

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband

NLV Kreis Braunschweig Freiluft

Stand: 21.01.2023

[Männer](#)

[Frauen](#)

Männer

100 m Lauf	200 m Lauf	400 m Lauf	800 m Lauf	1000 m Lauf	1500 m Lauf
1 Meilen-Lauf	3000 m Lauf	5000 m Lauf	10000 m Lauf	Stundenlauf	5 km Str.
10 km Str.	10 km Str. Ma.	Halbmarathon	Marathon	50 km	100 km
100 km Ma.	110 m Hürden	4 x 100 m Staffel	3 x 1000 m Staffel	4x200m Mix-Staffel	Hochsprung
Stabhochsprung	Weitsprung	Kugelstoß	Diskuswurf	Speerwurf	5-Kampf
10-Kampf					

[zurück zum Anfang](#)

100 m Lauf

11,35	-1,6	Bahn Müller, Simon	1998	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
11,45	+0,9	Opperbeck, Tim	1999	LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
11,50	+0,9	Gillner, Jonas	2002	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
11,93	+0,5	Bremers, Eike	1997	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
12,32	+0,5	Povel, Dr. Christian	1979	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
12,37	+1,0	Schaare, Timon	1997	LG Braunschweig	Nienhagen	26.05.
12,3	+0,4	Seide, Christian	1991	LG Braunschweig	Schöningen	05.07.
12,56	+1,5	Jarecki, Jonas	1990	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
12,69	-1,4	Grosenick, Oliver	1992	LG Braunschweig	Mahlow	04.09.
12,73	+0,9	Krambehr, Lucas	1996	LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
12,99	-1,6	Bennewitz, Nick	2002	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
13,0	+0,4	Mathe, Raoul	1992	LG Braunschweig	Schöningen	05.07.
15,15	-3,0	Mauer, Mark M.	1966	LG Braunschweig	Burgdorf	23.04.
20,18	-1,7	Winkler, Siegfried	1951	LG Braunschweig	Uslar	19.06.

[zurück](#)

200 m Lauf

22,84	+1,2	Gillner, Jonas	2002	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
23,82	-0,5	Bremers, Eike	1997	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
24,91	-1,3	Schaare, Timon	1997	LG Braunschweig	Nienhagen	26.05.
25,54	-0,3	Povel, Dr. Christian	1979	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
25,76	+0,5	Jarecki, Jonas	1990	LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
26,34	+0,5	Krambehr, Lucas	1996	LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
26,7	+0,3	Mathe, Raoul	1992	LG Braunschweig	Schöningen	05.07.
30,40	-2,0	Mauer, Mark M.	1966	LG Braunschweig	Burgdorf	23.04.
42,89	+0,7	Winkler, Siegfried	1951	LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.

[zurück](#)

400 m Lauf

52,49		Bremers, Eike	1997	LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
52,65		Gillner, Jonas	2002	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
53,33		Wegner, Benjamin	1985	LG Braunschweig	Erding	17.09.
53,85		Bahn Müller, Simon	1998	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
54,03		Schaare, Timon	1997	LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.
55,79		Meinen, Sven	1989	Braunschweiger Laufclub	Edemissen	05.06.
56,25		Kuhlen, Andreas	1983	Braunschweiger Laufclub	Minden	06.08.
57,31		Laue, Vincent	1989	LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
57,69		Jarecki, Jonas	1990	LG Braunschweig	Zeven	02.10.
58,94		Laue, Simon	1986	LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.
59,02		Bennewitz, Nick	2002	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
60,51		Wagner, Henrik	1998	LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.
62,15		Krambehr, Lucas	1996	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
68,8		Winkler, Siegfried	1951	LG Braunschweig	Mahlow	04.09.
71,81		Mauer, Mark M.	1966	LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.

[zurück](#)

800 m Lauf

1:50,57	Dieterich, Max	1999 LG Braunschweig	Oxford/USA	08.04.
1:55,26	Kuk, Viktor	1989 LG Braunschweig	Melle	21.05.
2:01,28	Wegner, Benjamin	1985 LG Braunschweig	Berlin-Spandau	06.08.
2:01,53	Schaare, Timon	1997 LG Braunschweig	Hannover	14.05.
2:01,68	Laue, Vincent	1989 LG Braunschweig	Göttingen	03.07.
2:07,13	Kuhlen, Andreas	1983 Braunschweiger Laufclub	Mahlow	03.09.
2:09,46	Wagner, Henrik	1998 LG Braunschweig	Hannover	14.05.
2:09,54	Laue, Simon	1986 LG Braunschweig	Edemissen	05.06.
2:11,53	Kuzguncu, Süleyman	1988 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
2:12,82	Meinen, Sven	1989 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
2:17,21	Enders, Benedikt	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
2:17,55	Lüneburg, Paul	1991 LG Braunschweig	Braunschweig	27.08.
2:21,63	Jarecki, Jonas	1990 LG Braunschweig	Uslar	19.06.
2:22,74	Mathe, Raoul	1992 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
2:23,46	Seide, Christian	1991 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
2:31,53	Sich, Christian	1967 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
2:42,49	Mauer, Mark M.	1966 LG Braunschweig	Uslar	19.06.
2:44,51	Achtzehn, Dirk	1963 LG Braunschweig	Uslar	19.06.
2:55,31	Scharf, Frank	1973 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
4:02,25	Winkler, Siegfried	1951 LG Braunschweig	Zeven	01.10.

[zurück](#)

1000 m Lauf

2:56,68	Enders, Benedikt	1998 LG Braunschweig	Osterode	24.08.
3:15,41	Spieß, Christian	1992 LG Braunschweig	Osterode	24.08.
3:17,26	Mathe, Raoul	1992 LG Braunschweig	Osterode	24.08.
3:22,26	Seide, Christian	1991 LG Braunschweig	Osterode	24.08.
5:17,95	Winkler, Siegfried	1951 LG Braunschweig	Osterode	24.08.

[zurück](#)

1500 m Lauf

3:44,26	Dieterich, Max	1999 LG Braunschweig	Pfungstadt	18.06.
4:13,15	Kuhlen, Andreas	1983 Braunschweiger Laufclub	Mahlow	04.09.
4:16,44	Laue, Vincent	1989 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
4:22,07	Schaare, Timon	1997 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
4:22,96	Wagner, Henrik	1998 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
4:25,81	Laue, Simon	1986 LG Braunschweig	Göttingen	02.07.
4:39,07	Enders, Benedikt	1998 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
4:54,50	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
5:04,03	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
5:07,65	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
5:08,01	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
5:09,67	Spieß, Christian	1992 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
5:12,78	Sich, Christian	1967 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
5:17,46	Jarecki, Jonas	1990 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
5:20,08	Mathe, Raoul	1992 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
5:50,56	Achtzehn, Dirk	1963 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
5:58,93	Scharf, Frank	1973 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
6:21,26	Mauer, Mark M.	1966 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)

1 Meilen-Lauf

4:44,71	Laue, Vincent	1989 LG Braunschweig	Burgdorf	23.04.
4:48,73	Wagner, Henrik	1998 LG Braunschweig	Uslar	16.07.
5:03,69	Schaare, Timon	1997 LG Braunschweig	Burgdorf	23.04.
5:05,44	Enders, Benedikt	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.
5:26,14	Dörflinger, Alexander	1989 LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.
5:34,88	Sich, Christian	1967 LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.
6:36,21	Scharf, Frank	1973 LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.

[zurück](#)

3000 m Lauf

8:32,42	Menzel, René	1992 Braunschweiger Laufclub	Sarstedt	25.06.
8:44,20	Guglielmi, Mattia	1992 Braunschweiger Laufclub	Dortmund	11.06.
8:52,38	Riechers, Nicolai	1993 Braunschweiger Laufclub	Sarstedt	25.06.
8:54,04	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Wunstorf	18.05.
9:20,42	Laue, Vincent	1989 LG Braunschweig	Braunschweig	30.04.
9:22,47	Wagner, Henrik	1998 LG Braunschweig	Minden	23.07.
9:29,39	Ostrowski, Clemens	1993 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	30.04.
9:51,89	Boohs, Christian	1993 Braunschweiger Laufclub	Oldenburg	13.07.
9:52,08	Schaare, Timon	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	30.04.
9:55,73	Enders, Benedikt	1998 LG Braunschweig	Osterode	16.07.
10:11,66	Bode, Christian	1977 LG Braunschweig	Osterode	16.07.
10:46,36	Meinen, Sven	1989 Braunschweiger Laufclub	Wunstorf	18.05.
10:55,25	Pollmann, Tobias	1974 LG Braunschweig	Osterode	16.07.
11:00,84	Sich, Christian	1967 LG Braunschweig	Osterode	16.07.
12:47,03	Scharf, Frank	1973 LG Braunschweig	Braunschweig	30.04.

[zurück](#)

5000 m Lauf

14:20,43	Meier, Karsten	1991 LG Braunschweig	Sollentuna/SWE	12.06.
14:30,30	Menzel, René	1992 Braunschweiger Laufclub	Ninove/BEL	16.07.
15:05,24	Guglielmi, Mattia	1992 Braunschweiger Laufclub	Hillesheim	10.06.
15:06,97	Bergmann, Silas	1997 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
15:18,84	Brecht, David	1998 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
15:29,09	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Göttingen	03.07.
15:29,29	Riechers, Nicolai	1993 Braunschweiger Laufclub	Göttingen	03.07.
15:30,88	Hartig, Fabian	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	27.08.
16:14,15	Ostrowski, Clemens	1993 Braunschweiger Laufclub	Rüningen	22.05.
16:35,80	Lang, Steffen	1983 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
16:36,60	Guinchan, Richard	1999 LG Braunschweig	Helmstedt	07.10.
16:58,32	Enders, Benedikt	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	27.08.
17:14,90	Lüneburg, Paul	1991 LG Braunschweig	Braunschweig	27.08.
17:33,8	Boohs, Christian	1993 Braunschweiger Laufclub	Lüchow	27.04.
17:56,35	Michels, Martin A.	1979 Braunschweiger Laufclub	Delmenhorst	12.08.
18:16,41	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Braunschweig	27.08.
18:29,9	Dörflinger, Alexander	1989 LG Braunschweig	Helmstedt	07.10.
18:39,40	Giemza, Piotr	1977 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
18:40,86	Malec, Jan	1984 LG Braunschweig	Braunschweig	27.08.
18:59,28	Sich, Christian	1967 LG Braunschweig	Bad Harzburg	11.09.
20:45,70	Meinen, Sven	1989 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
22:38,58	Achtzehn, Dirk	1963 LG Braunschweig	Uslar	19.06.

[zurück](#)

10000 m Lauf

30:58,69	Menzel, René	1992 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.08.
31:37,41	Katib, Joseph	1982 LG Braunschweig	Pliezhausen	07.05.
31:41,71	Bergmann, Silas	1997 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.08.
31:49,5	Hendel, Sebastian	1995 LG Braunschweig	Treuen	26.03.
31:54,61	Meier, Karsten	1991 LG Braunschweig	Umea/SWE	15.09.
32:10,15	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.08.
32:51,51	Guglielmi, Mattia	1992 Braunschweiger Laufclub	Hameln	24.09.
33:13,36	Jankowski, Raoul	1991 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.08.
35:24,05	Boohs, Christian	1993 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.08.
36:32,56	Michels, Martin A.	1979 Braunschweiger Laufclub	Hameln	24.09.
39:37,6	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Harsum-Borsum	24.08.

[zurück](#)

Stundenlauf

14844	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Harsum-Borsum	24.08.
-------	-----------------------	----------------------	---------------	--------

[zurück](#)

5 km Str.

15:06	Meier, Karsten	1991 LG Braunschweig	Saarbrücken	18.09.
15:17	Menzel, René	1992 Braunschweiger Laufclub	Hasbergen	27.05.
15:47	Katib, Joseph	1982 LG Braunschweig	Saarbrücken	18.09.
15:48	Guglielmi, Mattia	1992 Braunschweiger Laufclub	Hasbergen	27.05.
16:06	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Hannover	28.08.
16:49	Ifftner, Leon-Magnus	2002 Braunschweiger Laufclub	Wolfenbüttel	18.09.
17:52	Lefering, Sebastian	1996 Braunschweiger Laufclub	Saarbrücken	18.09.
19:15	Sich, Christian	1967 LG Braunschweig	Wolfenbüttel	18.09.

[zurück](#)**10 km Str.**

30:30	Meier, Karsten	1991 LG Braunschweig	Saarbrücken	18.09.
30:45	Katib, Joseph	1982 LG Braunschweig	Erlangen	26.03.
30:57	Menzel, René	1992 Braunschweiger Laufclub	Berlin	31.03.
31:03	Riechers, Nicolai	1993 Braunschweiger Laufclub	Berlin	31.03.
31:08	Bergmann, Silas	1997 Braunschweiger Laufclub	Berlin	31.03.
31:12	Guglielmi, Mattia	1992 Braunschweiger Laufclub	Berlin	31.03.
32:28	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Lingen	22.05.
33:51	Danelak, Pierre	1987 Braunschweiger Laufclub	Berlin	31.03.
34:27	Lang, Steffen	1983 Braunschweiger Laufclub	Münster	19.03.
34:46	Fröhlich, Kilian	1990 Braunschweiger Laufclub	Lingen	22.05.
35:40	Lefering, Sebastian	1996 Braunschweiger Laufclub	Münster	19.03.
37:30	Niederbröker, Christoph	1995 Braunschweiger Laufclub	Lingen	22.05.
38:50	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Paderborn	16.04.
39:36	Soltmann, Ben	2005 Braunschweiger Laufclub	Lingen	22.05.
41:58	Hinders, Lambertus	1966 Braunschweiger Laufclub	Münster	19.03.

[zurück](#)**10 km Str. Ma.**

1:37:15	Braunschweiger Laufclub I Riechers, Nicolai (1993) - 31:51; Marx, Jonas (1993) - 32:28; Danelak, Pierre (1987) - 32:56	Lingen	22.05.
---------	---	--------	--------

[zurück](#)**Halbmarathon**

1:02:02	Hendel, Sebastian	1995 LG Braunschweig	Labem/CZE	17.09.
1:10:57	Menzel, René	1992 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
1:11:33	Danelak, Pierre	1987 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
1:12:40	Lang, Steffen	1983 Braunschweiger Laufclub	Hannove	03.04.
1:14:39	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
1:14:43	Fröhlich, Kilian	1990 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
1:14:57	Boohs, Christian	1993 Braunschweiger Laufclub	München	09.10.
1:20:43	Ostrowski, Clemens	1993 Braunschweiger Laufclub	Wolfsburg	11.09.
1:22:04	Bode, Christian	1977 LG Braunschweig	Wolfsburg	11.09.
1:25:43	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Wolfenbüttel	18.09.

[zurück](#)**Marathon**

2:10:37	Hendel, Sebastian	1995 LG Braunschweig	München	09.10.
2:22:28	Jankowski, Raoul	1991 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
2:23:03	Brecht, David	1998 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
2:24:15	Bergmann, Silas	1997 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
2:25:10	Riechers, Nicolai	1993 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
2:26:28	Husen, Dr. Martin	1983 Braunschweiger Laufclub	Duluth/USA	18.06.
2:29:10	Danelak, Pierre	1987 Braunschweiger Laufclub	Berlin	25.09.
2:34:30	Schrader, Dominik	1980 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.
2:41:36	Marx, Jonas	1993 Braunschweiger Laufclub	Berlin	25.09.
2:58:49	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Berlin	25.09.
3:02:23	Rochell, Andre	1984 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.

[zurück](#)

50 km

3:55:30	Bennett, Marc Dominik	1987 LG Braunschweig	Wolfenbüttel	01.05.
---------	-----------------------	----------------------	--------------	--------

[zurück](#)**100 km**

6:40:57	Schwippel, Tim-Niklas	1995 Braunschweiger Laufclub	Ubstadt-Weiher	09.04.
7:23:54	Weber, Felix	1987 sportTREND Ultralaufteam BS	Ubstadt-Weiher	09.04.
7:33:49	Leuze, Marcel	1986 sportTREND Ultralaufteam BS	Ubstadt-Weiher	09.04.
8:28:55	Bernhardt, Torben	1991 sportTREND Ultralaufteam BS	Ubstadt-Weiher	09.04.
12:06:21	Somplatzki, André	1977 sportTREND Ultralaufteam BS	Ubstadt-Weiher	09.04.

[zurück](#)**100 km Ma.**

23:26:38	sportTREND Ultralaufteam BS		Ubstadt-Weiher	09.04.
	Weber, Felix (1987) - 7:23:54; Leuze, Marcel (1986) - 7:33:49; Bernhardt, Torben (1991) - 8:28:55			

[zurück](#)**110 m Hürden 1.067m**

18,74	+0,4 Bahnmüller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
19,36	-0,2 Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
23,01	+0,4 Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
23,29	+0,4 Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)**4 x 100 m Staffel**

43,91	LG Braunschweig II	Duluth/USA	18.06.
	Wieczorek, Daniel (1999); Gillner, Jonas (2002); Bremers, Eike (1997); Opperbeck, Tim (1999)		
47,21	LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
	Jarecki, Jonas (1990); Gillner, Jonas (2002); Bremers, Eike (1997); Povel, Dr. Christian (1979)		
49,32	LG Braunschweig I	Braunschweig	30.04.
	Jarecki, Jonas (1990); Krambehr, Lucas (1996); Mathe, Raoul (1992); Povel, Dr. Christian (1979)		
49,62	LG Braunschweig	Zeven	02.10.
	Grosenick, Oliver (1992); Jarecki, Jonas (1990); Seide, Christian (1991); Povel, Dr. Christian (1979)		
63,58	LG Braunschweig	Braunschweig	30.04.
	Mauer, Mark M. (1966); Leppla, Frank (1964); Adelman, Clemens (1965); Sich, Christian (1967)		

[zurück](#)**3 x 1000 m Staffel**

7:24,61	LG Braunschweig	Mainz	29.05.
	Hendel, Sebastian (1995); Kuk, Viktor (1989); Dieterich, Max (1999)		

[zurück](#)**4 x 200m Mixed-Staffel**

1:41,60	LG Braunschweig I	Braunschweig	30.04.
	Strauss, Denis (2006); Kühn, Emily (2003); Zalewski, Laura (2001); Bahnmüller, Simon (1998)		
1:42,55	LG Braunschweig II	Braunschweig	30.04.
	Grosenick, Oliver (1992); Gottwald, Lina (2005); Pisoke, Natalie (2003); Gillner, Jonas (2002)		
1:43,65	LG Braunschweig III	Braunschweig	30.04.
	Stolle, Lina (2004); Jordan, Tabitha (1999); Gottwaldt, Torben (2003); Bremers, Eike (1997)		
1:44,41	LG Braunschweig IV	Braunschweig	30.04.
	Opperbeck, Tim (1999); Tolle, Annika (2003); Minnich, Nele (2000); Borisov, Aleksey (2004)		
1:48,92	LG Braunschweig V	Braunschweig	30.04.
	Wieczorek, Daniel (1999); Ullrich, Antonia (2005); Löffel, Filomena (199); Bennewitz, Nick (2002)		
1:54,06	LG Braunschweig VI	Braunschweig	30.04.
	Mathe, Raoul (1992); Krambehr, Lucas (1996); Dornieden, Eileen (2002); Wylegala, Anna-Katharina (1986)		
2:02,62	LG Braunschweig VII	Braunschweig	30.04.
	Schulte, Neele Johanna (2006); Leppla, Frank (1964); Sich, Christian (1967); Kalogeroudis, Zoé (2006)		

[zurück](#)

Hochsprung

1,69	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
1,64	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
1,53	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
1,41	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.

[zurück](#)

Stabhochsprung

2,80	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
2,60	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
2,30	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
2,20	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)

Weitsprung

6,22	+0,9 Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
5,99	+0,3 Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
5,03	+0,5 Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.

[zurück](#)

Kugelstoß 7.26kg

11,21	Gottwaldt, Torben	2003 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
8,94	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
8,34	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
8,09	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
8,01	Povel, Dr. Christian	1979 LG Braunschweig	Uslar	19.06.
7,33	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
7,32	Krambehr, Lucas	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.

[zurück](#)

Diskuswurf 2 kg

34,26	Gottwaldt, Torben	2003 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
26,94	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
21,35	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
21,28	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
19,36	Krambehr, Lucas	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
13,62	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)

Speerwurf 800 g

30,66	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
30,56	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
24,25	Povel, Dr. Christian	1979 LG Braunschweig	Mahlow	04.09.
20,94	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
20,77	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)

5-Kampf

Weit-Speer (800g)-200m-Diskus (2kg)-1500m				
2.372	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hameln	24.09.
5,74(+0,0)-28,07-23,32(-0,7)-22,90-5:13,05				

[zurück](#)

10-Kampf

100m-Weit-Kugel (7.26kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (2kg)-Stab-Speer (800g)-1500m				
4.862	Bahn Müller, Simon	1998 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.
11,35(-1,6)-6,22(+0,9)-8,94-1,69-53,85/18,74(+0,4)-21,35-2,60-30,66-5:08,01				

4.577	Gillner, Jonas	2002 LG Braunschweig	Hannover	09.07./
	11,59(+0,6)-5,99(+0,3)-8,08-1,64-53,13/19,36(-0,2)-17,42-2,80-26,10-5:04,03			10.07.
3.636	Bremers, Eike	1997 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./
	12,17(-1,6)-5,03(+0,5)-7,33-1,53-54,05/23,29(+0,4)-13,62-2,30-20,77-4:54,50			18.09.
3.202	Bennewitz, Nick	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./
	12,99(-1,6)-4,40(+2,6)-8,09-1,41-59,02/23,01(+0,4)-21,28-2,20-20,94-5:07,65			18.09.

[zurück](#)

Frauen

100 m Lauf	200 m Lauf	400 m Lauf	800 m Lauf	1000 m Lauf	1500 m Lauf
1 Meilen-Lauf	3000 m Lauf	5000 m Lauf	10000 m Lauf	5 km Str.	10 km Str.
Halbmarathon	Marathon	100 km	100 km Ma.	100 m Hürden	4 x 100 m Staffel
3 x 800 m Staffel	Hochsprung	Stabhochsprung	Weitsprung	Kugelstoß	Diskuswurf
Speerwurf	5-Kampf	7-Kampf	7-Kampf Ma.	10-Kampf	

[zurück zum Anfang](#)

100 m Lauf

13,04	+1,0	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
13,13	+0,0	Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Osterode	16.07.
13,50	-1,1	Minnich, Lina	2002 LG Braunschweig	Nienhagen	26.05.
13,58	+1,0	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
13,66	+0,8	Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
13,93	+1,0	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
13,94	+0,8	Dornieden, Eileen	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
14,04	+1,0	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
14,65	-1,5	Teuber, Charlene	1994 LG Braunschweig	Nienhagen	26.05.
14,79	+1,0	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
22,20	+0,6	Eriksen, Anne-Kathrin	1944 LG Braunschweig	Zeven	02.10.

[zurück](#)

200 m Lauf

26,54	+0,1	Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Edemissen	07.05.
26,88	+1,2	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
27,60	+1,9	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
28,13	-0,7	Minnich, Lina	2002 LG Braunschweig	Nienhagen	26.05.
28,51	+1,2	Dornieden, Eileen	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
28,62	+0,1	Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Rüningen	28.05.
29,34	+0,4	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
29,46	+0,1	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Rüningen	28.05.
29,84	-1,3	Teuber, Charlene	1994 LG Braunschweig	Nienhagen	26.05.
31,00	+0,1	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Rüningen	28.05.

[zurück](#)

400 m Lauf

60,51		Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Edemissen	05.06.
67,28		Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
72,74		Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
76,40		Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
77,04		Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
81,40		Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.

[zurück](#)

800 m Lauf

2:20,71		Mauer, Johanna	1999 LG Braunschweig	Göttingen	03.07.
2:21,15		Minnich, Lina	2002 LG Braunschweig	Zeven	05.06.
2:23,10		Teuber, Charlene	1994 LG Braunschweig	Göttingen	03.07.
2:27,34		Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Edemissen	08.05.
2:31,21		Wylegala, Anna-Katharina	1986 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
2:40,64		Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
2:42,46		Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Rüningen	29.05.
2:46,77		Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
3:00,81		Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Hannover	10.07.

3:02,27	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Rüningen	29.05.
3:12,12	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Rüningen	29.05.

[zurück](#)

1000 m Lauf

3:17,13	Wylegala, Anna-Katharina	1986 LG Braunschweig	Osterode	24.08.
---------	--------------------------	----------------------	----------	--------

[zurück](#)

1500 m Lauf

4:50,99	Mauer, Johanna	1999 LG Braunschweig	Göttingen	02.07.
5:00,66	Minnich, Lina	2002 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
5:04,11	Teuber, Charlene	1994 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
5:10,33	Wylegala, Anna-Katharina	1986 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
6:31,96	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
6:51,11	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
6:53,27	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
6:58,33	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
7:44,01	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)

1 Meilen-Lauf

5:28,89	Minnich, Lina	2002 LG Braunschweig	Burgdorf	23.04.
5:29,38	Teuber, Charlene	1994 LG Braunschweig	Burgdorf	23.04.
5:34,94	Wylegala, Anna-Katharina	1986 LG Braunschweig	Braunschweig	28.05.

[zurück](#)

3000 m Lauf

10:27,19	Saathoff, Katharina	2000 Braunschweiger Laufclub	Oldenburg	13.07.
11:05,34	Minnich, Lina	2002 LG Braunschweig	Minden	23.07.
11:09,62	Wylegala, Anna-Katharina	1986 LG Braunschweig	Osterode	16.07.

[zurück](#)

5000 m Lauf

17:02,20	Saathoff, Katharina	2000 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
17:44,86	Nölken, Karianne	1998 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	27.08.
19:49,14	Wylegala, Anna-Katharina	1986 LG Braunschweig	Bad Harzburg	11.09.

[zurück](#)

10000 m Lauf

35:22,47	Saathoff, Katharina	2000 Braunschweiger Laufclub	Warsingsfehn	30.08.
40:06,12	Alfus, Alica	1994 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.08.

[zurück](#)

5 km Str.

16:01	Hendel, Kristina	1996 LG Braunschweig	Wien/AUT	22.05.
17:19	Saathoff, Katharina	2000 Braunschweiger Laufclub	Saarbrücken	18.09.

[zurück](#)

10 km Str.

32:35	Hendel, Kristina	1996 LG Braunschweig	Berlin	31.03.
35:05	Saathoff, Katharina	2000 Braunschweiger Laufclub	Saarbrücken	18.09.
36:52	Nölken, Karianne	1998 Braunschweiger Laufclub	Berlin	31.03.
40:03	Otten, Carmen	1990 Braunschweiger Laufclub	Hannover	03.04.

[zurück](#)

Halbmarathon

1:10:38	Hendel, Kristina	1996 LG Braunschweig	Istanbul/TUR	27.03.
1:16:53	Saathoff, Katharina	2000 Braunschweiger Laufclub	Bremen	02.10.
1:20:06	Nölken, Kari	1998 Braunschweiger Laufclub	Wolfsburg	11.09.

[zurück](#)

Marathon

2:27:29	Hendel, Kristina	1996 LG Braunschweig	Hamburg	24.04.
3:27:57	Wienstroer, Marie-Charlotte	1988 Braunschweiger Laufclub	Hamburg	24.04.

[zurück](#)

100 km

13:35:45	Stanik, Sylvia	1979 sportTREND Ultralaufteam BS	Bottrop	14.05.
18:07:10	Noack, Maike	1973 sportTREND Ultralaufteam BS	Bottrop	14.05.
18:24:33	Prinz, Nicole	1978 sportTREND Ultralaufteam BS	Bottrop	14.05.

[zurück](#)

100 km Ma.

50:07:28	sportTREND Ultralaufteam BS Stanik, Sylvia (1979); Noack, Maike (1973); Prinz, Nicole (1978)		Bottrop	14.05.
----------	---	--	---------	--------

[zurück](#)

100 m Hürden 0.838m

15,50	-0,1 Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
16,40	+1,2 Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Hannover	09.07.
16,58	+0,3 Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
16,90	+1,2 Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
17,96	+1,2 Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
18,01	-0,1 Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
18,15	+1,1 Piske, Natalie	2003 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
19,71	+0,6 Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.

[zurück](#)

4 x 100 m Staffel

49,16	LG Braunschweig Ullrich, Antonia (2005); Stolle, Lina (2004); Piske, Natalie (2003); Zalewski, Laura (2001)		Rostock	10.09.
50,10	LG Braunschweig Zalewski, Laura (2001); Stolle, Lina (2004); Piske, Natalie (2003); Krug, Anielle (2005)		Bochum-Wattenscheid	24.07.
52,78	LG Braunschweig I Zalewski, Laura (2001); Jordan, Tabitha (1999); Minnich, Nele (2000); Löffel, Filomena (1999)		Braunschweig	30.04.
60,93	LG Braunschweig II Beckereit, Franka (1995); Dornieden, Eileen (2002); Schulte, Judith Elisa (2006); Wylegala, Anna-Katharina (1986)		Braunschweig	30.04.

[zurück](#)

3 x 800 m Staffel

7:12,27	LG Braunschweig Minnich, Lina (2002); Teuber, Charlene (1994); Mauer, Johanna (1999)		Mainz	29.05.
---------	---	--	-------	--------

[zurück](#)

Hochsprung

1,60	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
1,55	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
1,54	Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	14.05.
1,48	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
1,48	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
1,29	Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Rüningen	28.05.
1,25	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.

[zurück](#)**Stabhochsprung**

2,50	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
2,40	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
2,20	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
2,10	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
1,80	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)**Weitsprung**

5,57	+0,7 Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
5,45	+1,3 Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Rostock	11.09.
5,18	+1,3 Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
5,03	+0,0 Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
4,87	+0,2 Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
4,69	+0,0 Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
4,05	+0,0 Balle, Paulina	1996 Braunschweiger Laufclub	Sarstedt	25.06.
4,04	+0,0 Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
2,37	+0,6 Eriksen, Anne-Kathrin	1944 LG Braunschweig	Stendal	29.05.

[zurück](#)**Kugelstoß 4 kg**

11,08	Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Rostock	10.09.
10,24	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Rüningen	28.05.
8,77	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
8,70	Balle, Paulina	1996 Braunschweiger Laufclub	Sarstedt	25.06.
8,61	Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Rüningen	22.05.
8,53	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
8,24	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Hannover	09.07.
8,07	Pisoke, Natalie	2003 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09.
8,04	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Sarstedt	25.06.
7,17	Dornieden, Eileen	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
5,80	Münkner, Linda	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.

[zurück](#)**Diskuswurf 1 kg**

36,65	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Rostock	10.09.
25,34	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
22,38	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
17,35	Leppla, Ute	1964 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
16,75	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
16,73	Pisoke, Natalie	2003 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
15,48	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.
15,12	Dornieden, Eileen	2002 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
14,30	Münkner, Linda	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.

[zurück](#)**Speerwurf 600 g**

32,07	Benkert, Sophia	2001 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
31,42	Schmidt, Ann-Kathrin	1996 Braunschweiger Laufclub	Edemissen	05.06.
29,40	Jordan, Tabitha	1999 LG Braunschweig	Edemissen	05.06.
27,42	Jordan, Soraya	1996 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
26,61	Balle, Paulina	1996 Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	14.05.
24,71	Löffel, Filomena	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	14.05.
23,80	Zalewski, Laura	2001 LG Braunschweig	Hannover	10.07.
22,70	Minnich, Nele	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	18.09.

[zurück](#)**5-Kampf**

100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-800m

3.206	Schmidt, Ann-Kathrin 13,23(-0,7)-5,14(-0,6)-10,83-1,51-2:32,47	1996 Braunschweiger Laufclub	Hameln	24.09.
-------	---	------------------------------	--------	--------

[zurück](#)**7-Kampf****100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m**

4.373	Schmidt, Ann-Kathrin 16,82(+0,7)-1,48-10,34-26,54(+0,1)/5,31(-1,6)-30,26-2:27,34	1996 Braunschweiger Laufclub	Edemissen	07.05./ 08.05.
3.936	Zalewski, Laura 15,50(-0,1)-1,48-8,53-27,04(+1,7)/4,75(-0,5)-23,80-2:40,64	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07./ 10.07.
3.659	Benkert, Sophia 18,01(-0,1)-1,52-7,60-27,60(+1,9)/4,69(+0,0)-32,07-2:46,77	2001 LG Braunschweig	Hannover	09.07./ 10.07.
3.615	Jordan, Tabitha 16,90(+1,2)-1,56-8,24-29,34(+0,4)/5,03(+0,0)-28,54-3:00,81	1999 LG Braunschweig	Hannover	09.07./ 10.07.
3.582	Jordan, Soraya 16,73(+2,8)-1,45-10,24-29,46(+0,1)/5,38(+1,2)-25,85-3:12,12	1996 LG Braunschweig	Rüningen	28.05./ 29.05.
3.211	Löffel, Filomena 17,84(+2,8)-1,29-8,56-28,62(+0,1)/4,42(+0,0)-22,45-2:42,46	1999 LG Braunschweig	Rüningen	28.05./ 29.05.
2.407	Minnich, Nele 19,87(+2,8)-1,21-8,55-31,00(+0,1)/3,81(+0,0)-21,38-3:02,27	2000 LG Braunschweig	Rüningen	28.05./ 29.05.

[zurück](#)**7-Kampf Ma.****100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m**

11.210	LG Braunschweig II Zalewski, Laura (2001) - 3.936; Benkert, Sophia (2001) - 3.659; Jordan, Tabitha (1999) - 3.615		Hannover	09.07./ 10.07.
10.457	LG Braunschweig Zalewski, Laura (2001) - 3.936; Benkert, Sophia (2001) - 3.659; Kühn, Emily (2003) - 2.862		Hannover	09.07./ 10.07.
10.413	LG Braunschweig Jordan, Soraya (1996) - 3.582; Benkert, Sophia (2001) - 3.479; Jordan, Tabitha (1999) - 3.352		Rüningen	28.05./ 29.05.

[zurück](#)**10-Kampf****100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-400m-100m H.-Diskus (1kg)-Stab-Speer (600g)-1500m**

4.965	Pisoke, Natalie 12,99(+1,0)-5,33(+0,9)-8,07-1,37-59,82/18,15(+1,1)-16,73-2,20-15,54-5:08,62	2003 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.
4.617	Zalewski, Laura 13,04(+1,0)-5,18(+1,3)-8,41-1,45-67,28/15,95(+1,1)-16,75-2,20-19,05-6:31,96	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.
4.203	Jordan, Tabitha 14,04(+1,0)-4,93(-0,3)-8,01-1,49-77,04/17,68(+1,1)-22,70-2,50-26,08-6:51,11	1999 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.
4.096	Jordan, Soraya 13,93(+1,0)-4,92(+0,8)-9,50-1,37-81,40/17,66(+1,1)-35,46-2,40-23,24-7:44,01	1996 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.
3.938	Benkert, Sophia 13,58(+1,0)-4,68(+1,7)-7,98-1,45-72,74/18,62(+1,1)-15,48-2,10-27,96-6:53,27	2001 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.
3.143	Minnich, Nele 14,79(+1,0)-4,04(+0,0)-8,77-1,25-76,40/20,02(+1,1)-22,38-1,80-22,70-6:58,33	2000 LG Braunschweig	Braunschweig	17.09./ 18.09.

[zurück](#)