

## Jahresbestenlisten 2022

### Bahnläufe - Stand 16.05.2022

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

Q = DM Quali unterboten

Statistik: Jochen Baumhof, 02207-5987

100 m Frauen

200 m Frauen

400 m Frauen

800 m Frauen

1000 m Frauen

1500 m Frauen

1. 6:03,48 Karin Janz 1966 W55 14.05. Siegburg

3000 m Frauen

5000 m Frauen

10000 m Frauen

1. PB 42:53,99 Cornelia Türk 1966 W55 07.05. Pliezhausen  
2. 45:43:99 Antje Wietscher 1956 W65 07.05. Pliezhausen

3 x 800 m Frauen

**100 m Männer****200 m Männer****400 m Männer****800 m Männer****1000 m Männer**

1. 2:44,93 Arthur Ralenovsky 1993 M20 11.05. Hilden

**1500 m Männer**

1. 4:18,48 Arthur Ralenovsky 1993 M20 14.05. Siegburg  
6:08,71 Christoph Fieberg 1963 M55 14.05. Siegburg

**3000 m Männer**

1. 9:24,06 Arthur Ralenovsky 1993 M20 04.05. Hilden  
2. 11:04,11 Heiko Wilmes 1969 M50 04.05. Hilden

**5000 m Männer**

1. 18:41,90 Heiko Wilmes 1969 M50 07.05. Sonsbeck

**10000 m Männer**

1. **PB** 35:43,25 Manuel Skopnik 1972 M50 07.05. Pliezhausen  
2. **PB** 36:09,67 Johannes Ritter 1965 M55 07.05. Pliezhausen  
3. 39:33,65 Heiko Wilmes 1969 M50 30.04. Rheine

**3 x 1000 m**

1. 9:19,89 TV Refrath M55 07.05. Aachen  
Weber (66) - Zeidler (66) - Brüning (65)