia	1990	17.07.	Borken
200 m					
30,7		Seidel, Andrea	1967	24.05	Bad Homburg
400m					
57,46		Höhre, Julia	1990	20.06.	Baunatal
800 m					
2:15:72		Weber, Ellen	1981	15.07.	Königsbrunn
2:15,80		Höhre, Julia	1990	07.06.	Alsfeld
2:15,87		Nadler, Dörte	1988	05.08	Pfungstadt
2:19,69		Hahner, Lisa	1989	17.05.	Baunatal
2:34,80		Seidel, Andrea	1967	24.05.	Bad Homburg
1000 m					
2:59,77		Weber, Ellen	1981	25.08.	Gudensberg
1500 m					
4:34,97		Nadler, Dörte	1988	05.06	Baunatal

4:38,25	Hahner, Lisa	1989	17.05.	Baunatal
4:39,62	Weber, Ellen	1981	17.05.	Baunatal
4:57,12	Höhre, Julia	1990	17.05.	Baunatal
5:24,8	Vanvlodrop, Anja	1987	02.09.	Niestetal
3000m				
10:02,53	Nadler, Dörte	1988	02.09.	Pfungstadt
10:21,51	Weber, Ellen	1981	14.08	Wernigerode
10:38,23	Arndt, Katrin	1986	14.08	Wernigerode
10:52,12	Struschka, Stefanie	1977	16.05.	Wiesbaden
11:48,20	Bardenheuer, Astrid	1960	09.09.	Niestetal
5000 m				
16:54,02	Hahner, Lisa	1989	20.05.	Koblenz
17:10,84	Hahner, Anna	1989	29.08.	Reichenbach/Sachsen
17:22,65	Nadler, Dörte	1988	20.05.	Koblenz
17:55,84	Wiesmair, Stefanie	1980	29.08.	Reichenbach/Sachsen
19:03,89	Struschka, Steffi	1977	15.07.	Königsbrunn
19:47,75	Guieterrez Diaz, Claudia Erika	1971	18.08.	Borken
20:17,12	Arndt, Katrin	1986	20.06.	Baunatal
20:25,18	Bardenheuer, Astrid	1960	16.09.	Niestetal
10000 m				
35:09,85	Hahner, Anna	1989	02.05.	Bremen
35;52,16	Hahner, Lisa	1989	02.05.	Bremen
10km Straße				
35:04	Hahner, Anna	1989	12.09.	Otterndorf
35:46	Hahner, Lisa	1989	12.09.	Otterndorf
36:37	Wiesmair, Stefanie	1980	12.09.	Otterndorf
37:00	Nadler, Dörte	1988	12.09.	Otterndorf
37:31	Arndt, Katrin	1986	27.12.	Frankfurt/M
38:03	Weber, Ellen	1981	25.04.	Marburg
38:43	Menne, Hannah	1988	01.08.	Berlin
41:58	Guitarrez Diaz, Claudia Erika	1971	12.09.	Otterndorf
43:33	Höhre, Julia	1990	14.03.	Breitenbach
50:31	Stephan. Angelika	1952	25.04.	Marburg

10 km Team				
1:47:27	Hahner, Anna; Hahner, Lisa; Wiesmair, Stefanie		12.09.	Otterndorf
1:47:50 Juniorinnen	Hahner, Anna; Hahner, Lisa; Nadler, Dörte		12.09.	Otterndorf
1:56:56	Nadler, Dörte, Weber, Ellen; Arndt, Kathrin		25.04.	Marburg
1:57:21	Nadler, Dörte; Arndt, Kathrin; Guterrez Diaz, Claudia Erika		12.09.	Otterndorf
Halbmarathon				
1:22:04	Wiesmair, Stefanie	1980	04.04.	Aichach
1:22:34	Arndt, Kathrin	1986	11.10.	Bad Hersfeld
1:23:09	Menne, Hannah	1988	29.08.	Schotten
1:32:22	Guterrez Diaz, Erika, Claudia	1971	29.08.	Schotten
1:34:56	Severin-Lenz, Karin	1963	04.04.	Aichach
1:44:36	Rosenhahn, Martha	1969	11.10.	Bad Hersfeld
1:45:48	Schröder, Gabi	1954	11.10.	Bad Hersfeld
1:47:21	Wehnhardt, Ulli	1954	06.09.	Fulda
1:56:41	Wagner, Jutta	1963	10.05.	Kassel
2:03:04	Bunk, Heike	1963	10.05.	Kassel
2:17:09	Eck, Anna-Kathrin	1983	10.05.	Kassel
Halbmarathon Team				
4:19:35	Menne, Hannah; Arndt, Kathrin; Guterrez, Erika Claudia		29.08.	Schotten
4:21:13	Wiesmair, Stefanie; Menne, Hannah, Severin-Lenz, Karin		04.04.	Aichach
4:33:12	Menne, Hannah; Arndt, Kathrin; Severin-Lenz, Karin		10.05.	Kassel
Marathon				
3:48:32	Schröder, Gabi	1954	25.10.	Frankfurt
3:52:53	Rosenhahn, Martha	1968	10.05.	Kassel
3:54:29	Wehnhardt, Ulli	1954	10.05.	Kassel
3 x 800 m				
6:58,56	Nadler, Dörte; Hahner, Lisa; Höhre, Julia		21.05.	Friedberg-Fauerbach

--	--	--	--	--