

TV REFRATH

Jahresbestenlisten 2020

Bahnläufe - Stand 31.12.2020

LR = Landesrekord KR = Kreisrekord VR = Vereinsrekord PB = Persönliche Bestzeit

Q = DM Quali unterboten

Statistik: Jochen Baumhof, 02207-5987

200 m Frauen

1.	76,70	Karin Janz	66	W50	22.08.	Siegburg
----	-------	------------	----	-----	--------	----------

400 m Frauen

1.	2:48,03	Karin Janz	1966	W50	05.09.	Hachenburg
2.	2:49,97	Tanja Causemann	1979	W40	19.09.	Köln

800 m Frauen

1.	3:32,88	Tanja Causemann	79	W40	27.08.	Siegburg
----	---------	-----------------	----	-----	--------	----------

1500 m Frauen

1.	5:46,88	Antje Wietscher	56	W60	06.09.	Neuss
----	---------	-----------------	----	-----	--------	-------

2000 m Frauen

3000 m Frauen

1.	PB	12:13,00	Doris Remshagen	67	W50	30.06.	Bergisch Gladbach
2.		12:36,00	Antje Wietscher	56	W60	30.06.	Bergisch Gladbach
3.		12:51,00	Carola Rentergent	63	W55	30.06.	Bergisch Gladbach
4.	PB	14:31,00	Claudia Feige	72	W45	30.06.	Bergisch Gladbach

5000 m Frauen

1.	PB	19:57,33	Cornelia Türk	66	W50	22.08.	Siegburg
2.		21:05,59	Antje Wietscher	56	W60	22.08.	Siegburg
3.		21:56,84	Doris Remshagen	67	W50	19.09.	Köln

10000 m Frauen

3 x 800 m Frauen

Jahresbestenlisten 2020

Bahnläufe - Stand 31.12.2020

LR = Landesrekord KR = Kreisrekord VR = Vereinsrekord PB = Persönliche Bestzeit

Q = DM Quali unterboten

Statistik: Jochen Baumhof, 02207-5987

100 m Männer

200 m Männer

400 m Männer

1.	59,74	Reinart Brüning	1965	M55	22.08.	Siegburg
----	-------	-----------------	------	-----	--------	----------

800 m Männer

1.	2:17,31	Reinart Brüning	1965	M55	13.08.	Siegburg
2.	PB 2:21,08	René Grass	1967	M50	19.09.	Köln
3.	2:29,23	Heiko Wilmes	1969	M50	12.08.	Walldorf
4.	PB 2:40,17	Christoph Fieberg	1963	M55	19.09.	Köln

1000 m Männer

1.	PB 2:46,00	Lukas Kley	1992	M20	30.06.	Bergisch Gladbach
2.	PB 2:50,00	Eric Cramer	1999	U23	30.06.	Bergisch Gladbach
3.	2:59,99	Reinart Brüning	1965	M55	27.08.	Siegburg
4.	PB 3:04,78	René Grass	1967	M50	27.08.	Siegburg
5.	3:09,76	Heiko Wilmes	1969	M50	04.07.	Aschaffenburg
6.	3:16,00	Irek Meyer	1971	M45	30.06.	Bergisch Gladbach
7.	3:16,00	Alexander Dworeck	1975	M45	30.06.	Bergisch Gladbach
8.	3:25,00	Detlef Jahner	1964	M55	30.06.	Bergisch Gladbach
9.	PB 3:25,85	Christoph Fieberg	1963	M55	27.08.	Siegburg
10.	PB 3:28,00	Finn Paulsen	2001	U20	30.06.	Bergisch Gladbach
11.	3:29,00	Damian Zehnpfennig	1996	M20	30.06.	Bergisch Gladbach
12.	PB 3:29,00	Markus Heisig	1960	M60	30.06.	Bergisch Gladbach
13.	PB 3:46,00	Christoph Fieberg	1963	M55	30.06.	Bergisch Gladbach

1500 m Männer

1.	PB 4:50,51	René Grass	1967	M50	06.09.	Neuss
2.	4:52,43	Heiko Wilmes	1969	M50	18.07.	Aschaffenburg
3.	PB 4:56,20	Frank Schröder	1968	M50	06.09.	Neuss
4.	PB 5:29,20	Christoph Fieberg	1963	M55	06.09.	Neuss

Jahresbestenlisten 2020

Bahnläufe - Stand 31.12.2020

LR = Landesrekord KR = Kreisrekord VR = Vereinsrekord PB = Persönliche Bestzeit

Q = DM Quali unterboten

Statistik: Jochen Baumhof, 02207-5987

3000 m Männer

1.		9:25,00	Lukas Kley	1992	M20	30.06.	Bergisch Gladbach
2.	PB	9:28,00	Eric Cramer	1999	U23	30.06.	Bergisch Gladbach
3.	PB	10:23,00	Frank Schröder	1968	M50	30.06.	Bergisch Gladbach
4.		10:23,39	Heiko Wilmes	1969	M50	12.09.	Sonsbeck
5.	PB	10:31,00	René Grass	1967	M50	30.06.	Bergisch Gladbach
6.		10:35,00	Detlef Jahner	1964	M55	30.06.	Bergisch Gladbach
7.		10:58,00	Irek Meyer	1971	M45	30.06.	Bergisch Gladbach
8.	PB	11:09,00	Alexander Dworeck	1975	M45	30.06.	Bergisch Gladbach
9.	PB	11:40,00	Finn Paulsen	2001	U20	30.06.	Bergisch Gladbach
10.	PB	11:41,00	Martin Miebach	1963	M55	30.06.	Bergisch Gladbach
11.		11:45,00	Markus Heisig	1960	M60	02.07.	Bergisch Gladbach
12.	PB	11:52,00	Georg Husemann	1968	M50	30.06.	Bergisch Gladbach
13.	PB	12:12,00	Christoph Fieberg	1963	M55	30.06.	Bergisch Gladbach
14.	PB	12:19,00	Damian Zehnpfennig	1996	M20	30.06.	Bergisch Gladbach

5000 m Männer

1.		17:36,70	Frank Schröder	68	M50	19.09.	Köln
2.		18:00,95	Heiko Wilmes	69	M50	19.09.	Köln

10000 m Männer

1.	PB	33:16,18	Lukas Kley	1992	M20	27.08.	Siegburg
2.		36:04,37	Frank Schröder	1968	M50	27.08.	Siegburg
3.		37:58,79	Heiko Wilmes	69	M50	11.07.	Regensburg

3 x 1000 m