

## Jahresbestenlisten 2025

### Bahnläufe - Stand 31.12.2025

**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**

**PB** 11:30,31 Daniela Schneider 1994 W30 28.08. Bergisch Gladbach

5000 m **Frauen**

**PB** 19:54,27 Daniela Schneider 1994 W30 04.09. Bergisch Gladbach

10000 m **Frauen**

## Jahresbestenlisten 2025

### Bahnläufe - Stand 31.12.2025

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

1. **PB** 29,44 Johannes Ritter 1965 M60 07.11. Bad Neuenahr

#### 200 m Männer

1. **PB** 55,26 Philipp Höfner 1994 M30 29.05. Köln  
2. 62,55 Reinhart Brüning 1965 M60 08.08. Düsseldorf  
3. **PB** 63,49 Johannes Ritter 1965 M60 07.11. Bad Neuenahr

#### 400 m Männer

1. 2:12,18 Arthur Ralenovsky 1993 M30 29.05. Köln  
2. 2:16,79 Philipp Höfner 1992 M30 06.07. Wassenberg  
3. 2:18,56 Bruno Scheja 1976 M45 21.09. Leichlingen  
4. 2:19,41 Johannes Ritter 1965 M60 28.08. Bergisch Gladbach  
5. 2:20,39 Reinhart Brüning 1965 M60 24.08. Gotha  
6. 2:22,05 Joachim Zeidler 1966 M55 08.08. Düsseldorf

#### 800 m Männer

1. **PB** 3:09,50 Philipp Höfner 1992 M30 30.04. Köln  
2. **PB** 3:11,41 Johannes Ritter 1965 M60 30.08. Urmitz  
3. 3:53,28 Markus Heisig 1960 M65 30.04. Köln

#### 1000 m Männer

1. 4:42,04 Johannes Ritter 1965 M60 05.07. Wassenberg  
2. **PB** 4:53,03 Bruno Scheja 1976 M45 05.07. Wassenberg  
3. 4:56,97 Joachim Zeidler 1966 M55 19.10. Barendrecht / NED

#### 1500 m Männer

1. 9:49,45 Arthur Ralenovsky 1993 M30 28.08. Bergisch Gladbach  
2. 9:57,47 Johannes Ritter 1965 M60 04.06. Grefrath-Oedt  
3. 11:31,89 Detlef Jahner 1964 M60 28.08. Bergisch Gladbach

#### 3000 m Männer

1. 16:52,60 Arthur Ralenovsky 1993 M30 08.08. Düsseldorf  
2. 16:53,03 Johannes Ritter 1965 M60 08.08. Düsseldorf  
3. 17:29,97 Ulrich Schulze-Bergkamen 2000 M20 08.08. Düsseldorf  
4. 19:38,19 Detlef Jahner 1964 M60 08.08. Düsseldorf

#### 5000 m Männer

1. 36:26,32 Johannes Ritter 1965 M60 25.09. Hengelo / NED

#### 10000 m Männer

#### 3 x 1000 m