

Jahresbestenlisten 2024

Bahnläufe - Stand 05.09.2024

DR = Deutscher R LR = Landes R RR = Regio R VR = Vereins Rekord PB = Pers Best

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

3000 m Frauen

5000 m Frauen

1. 22:44,19 Carola Rentergent 1963 W55 04.05. Wassenberg

10000 m Frauen

Jahresbestenlisten 2024

Bahnläufe - Stand 05.09.2024

DR = Deutscher R LR = Landes R RR = Regio R VR = Vereins Rekord PB = Pers Best

Q = DM Quali unterboten

Statistik: Jochen Baumhof, 02207-5987

100 m Männer

200 m Männer

400 m Männer

800 m Männer

1.	PB	2:13,92	Christian Horstmann	1982	M40	05.09.	Bergisch Gladbach
2.		2:14,78	Arthur Ralenovsky	1993	M30	09.05.	Köln
3.	PB	2:15,84	Philipp Höfner	1994	M30	05.09.	Bergisch Gladbach
4.		2:22,00	Reinhart Brüning	1965	M55	26.05.	Siegburg
5.		2:23,89	Joachim Zeidler	1966	M55	16.06.	Erding
6.		2:35,31	Heiko Wilmes	1969	M55	02.06.	Sonsbeck
7.		2:57,80	Christoph Fieberg	1963	M60	05.09.	Bergisch Gladbach

1000 m Männer

1500 m Männer

1.		5:00,25	Joachim Zeidler	1966	M55	14.06.	Erding
2.		5:08,20	Heiko Wilmes	1969	M55	19.06.	Grefrath-Oedt

3000 m Männer

1.	PB	11:07,23	Matthias Hauck	1980	M40	05.09.	Bergisch Gladbach
2.		11:10,08	Heiko Wilmes	1969	M55	05.09.	Bergisch Gladbach

5000 m Männer

1.		17:01,20	Johannes Ritter	1965	M55	04.05.	Wassenberg
2.		17:14,96	Marvin Jesinghaus	1998	M20	16.08.	Düsseldorf
3.		17:53,15	Manuel Skopnik	1972	M50	04.05.	Wassenberg
4.		19:34,78	Heiko Wilmes	1969	M55	16.08.	Düsseldorf

10000 m Männer

3 x 1000 m