

Jahresbestenlisten 2021

Bahnläufe - Stand 31.12.2021

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

Q = DM Quali unterboten

Statistik: Jochen Baumhof, 02207-5987

100 m Frauen

1. 15,96 Stefanie Richter 1967 W50 05.09. Troisdorf

200 m Frauen

1. 33,40 Stefanie Richter 1967 W50 13.09. Baunatal

400 m Frauen

1. 71,70 Tanja Causemann 1979 W40 28.08. Düsseldorf

800 m Frauen

1. 2:42,40 Tanja Causemann 1979 W40 19.08. Bergisch Gladbach
2. 2:58,45 Antje Wietscher 1956 W65 19.08. Bergisch Gladbach

1000 m Frauen

* = TVR-Club-Meisterschaften

1. * 3:43,00 Tanja Causemann 1979 W40 24.06. Bergisch Gladbach
2. * 3:54,00 Karin Janz 1966 W55 24.06. Bergisch Gladbach
3. * 4:01,00 Isabella Pithan 1986 W35 24.06. Bergisch Gladbach
4. * 4:07,00 Carola Rentergent 1963 W55 24.06. Bergisch Gladbach
5. * 4:18,00 Christine Laschat 1990 W30 24.06. Bergisch Gladbach

1500 m Frauen

1. PB 5:41,12 Cornelia Türk 1966 W55 02.09. Bergisch Gladbach
2. 5:53,80 Tanja Causemann 1979 W40 02.09. Bergisch Gladbach

3000 m Frauen

1. PB 11:49,82 Cornelia Türk 1966 W55 19.06. Köln
2. PB 11:53,40 Liz Roche 1973 W45 19.08. Bergisch Gladbach
3. 13:06,17 Carola Rentergent 1963 W55 19.08. Bergisch Gladbach

5000 m Frauen

1. PB 19:17,52 Carola Riethausen 1998 W20 26.08. Bergisch Gladbach
2. 20:09,23 Cornelia Türk 1966 W55 25.06. Köln
3. PB 20:29,48 Liz Roche 1973 W45 26.08. Bergisch Gladbach
4. 22:09,65 Antje Wietscher 1956 W65 26.08. Bergisch Gladbach
5. 22:21,87 Carola Rentergent 1963 W55 26.08. Bergisch Gladbach

10000 m Frauen

1. PB 40:10,24 Carola Riethausen 1998 W20 02.09. Bergisch Gladbach
2. 43:29,11 Liz Roche 1973 W45 02.09. Bergisch Gladbach

3 x 800 m Frauen

1. 8:41,12 TV Refrath I W20 17.09. Bergisch Gladbach
Causemann T. (1979) - Görlich E. (1995) - Pithan I. (1985)
2. 9:13,64 TV Refrath II W50 17.09. Bergisch Gladbach
Türk C. (1966) - Rentergent C. (1963) - Richter S. (1967)

100 m Männer**200 m Männer****400 m Männer****800 m Männer**

1.	PB	2:08,89	Kai Willems	2000	U23	25.06.	Köln
2.		2:16,79	Frank Weber	1966	M55	12.08.	Baunatal
3.	PB	2:16,82	Oliver Kalmes	1971	M50	12.08.	Baunatal
4.		2:17,92	Reinart Brüning	1965	M55	12.08.	Baunatal
5.		2:21,32	Joachim Zeidler	1966	M55	25.06.	Köln
6.		2:28,04	Heiko Wilmes	1969	M50	25.07.	Neckarsulm
7.		2:53,74	Christoph Fieberg	1963	M55	28.08.	Düsseldorf

1000 m Männer

* = TVR-Club-Meisterschaften

1.		2:32,19	Julius Zachow *	1992	M20	26.08.	Bergisch Gladbach
2.		2:46,47	Arthur Ralenovsky	1993	M20	26.08.	Bergisch Gladbach
3.		2:54,47	Florian Turck	2005	U18	26.08.	Bergisch Gladbach
4.	*	2:54,00	Eric Cramer	1999	M20	24.06.	Bergisch Gladbach
5.		2:57,80	Frank Weber	1966	M55	26.08.	Bergisch Gladbach
6.		3:00,17	Reinart Brüning	1965	M55	26.08.	Bergisch Gladbach
7.		3:10,00	Oliver Kalmes	1971	M50	24.06.	Bergisch Gladbach
8.	*	3:13,00	Jakob Eberhardt	1985	M35	24.06.	Bergisch Gladbach
9.	*	3:40,00	Martin Miebach	1963	M55	24.06.	Bergisch Gladbach

1500 m Männer

1.	PB	3:56,15	Julius Zachow *	1992	M20	19.06.	Sonsbeck
2.		4:25,18	Arthur Ralenovsky	1993	M20	02.09.	Bergisch Gladbach
3.	PB	4:37,39	Florian Turck	2005	U18	02.09.	Bergisch Gladbach
4.	PB	4:38,93	Christian Horstmann	1982	M35	02.09.	Bergisch Gladbach
5.		4:45,03	Joachim Zeidler	1966	M55	25.06.	Köln
6.		5:01,37	Heiko Wilmes	1969	M50	07.07.	Pfungstadt
7.		5:05,90	Frank Weber	1966	M55	02.09.	Bergisch Gladbach
8.		5:40,14	Christoph Fieberg	1963	M55	02.09.	Bergisch Gladbach

3000 m Männer

1.	PB	8:49,60	Julius Zachow *	1992	M20	19.08.	Bergisch Gladbach
2.		9:25,09	Arthur Ralenovsky	1993	M20	19.08.	Bergisch Gladbach
3.	PB	9:40,81	Marvin Jesinghaus	1998	M20	19.08.	Bergisch Gladbach
4.	PB	9:51,75	Tobias Hohagen	1984	M35	19.06.	Köln
5.	PB	9:55,72	Eric Cramer	1999	M20	19.09.	Bergisch Gladbach
6.	PB	10:09,45	Florian Turck	2005	U18	19.06.	Köln
7.	PB	10:12,57	Kai Willems	2000	U23	03.07.	Kreuztal
8.	PB	10:20,52	Christian Horstmann	1982	M35	19.08.	Bergisch Gladbach
9.		10:37,82	Heiko Wilmes	1969	M50	19.08.	Bergisch Gladbach

5000 m Männer

1.		16:30,41	Arthur Ralenovsky	1993	M20	25.06.	Köln
2.	PB	16:43,83	Tobias Hohagen	1984	M35	25.06.	Köln
3.		16:49,52	Marvin Jesinghaus	1998	M20	26.08.	Bergisch Gladbach
4.	PB	16:58,43	Eric Cramer	1999	M20	26.08.	Bergisch Gladbach
5.	PB	18:00,76	Christian Horstmann	1982	M35	26.08.	Bergisch Gladbach
6.		18:45,48	Heiko Wilmes	1969	M50	17.07.	Aschaffenburg

10000 m Männer

- | | | | | | | | |
|----|-----------|----------|-------------------|------|-----|--------|-------------------|
| 1. | PB | 35:39,63 | Marvin Jesinghaus | 1998 | U23 | 29.05. | Braunschweig |
| 2. | | 38:55,22 | Heiko Wilmes | 1969 | M50 | 02.09. | Bergisch Gladbach |

3 x 1000 m

- | | | | | | | | |
|----|--|---------|----------------|--|-----|--------|--|
| 1. | | 8:43,77 | TV Refrath I | | M20 | 17.09. | Bergisch Gladbach
Jesinghaus M. (1998) - Turck F. (2005) - Ralenovsky A. (1993) |
| 2. | | 9:02,35 | TV Refrath II | | M35 | 17.09. | Bergisch Gladbach
Bruns O.(1981) - Hohagen T. (1984) - Horstmann C. (1982) |
| 3. | | 9:47,89 | TV Refrath III | | M50 | 17.09. | Bergisch Gladbach
Brüning R. (1965) - Schröder F. (1968) - Grass R. (1967) |