

Niedersächsischer Leichtathletik Verband

Bezirk Hannover e.V.

2023

Bestenliste

NLV – Bezirk Hannover e.V. – Bestenliste 2023

NLV - Bezirk Hannover e.V.

BESTENLISTE 2023

Inhalt:

Ehrentafel (Meister 2023)	4	- 22
Männer, Frauen	23	- 44
Jugend U20 und U18	45	- 65
männliche Jugend U16 und jünger	66	- 100
weibliche Jugend U16 und jünger	101	- 137
Senioren MW 30 - MW 90	138	- 192
Statistiken 2023	193	- 202

Verantwortlich für den Inhalt:

Wolfgang Rost, Pappelstr. 10, 31061 Alfeld-W., Tel: 05181 / 2900 eMail: woro.la@t-online.de

Die Bezirks-Bestenliste im Internet:

WoRo-LA.de

Titelträger aus dem Bezirk Hannover im Jahre 2023

Deutsche Meister

Männer

10-Kampf	Marcel Meyer	01	Hannover 96	8.190
10-Kampf Manns.	Meyer, Ifrim, Rozok		Hannover 96	21.231

Frauen

Marathon	Esther Jacobitz	97	TK zu Hannover	2:37:00
----------	-----------------	----	----------------	---------

wU23

10.000 m	Jasmina Stahl	02	Hannover 96	33:39,62
----------	---------------	----	-------------	----------

M40

5.000 m	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	15:26,36
---------	-----------------	----	--------------	----------

M55

Halbmarathon	Guido Vollkommer	66	Hannover 96	1:17:30
--------------	------------------	----	-------------	---------

W55

5000 m BG	Sigute Brönnecke	65	Eintracht Hildesheim	28:30,42
-----------	------------------	----	----------------------	----------

Norddeutsche Meister

Männer

10-Kampf-M.	Küch, Rethfeldt, Frank		VfL Eintr. Hannover	13.274 P.
-------------	------------------------	--	---------------------	-----------

Frauen

800 m (H)	Jana Schlüsche	00	VfL Eintr. Hannover	2:12,62
Stabhoch (H)	Annika Roloff	91	MTV 49 Holzminden	4,00

mJU18

Hochsprung	Jason Lee Hoppe	06	LC Hansa Stuhr	2,03
Dreisprung	Leon Michelmann	06	TSV Asendorf	13,55
Speerwurf (WiWu)	Tilman Meyer	06	Hannover 96	59,97

wJU20

Stabhoch (H)	Tanja Unverzagt	06	MTV 49 Holzminden	3,40
Stabhochsprung	Klara Härke	07	MTV 49 Holzminden	3,60

wJU18

800 m	Franka Windmüller	06	LG Neustadt Nord	2:18,28
Stabhochsprung	Klara Härke	07	MTV 49 Holzminden	3,50
7-Kampf	Savanna-Sara Wölfer	07	TK zu Hannover	5.032 P.

M15

Diskuswurf	Evgeny Cherniakov	08	VfL Eintr. Hannover	50,20
------------	-------------------	----	---------------------	-------

W15

Stabhochsprung	Anna Rieger	09	MTV 49 Holzminden	3,20
----------------	-------------	----	-------------------	------

Weitsprung	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	5,78
------------	-----------------	----	--------------	------

M30

5.000 m	Sebastian Elvers	91	TuS Sulingen	15:52,5
---------	------------------	----	--------------	---------

M 35

200 m	Matthias Harmening	86	TKJ Sarstedt	25,69
-------	--------------------	----	--------------	-------

800 m	Florian Schneider	86	LG Nienburg	2:08,10
-------	-------------------	----	-------------	---------

Hochsprung	Matthias Harmening	86	TKJ Sarstedt	1,50
------------	--------------------	----	--------------	------

Speerwurf	Stefan True	86	LC Hansa Stuhr	42,70
-----------	-------------	----	----------------	-------

M40

800 m	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	2:02,97
-------	-----------------	----	--------------	---------

5.000 m	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	16:24,98
---------	-----------------	----	--------------	----------

M45

100 m	Holger Gewecke	75	TV Lohnde	12,50
-------	----------------	----	-----------	-------

Stabhochsprung	Alexander Maus	77	TKJ Sarstedt	2,7
----------------	----------------	----	--------------	-----

Weitsprung	Holger Gewecke	75	TV Lohnde	6,12
------------	----------------	----	-----------	------

M55

200 m	Carsten Schuh	65	TV Lohnde	26,64
-------	---------------	----	-----------	-------

400 m	Carsten Schuh	65	TV Lohnde	59,34
-------	---------------	----	-----------	-------

Speerwurf	Peter Abramowski	66	MTV Eintr. Borsum	41,49
-----------	------------------	----	-------------------	-------

M60

200 m	Ted Spitzer	63	TV Lohnde	26,49
-------	-------------	----	-----------	-------

400 m	Ted Spitzer	63	TV Lohnde	58,76
-------	-------------	----	-----------	-------

800 m	Ted Spitzer	63	TV Lohnde	2:28,15
-------	-------------	----	-----------	---------

Diskuswurf (WiWu)	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	36,98
-------------------	------------------	----	------------------	-------

M65

200 m	Axel Becker	58	TSV Burgdorf	30,37
-------	-------------	----	--------------	-------

400 m	Axel Becker	58	TSV Burgdorf	71,91
-------	-------------	----	--------------	-------

Stabhochsprung	Franz Schrader	57	MTV Eintr. Borsum	2,70
----------------	----------------	----	-------------------	------

M70

4 x 100 m	Hauenschild, Scheide, Ollech, Schwoche		Eintracht Hildesheim	91,15
-----------	--	--	----------------------	-------

Diskuswurf	Henry Zerbian	52	MTV Herrenhausen	29,84
------------	---------------	----	------------------	-------

Speerwurf	Henry Zerbian	52	MTV Herrenhausen	33,10
-----------	---------------	----	------------------	-------

M75

800 m	Rolf Salzmann	47	TSV Kirchdorf	3:51,44
-------	---------------	----	---------------	---------

M80

Kugelstoß	Wolfgang Goll	41	LAV Alfeld	10,32
-----------	---------------	----	------------	-------

M85

Hochsprung	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	1,05
Kugelstoß	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	7,85
Diskuswurf	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	23,24
Speerwurf	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	22,48

W30

100 m	Anja Schmidt	93	TuS Wunstorf	13,17
200 m	Melanie Koch	93	TSV Burgdorf	26,99
400 m	Melanie Koch	93	TSV Burgdorf	61,26

W35

800 m	Jennifer Witte	85	FTSV Jahn Brinkum	2:45,74
Hochsprung	Jennifer Witte	85	FTSV Jahn Brinkum	1,35
Kugelstoß	Yasmin Homeyer	87	FTSV Jahn Brinkum	9,37
Diskuswurf	Yasmin Homeyer	87	FTSV Jahn Brinkum	29,08

W40

4 x 100 m	Kayka, Loreti, Schmidt, Koch		StG Burgdorf-Lohnde-Neust.	61,27
-----------	------------------------------	--	----------------------------	-------

W45

100 m	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	14,12
400 m	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	66,76
Weitsprung	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	4,69

W50

1.500 m	Marlene Paez-Friedrichs	72	TSV Barsinghausen	5:43,71
---------	-------------------------	----	-------------------	---------

W55

100 m	Sonja Koch	67	TSV Burgdorf	15,99
400 m	Sonja Koch	67	TSV Burgdorf	74,84

W60

Kugelstoß	Claudia Losch	60	VSV Rössing	10,80
Diskuswurf	Claudia Losch	60	VSV Rössing	29,48

NLV+BLV Meister

Männer

400 m	Jannik Ostwaldt	01 TKJ Sarstedt	49,89
400 m (H)	Malik Diakite	00 Hannover 96	49,17
3.000 m (H)	Maximilian Pingpank	99 Hannover-Athletics	9:18,46
10.000 m	Fabian Kuklinski	94 VfL Eintr. Hannover	33:31,26
60 m Hü (H)	Maximilian Gilde	90 VfL Eintr. Hannover	8,51
400 m Hü.	Jordan Gordon	02 Hannover 96	53,05
4 x 100 m	Küch, Wolters, Borchardt, Baaske	VfL Eintr. Hannover	43,02
4 x 200 m (H)	Kaluza, Woithe, Köse, Kaluza	Eintracht Hildesheim	1:31,98
3 x 1.000 m (H)	Küch, Hühn, Tabert	VfL Eintr. Hannover	8:03,13
Kugel (H)	Julian Bilsky	97 VfL Eintr. Hannover	15,12
Kugelstoß	Marcel Meyer	01 Hannover 96	14,71
Diskuswurf	Marcel Meyer	01 Hannover 96	43,42
Hammerwurf	Torben Schaper	02 VfL Eintr. Hannover	59,59
Speerwurf	Casimir Matteredne	99 Hannover 96	74,47
5-Kampf	Marco Schulz	98 SG Rodenberg	3.155
10-Kampf-M.	Küch, Rethfeldt, Frank	VfL Eintr. Hannover	13.274 P.
Crosslauf-Kurz	Jasper Gerling	99 Hannover 96	10:13
Crosslauf-Lang	Philipp Tabert	02 VfL Eintr. Hannover	30:25

Frauen

800 m (H)	Anne Gebauer	02 VfL Eintr. Hannover	2:12,58
800 m	Jana Schlüsche	00 VfL Eintr. Hannover	2:12,51
1.500 m	Jana Schlüsche	00 VfL Eintr. Hannover	4:32,09
3.000 m (H)	Svenja Pingpank	96 Hannover Athletics	9:17,17
60 m Hürd. (H)	Michelle Aulbert	03 Hannover 96	8,85
3.000 m Hindernis	Jana Palmowski	88 VfL Bückeburg	11:08,20
10-km-Mannsch.	Huwatschek, Brunckhorst, Krause	Hannover 96	1:52:42
Hochsprung (H)	Sophia Ludwig	04 Hannover 96	1,71
Hochsprung	Jelde Jakob	01 VfL Eintr. Hannover	1,67
Stabhoch (H)	Annika Roloff	91 MTV 49 Holzminden	4,00
Stabhoch	Annika Roloff	91 MTV 49 Holzminden	4,00
Speerwurf	Veronique Quednau	03 Rukeli Trollmann	47,27
Crosslauf	Marie Pröpsting	98 VfL Eintr. Hannover	11:41

mJ U20

60 m (H)	Niclas Jan Kaluza	04 Eintracht Hildesheim	7,03
200 m	Niclas Jan Kaluza	04 Eintracht Hildesheim	21,79
400 m	Niclas Jan Kaluza	04 Eintracht Hildesheim	47,90
400 m (H)	Niclas Jan Kaluza	04 Eintracht Hildesheim	48,63
1.500 m (H)	Jobst Rathgen	04 Eintracht Hildesheim	4:27,05
3.000 m	Luke Hühne	06 VfL Eintr. Hannover	8:59,26
5.000 m	Maximilian Hass	07 TKJ Sarstedt	19:27,72

10-km	Max Beckmann	04 LG Weserbergland	34:53
Hochsprung (H)	Niklas von Zitzewitz	05 VfL Eintr. Hannover	1,95
Hochsprung	Niklas von Zitzewitz	05 VfL Eintr. Hannover	2,00
Dreisprung (H)	Matti Hirschner	07 Hannover 96	13,02
Dreisprung	Leon Michelmann	06 TSV Asendorf	13,44

mJ U18

60 m (H)	Samuel Kedzierski	06 TV 87 Stadtoldendorf	7,07
100 m	Kai Erik Englmann	06 Eintracht Hildesheim	11,03
200 m	Kai Erik Englmann	06 Eintracht Hildesheim	22,21
200 m (H)	Samuel Kedzierski	06 TV 87 Stadtoldendorf	22,77
400 m	Kai Erik Englmann	06 Eintracht Hildesheim	50,74
1.500 m	Luke Hühn	06 VfL Eintr. Hannover	4:09,26
3.000 m (H)	Luke Hühn	06 VfL Eintr. Hannover	9:01,97
Hochsprung (H)	Jason Lee Hoppe	06 LC Hansa Stuhr	1,90
Hochsprung	Jason Lee Hoppe	06 LC Hansa Stuhr	2,00
Dreisprung (H)	Matti Hirschner	07 Hannover 96	13,03
Dreisprung	Leon Michelmann	06 TSV Asendorf	13,34
Diskuswurf	Leon Michelmann	06 TSV Asendorf	49,05
Speerwurf	Tilman Meyer	06 Hannover 96	54,93

wJ U20

200 m	Luna Fischer	07 VfL Eintr. Hannover	24,95
400 m (H)	Delphine Drath	05 TK zu Hannover	60,39
800 m	Franka Windmüller	06 LG Neustadt Nord	2:17,18
1.500 m	Neele Hebel	06 TKJ Sarstedt	4:53,76
3.000 m (H)	Ronja Funck	04 Hannover 96	10:25,35
5.000 m	Lina Maria Hülss	04 FTSV Jahn Brinkum	20:42,69
60 m Hürden (H)	Savanna-Sara Wölfer	07 TK zu Hannover	8,81
4 x 100 m	Waldkirch, Fischer, Hüsig, Alipoe	VfL Eintr. Hannover	48,63
4 x 200 m (H)	Fischer, Waldkirch, Alipoe, Felix	VfL Eintr. Hannover	1:44,86
Hochsprung (H)	Sophia Ludwig	04 Hannover 96	1,70
Stabhoch (H)	Klara Härke	07 MTV 49 Holzminden	3,60
Stabhochsprung	Tanja Unverzagt	06 MTV 49 Holzminden	3,60
Weitsprung	Jeanne Alipoe	05 VfL Eintr. Hannover	5,40
Dreisprung (H)	Sophia Ludwig	04 Hannover 96	12,35
Kugelstoß	Celina Sophie Globke	04 VfL Eintr. Hannover	11,42
Diskuswurf	Nele Lauryn Stahl	05 Rukeli Trollmann	40,23
Team LM Gr. 3		TKJ Sarstedt	4.638
Crosslauf	Lina Marie Hülss	04 FTSV Jahn Brinkum	12:30

wJ U18

200 m (H)	Luna Fischer	07	VfL Eintr. Hannover	25,81
200 m	Luna Fischer	07	VfL Eintr. Hannover	24,90
60 m Hürden (H)	Savanna-Sara Wölfer	07	TK zu Hannover	8,64
4 x 100 m	Waldkirch, Fischer, Humphrey, Jakob		VfL Eintr. Hannover	47,86
4 x 200 m (H)	Fischer, Waldkirch, Jakob, Humphrey		VfL Eintr. Hannover	1:43,77
Stabhoch (H)	Klara Härke	07	MTV 49 Holzminden	3,60
Stabhochsprung	Jolina Klinzmann	06	Hannover 96	3,10
Weitsprung (H)	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	5,50
Dreisprung	Sydney Felix	07	VfL Eintr. Hannover	11,07
Kugelstoß (H)	Savanna-Sara Wölfer	07	TK zu Hannover	12,66
Kugelstoß	Savanna-Sara Wölfer	07	TK zu Hannover	13,65
Speerwurf	Savanna-Sara Wölfer	07	TK zu Hannover	42,31
7-Kampf	Savanna-Sara Wölfer	07	TK zu Hannover	5.032 P.

mJU16

3 x 1.000 m	Hersel, Euskirchen, Jancke		Eintracht Hildesheim	9:08,74
Block-Mannsch.	Albers, Weppler, Linschmann, Cherkeh, Kulp		VfL Eintr. Hannover	12.486
9-Kampf	Weppler, Albers, Lischmann		VfL Eintr. Hannover	13.263
Crosslauf-Manns.	Euskirchen, Hersel, Butterbrodt		Eintracht Hildesheim	24 P.
Team-LM Gr. 2			VfL Eintr. Hannover	8.140
Team-LM Gr. 3			TuS Altwarmbüchen	5.001

M 15

300 m (H)	Samuel Barth	08	TuS Bothfeld	39,40
60 m Hü. (H)	Michael Joos	08	SC Langenhagen	9,14
80 m Hü.	Michael Joos	08	SC Langenhagen	11,65
300 m Hü.	Samuel Barth	08	TuS Bothfeld	43,63
Hochsprung (H)	Tarik Benze	08	LG Weserbergland	1,70
Hochsprung	Tarik Benze	08	LG Weserbergland	1,74
Weitsprung	Jakob Lück	08	LG Weserbergland	5,94
Dreisprung (H)	Tarik Benze	08	LG Weserbergland	11,17
Dreisprung	Jakob Lück	08	LG Weserbergland	12,08
Kugelstoß (H)	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	13,31
Kugelstoß	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	14,16
Speerwurf	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	45,28
BWK Lauf	Luca Willig	08	TKJ Sarstedt	2.443
BWK Wurf	Quentin Albers	09	VfL Eintr. Hannover	2.709

M 14

800 m (H)	Moritz Jancke	09	Eintracht Hildesheim	2:14,97
800 m	Paul Euskirchen	09	Eintracht Hildesheim	2:11,95
3.000 m	Moritz Jancke	09	Eintracht Hildesheim	9:48,86
Kugelstoß (H)	Quentin Albers	09	VfL Eintr. Hannover	10,68
Speerwurf	Jan Linschmann	09	VfL Eintr. Hannover	42,71
BWK-S/S	Maximilian Weppler	09	VfL Eintr. Hannover	2.706

wJ U16

4 x 100 m (H)	Westphal, Pieper, Bräuer, Ehlers	StG Brinkum-Asendorf	52,85
4 x 100 m	Bergmann, Pieper, Bräuer, Michelmann	StG Brinkum-Asendorf	49,83
7-Kampf	Bandow, Geweke, Schröder	Garbsener SC	9.505
Team-LM Gr. 3		VfL Eintr. Hannover	5.019

W 15

100 m	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	12,84
300 m	Emma Kacou	09	TuS Bothfeld	41,61
2.000 m	Franka Niemeyer	08	TSV Gronau	6:56,08
3.000 m (H)	Franka Niemeyer	08	TSV Gronau	10:53,08
3.000 m	Franka Niemeyer	08	TSV Gronau	11:06,51
60 m Hü (H)	Clara Harms	08	VfL Eintr. Hannover	9,40
80 m Hürden	Caroline Marie Viole	08	SG Bredenbeck-Holtensen	12,15
Hochsprung (H)	Maribell Schröder	08	Garbsener SC	1,65
Hochsprung	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	1,67
Stabhoch (H)	Julika Thimm	08	MTV 49 Holzminden	2,90
Weitsprung (H)	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	5,4
Weitsprung	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	5,59
Dreisprung (H)	Yfke Nordmeyer	08	TSV Asendorf	10,81
Dreisprung	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	11,27
BWK Spr/Spr.	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	2.776
4-Kampf	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	2.188
7-Kampf	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	3.727
Crosslauf	Franka Niemeyer	08	TSV Gronau	9:27

W 14

100 m	Emma Kacou	09	TuS Bothfeld	13,00
800 m	Nila Folgoso Weigmann	09	Laufgem. Neustadt Nord	2:22,15
800 m (H)	Nila Folgoso Weigmann	09	Laufgem. Neustadt Nord	2:28,69
2.000 m (H)	Frederike Präger	09	TS Großburgwedel	7:15,05
Stabhoch (H)	Anne Rieger	09	MTV 49 Holzminden	3,21
Stabhochsprung	Anne Rieger	09	MTV 49 Holzminden	2,85
Kugelstoß (H)	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	10,40
Kugelstoß	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	11,91
Diskuswurf	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	26,26
BWK-Wurf	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	2.512

M30

5.000 m	Sebastian Elvers	91	TuS Sulingen	15:52,5
Kugelstoß	Marc Kuntze	93	TuS Wunstorf	12,84

M 35

200 m	Matthias Harmening	86	TKJ Sarstedt	25,69
800 m	Florian Schneider	86	LG Nienburg	2:08,10
10.000 m	Torsten Wolf	86	VfL Eintr. Hannover	38:12,07
Hochsprung	Matthias Harmening	86	TKJ Sarstedt	1,50
Speerwurf	Stefan True	86	LC Hansa Stuhr	42,70

M 40

800 m	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	2:02,97
5.000 m	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	16:24,98
10-km	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	32:13
Cross kurz	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	10:34
Cross lang	Christian Wiese	81	TSV Burgdorf	30:40

M 45

100 m	Holger Gewecke	75	TV Lohnde	12,50
Stabhochsprung	Alexander Maus	77	TKJ Sarstedt	2,7
Weitsprung	Holger Gewecke	75	TV Lohnde	6,12
5-Kampf	Holger Gewecke	75	TV Lohnde	2.990

M 50

10-km	Frank Kühlke	73	Hannover 96	36:07
10-km Mannsch.	Vollkommer, Kühlke, König		Hannover 96	1:49,43

M 55

200 m	Carsten Schuh	65	TV Lohnde	26,64
400 m	Carsten Schuh	65	TV Lohnde	59,34
10-km	Guido Vollkommer	66	Hannover 96	35:34
Hochsprung	Torsten Pähz	67	VfL Eintr. Hannover	1,53
Speerwurf	Peter Abramowski	66	MTV Eintr. Borsum	41,49

M 60

200 m	Ted Spitzer	63	TV Lohnde	26,49
400 m	Ted Spitzer	63	TV Lohnde	58,76
800 m	Ted Spitzer	63	TV Lohnde	2:28,15
5.000 m	Helmut Nothdurft	60	Hannover 96	19:47,26
10.000 m	Helmut Nothdurft	60	Hannover 96	42:47,64
Kugelstoß	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	11,51
Diskuswurf	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	25,90
5-Kampf	Hartmut Helliger	63	MTV Groß Buchholz	2.188

M 65

200 m	Axel Becker	58	TSV Burgdorf	30,37
400 m	Axel Becker	58	TSV Burgdorf	71,91
Stabhochsprung	Franz Schrader	57	MTV Eintr. Borsum	2,70

M 70

10.000 m	Jürgen Benz	53	SG Bredenbeck-Holtensen	51:23,05
4 x 100 m	Hauenschild, Scheide, Ollech, Schwoche		Eintracht Hildesheim	91,15
Diskuswurf	Henry Zerbian	52	MTV Herrenhausen	29,84
Speerwurf	Henry Zerbian	52	MTV Herrenhausen	33,10

M 75

800 m	Rolf Salzmann	47	TSV Kirchdorf	3:51,44
5.000 m	Wolfgang Schäfer	44	LAC Langenhagen	28:31,74

M 80

200 m	Gerd Witthohn	42	TuS Wettbergen	41,55
Kugelstoß	Wolfgang Goll	41	LAV Alfeld	10,32

M 85

400 m	Karl Scheide	37	Eintracht Hildesheim	118,09
Hochsprung	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	1,05
Kugelstoß	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	7,85
Diskuswurf	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	23,24
Speerwurf	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	22,48

W 30

100 m	Anja Schmidt	93	TuS Wunstorf	13,17
200 m	Melanie Koch	93	TSV Burgdorf	26,99
400 m	Melanie Koch	93	TSV Burgdorf	61,26
10-km	Lisa Huwatschek	91	Hannover 96	36:20
10-km-Mannsch.	Huwatschek, Brunckhorst, Krause		Hannover 96	1:52:42

W 35

100 m	Anke Rack	86	TVE Algermissen	14,24
800 m	Jennifer Witte	85	FTSV Jahn Brinkum	2:45,74
10-km	Lena Brunckhorst	84	Hannover 96	37:23
Hochsprung	Jennifer Witte	85	FTSV Jahn Brinkum	1,35
Kugelstoß	Yasmin Homeyer	87	FTSV Jahn Brinkum	9,37
Diskuswurf	Yasmin Homeyer	87	FTSV Jahn Brinkum	29,08

W40

4 x 100 m	Kayka, Loreti, Schmidt, Koch		StG Burgdorf-Lohnde-Neust.	61,27
Weitsprung	Peggy Loreti	80	TV Lohnde	4,50
5-Kampf	Peggy Loreti	80	TV Lohnde	2.599

W45

100 m	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	14,12
400 m	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	66,76
Weitsprung	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	4,69
5-Kampf	Jennifer Debarry	78	VfL Eintr. Hannover	3.656

W50

400 m	Marlene Paez-Friedrichs	72	TSV Barsinghausen	77,96
800 m	Marlene Paez-Friedrichs	72	TSV Barsinghausen	2:45,63
1.500 m	Marlene Paez-Friedrichs	72	TSV Barsinghausen	5:43,71
5.000 m	Marlene Paez-Friedrichs	72	TSV Barsinghausen	21:49,11
10-km-Manns.	Lyda, Feldt, Hübner		SG Bredenbeck-Holtensen	2:28,47

W55

100 m	Sonja Koch	67	TSV Burgdorf	15,99
200 m	Sonja Koch	67	TSV Burgdorf	29,54
400 m	Sonja Koch	67	TSV Burgdorf	74,84
10.000 m	Gabriele Hübner	67	SG Bredenbeck-Holtensen	61:26,96
5-Kampf	Susanne Schmidt	67	TSV Burgdorf	2.403

W60

5.000 m	Martina Feldt	59	SG Bredenbeck-Holtensen	23:37,38
10-km	Martina Feldt	59	SG Bredenbeck-Holtensen	48:18
Kugelstoß	Claudia Losch	60	VSV Rössing	10,80
Diskuswurf	Claudia Losch	60	VSV Rössing	29,48
Cross-M.	Lyda, Feldt, Hübner		SG Bredenbeck-Holtensen	12 P.

W 65

5.000 m	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	23:32,73
10.000 m	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	51:23,05
10-km	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	46:06
Crosslauf	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	15:40

W 75

10-km	Maria-Luise Kluge	44	Hannover Runners	56:58
-------	-------------------	----	------------------	-------

Bezirksmeister 2023

Männer

100 m	Florian Sander	93	VfL Eintr. Hannover	11,44
200 m	Dennis Kannemacher	02	TSV Neustadt	24,17
400 m	Fynn Hülsiggensen	98	Hannover 96	50,46
1.500 m	Harald Lippold	73	TSV Gronau	5:29,97
10-km	Mohammed Bedel	01	TSV Sibbesse	33:59
110 m Hürden	Marcel Meyer	01	Hannover 96	14,26
4 x 100 m	Borchardt, Sander, Kolter, Szybiak		VfL Eintr. Hannover	43,39
Hochsprung	Malte Büttner	03	Garbsener SC	1,75
Weitsprung	Marcel Meyer	01	Hannover 96	6,88
Cross-K	Philipp Franz	96	Hannover 96	10:41
Cross-L	Fabian Kuklinski	94	VfL Eintr. Hannover	32:28

Frauen

100 m	Anja Schmidt	93	TuS Wunstorf	12,93
200 m	Anja Schmidt	93	TuS Wunstorf	27,15
1.500 m	Svenja Holenborg	02	VfL Eintr. Hannover	5:04,38
10-km	Kristin Rudolph	01	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	47:26
100 m Hürden	Ley Zybur	01	VfL Eintr. Hannover	16,82
4 x 100 m	Goltermann, Ahrndt, March, Grünwald		VfL Eintr. Hannover	51,24
Hochsprung	Lea Zybur	01	VfL Eintr. Hannover	1,60
Stabhochsprung	Yasemin Büsel	00	MTV 49 Holzminden	2,71
Weitsprung	Svenja Gilde	93	VfL Eintr. Hannover	5,40
Cross-K	Elisabeth Greimel	99	VfL Eintr. Hannover	11:09
Cross-K-M.	Ernst, Rack, Klawunn		TVE Algermissen	9 P.
Cross-L	Pauline Berg	96	VfL Eintr. Hannover	39:24

mJU20

100 m	Marvin Rieke	05	TSV Neustadt	11,68
200 m	Phil Halfmann	05	VfL Eintr. Hannover	25,69
400 m	Joshua Krägel	05	TSV Neustadt	54,91
5.000 m	Maximilian Hass	07	TKJ Sarstedt	19:27,72
10-km	Eric Ole Völkening		TuS Niedernwöhren	38:21
4 x 100 m	Thieß, Kruppa, Börsting, Joos		SC Langenhagen	48,33
Hochsprung	Yannick Reinecke	04	TuS Wunstorf	1,63
Stabhochsprung	Janik Meyer	05	MTV 49 Holzminden	3,91
Weitsprung	Aaron Purschwitz	05	TSV Asendorf	6,00
Dreisprung	Aaron Purschwitz	05	TSV Asendorf	12,43
Crosslauf	Justus Philipp Schaper	04	VT Rinteln	14:33

mJU18

100 m	Paul Biebl	06	Garbsener SC	11,47
200 m	Paul Biebl	06	Garbsener SC	23,31
400 m	Maximilian Hass	07	TKJ Sarstedt	57,91
1.500 m	Niklas Wolfgang Sepehri	06	TSV Neustadt	4:45,40
10-km	Marlon Gebeler		TSV Burgdorf	37:00
110 m Hürden	Levin Thieße	06	SC Langenhagen	19,35
Hochsprung	Lasse Stechert	06	FTSV Jahn Brinkum	1,75
Stabhochsprung	Maximilian Hass	07	TKJ Sarstedt	3,11
Weitsprung	Leon Michelmann	06	TSV Asendorf	5,82
Dreisprung	Leon Michelmann	06	TSV Asendorf	13,00
Crosslauf	Paul Lecher	07	VfL Eintr. Hannover	13:25

wJU20

100 m	Sophia Ludwig	04	Hannover 96	12,85
200 m	Nele Fasold	04	TV 87 Stadtoldendorf	26,79
400 m	Nele Fasold	04	TV 87 Stadtoldendorf	62,79
5.000 m	Lina Maria Hülss	04	FTSV Jahn Brinkum	20:42,69
100 m Hürden	Nele Fasold	04	TV 87 Stadtoldendorf	15,52
4 x 100 m	Knaust, Dörrie, Bösel, Hebel		TKJ Sarstedt	51,90
Stabhochsprung	Tanja Unverzagt	06	MTV 49 Holzminden	3,51
Weitsprung	Sophia Ludwig	04	Hannover 96	5,70
Crosslauf	Amelie Baule	04	Eintracht Hildesheim	11:49

wJU18

100 m	Adina Kammann	07	TSV Asendorf	13,44
200 m	Adina Kammann	07	TSV Asendorf	27,28
400 m	Franka Windmüller	06	LG Neustadt Nord	60,43
1.500 m	Neele Hebel	06	TKJ Sarstedt	4:57,43
100 m Hürden	Jelka Brüning	07	TSV Asendorf	17,57
4 x 100 m	Schröder, Gewecke, Gesch, Bolk		StG Aller-Leine-Sprinter	52,72
Hochsprung	Pauline Anouk Haas	07	TB Stöcken	1,50
Stabhochsprung	Klara Härke	07	MTV 49 Holzminden	3,41
Weitsprung	Lara Scholl	06	TuS Wettbergen	5,22
Dreisprung	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	10,52
Crosslauf	Lilli Marie Schaper	07	VT Rinteln	12:30

mJU16

4 x 100 m	Hirsch, Will, Sibbertsen, Kazancev		TuS Altwarmbüchen	50,39
4-Kampf	Weppler, Albers, Linschmann, Kulp, Cher- keh		VfL Eintr. Hannover	9.063
9-Kampf	Weppler, Albers, Linschmann		VfL Eintr. Hannover	13.263
Hallenvergleich	KLV Hannover-Land			80 P.
Crosslauf-M.	Euskirchen, Hersel, Butterbrodt		Eintracht Hildesheim	19 P.

M 15

100 m	Linus Meiners	08	TuS Wettbergen	12,48
300 m	Marlon Hirsch	08	TuS Altwarmbüchen	41,15
80 m Hürden	Jan Linschmann	09	VfL Eintr. Hannover	14,28
Hochsprung	Jan Linschmann	09	VfL Eintr. Hannover	1,58
Weitsprung	Lucas Will	08	TuS Altwarmbüchen	4,77
Kugelstoß	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	13,85
Diskuswurf	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	35,42
4-Kampf	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	2.078
9-Kampf	Maximilian Weppler	09	VfL Eintr. Hannover	4.481
Block S/S	Lucas Will	08	TuS Altwarmbüchen	2.287
Block Wurf	Henrik Feldmann	08	TSV Burgdorf	2.440
Crosslauf	Samuel Barth	08	TuS Bothfeld	7:17

M 14

100 m	Quentin Albers	09	VfL Eintr. Hannover	12,65
800 m	Fredrik Arend	09	LG Neustadt Nord	2:17,28
80 m Hürden	Moritz Petke	09	TSV Burgdorf	15,58
Hochsprung	Torben Feldmann	09	TSV Burgdorf	1,58
Weitsprung	Torben Feldmann	09	TSV Burgdorf	5,19
Kugelstoß	Quentin Albers	09	VfL Eintr. Hannover	11,30
Diskuswurf	Quentin Albers	09	VfL Eintr. Hannover	31,61
Speerwurf	Quentin Albers	09	VfL Eintr. Hannover	42,87
4-Kampf	Torben Feldmann	09	TSV Burgdorf	2.028
9-Kampf	Torben Feldmann	09	TSV Burgdorf	4.494
Block S/S	Maximilian Weppler	09	VfL Eintr. Hannover	2.606
Block Lauf	Niclas legler	09	FSV Sarstedt	2.105
Block Wurf	Benedict Sibbertsen	09	TuS Altwarmbüchen	2.234
Crosslauf	Paul Euskirchen	09	Eintracht Hildesheim	7:00

mJU14

Hallenvergleich	KLV Hannover-Land			83 P.
Crosslauf-M.	Wiechell, Heggemann, Komma		SG Bredenbeck-Holtensen	12 P.

M 13

BWK S/S	Linus Hegenberg	10	TuS Wettbergen	2.021
BWK Lauf	Maximilian Sydow	10	VfL Eintr. Hannover	2.099
BWK Wurf	Aimo Huß	10	TSV Burgdorf	1.866
Crosslauf	Johann Röske	10	TuS Bothfeld	3:39

M 12

Block S/S	Leke Suka	11	TuS Altwarmbüchen	2.100
Block Lauf	Niklas Götze	11	TV Eintracht Sehnde	1.835
Block Wurf	Nils Will	11	TuS Altwarmbüchen	1.303
Crosslauf	Jakob Knublauch	11	SC Hemmingen-Westerf.	3:55

wJ U16

4 x 100 m	Bergmann, Ehlers, Bräuer, Michelmann	StG Brinkum-Asendorf	50,83
7-Kampf-Manns.	Bandow, Geweke, Schröder	Garbsener SC	9.505
Hallenvergleich	KLV Diepholz		93,5 P.
Crosslauf-M.	Niemeyer, Zastrow, Kropp	TSV Gronau	14 P.

W 15

100 m	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	12,64
300 m	Laura Bocian	08	LG Weserbergland	45,21
800 m	Nila Folgoso Weigmann	09	LG Neustadt Nord	2:26,83
3.000 m	Franka Niemeyer	08	TSV Gronau	11:06,51
80 m Hürden	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	12,80
Hochsprung	Malin Stichnoth	08	VSV Rössing	1,65
Stabhochsprung	Julika Thimm	08	MTV 49 Holzminden	2,81
Weitsprung	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	5,03
Kugelstoß	Lynn Michelmann	08	TSV Asendorf	9,81
Diskuswurf	Ana Kokic	08	TV Eintracht Sehnde	18,03
Speerwurf	Baja Luise Lüttich	08	TV Eintracht Sehnde	28,99
4-Kampf	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	2.188
7-Kampf	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	3.727
Block S/S	Carolin Evers	08	LC Hansa Stuhr	2.723
Block Lauf	Mia Möller	08	TS Großburgwedel	2.102
Block Wurf	Baja Luise Lüttich	08	TV Eintracht Sehnde	2.185
Crosslauf	Franka Niemeyer	08	TSV Gronau	7:42

W 14

100 m	Zoe Marie Bergmann	09	FTSV Jahn Brinkum	13,55
800 m	Johanna Faust	10	LG Neustadt Nord	2:39,60
80 m Hürden	Leila Ehlers	09	TSV Asendorf	15,81
Hochsprung	Lara Maiwald	09	VfL Eintr. Hannover	1,47
Stabhochsprung	Anna Rieger	09	MTV 49 Holzminden	3,21
Weitsprung	Zoe Marie Bergmann	09	FTSV Jahn Brinkum	4,88
Kugelstoß	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	11,16
Diskuswurf	Lara Maiwald	09	VfL Eintr. Hannover	22,33
Speerwurf	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	29,71
4-Kampf	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	1.910
7-Kampf	Sinya Bandow	09	Garbsener SC	3.280
Block S/S	Niya Bödeker	09	VfL Eintr. Hannover	2.383
Block Lauf	Elise Härke	10	VSV Rössing	2.265
Block Wurf	Josefine Birg	09	VfL Eintr. Hannover	2.427
Crosslauf	Clara Zastrow	09	TSV Gronau	9:57

wJ U14

Block Manns.	Senft, Cyrol, Bellair, Milicevic, Grund	TuS Wettbergen	9.315
Hallenvergleich	KLV Hannover-Stadt		97 P.
Crosslauf-M.	Bütehorn, Szermerski, Baxmann	TuS Bothfeld	18 P.

W 13

Block S/S	Amelie Roddewig	10	LC Hansa Stuhr	2.302
Block Lauf	Marie Schünemann	10	VfL Eintr. Hannover	1.996
Block Wurf	Charlotte Schwabe	10	VfL Eintr. Hannover	2.29
Crosslauf	Enie Jochim	10	MTV Rethmar	4:07

W 12

Block S/S	Darja Klages	11	TuS Bothfeld	1.782
Block Lauf	Mala Ebala Szermerski	11	TuS Bothfeld	2.003
Crosslauf	Nele Zwicker	12	LG Neustadt Nord	3:57

Senioren M30

100 m	Tobias Krug	91	TVE Algermissen	12,73
800 m	Tobias Krug	91	TVE Algermissen	2:15,00
5.000 m	Tobias Krug	91	TVE Algermissen	17:51,72
4 x 100 m	Helliger, Golz, Rabe, Pinkvos		MTV Groß Buchholz	52,56
Kugelstoß	Ole Krüger	90	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	7,77
Diskuswurf	Ole Krüger	90	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	16,50
Crosslauf-K.	Tobias Krug	91	TVE Algermissen	10:14
Crosslauf-L.	Christoph Nowak	92	Hannover 96	32:39

Senioren M35

100 m	Felix Rabe	84	MTV Groß Buchholz	11,70
200 m	Felix Rabe	84	MTV Groß Buchholz	24,53
800 m	Claas Pinkvos	87	MTV Groß Buchholz	2:34,78
10-km	Daniel Behrens		SC Bad Münster	39:51
Hochsprung	Jörn-Martin Lachmund	88	TV Lohnde	1,54
Weitsprung	Felix Rabe	84	MTV Groß Buchholz	5,20
Kugelstoß	Jan-Patrick Göppert	87	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	9,65
Diskuswurf	Jan-Patrick Göppert	87	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	25,56
Speerwurf	Jan-Patrick Göppert	87	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	33,00
Crosslauf-K.	Matthias Ostertag	84	TVE Algermissen	14:06

Senioren M40

10-km	Andreas Solter		Hannover 96	34:52
Crosslauf-K.	Christian Helbing	75	TSV Burgdorf	13:11
Crosslauf-L.	Jörn Hesse	74	Delligser SC	37:11

Senioren M45

100 m	Holger Geweke	75	TV Lohnde	12,58
200 m	Holger Geweke	75	TV Lohnde	25,08
800 m	Hikmet Ciftci	77	Eintracht Hildesheim	2:17,82
5.000 m	Jörn Hesse	74	Delligser SC	19:17,43
10-km	Jörn Hesse	74	Delligser SC	39:09
Weitsprung	Holger Geweke	75	TV Lohnde	5,70
Kugelstoß	Christian Kalisch	76	SG Misburg	11,31
Diskuswurf	Christian Kalisch	76	SG Misburg	28,72
Speerwurf	Christian Kalisch	76	SG Misburg	30,41
Crosslauf-K.	Jörn Hesse	74	Delligser SC	10:28
Crosslauf-L.	Martin Braune-Krickau	66	Eintracht Hildesheim	38:17

Senioren M50

800 m	Amini Babak Zargar	70	Hannover 96	2:30,31
3.000 m	Andreas Kolbe	70	LAC Langenhagen	11:42,16
5.000 m	Jens Kühhirt	69	Hannover Runners	19:51,25
10-km	Andreas Kramer		TSV Barsinghausen	37:56
Weitsprung	Joachim Przywara	70	MTV Eintr. Borsum	4,50
Kugelstoß	Thomas Hansen	70	MTV Eintr. Borsum	12,54
Diskuswurf	Thomas Hansen	70	MTV Eintr. Borsum	35,49
Speerwurf	Joachim Przywara	70	MTV Eintr. Borsum	41,80
Crosslauf	Frank Kühlke	73	Hannover 96	16:44

Senioren M55

100 m	Torsten Pähz	67	VfL Eintr. Hannover	13,05
800 m	Martin Braune-Krickau	66	Eintracht Hildesheim	2:24,79
3.000 m	Karsten Grote	68	VfL Eintr. Hannover	11:31,94
5.000 m	Uwe Lehmann	65	LAC Langenhagen	19:56,46
10-km	Thomas Henke		SVE Hiddestorf	52:59
Kugelstoß	Stefan Goltermann	66	TK Berenbostel	9,90
Diskuswurf	Peter Abramowski	66	MTV Eintr. Borsum	30,92
Speerwurf	Peter Abramowski	66	MTV Eintr. Borsum	42,19
Crosslauf	Dirk Bockisch	65	LAC Langenhagen	21:14

Senioren M60

100 m	Hartmut Helliger	63	MTV Groß Buchholz	14,15
200 m	Hartmut Helliger	63	MTV Groß Buchholz	29,92
800 m	Andreas Muschiol	62	SG Misburg	2:32,54
3.000 m	Helmuth Nothdurft	60	Hannover 96	11:34,31
5.000 m	Helmuth Nothdurft	60	Hannover 96	19:47,26
10-km	Jörg Zimmermann		VfL Bückeburg	39:31
Hochsprung	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	1,35
Weitsprung	Hartmut Helliger	63	MTV Groß Buchholz	4,18
Kugelstoß	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	11,88
Diskuswurf	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	36,52
Speerwurf	Peter Steininger	62	MTV Herrenhausen	30,09
Crosslauf	Helmuth Nothdurft	60	Hannover 96	20:02
Crosslauf-M.	Benz, Neumann, Fischer		SG Bredenbeck-Holtensen	20:02

Senioren M65

100 m	Franz Schrader	57	MTV Eintr. Borsum	15,17
3.000 m	Frank Gütermann	57	LAC Langenhagen	12:39,45
5.000 m	Thomas Hogrefe	58	Hannover Runners	26:24,00
10-km	Thomas Hogrefe	58	Hannover Runners	53:10
Hochsprung	Franz Schrader	57	MTV Eintr. Borsum	1,29
Kugelstoß	Franz Schrader	57	MTV Eintr. Borsum	9,91
Diskuswurf	Franz Schrader	57	MTV Eintr. Borsum	30,71
Speerwurf	Stephan Kleinau	55	MTV Herrenhausen	28,14
Crosslauf	Frank Gütermann	57	LAC Langenhagen	21:07

Senioren M70

200 m	Hans-Jürgen Blume	50	MTV Herrenhausen	38,25
3.000 m	Bernward Schuck	52	TKJ Sarstedt	13:32,67
5.000 m	Bernward Schuck	52	TKJ Sarstedt	23:35,52
10-km	Detlef Oppermann		Hannover Athletics	48:00
4 x 100 m	Hauenschild, Scheide, Ollech, Weddig		Eintracht Hildesheim	76,84
Kugelstoß	Richard Klimke	52	TuSpo Bad Münden	9,06
Diskuswurf	Hans-Jürgen Blume	50	MTV Herrenhausen	28,23
Speerwurf	Klaus Rockmann	53	Hannover 96	32,11
Crosslauf	Jürgen Benz	53	SG Bredenbeck-Holtensen	23:05

Senioren M75

100 m	Rolf Salzmann	47	TSV Kirchdorf	20,51
200 m	Rolf Salzmann	47	TSV Kirchdorf	41,41
800 m	Fokko Redenius	48	SpVg Nds.Hann.-Döhren	3:26,21
3.000 m	Gerhard Rischmüller	48	TKJ Sarstedt	14:47,87
5.000 m	Wolfgang Schaper	44	LAC Langenhagen	28:31,74
Crosslauf	Gerhard Rischmüller	48	TKJ Sarstedt	25:11

Senioren M80

100 m	Gerd Witthohn	42	TuS Wettbergen	18,33
3.000 m	Karl Scheide	37	Eintracht Hildesheim	43,88
10-km	Manfred Kramer		TSV Barsinghausen	61:41
Hochsprung	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	1,00
Kugelstoß	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	7,86
Diskuswurf	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	21,86
Speerwurf	Kurt Winkelhake	37	LG Nienburg	23,47

Sen-innen W30

100 m	Melanie Koch	93	TSV Burgdorf	13,59
200 m	Melanie Koch	93	TSV Burgdorf	27,74
4 x 100 m	Kayka, Loreti, Schmidt, Koch		StG Burgd.Lohnde-Neustadt	60,00
Hochsprung	Christina Kreipe	80	TVE Algermissen	1,16
Crosslauf	Katja Krause	92	Hannover 96	18:18

Sen-innen W35

100 m	Anke Rack	86	TVE Algermissen	14,26
200 m	Carmen Rusche	87	MTV Groß Buchholz	32,34
800 m	Maria Klawunn	84	TVE Algermissen	3:08,56
3.000 m	Anne Kathrin Ernst	85	TVE Algermissen	14:04,24
Weitsprung	Anke Rack	86	TVE Algermissen	4,45
Kugelstoß	Carmen Rusche	87	MTV Groß Buchholz	8,20
Diskuswurf	Anke Rack	86	TVE Algermissen	21,51
Speerwurf	Anke Rack	86	TVE Algermissen	28,29
Crosslauf	Carmen Rusche	87	MTV Groß Buchholz	23:29

Sen-innen W40

100 m	Peggy Loreti	80	TV Lohnde	14,89
200 m	Peggy Loreti	80	TV Lohnde	32,42
800 m	Andrea Bog	82	MTV Groß Buchholz	3:06,39
3.000 m	Elena Ludwig	83	FSV Sarstedt	14:38,77
Weitsprung	Peggy Loreti	80	TV Lohnde	4,41
Kugelstoß	Kathrin Froböse	82	FSV Sarstedt	7,46
Diskuswurf	Kathrin Froböse	82	FSV Sarstedt	22,08
Speerwurf	Kathrin Froböse	82	FSV Sarstedt	23,25
Crosslauf	Andrea Bog	82	MTV Groß Buchholz	23:36

Sen-innen W45

Kugelstoß	Birgit Zastrow	78	TSV Gronau	6,88
Diskuswurf	Birgit Zastrow	78	TSV Gronau	19,56
Crosslauf	Birgit Zastrow	78	TSV Gronau	26:10

Sen-innen W50

3.000 m	Anja Lehmann	73	LAC Langenhagen	14:28,56
5.000 m	Marlene Paez-Friedrichs	72	TSV Barsinghausen	21:49,11
Weitsprung	Heike Jedamzik	73	FSV Sarstedt	2,91
Kugelstoß	Cordula Schippert	72	TuS Altwarmbüchen	9,46
Diskuswurf	Kerstin Schrämmmer	69	TuS Altwarmbüchen	26,19
Speerwurf	Heike Jedamzik	73	FSV Sarstedt	17,28
Crosslauf	Maike Helbig	71	Hannover 96	22:30
Crosslauf-M.	Feldt, Lyda, Meier		SG Bredenbeck-Holtensen	12 P.

Sen-innen W55

100 m	Susanne Schmidt	67	TSV Burgdorf	15,41
200 m	Sonja Koch	67	TSV Burgdorf	31,42
Weitsprung	Susanne Schmidt	67	TSV Burgdorf	3,36
Kugelstoß	Christine Koop	64	TSV Gronau	7,33
Crosslauf	Annette Nothdurft	67	Hannover 96	21:12

Sen-innen W60

800 m	Anette Büttcher	62	Post-SV Holzminden	3:57,40
5.000 m	Martina Feldt	59	SG Bredenbeck-Holtensen	23:37,38
10-km	Martina Feldt	59	SG Bredenbeck-Holtensen	48:37
Weitsprung	Anette Büttcher	62	Post-SV Holzminden	3,03
Kugelstoß	Claudia Losch	60	VSV Rössing	10,45
Diskuswurf	Claudia Losch	60	VSV Rössing	25,22
Crosslauf	Martina Feldt	59	SG Bredenbeck-Holtensen	23:16

Sen-innen W65

100 m	Roswitha Schlachte	55	VfL Eintr. Hannover	19,12
3.000 m	Roswitha Schlachte	55	VfL Eintr. Hannover	16:24,46
5.000 m	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	23:32,73
10-km	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	48:50
Kugelstoß	Gabriele Goebbels	58	TSV Gronau	5,89
Crosslauf	Hannelore Lyda	58	SG Bredenbeck-Holtensen	23:26

Sen-innen W75

10-km	Maria-Luise Kluge		Hannover Runners	58:39
-------	-------------------	--	------------------	-------

HINWEIS zu Mannschaftswertungen:

In diese Bestenliste werden nur Leistungen, insbesondere Mannschaftswertungen, aufgenommen, die aus einer Ergebnisliste entnommen werden können.

Männer

100 m Lauf

Bestl. 2022:	10,93	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96		
Bezirksrekord:	10,40	Vey, Alexander	1973	LT 85 in Hannover		02.06.1996
10,76	+0,9	Ahrens, Joshua	2003	Hannover 96	Osterode	10.06.
10,76	+0,5	Ahrens, Joel	2003	Hannover 96	Braunschweig	17.06.
10,88	+0,4	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Hannover	02.09.
10,97	+0,0	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
11,00	-0,9	Sander, Florian	1993	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen	18.05.
11,01	-0,3	Haaker, Niklas	2002	LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.
11,01	+0,4	Diakité, Malik	2000	Hannover 96	Hannover	02.09.
11,02	+1,3	Salifou, Fawzane	2001	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	25.07.
11,09	+1,8	Wolters, Robert	1996	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
11,13	+0,0	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
11,14	+0,0	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
11,24	-0,1	Ludwig, Dwayne Ralph	1997	TK zu Hannover	Garbsen	01.05.
11,30	+1,2	Ostwaldt, Jannik	2001	TKJ Sarstedt	Osterode	10.06.
11,38	+1,0	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Colorado S. (USA)	06.04.
11,39	+0,5	Kriete, Silas	1998	Hannover 96	Sarstedt	20.08.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	22,21	Wolters, Robert	1996	VfL Eintracht Hannover		
Bezirksrekord:	20,61	Skamrahl, Erwin	1953	Post SV Hannover		16.06.1981
22,13	+0,5	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Garbsen	01.05.
22,43	+0,3	Sander, Florian	1993	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen	18.05.
22,45	+0,3	Wolters, Robert	1996	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
22,45	+0,3	Salifou, Fawzane	2001	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	25.07.
22,46	-0,5	Haaker, Niklas	2002	LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.
22,60	-0,5	Diakité, Malik	2000	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
22,83	-1,3	Ostwaldt, Jannik	2001	TKJ Sarstedt	Osterode	10.06.
23,09	+0,3	Köse, Enes-Maurice	2003	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	18.06.
23,10	-0,8	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	20.08.
23,12	-0,1	Kannemacher, Dennis	2002	TSV Neustadt	Nienhagen	18.05.
23,22	+1,8	Szybiak, Kai	1995	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	25.07.
23,35	+0,3	Baaske, Armin	2002	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
23,46	-0,1	Kolter, Lennard	1991	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen	18.05.
23,55	+1,8	Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	Garbsen	25.07.
23,60	-1,8	Ludwig, Dwayne Ralph	1997	TK zu Hannover	Hannover	13.05.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	46,76	Diakité, Malik	2000	Hannover 96		
Bezirksrekord:	45,3	Skamrahl, Erwin	1958	Post-SV Hannover		31.05.1981
47,21		Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Götzis (AUT)	27.05.
49,24		Diakité, Malik	2000	Hannover 96	Hannover	02.09.
49,25		Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Pueblo (USA)	25.05.
49,28		Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
49,89		Ostwaldt, Jannik	2001	TKJ Sarstedt	Braunschweig	17.06.

Männer

noch 400 m

50,02	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
50,31	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
50,42	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
50,46	Köse, Enes-Maurice	2003	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	17.06.
51,01	Kriete, Silas	1998	Hannover 96	Bremen	12.08.
51,11	Kannemacher, Dennis	2002	TSV Neustadt	Hannover	13.05.
53,31	Schmöcker, Robin	2000	Lehrter SV	Sarstedt	03.06.
53,64	Liesenberger, Marco	1995	TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
55,02	Lindemann, Christian	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
55,08	Rethfeld, Tim	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	1:51,06	Pingpank, Maximilian	1999	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	1:45,80	Serem, Samuel	1968	Hannover 96	29.06.1996
1:50,31	Pingpank, Maximilian	1999	Hannover Athletics	Kassel	09.07.
1:57,53	Tanner, Jan Luca	2002	Hannover 96	Lübeck	25.06.
1:57,84	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Minden	29.07.
1:58,82	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
2:01,94	Gerling, Jasper	1999	Hannover 96	Delmenhorst	14.07.
2:02,60	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Mönchengladbach	13.08.
2:06,36	Schmöcker, Robin	2000	Lehrter SV	Stadthagen	23.06.
2:08,10	Schneider, Florian	1986	LG Nienburg	Zeven	09.09.
2:09,43	Vögel, Daniel	2003	TSV Bernerode	Hannover	13.05.
2:10,87	Stemwedel, Artur	1997	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
2:13,18	Franz, Philipp	1996	Hannover 96	Stadthagen	23.06.
2:15,00	Krug, Tobias	1991	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
2:15,26	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim	Delmenhorst	14.07.
2:18,72	Büttner, Jonas	2003	StG Aller-Leine-Sprinter	Oldenburg	24.09.
2:21,5	Stolterfoth, Björn	1987	LG Nienburg	Uchte	29.04.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	2:37,71	Tanner, Jan Luca	2002	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2:19,80	Mönckemeyer, Uwe	1960	LG Weserbergland	11.07.1982
2:36,25	Tanner, Jan Luca	2002	Hannover 96	Pfungstadt	06.09.
3:08,87	Feist, Simon	1999	TuS Wettbergen	Stadthagen	07.10.
3:11,5	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Uslar	05.06.
3:13,05	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
3:15,01	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Papenburg	29.09.
3:15,34	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	20.08.
3:18,76	Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.
3:25,00	Zargar Amini, Babak	1970	Hannover 96	Stadthagen	07.10.
3:26,69	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
3:28,22	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.

Männer

noch 400 m

3:28,28	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Stadthagen	07.10.
3:30,39	Grebe, Dimitri	1982	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
3:31,69	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Stadthagen	07.10.
3:40,15	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
5:38,90	Born, Dr. Peter	1950	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	3:43,35	Pingpank, Maximilian	1999	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	3:36,97	Waldmann, Moritz	1985	LG Hannover	09.07.2010
3:44,02	Pingpank, Maximilian	1999	Hannover Athletics	Osterode	10.06.
3:57,57	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
4:07,48	Gerling, Jasper	1999	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
4:08,11	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Mönchengladbach	12.08.
4:22,84	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Espoo (FIN)	16.07.
4:26,24	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Colorado S. (USA)	07.04.
4:28,03	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	21.05.
4:34,51	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.
4:37,88	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	21.05.
4:38,62	Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
4:46,0	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim	Uslar	07.07.
4:50,60	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Minden	24.06.
4:54,08	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Hannover	03.09.
4:54,20	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Berlin	27.05.
4:54,64	Liesenberg, Marco	1995	TV Eintracht Sehnde	Papenburg	14.05.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	4:21,44	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	4:09,32	Raabe, Johannes	1987	LG Hannover	01.10.2010
4:21,1	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	Uslar	07.07.
5:23,8	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	07.07.
5:27,13	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	29.04.
5:34,5	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Helmstedt	30.09.
5:36,51	Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:42,56	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:43,11	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:44,04	Don, Hendrik	1998	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.
5:54,1	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Helmstedt	30.09.
5:57,40	Goltze, Christian	1996	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.
5:58,28	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
6:02,80	Lippold, Harald	1973	TSV Gronau	Garbsen	16.04.
6:15,39	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
6:28,76	Helbing, Christian	1975	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.
6:31,42	Ebeling, Sven	1998	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.

Männer

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	8:24,42	Pingpank, Maximilian	1999	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	7:55,74	Husmann, Christian	1963	LG Hannover	16.08.1987
8:12,35	Pingpank, Maximilian	1999	Hannover Athletics	Herentals (BEL)	01.05.
9:01,55	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Stuhr	23.09.
9:18,91	Reiß, Paul-Simon	1999	Hannover 96	Wunstorf	24.05.
9:29,55	Bedel, Mohammed	2000	TSV Sibbesse	Hildesheim	21.05.
9:32,48	Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Wunstorf	24.05.
9:37,22	Marquard, Moritz	1991	Hannover 96	Wunstorf	24.05.
9:39,39	Hartmann, Moritz	1990	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	21.05.
10:13,14	Giesler, Christian	1977	Hannover 96	Wunstorf	24.05.
10:29,00	Klinke, Fynn	2003	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
10:29,30	Dittmann, Christian	1983	Hannover 96	Wunstorf	24.05.
10:57,54	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Minden	03.06.
10:59,13	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Berlin	28.05.
11:01,09	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	20.08.
11:03,34	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Winsen	23.08.
11:11,17	Grüne, Benjamin	1979	TSV Kirchdorf	Wunstorf	24.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	15:16,64	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	13:42,15	Pingpank, Markus	1964	LC Hannover	14.06.1987
14:29,50	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Braunschweig	03.06.
15:08,61	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	03.06.
15:26,36	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Mittweida	06.05.
15:41,93	Reiß, Paul-Simon	1999	Hannover 96	Braunschweig	18.06.
15:52,52	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Zeven	09.09.
16:07,03	Kuklinski, Fabian	1994	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	03.06.
16:10,06	Winterholler, Andreas	1983	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
16:35,08	Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Braunschweig	03.06.
17:05,19	Stemwedel, Artur	1997	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
17:45,32	Giesler, Christian	1977	Hannover 96	Braunschweig	03.06.
17:51,72	Krug, Tobias	1991	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
18:51,83	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Minden	24.06.
19:01,35	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Minden	24.06.
19:11,01	Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Wunstorf	01.07.
19:17,43	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Gronau	11.06.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	33:40,59	Kuklinski, Fabian	1994	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	28:36,88	Pingpank, Markus	1964	LC Hannover	25.06.1991
31:13,01	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	Mittweida	06.05.
33:31,26	Kuklinski, Fabian	1994	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
38:12,07	Wolf, Torsten	1986	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
38:22,97	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	14.10.
41:40,8	Dawid, Julius	1994	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.

Männer

noch 10.000 m

41:42,7	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Borsum	30.08.
41:43,5	Ritschel, Frank	1968	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
41:46,56	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Uslar	14.10.
41:46,6	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
42:07,64	Lehmann, Uwe	1965	LAC Langenhagen	Delmenhorst	17.09.
42:18,0	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
44:53,9	Badorrek, Niels	1974	SV Heinum	Borsum	30.08.
45:12,7	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
46:44,8	Meinecke, Axel	1975	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
47:23,9	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	15.580	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	
Bezirksrekord:	18.904	Pingpank, Markus	1964	LC Hannover	10.04.1988
15.300	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	14.10.
14.420	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Uslar	14.10.
14.397	Ritschel, Frank	1968	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
14.317	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Borsum	30.08.
14.293	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
14.225	Dawid, Julius	1994	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
14.224	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
13.407	Badorrek, Niels	1974	SV Heinum	Borsum	30.08.
13.112	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
12.940	Meinecke, Axel	1975	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
12.531	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
12.358	Klohr, Thomas	1966	Hannover 96	Borsum	30.08.
12.336	Böhm, Uwe	1960	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
12.247	Herrmann, Dietmar	1956	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
12.075	Ebeling, Matthias	1964	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.

10 km Str.

Bestl. 2022:	31:39	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	29:06	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	08.04.2023
29:06	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Paderborn	08.04.
30:47	Tabert, Philipp	2002	VfL Eintracht Hannover	Hannover	26.03.
31:47	Kuklinski, Fabian	1994	VfL Eintracht Hannover	Uelzen	16.04.
32:13	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Uelzen	16.04.
32:36	Reiß, Paul-Simon	1999	Hannover 96	Bad Liebenzell	10.09.
32:44	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Bremen	01.10.
33:00	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	Salzkotten	18.03.
33:04	Horstmann, Hauke	1982	Hannover 96	Uelzen	16.04.
33:19	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen	Hannover	27.08.
33:20	Spieß, Andreas	1994	LG Weserbergland	Uelzen	16.04.

Männer

noch 10-km

33:42	Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Uelzen	16.04.
33:55	Hartmann, Moritz	1990	Eintracht Hildesheim	Hannover	27.08.
33:59	Bedel, Mohammed	2000	TSV Sibbesse	Springe	30.06.
34:14	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Uelzen	16.04.
34:32	Solter, Andreas	1983	Hannover 96	Springe	15.04.

10 km Str. Ma.

Bezirksrekord:	1:32:03	TSV Kirchdorf			11.09.2005
1:48:44	Hannover Runners			Uelzen	16.04.
	Kossenjans, Christian (1982) - 34:14; Senning, Dennis (1987) - 37:32; Huck, Timo (1988) - 36:58				
1:49:43	Hannover 96			Uelzen	16.04.
	Vollkommer, Guido (1966) - 35:34; Kühlke, Frank (1973) - 36:07; König, Dirk (1976) - 38:02				

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:10:57	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	1:02:47	Welday, Haftom	1990	Hannover 96	22.08.2021
1:02:57	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Hannover	26.03.
1:09:35	Kuklinski, Fabian	1994	VfL Eintracht Hannover	Bonn	23.04.
1:10:46	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Freiburg	26.03.
1:11:45	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	Paderborn	08.04.
1:12:25	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen	Hannover	26.03.
1:12:38	Reiß, Paul-Simon	1999	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:15:13	Spieß, Andreas	1994	LG Weserbergland	Hannover	27.08.
1:16:19	Solter, Andreas	1983	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:17:26	Haupt, Christian	1980	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:17:30	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	Freiburg	26.03.
1:17:49	Jäger, René	1982	TV Lohnde	Hannover	26.03.
1:17:56	Sievers, Jan	1981	Hannover 96	Köln	01.10.
1:18:11	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Hannover	27.08.
1:18:41	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Hannover	26.03.
1:18:49	Kühlke, Frank	1973	Hannover 96	Freiburg	26.03.

Marathon

Bestl. 2022:	2:35:38	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	
Bezirksrekord:	2:08:48	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	24.09.2023
2:08:48	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Berlin	24.09.
2:31:11	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	Kassel	17.09.
2:32:02	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen	Hamburg	23.04.
2:34:27	Kuklinski, Fabian	1994	VfL Eintracht Hannover	Köln	01.10.
2:34:40	Marquard, Moritz	1991	Hannover 96	Hannover	26.03.
2:38:11	Bedel, Mohammed	2000	TSV Sibbesse	Frankfurt	29.10.
2:41:33	Spieß, Andreas	1994	LG Weserbergland	Köln	01.10.
2:41:49	Hartmann, Moritz	1990	Eintracht Hildesheim	Hannover	26.03.
2:43:34	Seidler, Danny	1987	SC Bad Münder	Dresden	22.10.
2:45:46	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	Köln	01.10.

Männer

noch Marathon

2:46:28	Schlamelcher, Christian	1989	Hannover 96	Köln	01.10.
2:46:47	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Hannover	26.03.
2:48:58	Jäger, René	1982	TV Lohnde	Hamburg	23.04.
2:53:24	Sonnemann, Oliver	1970	Hannover 96	Köln	01.10.
2:53:26	Thomschke, Jan	1982	Delligser SC	Köln	01.10.

100 km

Bestl. 2022:	9:09:09	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	
Bezirksrekord:	7:17:48	Wüstefeld, Wolfgang	1958	TuS Wettbergen	31.10.1987
10:52:02	Niehuß, Ulrich	1969	VfL Bückeburg	Braunschweig	27.05.

110 m Hürden 1.067m

Bestl. 2022:	14,62	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	
Bezirksrekord:	13,60	Mattern, Stefan	1965	LG Hannover	15.07.1990
14,06	-0,1	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Götzis (AUT) 28.05.
14,80	+1,4	Diakité, Malik	2000	Hannover 96	Filderstadt-Bernh. 21.05.
14,95	+1,1	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh. 21.05.
15,79	+1,7	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh. 21.05.
15,87	+1,5	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Colorado S. (USA) 07.04.
16,18	-0,1	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Sarstedt 20.08.
16,90	+0,0	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Zeven 27.05.
17,76	+0,2	Kreye, Adrian	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck 03.09.
18,87	-0,1	Rethfeld, Tim	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg 14.05.
19,21	-0,1	Liesenberg, Marco	1995	TV Eintracht Sehnde	Papenburg 14.05.
20,79	+1,1	Berlipp, Jannik	2000	VfL Eintracht Hannover	Papenburg 13.05.
20,88	+0,2	Frank, Niklas	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg 14.05.

400 m Hürden 0.914m

Bestl. 2022:	59,42	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	50,6	Friedrich, Dieter	1947	Hannover 96	15.05.1971
51,90		Gordon, Jordan	2002	Hannover 96	Göttingen 02.07.
55,35		Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Chadbron (USA) 28.04.
60,69		Kreye, Adrian	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt 20.08.
81,69		Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Sarstedt 20.08.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	42,07	VfL Eintracht Hannover		
Bezirksrekord:	39,76	LT 85 in Hannover		23.07.1988
41,71		VfL Eintracht Hannover		Kassel 09.07.
		Salifou, Fawzane (2001); Wolters, Robert (1996); Borchardt, Fabio (2004); Baaske, Armin (2002)		
44,29		StG Aller-Leine-Sprinter		Edemissen 26.08.
		Büttner, Malte (2003); Biebl, Paul (2006); Martin, Vincent (2006); Boekhoff, Daniel (1998);		
44,80		TSV Neustadt I		Wunstorf 01.07.
		Becker-Hounslow, Johannes (2001); Rieke, Marvin (2005); Leinemann, Nico (2002); Kannemacher, Dennis (2002)		

Männer

noch 4 x 100 m

47,37	SG Rodenberg	Stadthagen	01.07.
	Janßen, Tobias (2003); Gautzsch, Hannes (2004); Widdel, Yannick (2002); Lange, Hannes (2003)		
48,14	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Hildesheim	21.05.
	Teichmann, Linus (2006); Helms, Yven (2007); Kreye, Adrian (2001); Maibaum, Jonas (2000)		
48,61	TSV Neustadt II	Oldenburg	24.09.
	Hörmann, Tristan (2002); Krägel, Joshua (2005); Sepehri, Niklas Wolfgang (2006); Bansa, Matthias (1970)		
48,82	TSV Burgdorf	Oldenburg	24.09.
	Bredlau, Marvin (1998); Lindemann, Christian (1993); Yilmaz, Mert (2002); Goltze, Christian (1996)		
49,18	StG Leinesprinter	Garbsen	01.05.
	Schuh, Carsten (1965); Geweke, Holger (1975); Spitzer, Dr. Ted (1963); Müller, Torsten (1978)		
52,56	MTV Groß Buchholz	Gronau	11.06.
	Helliger, Hartmut (1963); Golz, Florian (1987); Rabe, Felix (1984); Pinkvos, Claas (1987)		
76,84	Eintracht Hildesheim	Gronau	11.06.
	Hauenschild, Wilfried (1947); Scheide, Karl (1937); Ollech, Günter (1947); Weddig, Reinhard (1948)		

4 x 400 m Staffel

Bezirksrekord:	3:09,64	LT 85 in Hannover	12.07.1987
3:19,00	Eintracht Hildesheim	Bietigheim-Biss.	29.04.
	Woithe, Moritz (2006); Englmann, Kai Erik (2006); Köse, Enes-Maurice (2003); Kaluza, Niclas Jan (2004)		

20km Str.Gehen

Bezirksrekord:	1:28:46	Ferguen, Abdelouahab	1958	VfV Hildesheim	11.05.1996
2:11:37	Krüger, Reinhard	1960	Eintracht Hildesheim	Pescara (ITA)	30.09.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,97	Diakitè, Malik	2000	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2,34	Onnen, Eike	1982	LG Hannover	20.05.2007
1,97	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Espoo (FIN)	15.07.
1,96	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Marburg	12.08.
1,92	Kriete, Silas	1998	Hannover 96	Bremen	12.08.
1,87	Diakitè, Malik	2000	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
1,87	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	18.06.
1,85	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Colorado S. (USA)	06.04.
1,83	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Garbsen	01.05.
1,83	Emmermacher, Tobias	1998	MTV Friesen Bakede	Garbsen	01.05.
1,82	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Hannover	02.09.
1,79	Büttner, Malte	2003	Garbsener SC	Berlin	27.05.
1,76	Tiegel, Nils	2001	LG Nienburg	Uchte	29.04.
1,76	Wolters, Robert	1996	VfL Eintracht Hannover	Hannover	05.07.
1,76	Bleischwitz, Marcel	1992	TSV Bemerode	Hannover	05.07.
1,74	Katz, Marvin	1992	TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
1,73	Kemmerer, Jona	1995	TSV Brunkensen	Sarstedt	03.06.

Männer

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	4,80	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96		
Bestl. 2022:	4,80	Diakit�, Malik	2000	Hannover 96		
Bezirksrekord:	5,70	Kozakiewicz, Wladyslaw	1953	TK zu Hannover	22.07.1986	
5,00		Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Hannover	03.09.
4,84		Diakit�, Malik	2000	Hannover 96	Hannover	13.05.
4,54		Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Hannover	13.05.
4,34		Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Hannover	13.05.
4,30		Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	21.05.
4,25		Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Pueblo (USA)	31.03.
3,05		Berlipp, Jannik	2000	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05.
3,00		Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	14.05.
2,96		Maus, Alexander	1977	TKJ Sarstedt	Edemissen	26.08.
2,90		Liesenberg, Marco	1995	TV Eintracht Sehnde	Papenburg	14.05.
2,90		Rethfeld, Tim	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	14.05.
2,70		Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	Zeven	10.09.
2,60		Frank, Niklas	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	14.05.
2,40		Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	07.05.

Weitsprung

Bestl. 2022:	7,58	Diakit�, Malik	2000	Hannover 96		
Bezirksrekord:	8,08	Heide, Thorsten	1969	LG Hannover	10.06.1993	
7,58	+0,7	Diakit�, Malik	2000	Hannover 96	Weinheim	27.05.
7,19	-0,6	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Götzis (AUT)	27.05.
6,94	+0,6	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
6,80	-0,5	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Hannover	02.09.
6,73	+1,5	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Pueblo (USA)	25.05.
6,52	-0,3	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
6,52	-0,1	Kriete, Silas	1998	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
6,43		Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	Stadthagen	09.09.
6,36	+0,0	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
6,25	+0,0	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Wunstorf	01.07.
6,18	+1,0	Liesenberg, Marco	1995	TV Eintracht Sehnde	Sarstedt	03.06.
6,09	-1,7	Büttner, Malte	2003	Garbsener SC	Berlin	28.05.
6,06	+0,0	Boekhoff, Daniel	1998	Garbsener SC	Garbsen	01.05.
5,90	+0,2	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	14.07.
5,86	+1,8	Kemmerer, Jona	1995	TSV Brunkensen	Sarstedt	03.06.

Dreisprung

Bestl. 2022:	14,07	Haug, Kevin	1998	Garbsener SC		
Bezirksrekord:	15,88	Hoffmann, Martin	1962	TK zu Hannover	11.09.1985	
11,59		Kreye, Adrian	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Hildesheim	21.05.

Männer

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022:	14,86	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	
Bezirksrekord:	19,84	Mertens, Michael	1965	Hannover 96	12.06.2002
15,02	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Espoo (FIN)	15.07.
14,88	Lange, Hannes	2003	SG Rodenberg	Berlin	27.05.
14,75	Bilsky, Julian	1997	VfL Eintracht Hannover	Hannover	07.07.
14,52	Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	Braunschweig	17.06.
13,27	Diakit�, Malik	2000	Hannover 96	Hannover	02.09.
12,85	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05.
12,84	Kuntze, Marc	1993	TuS Wunstorf	Zeven	10.09.
12,41	Simon, Marvin	1998	TSV Burgdorf	München	24.05.
12,36	Plückers, Matthias	1980	TuS Wunstorf	Edemissen	28.05.
12,36	Trenker, Tobias	1994	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
11,92	Maas, Niklas	2000	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
11,90	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Nienhagen	16.04.
11,66	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Pueblo (USA)	29.05.
11,60	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Nienhagen	16.04.
11,47	Neuhäuser, Nils	1982	MTV Eintracht Borsum	Blankenburg	03.06.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2022:	42,95	Diakit�, Malik	2000	Hannover 96	
Bezirksrekord:	60,06	Rui, Otto !!!!	1962	LC Hannover	00.00.2000
50,54	Lange, Hannes	2003	SG Rodenberg	Stadthagen	07.10.
44,45	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Hannover	03.09.
42,09	Diakit�, Malik	2000	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	21.05.
41,96	Gilde, Maximilian	1990	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	22.04.
39,64	Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	Minden	24.06.
39,47	Simon, Marvin	1998	TSV Burgdorf	Einbeck	03.09.
38,97	Maas, Niklas	2000	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
38,53	Bilsky, Julian	1997	VfL Eintracht Hannover	Hannover	07.07.
37,50	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Hannover	03.09.
36,73	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Hannover	03.09.
36,27	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Pueblo (USA)	26.05.
36,12	Plückers, Matthias	1980	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
35,20	Goltze, Christian	1996	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
34,90	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	21.05.
32,48	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	14.05.

Hammerwurf 7.26kg

Bestl. 2022:	65,12	Schaper, Torben	2002	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	74,95	Kahlmeyer, Marcus	1982	Hannover 96	01.07.2007
64,27	Schaper, Torben	2002	VfL Eintracht Hannover	Berlin	22.07.
41,15	Alrmadan, Mahmoud	1982	VfR Evesen	Hannover	18.07.
35,85	Bredlau, Marvin	1998	TSV Burgdorf	Dissen	07.10.
33,79	Simon, Marvin	1998	TSV Burgdorf	Einbeck	03.09.
30,71	Goltze, Christian	1996	TSV Burgdorf	Einbeck	03.09.
28,56	Zielonka, Paul	1997	SV Otzenia Otze	Altwarmbüchen	11.09.

Männer

Speerwurf 800 g

Bestl. 2022:	70,85	Matterne, Casimir	1999	Hannover 96	
Bezirksrekord:	83,50	Steding, Stephan	1982	Hannover 96	27.06.2008
74,47	Matterne, Casimir	1999	Hannover 96	Braunschweig	18.06.
66,63	Novikov, Valentyn	2000	Hannover 96	Sarstedt	16.09.
63,08	Heidelberg, Julius	2001	Hannover 96	Pfungstadt	03.05.
60,52	Matusevicius, Edvardas	1991	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	16.08.
60,39	Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	Braunschweig	18.06.
57,71	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Espoo (FIN)	16.07.
54,74	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	21.05.
54,70	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Hannover	03.09.
52,77	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Chadbron (USA)	28.04.
48,15	Höing, Aaron	1996	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	29.09.
45,99	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Hannover	03.09.
45,98	Maibaum, Jonas	2000	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	03.06.
45,64	Stolper, Daniel	1988	MTV Messenkamp	Stadthagen	22.04.
43,41	True, Stefan	1986	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	16.08.
42,98	Ehlich, Robin	2002	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	16.08.

5-Kampf

Weit-Speer (800g)-200m-Diskus (2kg)-1500m

Bestl. 2022:	3.167	Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	
Bezirksrekord:	3.483	Schweter, Gregor	1965	Eintracht Hildesheim	28.09.1986
3.155	Schulz, Marco	1998	SG Rodenberg	Delmenhorst	17.09.
	6,19(+0,0)-55,99-24,17(+0,2)-39,56-5:07,94				
2.990	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
	5,85(+0,0)-33,02-25,17(+0,3)-22,53-5:09,11				
2.083	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	17.09.
	5,42(+0,6)-28,25-25,33(+0,6)-25,16-5:58,44				
2.077	Boekhoff, Daniel	1998	Garbsener SC	Delmenhorst	17.09.
	5,59(+0,0)-27,11-24,38(+0,2)-21,59-5:38,84				
2.005	Berlipp, Jannik	2000	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
	5,43(-0,1)-35,39-26,31(+0,2)-21,49-5:37,73				
1.773	Frank, Niklas	1998	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
	5,30(+0,0)-22,08-26,67(+0,2)-22,56-5:40,18				
1.391	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
	4,48(+0,0)-26,92-28,78(+0,6)-20,95-6:38,44				

Männer

10-Kampf

100m-Weit-Kugel (7.26kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (2kg)-Stab-Speer (800g)-1500m

Bestl. 2022:	8.051	Diakité, Malik	2000	Hannover 96	
Bezirksrekord:	8.190	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	02.09.2023
8.190	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	Hannover	02.09./
	10,88(+0,4)-7,09(+0,0)-14,00-1,94-47,72/14,33(-0,1)-44,45-5,00-57,26-4:25,79				03.09.
7.376	Hülsiggensen, Fynn	1998	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05./
	10,97(+0,0)-6,94(+0,6)-11,65-1,93-49,28/14,95(+1,1)-34,90-4,30-54,74-4:28,03				21.05.
7.090	Hast, Thorben	2001	Hannover 96	Colorado S. (USA)	06.04./
	11,38(+1,0)-7,12(+4,3)-11,52-1,85-49,38/15,87(+1,5)-35,77-4,15-52,52-4:26,24				07.04.
6.797	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	Hannover	02.09./
	11,32(-0,6)-6,80(-0,5)-4:54,08-1,82-51,28/16,60(+0,3)-37,50-4,50-54,70				03.09.
6.768	Rozok, Tyl	1999	Hannover 96	Filderstadt-Bernh.	20.05./
	11,14(+0,0)-6,36(+0,0)-12,85-1,72-50,02/15,79(+1,7)-36,25-4,30-43,87-4:37,88				21.05.
5.846	Küch, Benjamin	1996	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.
	11,67(+0,2)-6,31(+0,9)-10,78-1,84-50,71/17,14(+1,1)-32,01-2,75-35,06-4:34,51				02.07.
4.671	Liesenberger, Marco	1995	TV Eintracht Sehnde	Papenburg	13.05./
	12,17(+1,1)-5,93(+0,0)-8,28-1,44-53,95/19,21(-0,1)-23,78-2,90-39,19-4:54,64				14.05.
4.298	Rethfeldt, Tim	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05./
	12,18(+1,4)-5,15(+0,0)-7,29-1,64-55,08/18,87(-0,1)-19,57-2,90-29,55-5:06,85				14.05.
3.654	Berlipp, Jannik	2000	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.
	12,92(+0,2)-5,39(+0,9)-8,29-1,52-62,86/20,79(+1,1)-21,16-3,05-31,17-5:43,18				01.07.
3.523	Frank, Niklas	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05./
	12,57(+0,7)-5,16(-0,5)-10,30-1,44-61,00/20,88(+0,2)-17,14-2,60-25,81-5:44,39				14.05.

10-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (7.26kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (2kg)-Stab-Speer (800g)-1500m

Bestl. 2022:	13.656	VfL Eintracht Hannover			
Bezirksrekord:	21.231	Hannover 96			02./03.09.2023
21.231	Hannover 96			Hannover	02.09.
	Meyer, Marcel (2001) - 8.190; Ifrim, Cristian (2003) - 6.797;				03.09.
	Rozok, Tyl (1999) - 6.244				
13.274	VfL Eintracht Hannover			Papenburg	13.05./
	Küch, Benjamin (1996) - 5.453; Rethfeldt, Tim (1998) - 4.298;				14.05.
	Frank, Niklas (1998) - 3.523				

Frauen

100 m Lauf

Bestl. 2022:	11,83	Thiel, Luna	1999	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	11,30	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	25.07.2015
12,10	+0,5	Philipps, Emilie	2002	Eintracht Hildesheim	Zeven 27.05.
12,62	+0,2	Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Wunstorf 24.05.
12,69	+0,1	Ahrndt, Vanessa	2000	VfL Eintracht Hannover	Schöningen 21.05.
12,86	+0,0	Aulbert, Michelle	2003	Hannover 96	Zeven 27.05.
12,93	+0,6	Kiel, Lea-Marie	1999	SC Langenhagen	Zeven 27.05.
13,12	+0,0	Görlitz, Annica	1998	VfL Eintracht Hannover	Zeven 28.05.
13,14	+1,1	Theophiel, Linda	1986	TB Stöcken	Edemissen 26.08.
13,22	-1,1	Grünwald, Luisa Marie	1996	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 01.05.
13,24	+0,0	Jakob, Jelde	2001	VfL Eintracht Hannover	Minden 03.06.
13,34	+0,0	Stalder, Nele	2001	TSV Neustadt	Wunstorf 01.07.
13,41	+0,0	Koch, Melanie	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf 01.07.
13,47	+0,0	Goltermann, Ronja	1998	VfL Eintracht Hannover	Zeven 28.05.
13,51	-0,2	March, Feline	2000	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 01.05.
13,51	-0,2	Suhren Uribe, Julia	2001	TK zu Hannover	Wunstorf 01.07.
13,53		Linko, Sofiya	2003	LG Weserbergland	Hameln 01.07.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	23,90	Thiel, Luna	1999	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	22,97	Tschirch, Cathleen	1979	LG Weserbergland	12.08.2007
24,89	-0,5	Philipps, Emilie	2002	Eintracht Hildesheim	Hannover 13.05.
25,16	+0,1	Ahrens, Lea	1998	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 25.07.
25,40	+0,7	Amaadacho, Yasmin	2003	Garbsener SC	Zofingen (SUI) 27.05.
25,89	+1,2	Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Garbsen 01.05.
26,75	+0,8	Kiel, Lea-Marie	1999	SC Langenhagen	Wunstorf 24.05.
26,91	+0,5	Theophiel, Linda	1986	TB Stöcken	Edemissen 26.08.
26,99	+1,3	Koch, Melanie	1993	TSV Burgdorf	Zeven 09.09.
27,24	+0,1	Stöhr, Marlene	2003	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 25.07.
27,33	+1,2	Grünwald, Luisa Marie	1996	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 01.05.
27,35	-0,4	Stalder, Nele	2001	TSV Neustadt	Nienhagen 18.05.
27,53	+1,8	Görlitz, Annica	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg 13.05.
27,3	+0,0	Wiechmann, Marit	2001	TSV Gronau	Uslar 07.07.
27,59	+1,8	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Papenburg 13.05.
27,88	+0,1	Horton, Lena Charlotte	2003	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen 18.05.
27,99	-0,3	Suhren Uribe, Julia	2001	TK zu Hannover	Garbsen 01.05.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	51,28	Thiel, Luna	1999	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	50,22	Breuer, Grit	1972	LT 85 in Hannover	01.06.1996
55,66		Kolbe, Smilla	2002	VfL Eintracht Hannover	Starkville (USA) 29.04.
59,65		Greimel, Elisabeth	1999	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 01.05.
60,24		Koch, Melanie	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf 01.07.
61,02		Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.
61,89		Horton, Lena Charlotte	2003	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf 01.07.

Frauen

noch 400 m

62,82	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Minden	03.06.
63,73	Wiechmann, Marit	2001	TSV Gronau	Einbeck	03.09.
65,63	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Zeven	27.05.
69,63	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Edemissen	28.05.
70,22	Schommerloh, Lara	2002	Post-SV Stadthagen	Stadthagen	09.09.
72,66	Lux, Sine Marie	2000	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
72,91	Lux, Yara Sophie	2000	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
73,20	Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf	Unterlüß	13.05.
76,61	Kayka, Christiane	1965	TSV Neustadt	Unterlüß	13.05.
77,96	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Zeven	10.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:05,40	Schulze, Sarah Fleur	1999	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	2:02,51	Hering, Ingrid	1961	LG Hannover	11.08.1991
2:04,60	Kolbe, Smilla	2002	VfL Eintracht Hannover	Pfungstadt	21.06.
2:09,64	Gebauer, Anne	2002	VfL Eintracht Hannover	Pfungstadt	21.06.
2:09,98	Schlüsche, Jana	2000	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
2:16,27	Greimel, Elisabeth	1999	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
2:16,70	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	Sarstedt	03.06.
2:17,33	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Wichita (USA)	30.03.
2:18,91	Petersen, Anne Marie	2003	Eintracht Hildesheim	Hannover	13.05.
2:20,34	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Minden	03.06.
2:21,83	Holenburg, Svenja	2002	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
2:23,36	Rischkopf, Ira	1996	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig	18.06.
2:27,75	Siegmund, Lea	1999	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	25.07.
2:29,18	Berg, Pauline	1996	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
2:30,05	Krause, Katja	1992	Hannover 96	Hannover	13.05.
2:37,46	Horton, Lena Charlotte	2003	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
2:39,64	Farin, Maite	2001	TSV Neustadt	Wunstorf	24.05.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	4:37,98	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	2:46,66	Winkler, Jasmin	1975	MTV Jahn Barnstorf	01.08.1998
3:10,19	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
3:32,16	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Stadthagen	07.10.
4:37,2	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Uslar	05.06.
4:41,10	Zastrow, Birgit	1978	TSV Gronau	Uslar	20.08.
4:53,7	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	05.06.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:22,11	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	4:12,81	Hering, Ingrid	1961	LG Hannover	27.05.1992
4:21,80	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	Osterode	10.06.
4:24,01	Schlüsche, Jana	2000	VfL Eintracht Hannover	Osterode	10.06.
4:25,74	Kolbe, Smilla	2002	VfL Eintracht Hannover	Azusa (USA)	13.04.
4:28,94	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	Göttingen	02.07.
4:34,50	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Tampa (USA)	12.05.

Frauen

noch 1.500 m

4:53,14	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	01.07.
4:55,29	Beermann, Luca Marie	1997	Hannover 96	Lübeck	24.06.
4:59,02	Krause, Katja	1992	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
5:04,38	Holenburg, Svenja	2002	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	07.05.
5:08,9	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:12,44	Büthe, Pauline	2003	SpVg Laatzen	Wunstorf	01.07.
5:23,09	Farin, Maite	2001	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
5:29,59	Beyes, Annika	2000	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Alfeld	29.04.
5:30,80	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Wunstorf	01.07.
6:15,22	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Zeven	10.09.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	4:47,61	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	4:47,61	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	24.08.2022
5:31,33	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:44,33	Siegmund, Lea	1999	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	16.04.
5:55,0	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Helmstedt	30.09.
6:02,29	Büthe, Pauline	2003	SpVg Laatzen	Burgdorf	29.04.
6:47,0	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Helmstedt	30.09.
7:25,93	Liewald, Lara	2003	MTV Messenkamp	Stadthagen	23.06.
7:37,62	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	29.04.
7:45,7	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Helmstedt	30.09.
8:23,5	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	9:31,73	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	9:08,21	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	12.07.2023
9:08,21	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	Bilbao (ESP)	12.07.
9:59,51	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Sarstedt	03.06.
10:26,56	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	24.05.
10:41,60	Beermann, Luca Marie	1997	Hannover 96	Sarstedt	03.06.
10:41,76	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	Sarstedt	03.06.
10:46,19	Berg, Pauline	1996	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
10:50,05	Krause, Katja	1992	Hannover 96	Garbsen	01.05.
11:50,51	Farin, Maite	2001	TSV Neustadt	Wunstorf	24.05.
11:59,66	Spieß, Melanie	2003	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
12:06,00	Beyes, Annika	2000	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	03.06.
13:04,76	Rudolph, Kristin	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	03.06.
13:42,47	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Stadthagen	07.10.
14:04,24	Ernst, Anne Katrin	1985	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
14:21,73	Samson, Mona	1988	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.
14:32,71	Liewald, Lara	2003	MTV Messenkamp	Stadthagen	07.10.

Frauen

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	16:02,67	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	15:44,34	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	17.06.2023
15:44,34	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	Wien (AUT)	17.06.
16:09,45	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	Tübingen	17.06.
16:15,94	Jacobitz, Esther	1997	TK zu Hannover	Kassel	09.07.
17:28,18	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Karlsruhe	20.05.
17:45,54	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Minden	29.07.
18:34,96	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig	18.06.
19:51,07	Farin, Maite	2001	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
20:38,22	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Braunschweig	03.06.
20:46,26	Beyes, Annika	2000	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Uslar	15.04.
21:02,94	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Minden	29.07.
23:32,73	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	25.06.
23:37,38	Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	25.06.
25:36,10	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Sarstedt	25.06.
26:09,67	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	04.08.
27:01,36	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	15.04.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	33:08,72	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	33:08,72	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	07.05.2022
33:17,82	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	Mittweida	06.05.
33:39,62	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	Mittweida	06.05.
37:04,74	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Melle	19.05.
45:10,6	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Großenkneten	04.11.
47:37,2	Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
48:46,74	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	Delmenhorst	17.09.
53:38,18	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.
56:40,8	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Großenkneten	04.11.
57:22,1	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Emden	29.10.
59:32,7	Bodor, Ibiana-Elza	1986	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
59:36,0	Hübner, Gabriele	1967	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	11.143	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	15.100	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	27.04.2019
13.209	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Großenkneten	04.11.
12.612	Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
11.154	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Borsum	30.08.
10.612	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Großenkneten	04.11.
10.480	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Emden	29.10.
10.087	Bodor, Ibiana-Elza	1986	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
10.077	Hübner, Gabriele	1967	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Frauen

10 km Str.

Bestl. 2022:	37:25	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	
Bezirksrekord:	33:44	Jacobitz, Esther	1997	TK zu Hannover	08.04.2023
33:44	Jacobitz, Esther	1997	TK zu Hannover	Paderborn	08.04.
34:36	Pingpank, Svenja	1996	Hannover Athletics	Otterndorf	17.09.
36:20	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Uelzen	16.04.
36:50	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Berlin	29.07.
37:23	Brunkhorst, Lena	1984	Hannover 96	Uelzen	16.04.
37:46	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Uelzen	16.04.
38:59	Krause, Katja	1992	Hannover 96	Uelzen	16.04.
39:47	Berg, Pauline	1996	VfL Eintracht Hannover	Hannover	12.11.
41:23	Holenburg, Svenja	2002	VfL Eintracht Hannover	Hannover	26.03.
42:42	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Lehrte	01.09.
42:47	Nothdurft, Annette	1967	Hannover 96	Hannover	26.03.
42:53	Krause, Mandy	1987	Post-SV Rot-Gold Lehrte	Lehrte	01.09.
42:59	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Hannover	12.11.
43:02	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Oldenburg	15.10.
43:39	Baran, Martina	1980	Hannover Runners	Hasede	04.06.

10 km Str. Ma.

Bestl. 2022:	2:45:32	SG Bredenbeck-Holtensen			
Bezirksrekord:	1:48:38	Hannover Athletics			02.09.2018
1:52:42	Hannover 96			Uelzen	16.04.
	Huwatscheck, Lisa (1991) - 36:20; Brunkhorst, Lena (1984) - 37:23; Pohl, Katja (1992) - 38:59				
2:12:40	SG Bredenbeck-Holtensen			Uelzen	16.04.
	Nitschke, Christin (1993) - 37:46; Lyda, Hannelore (1958) - 46:36; Feldt, Martina (1959) - 48:18				
2:38:16	Hannover Runners			Uelzen	16.04.
	Pröhl, Stella-Katrine (1988) - 44:19; Franke, Bergith (1955) - 56:59; Kluge, Maria-Luise (1944) - 56:58				

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:21:00	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1:12:53	Jacobitz, Esther	1997	TK zu Hannover	02.04.2023
1:12:53	Jacobitz, Esther	1997	TK zu Hannover	Berlin	02.04.
1:15:27	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:16:09	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Oldenburg	15.10.
1:21:23	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Köln	01.10.
1:23:34	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Hamburg	23.04.
1:23:44	Beese, Florentine Henr	2000	Hannover Athletics	Hannover	27.08.
1:29:07	Butterbrodt, Maleen	1997	Eintracht Hildesheim	Hannover	26.03.
1:29:16	Berg, Pauline	1996	VfL Eintracht Hannover	Hannover	26.03.
1:29:24	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:30:46	Beermann, Luca Marie	1997	Hannover 96	Hannover	26.03.

Frauen

noch Halbmarathon

1:32:58	Wiedemann, Annike	1988	Delligser SC	Hannover	27.08.
1:34:37	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Gütersloh	05.11.
1:35:44	Weisig, Sabine	1959	Delligser SC	Hannover	27.08.
1:35:48	Seyd, Natascha	1982	Delligser SC	Hannover	27.08.
1:37:19	Pröhl, Stella-Katrine	1988	Hannover Runners	Hannover	26.03.

Marathon

Bestl. 2022:	2:46:07	Beese, Florentine Henr	2000	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	2:36:17	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	24.09.2023
2:36:17	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Berlin	24.09.
2:37:00	Jacobitz, Esther	1997	TK zu Hannover	Köln	01.10.
2:49:04	Beese, Florentine Henr	2000	Hannover Athletics	Hannover	26.03.
3:12:23	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Hamburg	23.04.
3:14:22	Köppelmann, Melina	1991	Delligser SC	Köln	01.10.
3:23:01	Wiedemann, Annike	1988	Delligser SC	Köln	01.10.
3:27:35	Seyd, Natascha	1982	Delligser SC	Köln	01.10.
3:32:48	Kuschnerus, Kira	1988	SG Bredenbeck-Holtensen	Bremen	01.10.
3:33:12	Rüter, Jule	2000	Hannover 96	Berlin	24.09.
3:34:34	Krause, Mandy	1987	Post-SV Rot-Gold Lehrte	Springe	15.04.
3:37:23	Jakobus, Sandra	1970	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
3:52:26	Schulz-Symon, Lydia	1978	TuS Hasede	Cuxhaven	07.05.
4:09:42	Gürsch, Melanie	1976	Hannover 96	Berlin	24.09.
4:44:40	Obermeyer, Diana	1980	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
4:47:00	Köppen, Ulla	1956	VfL Hessisch Oldendorf	Berlin	24.09.

100 km

Bezirksrekord:	9:10:30	Schmidtke, Sabine	1959	Delligser SC	14.06.2002
12:17:00	Schulz-Symon, Lydia	1978	TuS Hasede	Lüneburg	10.06.

100 m Hürden 0.838m

Bestl. 2022:	16,06	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover		
Bezirksrekord:	13,09	Funck, Annette	1977	Hannover 96	22.06.2008	
13,74	-0,1	Paul, Johanna	2003	Hannover 96	Kassel	08.07.
14,18	+0,2	Aulbert, Michelle	2003	Hannover 96	Bremen	12.08.
15,55	+1,1	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05.
16,61	-1,4	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.
18,11	+0,3	Görlitz, Annica	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05.
19,82	+0,3	Stalder, Nele	2001	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
20,15	-2,2	Jaedicke, Jessica	2000	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	07.05.
22,00	+0,3	Lux, Sine Marie	2000	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
22,60	+0,3	Lux, Yara Sophie	2000	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.

Frauen

400 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	58,55	Ahrens, Lea	1998	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	57,48	Schmidt, Gesine	1971	LG Weserbergland	23.06.2000
58,82	Ahrens, Lea	1998	VfL Eintracht Hannover	Osterode	10.06.
60,46	Amaadacho, Yasmin	2003	Garbsener SC	Kassel	08.07.
64,83	Stöhr, Marlene	2003	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
80,24	Rohde, Alida	1998	TK zu Hannover	Sarstedt	20.08.

3000 m Hindernis 0.762m

Bestl. 2022:	10:37,10	Pingpank, Saskia	1998	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	9:59,82	Vogelgesang, Lisa	1999	Eintracht Hildesheim	24.05.2019
11:04,87	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Osterode	10.06.
11:17,77	Jerkovic, Lea	2001	LC Hansa Stuhr	Tampa (USA)	12.05.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	45,75	StG VfLEintr.Han./Oldenb./Löni			
Bezirksrekord:	44,28	LG Weserbergland			05.07.2008
47,71	StG Aller-Leine-Sprinter			Lübeck	24.06.
	Amaadacho, Maryam (2005); Schönfelder, Chiara (2000); Kramer, Henriette (1999); Martin, Johanna (2004)				
48,07	Eintracht Hildesheim I			Zeven	27.05.
	Philipps, Emilie (2002); Studzinski, Hanna-Marie (1997); Falkenstein, Frida (2007); Köksal, Leyla (2007)				
49,22	VfL Eintracht Hannover I			Hannover	13.05.
	Ahmdt, Vanessa (2000); Jakob, Jelde (2001); Heyna, Jana (1991); Hubert, Nele (2005)				
51,59	TSV Neustadt			Wunstorf	01.07.
	Stalder, Nele (2001); Siafakas, Elisa-Sofia (2004); Lux, Sine Marie (2000); Günther, Annabelle (2004)				
52,05	TuS Wunstorf			Wunstorf	01.07.
	Gösser, Mailin (2005); Bastek, Linda (1995); Gils, Rieke (1997); Schmidt, Anja (1993)				
52,57	Eintracht Hildesheim II			Hildesheim	21.05.
	Lüdemann, Marike (2004); Petersen, Sophie (2005); Kattner, Janne (2004); Petersen, Anne Marie (2003)				
52,60	VfL Eintracht Hannover II			Oldenburg	24.09.
	Stanick, Melissa (2000); Görlitz, Annica (1998); Zybur, Lea (2001); March, Feline (2000)				
54,29	SC Langenhagen			Garbsen	07.05.
	Kiel, Lea-Marie (1999); Winter, Lea (2005); Thieße, Melina (2003); Petermann, Lisa (2008)				
56,01	Post-SV Stadthagen			Stadthagen	01.07.
	Thomsen, Nina Malou (2007); Schommerloh, Lara (2002); Nerge, Angelina (2002); Stöber, Julia (1998)				

5000 m Bahngehen

Bestl. 2022:	26:03,50	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	20:50,6	Schwoche, Ruta	1970	VfV Hildesheim	04.06.1994
27:07,60	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	27.05.

Frauen

10km Str.Gehen

Bestl. 2022:	54:48	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	54:48	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	30.04.2022
57:00	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	Torun (POL)	31.03.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,85	Onnen, Imke	1994	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1,94	Onnen, Imke	1994	Hannover 96	23.06.2019
1,91	Onnen, Imke	1994	Hannover 96	Rehlingen	28.05.
1,69	Jakob, Jelde	2001	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	21.05.
1,60	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	07.05.
1,56	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
1,44	Kiel, Lea-Marie	1999	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.
1,40	Gilde, Svenja	1993	VfL Eintracht Hannover	Hannover	05.07.
1,40	Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	Troisdorf	26.08.
1,40	Stalder, Nele	2001	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
1,36	Görlitz, Annica	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05.
1,35	Rudolph, Kristin	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Hildesheim	21.05.
1,31	Sauer, Kira Eileen	2000	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
1,31	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
1,28	Jaedicke, Jessica	2000	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05.
1,25	Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Hannover	16.06.
1,16	Kreipe, Christina	1980	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	4,03	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	4,60	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	28.06.2016
4,20	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	Königs Wusterh.	03.06.
3,00	Weinert, Marlen Sophie	1997	MTV 49 Holzminden	Braunschweig	17.06.
2,71	Büsel, Yasemin	2000	MTV 49 Holzminden	Holzminden	02.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,42	Knuhr, Johanna	1999	VfL Eintracht Hannover		
Bezirksrekord:	6,45	Homeier, Merle	1999	VfL Bückeburg	25.05.2019	
5,90	+0,6	Fiedler, Henrike	1999	SC Langenhagen	Fairfax (USA)	12.05.
5,65	+1,7	Gilde, Svenja	1993	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
5,33	+0,5	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Peine	03.06.
5,28	+0,0	Ahrndt, Vanessa	2000	VfL Eintracht Hannover	Peine	03.06.
5,19	+1.1	Knuhr, Johanna	1999	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	03.06.
5,17	+0,0	Görlitz, Annica	1998	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
5,07	+0,0	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
4,97	-0,2	Quednau, Veronique	2003	Rukeli Trollmann e. V.	Berlin	28.05.
4,89	+1,1	Kreie, Lena	1998	TWG Nienstadt/Sülbeck	Garbsen	07.05.
4,89	+0,8	Theophiel, Linda	1986	TB Stöcken	Edemissen	26.08.
4,80		Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Stadthagen	22.04.

Frauen

noch Weitsprung

4,80	+0,6	Linko, Sofiya	2003	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
4,78	+0,0	Bastek, Linda	1995	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
4,77	+0,0	Emmermacher, Michaela	1999	MTV Friesen Bakede	Hameln	04.06.
4,58	+0,6	Rudolph, Kristin	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	03.06.
4,58	-1,0	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.

Dreisprung

Bestl. 2022:	10,50	Rebischke, Ann-Christin	1995	Hannover 96		
Bezirksrekord:	13,25	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf		28.05.2012
8,98		Rudolph, Kristin	2001	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Hildesheim	21.05.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	11,64	Kielmann, Sonka	1992	Hannover 96		
Bezirksrekord:	56,50	Kühn, Johanna	1995	Post-SV Stadthagen		19.09.2009
11,22		Quednau, Veronique	2003	Rukeli Trollmann e. V.	Berlin	27.05.
10,71		Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Peine	03.06.
10,28		Knuhr, Johanna	1999	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	03.06.
9,99		Sekul, Vivien	1998	VSV Rössing	Sarstedt	22.04.
9,88		Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Lohne	31.05.
9,73		Homeyer, Denise	1989	FTSV Jahn Brinkum	Troisdorf	26.08.
9,70		Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.
9,50		Dietrich, Paula Malin	2000	TSV Kirchdorf	Sarstedt	16.09.
9,48		Stanick, Melissa	2000	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
9,04		Sonntag, Wenke Marie	1989	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
9,04		Kiel, Lea-Marie	1999	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.
8,93		Bastek, Rieke	1997	TuS Wunstorf	Stadthagen	22.04.
8,89		Stalder, Nele	2001	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
8,79		Bastek, Linda	1995	TuS Wunstorf	Edemissen	28.05.
8,67		Goltze, Merle	2000	Hannover 96	Hannover	23.09.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	42,85	Kielmann, Sonka	1992	Hannover 96		
Bezirksrekord:	61,26	Westermann, Liesel	1944	Hannover 96		05.11.1967
32,08		Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Brunsbüttel	03.10.
31,09		Reinecke, Melanie	1996	TSV Warzen	Uslar	07.07.
30,43		Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Dörpen	14.10.
29,50		Stanick, Melissa	2000	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
29,48		Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	Zeven	09.09.
28,90		Sonntag, Wenke Marie	1989	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
28,01		Kiel, Lea-Marie	1999	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.
27,64		Bastek, Linda	1995	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
27,60		Goltze, Merle	2000	Hannover 96	Hannover	23.09.
27,19		Ahrens, Joana Marie	2001	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	22.04.
26,94		Sekul, Vivien	1998	VSV Rössing	Sarstedt	22.04.
26,19		Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Gronau	11.06.
25,07		Eickemeier, Svenja	1998	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	22.04.
24,52		Gils, Rieke	1997	TuS Wunstorf	Hannover	23.09.
24,50		Dietrich, Paula Malin	2000	TSV Kirchdorf	Sarstedt	22.04.

Frauen

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	59,69	van Amerom, Cathinca	1996	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	61,08	van Amerom, Cathinca	1996	Hannover 96	23.08.2020
55,63	van Amerom, Cathinca	1996	VfL Eintracht Hannover	Halle (Saale)	26.02.
43,67	Münchow, Kirsten	1977	VfR Evesen	Porta Westfalica	30.09.
42,36	Besch, Julia	1999	VfR Evesen	Porta Westfalica	08.01.
32,44	Berry, Linda	1996	VfR Evesen	Porta Westfalica	08.01.
23,85	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Verden	07.10.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	37,20	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	57,76	Ladewig, Jana	1981	LG Hannover	09.06.2002
49,64	Quednau, Veronique	2003	Rukeli Trollmann e. V.	Göttingen	02.07.
37,56	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
37,40	Ullrich, Lena	1999	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
32,73	Bastek, Linda	1995	TuS Wunstorf	Braunschweig	17.06.
30,89	Emmermacher, Michaela	1999	MTV Friesen Bakede	Stadthagen	07.10.
30,33	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	02.07.
30,09	Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	Hildesheim	21.05.
29,61	Lenz, Vanessa	2002	TuS Sulingen	Delmenhorst	04.06.
29,49	Dietrich, Paula Malin	2000	TSV Kirchdorf	Hannover	23.09.
29,35	Eberhardt, Anissa	1995	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	22.04.
29,32	Gils, Rieke	1997	TuS Wunstorf	Hannover	23.09.
28,25	Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	Scheeßel	02.09.
27,94	Eickemeier, Svenja	1998	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Hildesheim	21.05.
27,72	Kühnert, Heidrun	1986	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.
27,43	Rusche, Carmen	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau	11.06.

7-Kampf

100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m

Bestl. 2022:	4.214	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	6.426	Schwarzkopf, Lilli	1983	LG Hannover	28.06.2006
4.147	Zybur, Lea	2001	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05./ 14.05.
3.839	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07./ 02.07.
3.189	Görlitz, Annica	1998	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05./ 14.05.
2.167	Jaedicke, Jessica	2000	VfL Eintracht Hannover	Papenburg	13.05./ 14.05.

7-Kampf Ma.

100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m

Bestl. 2022:	10.739	VfL Eintracht Hannover		
Bezirksrekord:	16.064	TK zu Hannover		19.06.1993
9.503	VfL Eintracht Hannover		Papenburg	13.05./ 14.05.
	Zybur, Lea (2001) - 4.147; Görlitz, Annica (1998) - 3.189; Jaedicke, Jessica (2000) - 2.167			

Männliche Jugend U20

100 m Lauf

Bestl. 2022:	10,66	Ahrens, Joshua	2003	Hannover 96	
Bezirksrekord:	10,40	Kosenkow, Alexander	1977	LT 85 in Hannover	15.06.1996
10,89	+0,1	Borchardt, Fabio	2004	VfL Eintracht Hannover	Rostock 22.07.
11,05	-2,3	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	Hannover 13.05.
11,14	-0,1	Husemann, Max	2005	Eintracht Hildesheim	Zeven 27.05.
11,36	-0,4	Rieke, Marvin	2005	TSV Neustadt	Wunstorf 24.05.
11,64	+0,0	Terjung, Paul	2005	LG Neustadt Nord	Hannover 13.05.
11,64	+1,3	Gautzsch, Hannes	2004	SG Rodenberg	Stadthagen 01.07.
11,66	+1,8	Frimpong, Benedict Anane	2004	Garbsener SC	Garbsen 01.05.
11,67	-1,1	Hinsch, Jonas	2004	Hannover 96	Hannover 13.05.
11,77	+0,9	Wübker, Jakob	2004	VfL Eintracht Hannover	Hannover 29.04.
11,82	-1,0	Röske, Jakob Richard	2004	TuS Bothfeld	Hamburg 17.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	22,11	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	21,29	Volkman, Andre	1977	LT 85 in Hannover	08.07.1995
21,61	-0,9	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	Hannover 13.05.
21,65	+1,0	Husemann, Max	2005	Eintracht Hildesheim	Rostock 23.07.
22,05	+0,8	Borchardt, Fabio	2004	VfL Eintracht Hannover	Göttingen 02.07.
23,12	+1,4	Rieke, Marvin	2005	TSV Neustadt	Wunstorf 24.05.
23,38	+1,1	Vogt, Lucas	2005	TuS Wunstorf	Edemissen 28.05.
23,59	+1,1	Halfmann, Phil	2005	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
23,71	+1,1	Wübker, Jakob	2004	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
24,09	+0,3	Schneider, Maximilian	2005	MTV 49 Holzminden	Edemissen 26.08.
24,27	+0,8	Röske, Jakob Richard	2004	TuS Bothfeld	Hannover 13.05.
24,31	+1,6	Frimpong, Benedict Anane	2004	Garbsener SC	Garbsen 01.05.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	48,48	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	46,68	Juretzko, Alexander	1990	LG Hannover	20.07.2008
Bezirksrekord:	46,68	Fiene, Sebastian	1989	LG Hannover	20.07.2008
47,82		Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	Rostock 21.07.
48,14		Husemann, Max	2005	Eintracht Hildesheim	Göttingen 01.07.
50,89		Borchardt, Fabio	2004	VfL Eintracht Hannover	Verden 10.06.
54,57		Gautzsch, Hannes	2004	SG Rodenberg	Stadthagen 09.09.
54,61		Krägel, Joshua	2005	TSV Neustadt	Oldenburg 24.09.
57,88		Hentschel, Thorven	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf 01.07.
58,90		Rieke, Marvin	2005	TSV Neustadt	Oldenburg 24.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:05,91	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	
Bezirksrekord:	1:50,48	Waldmann, Moritz	1985	LG Hannover	01.08.2004
2:02,22		Geffert, Elias	2005	Hannover 96	Göttingen 29.08.
2:18,20		Schaper, Justus Philipp	2004	VT Rinteln	Stadthagen 23.06.
2:23,64		Rissling, Malte	2005	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen 22.04.

Männliche Jugend U20

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	2:42,88	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	
Bezirksrekord:	2:26,07	Waldmann, Moritz	1985	LG Hannover	10.08.2003
2:38,72	Geffert, Elias	2005	Hannover 96	Papenburg	29.09.
3:04,40	Schaper, Justus Philipp	2004	VT Rinteln	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:18,63	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	
Bezirksrekord:	3:46,91	Waldmann, Moritz	1985	LG Hannover	19.06.2004
4:17,34	Geffert, Elias	2005	Hannover 96	Verden	10.06.
4:31,83	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	Wunstorf	01.07.
4:49,13	Gumpert, Jan	2005	VfL Bad Nenndorf	Minden	24.06.
4:54,89	Maichel, Noah	2004	LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.
4:56,91	Stute, Thilo	2005	LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	9:45,42	Scheffzyk, Timo	2004	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	8:28,71	Raabe, Johannes	1987	LG Hannover	10.09.2005
9:35,88	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	Stuhr	23.09.
10:28,04	Maichel, Noah	2004	LG Neustadt Nord	Stuhr	23.09.
10:36,00	Gumpert, Jan	2005	VfL Bad Nenndorf	Wunstorf	24.05.
10:37,11	Stute, Thilo	2005	LG Neustadt Nord	Wunstorf	24.05.
11:00,99	Schaper, Justus Philipp	2004	VT Rinteln	Stadthagen	07.10.
11:51,30	Rissling, Malte	2005	VfL Bad Nenndorf	Wunstorf	24.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	16:46,03	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	
Bezirksrekord:	14:43,2	Raabe, Johannes	1987	LG Hannover	21.09.2005
19:02,34	Maichel, Noah	2004	LG Neustadt Nord	Wunstorf	01.07.
19:08,99	Stute, Thilo	2005	LG Neustadt Nord	Wunstorf	01.07.
19:52,62	Gumpert, Jan	2005	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.

10 km Str.

Bestl. 2022:	38:40	Völkening, Eric Ole	2004	TuS Niedermöhren	
Bezirksrekord:	31:31	Raabe, Johannes	1987	LG Hannover	15.10.2006
34:53	Beckmann, Max	2004	LG Weserbergland	Uelzen	16.04.
36:24	Matthesius, Paul	2004	LG Neustadt Nord	Kolborn	15.10.
38:21	Völkening, Eric Ole	2004	TuS Niedermöhren	Springe	30.06.
41:04	Gumpert, Jan	2005	VfL Bad Nenndorf	Bremen	01.10.
44:14	Droba, Frederick	2004	TSV Warzen	Alfeld	03.10.
48:20	Wischinski, Fabian	2005	TSV Bemerode	Hannover	26.03.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:24:32	Völkening, Eric Ole	2004	TuS Niedermöhren	
Bezirksrekord:	1:14:31	Kuhlmann, Timo	1990	LG Hannover	05.10.2008
1:24:12	Beverborg, Georg	2005	TuS Sulingen	Berlin	02.04.

Männliche Jugend U20

400 m Hürden 0.914m

Bestl. 2022:	52,43	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	52,43	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	26.06.2022
52,52	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	Kassel	08.07.
63,54	Kuhnt, Julian	2004	MTV 49 Holzminden	Bad Harzburg	01.05.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	43,29	StG 96-Hildesheim-Bothfeld			
Bezirksrekord:	41,12	LG Hannover			20.07.2008
42,42	Eintracht Hildesheim			Hannover	13.05.
	Englmann, Kai Erik (2006); Husemann, Max (2005); Kaluza, Niclas Jan (2004); Woithe, Moritz (2006)				
44,37	VfL Eintracht Hannover			Verden	11.06.
	Borchardt, Fabio (2004); Wübker, Jakob (2004); Halfmann, Phil (2005); Rehab, Carl Jonas (2005)				
48,33	SC Langenhagen			Garbsen	07.05.
	Thieße, Levin (2006); Kruppa, Timon (2008); Börsting, Lukas (2005); Joos, Michael (2008)				

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,85	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2,24	Kreißig, Wolfgang	1970	SG Ronnenberg	23.07.1989
2,07	von Zitzewitz, Niklas	2005	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
1,71	Gautzsch, Hannes	2004	SG Rodenberg	Garbsen	01.05.
1,71	Reinecke, Yannick	2004	TuS Wunstorf	Garbsen	01.05.
1,65	Posnatzki, Hannes	2005	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	4,50	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	
Bezirksrekord:	5,05	Stahl, Christian	1978	LT 85 in Hannover	10.08.1996
4,33	Meyer, Janik	2005	MTV 49 Holzminden	Holzminden	27.05.

Weitsprung

Bestl. 2022:	6,55	Borchardt, Fabio	2004	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	7,52	David, Thomas	1977	LG Hannover	28.09.1996
6,25	+0,4	Vogt, Lucas	2005	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.
6,23	+1,2	Wübker, Jakob	2004	VfL Eintracht Hannover	Hannover 05.07.
6,00	-0,2	Purschwitz, Aaron	2005	TSV Asendorf	Garbsen 07.05.
5,74	-0,5	Reinecke, Yannick	2004	TuS Wunstorf	Verden 10.06.
5,48	+0,2	Posnatzki, Hannes	2005	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.
4,98	+1,5	Börsting, Lukas	2005	SC Langenhagen	Oldenburg 24.09.
4,80	+0,3	Krägel, Joshua	2005	TSV Neustadt	Oldenburg 24.09.
4,61	+0,0	Rieke, Marvin	2005	TSV Neustadt	Oldenburg 24.09.

Dreisprung

Bestl. 2022:	12,48	Büttner, Malte	2003	Garbsener SC	
Bezirksrekord:	15,29	David, Thomas	1977	LG Hannover	10.06.1995
12,90	+0,0	Purschwitz, Aaron	2005	TSV Asendorf	Verden 11.06.
11,77	+1,6	Schneider, Maximilian	2005	MTV 49 Holzminden	Bad Harzburg 01.05.

Männliche Jugend U20

Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2022:	14,24	Lange, Hannes	2003	SG Rodenberg	
Bezirksrekord:	18,77	Holz, Alexander	1974	LG Hannover	28.08.1993
12,94	Preußing, Robin	2005	MTV 49 Holzminden	Göttingen	30.09.
12,09	Cherkeh, Till	2005	VfL Eintracht Hannover	Göttingen	30.09.
9,21	Thoms, Moritz	2005	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
7,52	Thieße, Levin	2006	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.
6,96	Schmager, Anton	2007	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.
6,43	Börsting, Lukas	2005	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.

Diskuswurf 1.75kg

Bestl. 2022:	46,48	Lange, Hannes	2003	SG Rodenberg	
Bezirksrekord:	52,52	Pfingsten, Gunnar	1975	TuS Wunstorf	02.07.1993
28,45	Thoms, Moritz	2005	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2022:	49,85	Ifrim, Cristian	2003	Hannover 96	
Bezirksrekord:	69,33	Steding, Stephan	1982	Hannover 96	21.02.2001
60,12	Tsoleridis, Lukas	2005	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
54,96	Preußing, Robin	2005	MTV 49 Holzminden	Verden	11.06.
53,28	Meyer, Tilman	2006	Hannover 96	Sarstedt	16.09.
53,07	Lampe, Nick	2005	VfL Eintracht Hannover	Verden	11.06.
36,58	Vogt, Lucas	2005	TuS Wunstorf	Stadthagen	22.04.
36,02	Postler, Frederik	2004	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
35,36	Thoms, Moritz	2005	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
34,27	Gautzsch, Hannes	2004	SG Rodenberg	Stadthagen	07.10.
31,91	Rehab, Carl Jonas	2005	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
23,80	Reinecke, Yannick	2004	TuS Wunstorf	Edemissen	28.05.

Männliche Jugend U18

100 m Lauf

Bestl. 2022:	11,11	kedziński, Samuel	2006	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	10,4	Schofer, Andreas	1972	LG Weserbergland	20.05.1989
11,03	+1,9	Englmann, Kai Erik	2006	Eintracht Hildesheim	Braunschweig 17.06.
11,07	+0,0	Kedziński, Samuel	2006	TV 87 Stadoldendorf	Sarstedt 20.08.
11,08	+1,9	Biebl, Paul	2006	Garbsener SC	Braunschweig 17.06.
11,10	+1,9	Kirchner, Jonas	2006	TSV Burgdorf	Braunschweig 17.06.
11,29	+0,2	Woithe, Moritz	2006	Eintracht Hildesheim	Zeven 27.05.
11,86	-0,4	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Verden 22.04.
11,95	+1,4	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Minden 24.06.
12,03	+0,2	Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Wunstorf 01.07.
12,06	-1,2	Heimann, Dzamal	2007	TK zu Hannover	Lübeck 24.06.
12,23	+1,4	Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Minden 24.06.

Männliche Jugend U18

200 m Lauf

Bestl. 2022:	22,11	Husemann, Max	2005	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	21,90	Janke, Marko	1974	LT 85 in Hannover	29.06.1991
21,92	+0,5	Englmann, Kai Erik	2006	Eintracht Hildesheim	Rostock 23.07.
22,47	-1,2	Biebl, Paul	2006	Garbsener SC	Rostock 23.07.
22,78	-0,5	Kedzierski, Samuel	2006	TV 87 Stadtoldendorf	Sarstedt 20.08.
22,84	+0,4	Woithe, Moritz	2006	Eintracht Hildesheim	Zeven 28.05.
22,94	-0,6	Kirchner, Jonas	2006	TSV Burgdorf	Braunschweig 18.06.
24,19	-0,3	Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Edemissen 26.08.
24,29	+1,4	Kattner, Jonte	2007	Eintracht Hildesheim	Zeven 28.05.
24,47	+0,1	Heimann, Dзамal	2007	TK zu Hannover	Hannover 13.05.
24,75	+0,1	Hirschner, Matti	2007	Hannover 96	Hannover 13.05.
24,98	+0,0	Dierks, Tim	2007	FTSV Jahn Brinkum	Scheeßel 02.09.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	49,09	Husemann, Max	2005	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	48,13	Juretzko, Alexander	1990	LG Hannover	24.06.2007
50,74		Englmann, Kai Erik	2006	Eintracht Hildesheim	Braunschweig 17.06.
51,47		Woithe, Moritz	2006	Eintracht Hildesheim	Zeven 27.05.
52,52		Biebl, Paul	2006	StG Aller-Leine-Sprinter	Oldenburg 24.09.
55,20		Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Hameln 01.07.
55,66		Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Stadthagen 09.09.
55,99		Sepehri, Niklas Wolfgang	2006	TSV Neustadt	Garbsen 01.05.
56,12		Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Sarstedt 03.06.
56,71		Marchio, Tom Connor	2007	Garbsener SC	Stadthagen 09.09.
58,27		Lecher, Paul	2007	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
58,85		Patzelt, Sebastian	2007	MTV Messenkamp	Bad Bevensen 08.07.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:01,78	Geffert, Elias	2005	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1:54,53	Haas, Jonathan	1988	Eintracht Hildesheim	22.06.2005
2:01,79		Hühn, Luke	2006	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 01.05.
2:04,53		Kotlarz, Henry	2006	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst 14.07.
2:06,63		Gerdes, David	2006	TS Großburgwedel	Braunschweig 18.06.
2:06,69		Sepehri, Niklas Wolfgang	2006	TSV Neustadt	Braunschweig 18.06.
2:07,40		Krohn, Jan	2006	TS Großburgwedel	Zeven 28.05.
2:09,16		Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Braunschweig 18.06.
2:09,28		Marchio, Tom Connor	2007	Garbsener SC	Delmenhorst 14.07.
2:09,65		Lecher, Paul	2007	VfL Eintracht Hannover	Lübeck 25.06.
2:15,40		Thieße, Levin	2006	SC Langenhagen	Oldenburg 24.09.
2:16,09		Gebeler, Marlon	2007	TSV Burgdorf	Oldenburg 24.09.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	2:41,43	Geffert, Elias	2005	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2:29,3	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	24.07.2004
3:00,22		Waldeck, Keno	2006	TS Großburgwedel	Stadthagen 07.10.

Männliche Jugend U18

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:14,66	Geffert, Elias	2005	Hannover 96	
Bezirksrekord:	3:47,07	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	19.06.2004
4:06,27	Hühn, Luke	2006	VfL Eintracht Hannover	Zeven	27.05.
4:43,15	Lecher, Paul	2007	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
4:45,40	Sepehri, Niklas Wolfgang	2006	TSV Neustadt	Garbsen	07.05.
4:47,98	Marchio, Tom Connor	2007	Garbsener SC	Sarstedt	20.08.
4:49,5	Ciftci, Elvan	2007	Eintracht Hildesheim	Uslar	07.07.
4:54,28	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Alfeld	29.04.
5:08,40	Bormann, Josef Antoni Ma	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Minden	24.06.
5:11,81	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Papenburg	14.05.
5:24,05	Butterbrodt, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	Minden	24.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	8:41,02	Bernstein, Bjame	2005	Hannover 96	
Bezirksrekord:	8:22,70	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	20.05.2004
8:52,82	Hühn, Luke	2006	VfL Eintracht Hannover	Lübeck	25.06.
9:51,46	Gebeler, Marlon	2007	TSV Burgdorf	Sarstedt	03.06.
11:03,32	Ciftci, Elvan	2007	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	21.05.
11:59,62	Gattner, Jonas	2006	VfL Bad Nenndorf	Wunstorf	24.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	18:53,70	Sepehri, Niklas Wolfgang	2006	TSV Neustadt	
Bezirksrekord:	14:56,6	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	30.09.2004
17:01,60	Gebeler, Marlon	2007	TSV Burgdorf	Oldenburg	24.09.
18:37,21	Marchio, Tom Connor	2007	StG Aller-Leine-Sprinter	Oldenburg	24.09.
19:01,67	Schwone, Leo	2007	VfL Hessisch Oldendorf	Hameln	26.09.
19:27,72	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Sarstedt	25.06.
20:31,80	Sepehri, Niklas Wolfgang	2006	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
22:12,15	Gattner, Jonas	2006	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.

10 km Str.

Bestl. 2022:	45:42	Wischinski, Fabian	2005	TSV Bemerode	
Bezirksrekord:	32:12	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	14.03.2004
36:51	Gebeler, Marlon	2007	TSV Burgdorf	Hannover	12.11.
38:09	Gerdes, David	2006	TS Großburgwedel	Hannover	12.11.
41:47	Marscholik, Alexander	2008	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

110 m Hürden 0.914m

Bestl. 2022:	16,52	Kirchner, Jonas	2006	TSV Burgdorf		
Bezirksrekord:	13,97	Wilmes, Tobias	1972	MTV 49 Holzminden	25.06.1989	
15,16	+0,2	Kedzierski, Samuel	2006	TV 87 Stadtoldendorf	Einbeck	03.09.
15,58	+0,7	Biebl, Paul	2006	Garbsener SC	Sarstedt	20.08.
16,10	+1,2	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Zeven	27.05.
16,30	+0,9	Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Braunschweig	18.06.
16,43	+0,0	Heimann, Dзамal	2007	TK zu Hannover	Zeven	27.05.
18,44	-2,1	Meyer, Tilman	2006	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
19,01	+0,5	Thieße, Levin	2006	SC Langenhagen	Burgdorf	29.04.
20,46	+0,2	Teichmann, Linus	2006	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck	03.09.

Männliche Jugend U18

400 m Hürden 0.838m

Bezirksrekord:	52,55	Kaluza, Niclas Jan	2004	Eintracht Hildesheim	01.08.2021
63,30	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Braunschweig	17.06.
64,44	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Sarstedt	20.08.
66,70	Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Sarstedt	20.08.

2000 m Hindernis 0.838m

Bezirksrekord:	5:50,55	Mesecke, Lennart	1997	SG Bredenbeck	09.08.2014
6:59,87	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Zeven	28.05.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	47,88	TSV Burgdorf			
Bezirksrekord:	41,94	StG Hansa-Ettenbüttel-Oldenbur			26.07.2019
48,30	SC Langenhagen			Verden	22.04.
	Thieße, Levin (2006); Kruppa, Timon (2008); Schmager, Anton (2007); Joos, Michael (2008)				
49,38	Post-SV Stadthagen			Stadthagen	23.06.
	Lorenz, Jasper-Friedrich (2006); Kassi, Issac (1993); Hinsemann, Nils (2001); Leszczynski, Marco (1983)				
54,60	TuS Wunstorf			Wunstorf	01.07.
	von Hantelmann, Karl Georg (2009); Bosch-Klages, Pau (2008); Reinecke, Henrick Florian (2009); Roters, Felix (2007)				
56,41	TSV Bemerode			Edemissen	26.08.
	Ahrens, Marvin (2008); Wirries, Jesper (2007); Nowak, Jonathan (2008); Steinfadt, Jannik (2007)				

Hochsprung

Bestl. 2022:	2,00	Hoppe, Jason Lee	2006	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	2,09	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	30.07.1994
2,03	Hoppe, Jason Lee	2006	LC Hansa Stuhr	Lübeck	24.06.
1,86	Heimann, Dзамal	2007	TK zu Hannover	Garbsen	01.05.
1,81	Biebl, Paul	2006	Garbsener SC	Garbsen	25.07.
1,81	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Garbsen	25.07.
1,79	Stechert, Lasse	2006	FTSV Jahn Brinkum	Delmenhorst	04.06.
1,78	Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Garbsen	25.07.
1,72	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
1,72	Patzelt, Sebastian	2007	MTV Messenkamp	Bad Bevensen	08.07.
1,65	Marchio, Tom Connor	2007	Garbsener SC	Berlin	27.05.
1,64	Roel, Melvin	2007	VfB Eimbeckhausen	Bad Salzufen	01.05.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	4,00	Meyer, Janik	2005	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	5,11	Stahl, Christian	1978	LT 85 in Hannover	16.09.1995
3,40	Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Braunschweig	17.06.
3,30	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Papenburg	14.05.
3,20	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Bad Gandersheim	01.10.

Männliche Jugend U18

Weitsprung

Bestl. 2022:	6,35	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf		
Bezirksrekord:	7,31	Kosenkow, Alexander	1977	LT 85 in Hannover		18.06.1994
6,51	+0,2	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Braunschweig	18.06.
6,50	-0,4	Hoppe, Jason Lee	2006	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
6,21	+0,1	Biebl, Paul	2006	Garbsener SC	Wunstorf	01.07.
6,06	+0,1	Kedzierski, Samuel	2006	TV 87 Stadtoldendorf	Einbeck	03.09.
6,00	-0,1	Kirchner, Jonas	2006	TSV Burgdorf	Edemissen	26.08.
5,95	+0,8	Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Wunstorf	01.07.
5,78	+0,2	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
5,67	+0,1	Meyer, Tilman	2006	Hannover 96	Sarstedt	20.08.
5,47	+1,3	Stechert, Lasse	2006	FTSV Jahn Brinkum	Verden	22.04.
5,43		Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Hildesheim	21.05.

Dreisprung

Bestl. 2022:	12,92	Purschwitz, Aaron	2005	TSV Asendorf		
Bezirksrekord:	14,47	Busse, Jörg	1981	Eintracht Hildesheim		25.07.1998
13,55	+0,2	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Lübeck	25.06.
13,37	-0,3	Martin, Vincent	2006	Garbsener SC	Garbsen	25.07.
12,79	+0,0	Hirschner, Matti	2007	Hannover 96	Hannover	13.05.
10,05	+1,4	Titze, Jasper	2007	MTV 49 Holzminden	Bad Harzburg	01.05.

Kugelstoß 5 kg

Bestl. 2022:	14,08	Preußing, Robin	2005	MTV 49 Holzminden		
Bezirksrekord:	18,55	Pfingsten, Gunnar	1975	TuS Wunstorf		10.10.1992
14,52		Patzelt, Sebastian	2007	MTV Messenkamp	Stadthagen	07.10.
11,79		Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
11,61		Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Minden	24.06.
10,30		Schulz, Leander	2007	TuS Altwarmbüchen	Stadthagen	07.10.
9,20		Roel, Melvin	2007	VfB Eimbeckhausen	Stadthagen	22.04.
8,96		Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Uslar	24.09.
8,62		Teichmann, Linus	2006	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	16.09.
8,56		Helms, Yven	2007	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	16.09.
8,31		Howind-Rodriguez, Julian	2006	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
8,28		Potthast, Oliver	2006	FSV Sarstedt	Sarstedt	16.09.

Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2022:	45,73	Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf		
Bezirksrekord:	55,40	Pfingsten, Gunnar	1975	TuS Wunstorf		08.08.1992
50,11		Michelmann, Leon	2006	TSV Asendorf	Lübeck	24.06.
39,30		Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
37,43		Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Minden	24.06.
36,30		Patzelt, Sebastian	2007	MTV Messenkamp	Stadthagen	07.10.
30,72		Stechert, Lasse	2006	FTSV Jahn Brinkum	Papenburg	29.09.
26,17		Schulz, Leander	2007	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
25,90		Thieße, Levin	2006	SC Langenhagen	Wunstorf	01.07.
22,40		Roel, Melvin	2007	VfB Eimbeckhausen	Bad Salzungen	01.05.
22,17		Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Uslar	14.10.
21,29		Potthast, Oliver	2006	FSV Sarstedt	Hannover	23.09.

Männliche Jugend U18

Hammerwurf 5 kg

Bezirksrekord:	77,11	Hilbig, Sören	2002	VfR Evesen	24.08.2019
16,55	Schulz, Leander	2007	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.

Speerwurf 700 g

Bestl. 2022:	58,84	Tsoleridis, Lukas	2005	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	69,94	Teuteberg, Alexander	1992	Eintracht Hildesheim	14.02.2009
59,97	Meyer, Tilman	2006	Hannover 96	Berlin	12.02.
52,37	Stechert, Lasse	2006	FTSV Jahn Brinkum	Papenburg	29.09.
46,68	Hoppe, Jason Lee	2006	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
42,13	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Löningen	28.06.
41,74	Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Zeven	27.05.
37,77	Patzelt, Sebastian	2007	MTV Messenkamp	Sarstedt	16.09.
37,70	Roel, Melvin	2007	VfB Eimbeckhausen	Stadthagen	22.04.
36,01	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Minden	24.06.
34,12	Beier, Ben Elia	2006	VfL Bückeburg	Stadthagen	22.04.
33,50	Schulz, Leander	2007	TuS Altwarmbüchen	Stadthagen	07.10.

5-Kampf

100m-Weit-Kugel (5kg)-Hoch-400m

Bestl. 2022:	2.984	Kedzierski, Samuel	2006	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	3.730	Spyridonidis, Alexandros	1998	TK zu Hannover	06.06.2015
2.924	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
	12,06(+0,2)-5,78(+0,2)-11,79-1,72-55,20				
2.742	Patzelt, Sebastian	2007	MTV Messenkamp	Bad Bevensen	08.07.
	12,49(+0,0)-5,38(-0,4)-13,77-1,72-58,85				
2.015	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	Uslar	24.09.
	13,38(+0,2)-5,18(-0,1)-8,96-1,44-59,65				
1.189	Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
	13,13(+0,2)-3,78(+0,4)-11,44-o-o				

10-Kampf

100m-Weit-Kugel (5kg)-Hoch-400m-110m H.-Diskus (1.5kg)-Stab-Speer (700g)-1500m

Bestl. 2022:	4.556	Tschense, Florian	2006	VfL Bückeburg	
Bezirksrekord:	7.244	Meyer, Marcel	2001	Hannover 96	02.06.2018
5.216	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
	12,06(+0,2)-5,78(+0,2)-11,79-1,72-55,20/16,23(+1,3)-22,83-3,25-35,93-5:18,57				
	02.07.				
2.298	Tschense, Florian	2006	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
	13,13(+0,2)-3,78(+0,4)-11,44-o-o/o-39,30-o-41,17-o				
	02.07.				

Weibliche Jugend U20

100 m Lauf

Bestl. 2022:	12,32	Aulbert, Michelle	2003	Hannover 96		
Bezirksrekord:	11,46	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	15.06.2013	
12,45	-0,7	Heygster, Samira	2005	FTSV Jahn Brinkum	Hamburg	17.06.
12,62	+0,7	Martin, Johanna	2004	Garbsener SC	Stadthagen	23.06.
12,69	+0,7	Hubert, Nele	2005	VfL Eintracht Hannover	Verden	10.06.
12,77	+0,4	Zintl, Eva Pauline	2005	LG Weserbergland	Zeven	27.05.
12,85	-1,6	Ludwig, Sophia	2004	Hannover 96	Garbsen	07.05.
12,88	+0,6	Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadtoldendorf	Zeven	27.05.
12,92	+0,4	Dörrie, Charlotte	2005	TKJ Sarstedt	Zeven	27.05.
12,93	+0,4	Hüsig, Paula	2005	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
12,93	+1,0	Heß, Feentje	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig	17.06.
12,94	+0,0	Siafakas, Elisa-Sofia	2004	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	25,63	Amaadacho, Yasmin	2003	Garbsener SC		
Bezirksrekord:	23,28	Freese, Anna-Lena	1994	FTSV Jahn Brinkum	29.06.2013	
25,15	-0,1	Heygster, Samira	2005	FTSV Jahn Brinkum	Hamburg	18.06.
25,87	+1,2	Hubert, Nele	2005	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
26,00	+0,4	Ludwig, Sophia	2004	Hannover 96	Braunschweig	29.04.
26,43	+1,2	Hüsig, Paula	2005	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
26,49	+1,9	Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadtoldendorf	Zeven	28.05.
26,51		Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09.
26,58	+1,4	Ronshausen, Jana	2004	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	18.06.
26,68	-0,3	Dörrie, Charlotte	2005	TKJ Sarstedt	Hannover	13.05.
26,68	-1,0	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Nienhagen	18.05.
26,87	+0,3	Martin, Johanna	2004	Garbsener SC	Braunschweig	18.06.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	57,36	Amaadacho, Yasmin	2003	Garbsener SC	
Bezirksrekord:	53,56	Müller, Inga Maria	1990	LG Hannover	04.07.2009
59,95	Drath, Delphine	2005	TK zu Hannover	Verden	10.06.
60,29	Heygster, Samira	2005	FTSV Jahn Brinkum	Minden	24.06.
60,55	Hüsig, Paula	2005	VfL Eintracht Hannover	Verden	10.06.
61,05	Meyer, Victoria	2005	LG Weserbergland	Verden	10.06.
61,77	Petersen, Sophie	2005	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	17.06.
62,52	Günther, Annabelle	2004	TSV Neustadt	Verden	10.06.
62,79	Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadtoldendorf	Garbsen	07.05.
64,10	Dörrie, Charlotte	2005	TKJ Sarstedt	Alfeld	29.04.
67,92	Colsmann, Jasmin	2004	TKJ Sarstedt	Alfeld	29.04.
73,74	Globke, Celina Sophie	2004	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	07.05.

Weibliche Jugend U20

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:20,0	Piech, Finnja	2004	TSV Brunkensen	
Bezirksrekord:	2:07,54	Lenz, Anke	1969	VfV Hildesheim	27.07.1986
2:15,35	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Rostock	21.07.
2:18,87	Piech, Finnja	2004	TSV Brunkensen	Lübeck	25.06.
2:22,07	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Berlin	15.07.
2:35,70	Meyer, Victoria	2005	LG Weserbergland	Stuhr	23.09.
2:36,63	Hubert, Nele	2005	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
2:40,18	Schuba, Ruth	2005	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	22.04.
2:40,96	Günther, Annabelle	2004	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
2:44,09	Siafakas, Elisa-Sofia	2004	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
2:44,98	Schneider, Milena	2005	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	22.04.
2:46,67	Globke, Celina Sophie	2004	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:44,03	Lehmann, Charlotte Pauline	2003	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	4:28,20	Vogelgesang, Lisa	1999	Eintracht Hildesheim	02.06.2018
4:49,30	Piech, Finnja	2004	TSV Brunkensen	Rostock	21.07.
5:53,64	Schuba, Ruth	2005	VfL Bad Nenndorf	Minden	24.06.
6:23,15	Reinecke, Amelie Marie	2005	VfL Bad Nenndorf	Minden	24.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	11:16,33	Baule, Amelie	2004	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	9:29,39	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	12.06.2021
10:58,63	Funck, Ronja	2004	Hannover 96	Melle	19.05.
11:50,00	Hülss, Lina Marie	2004	FTSV Jahn Brinkum	Verden	11.06.
12:26,89	Schneider, Milena	2005	VfL Bad Nenndorf	Wunstorf	24.05.
14:07,93	Reinecke, Amelie Marie	2005	VfL Bad Nenndorf	Wunstorf	24.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	19:52,53	Baule, Amelie	2004	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	16:20,13	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	19.06.2021
20:42,69	Hülss, Lina Marie	2004	FTSV Jahn Brinkum	Sarstedt	25.06.
21:55,39	Schuba, Ruth	2005	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.
22:12,99	Schneider, Milena	2005	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.

10 km Str.

Bestl. 2022:	44:09	Hülss, Lina Marie	2004	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	34:33	Stahl, Jasmina	2002	Hannover 96	31.10.2021
51:52	Marscholik, Marie	2005	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

Weibliche Jugend U20

100 m Hürden 0.838m

Bestl. 2022:	13,45	Krebs, Naomi	2003	Hannover 96	
Bezirksrekord:	13,45	Krebs, Naomi	2003	Hannover 96	28.05.2022
14,72	+0,2	Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadtoldendorf	Zeven 27.05.
14,91	+0,3	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Berlin 14.07.
16,18	+0,2	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Edemissen 06.05.
16,71	+0,3	Günther, Annabelle	2004	TSV Neustadt	Wunstorf 01.07.
17,07	-1,3	Brüning, Jelka	2007	TSV Asendorf	Verden 11.06.
17,33	+0,2	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen 06.05.

400 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	59,91	Amaadacho, Yasmin	2003	Garbsener SC	
Bezirksrekord:	56,97	Müller, Inga Maria	1990	LG Hannover	28.06.2009
64,05		Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Hannover 13.05.
64,58		Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadtoldendorf	Bad Harzburg 01.05.
70,94		Günther, Annabelle	2004	TSV Neustadt	Hannover 13.05.
76,22		Steingräber, Susan	2004	MTV 49 Holzminden	Bad Harzburg 01.05.

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	49,30	LG Weserbergland		
Bezirksrekord:	46,82	LG Weserbergland		16.07.2000
48,63		VfL Eintracht Hannover		Verden 11.06.
		Waldkirch, Charlotte (2006); Fischer, Luna (2007); Hüsig, Paula (2005); Alipoé, Jeanne (2005)		
49,97		Eintracht Hildesheim		Verden 11.06.
		Husemann, Helene (2008); Köksal, Leyla (2007); Lüdemann, Marike (2004); Falkenstein, Frida (2007)		
51,42		TKJ Sarstedt		Hildesheim 21.05.
		Knaust, Lucie (2007); Dörrie, Charlotte (2005); Bösel, Mavie (2007); Hebel, Neele (2006)		
54,17		LG Weserbergland		Hameln 04.06.
		Schmidt, Sofie (2005); Doering, Ada (2004); Henschel, Annika (2005); Tchervov, Tamara (2007)		
54,25		MTV 49 Holzminden		Garbsen 07.05.
		Süßmilch, Lucy (2006); Moszczynski, Pia (2004); Steingräber, Susan (2004); Grupe, Sarah (2005)		
54,41		StG Aller-Leine-Sprinter		Garbsen 16.04.
		Amaadacho, Maryam (2005); Teuscher, Vivien (2006); Gesch, Lara (2009); Stäbner, Marie (2006)		
54,41		TuS Altwarmbüchen		Garbsen 07.05.
		Müller, Celina (2006); Bewer, Caroline (2004); Sibbertsen, Clara (2007); Liebmann, Mia (2004)		

Weibliche Jugend U20

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,73	Ludwig, Sophia	2004	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1,85	Hahn, Gabriele	1959	LG Hannover	10.09.1977
1,66	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Berlin	14.07.
1,52	Globke, Celina Sophie	2004	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	03.06.
1,48	Hilla, Emma-Marie	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Hildesheim	21.05.
1,45	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Hildesheim	21.05.
1,40	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
1,40	Schlote, Lena	2004	SG Bredenbeck-Holtensen	Peine	03.06.
1,40	Günther, Annabelle	2004	TSV Neustadt	Oldenburg	24.09.
1,36	Dörrie, Charlotte	2005	TKJ Sarstedt	Sarstedt	03.06.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	3,20	Moszczynski, Pia	2004	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	4,15	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	13.06.2009
3,10	Moszczynski, Pia	2004	MTV 49 Holzminden	Lübeck	25.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,88	Pischke, Emily	2004	Hannover 96	
Bezirksrekord:	6,34	Göhre, Brigitte	1953	LG Hannover	00.00.1971
5,70	+0,7	Ludwig, Sophia	2004	Hannover 96	Garbsen 07.05.
5,40	-1,2	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Verden 11.06.
5,22	-1,5	Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadtoldendorf	Verden 11.06.
5,00	+0,3	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Garbsen 01.05.
4,95	-0,4	Doering, Ada	2004	LG Weserbergland	Hameln 04.06.
4,81	+0,1	Hubert, Nele	2005	VfL Eintracht Hannover	Hannover 05.07.
4,74	+1,1	Petersen, Sophie	2005	Eintracht Hildesheim	Wunstorf 01.07.
4,71	+0,0	Pranschke, Luisa	2004	TKJ Sarstedt	Oldenburg 24.09.
4,70	+0,9	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Peine 03.06.
4,68	-0,8	Pischke, Emily	2004	Hannover 96	Braunschweig 18.06.

Dreisprung

Bestl. 2022:	12,76	Pischke, Emily	2004	Hannover 96	
Bezirksrekord:	13,16	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	03.07.2010
12,52	+0,0	Ludwig, Sophia	2004	Hannover 96	Rostock 21.07.
12,01	+0,0	Plesse, Meret Marie	2005	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig 17.06.
11,48	-0,1	Pischke, Emily	2004	Hannover 96	Berlin 27.05.

Weibliche Jugend U20

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	11,87	Neitz, Sarah	2003	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	14,29	Bormann, Christin	1994	TSV Asendorf	27.07.2013
11,85	Globke, Celina Sophie	2004	VfL Eintracht Hannover	Lübeck	24.06.
11,42	Stahl, Nele Lauryn	2005	Rukeli Trollmann e. V.	Hamburg	18.06.
11,26	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Hannover	07.07.
9,96	Schmidt, Anna	2005	VfL Eintracht Hannover	Hannover	23.09.
9,79	Moszczyński, Pia	2004	MTV 49 Holzminden	Stadthagen	07.10.
9,40	Stichnoth, Lucia Marie	2005	VSV Rössing	Sarstedt	22.04.
8,87	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	01.07.
7,65	Colsmann, Jasmin	2004	TKJ Sarstedt	Oldenburg	24.09.
7,63	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
7,07	Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	Oldenburg	24.09.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	34,57	Neitz, Sarah	2003	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	42,90	Göbel, Christine	1962	TSV Burgdorf	13.09.1980
40,61	Stahl, Nele Lauryn	2005	Rukeli Trollmann e. V.	Hamburg	18.06.
36,43	Globke, Celina Sophie	2004	VfL Eintracht Hannover	Göttingen	30.09.
25,30	Moszczyński, Pia	2004	MTV 49 Holzminden	Stadthagen	07.10.
17,95	Liebmänn, Mia	2004	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
15,76	Bluhm, Marie-Sophie	2004	TSV Warzen	Uslar	19.08.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	28,14	Bewer, Caroline	2004	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	51,19	Martin, Sandy-Marlen	1985	LG Hannover	16.08.2003
18,46	Liebmänn, Mia	2004	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	45,56	Quednau, Veronique	2003	Rukeli Trollmann e. V.	
Bezirksrekord:	53,15	Ladewig, Jana	1981	LG Hannover	19.08.2000
33,64	Globke, Celina Sophie	2004	VfL Eintracht Hannover	Göttingen	30.09.
33,07	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Hildesheim	21.05.
32,71	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Berlin	15.07.
27,77	Fasold, Nele	2004	TV 87 Stadthagen	Hannover	13.05.
27,44	Moszczyński, Pia	2004	MTV 49 Holzminden	Stadthagen	07.10.
25,96	Bewer, Caroline	2004	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
21,87	Liebmänn, Mia	2004	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
21,43	Matthiesen, Tabea	2005	MTV Eintracht Borsum	Minden	24.06.
19,56	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Edemissen	07.05.
17,46	Bluhm, Marie-Sophie	2004	TSV Warzen	Uslar	20.08.

Weibliche Jugend U20

4-Kampf

100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m

Bestl. 2022: 2.533 Fasold, Nele 2004 LG Weserbergland
Bezirksrekord: 3.548 Schwerdtner, Maren 1985 LG Hannover 05.06.2004

2.314	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
	16,18(+0,2)-1,40-7,63-26,72(+1,3)				
1.992	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	06.05.
	17,33(+0,2)-1,44-7,74-29,83(+1,3)				

7-Kampf

100m H.-Hoch-Kugel (4kg)-200m-Weit-Speer (600g)-800m

Bestl. 2022: 4.285 Fasold, Nele 2004 LG Weserbergland
Bezirksrekord: 5.673 Siemer, Lara 2002 Rukeli Trollmann e. V. 20.08.2021

4.959	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	Berlin	14.07./
	14,91(+0,3)-1,66-11,17-27,10(-2,4)/5,38(+0,6)-32,71-2:22,07				15.07.
3.218	Thomas, Madita	2005	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	06.05./
	17,33(+0,2)-1,44-7,74-29,83(+1,3)/4,55(+1,0)-30,89-3:08,24				07.05.

Weibliche Jugend U18

100 m Lauf

Bestl. 2022: 12,11 Waldkirch, Charlotte 2006 VfL Eintracht Hannover
Bezirksrekord: 11,5 Leinemann, Birgit 1968 TKJ Sarstedt 01.01.1984

12,34	+0,8	Fischer, Luna	2007	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
12,44	+2,0	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Braunschweig	17.06.
12,53	+0,6	Waldkirch, Charlotte	2006	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	24.05.
12,62	+1,5	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
12,78	+2,0	Köksal, Leyla	2007	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	17.06.
12,79	+0,8	Jakob, Thede	2006	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
12,80	+2,0	Fink, Carla Camilla	2007	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig	17.06.
12,94	+0,7	Kammann, Adina	2007	TSV Asendorf	Verden	10.06.
13,06	+0,1	Falkenstein, Frida	2007	Eintracht Hildesheim	Zeven	27.05.
13,06	+2,0	Illig, Ella Florentine	2007	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022: 25,60 Fischer, Luna 2007 VfL Eintracht Hannover
Bezirksrekord: 23,84 Freese, Anna-Lena 1994 FTSV Jahn Brinkum 09.07.2011

24,88	+1,3	Fischer, Luna	2007	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
25,53	+0,2	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Filderstadt-Bernh.	20.05.
26,10	+0,6	Waldkirch, Charlotte	2006	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	24.05.
26,19	+1,5	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Filderstadt-Bernh.	20.05.
26,44	+0,9	Falkenstein, Frida	2007	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	18.06.
26,66	+1,0	Fink, Carla Camilla	2007	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig	18.06.
26,70	+0,5	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	Stuhr	23.09.
26,84	+1,0	Kammann, Adina	2007	TSV Asendorf	Braunschweig	18.06.
27,45	+0,7	Dierks, Vivian	2006	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	18.06.
27,60	-1,9	Windmüller, Franka	2006	LG Neustadt Nord	Garbsen	07.05.

Weibliche Jugend U18

400 m Lauf

Bestl. 2022:	60,79	Wegener, Marlene	2006	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	55,47	Fischer, Luna	2007	VfL Eintracht Hannover	22.07.2023
55,47	Fischer, Luna	2007	VfL Eintracht Hannover	Rostock	22.07.
58,50	Windmüller, Franka	2006	LG Neustadt Nord	Braunschweig	17.06.
59,81	Falkenstein, Frida	2007	Eintracht Hildesheim	Verden	10.06.
61,82	Kammann, Adina	2007	TSV Asendorf	Lübeck	24.06.
62,87	Wagener, Jette	2006	TSV Brunkensen	Braunschweig	17.06.
63,02	Dierks, Vivian	2006	VfL Eintracht Hannover	Verden	10.06.
66,58	Haas, Pauline Anouk	2007	TB Stöcken	Edemissen	28.05.
66,81	Jarilin, Darja	2007	VfV Hildesheim	Wunstorf	01.07.
66,94	Fink, Carla Camilla	2007	SG Bredenbeck-Holtensen	Einbeck	03.09.
75,09	Matthiesen, Lea	2007	MTV Eintracht Borsum	Minden	24.06.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:18,51	Amaadacho, Maryam	2005	Garbsener SC	
Bezirksrekord:	2:12,45	Mewes, Gwendolyn	1984	LG Hannover	16.06.2001
2:15,13	Windmüller, Franka	2006	LG Neustadt Nord	Hannover	13.05.
2:19,08	Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	Sarstedt	03.06.
2:22,82	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Hannover	03.09.
2:23,55	Wagener, Jette	2006	TSV Brunkensen	Braunschweig	03.06.
2:25,85	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Filderstadt-Bernh.	21.05.
2:27,45	Linschmann, Leni	2007	VfL Eintracht Hannover	Löningen	28.06.
2:37,18	Battermann, Paula	2006	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
2:38,10	Kammann, Adina	2007	TSV Asendorf	Garbsen	25.07.
2:38,49	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Papenburg	14.05.
2:40,32	Blume, Johanna	2007	TuS Bothfeld	Braunschweig	18.06.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:56,77	Vogelgesang, Inka	2006	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	4:33,40	Vogelgesang, Lisa	1999	Eintracht Hildesheim	02.07.2016
4:53,76	Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	Verden	10.06.
4:57,78	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	Garbsen	07.05.
4:58,54	Steg, Jette Florentin	2008	LG Neustadt Nord	Wunstorf	01.07.
5:04,28	Steege, Carlotta	2008	VfL Eintracht Hannover	Zeven	27.05.
5:12,04	Borth, Florentine	2008	TS Großburgwedel	Wunstorf	01.07.
5:17,22	Battermann, Paula	2006	VfL Eintracht Hannover	Zeven	27.05.
5:30,09	Weiser, Julia	2006	LG Neustadt Nord	Garbsen	07.05.
5:34,06	Blume, Johanna	2007	TuS Bothfeld	Braunschweig	17.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	11:14,65	Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	9:45,83	Stahl, Jasmina Nanette	2002	Hannover Athletics	29.05.2019
12:09,62	Weiser, Julia	2006	LG Neustadt Nord	Wunstorf	24.05.
12:33,77	Blume, Johanna	2007	TuS Bothfeld	Bad Harzburg	01.05.

Weibliche Jugend U18

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	23:00,8	Lange, Alina	2006	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	18:07,47	Dreißigacker, Ulrike	1984	LG Hannover	11.07.2001
25:41,97	Schaper, Lilli Marie	2007	VT Rinteln	Stadthagen	09.09.

10 km Str.

Bestl. 2022:	47:07	Lange, Alina	2006	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	40:53	Krause, Katja	1992	LG Hannover	22.03.2009
50:18	Schaper, Lilli Marie	2007	VT Rinteln	Uelzen	16.04.

100 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	14,11	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	13,70	Schwerdtner, Maren	1985	LG Hannover	15.06.2001
13,86	+1,4	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Braunschweig 18.06.
14,31	+1,9	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Filderstadt-Bernh. 20.05.
14,93	-1,0	Felix, Sydney	2007	VfL Eintracht Hannover	Hannover 21.06.
15,55	+1,0	Scholl, Lara	2006	TuS Wettbergen	Lübeck 25.06.
15,57	-0,3	Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	Hildesheim 21.05.
15,65	+0,2	Fink, Carla Camilla	2007	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig 18.06.
15,83	+0,2	Waldkirch, Charlotte	2006	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig 29.04.
16,17	-0,4	Riekert, Evi	2006	TuS Bothfeld	Braunschweig 18.06.
16,45	-0,6	Brüning, Jelka	2007	TSV Asendorf	Lübeck 25.06.
16,58	+0,0	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	Bad Bevensen 08.07.

400 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	62,38	Steinbrecher, Emmy Lisanne	2006	Rukeli Trollmann e. V.	
Bezirksrekord:	61,54	Gebauer, Anne	2002	VfL Eintracht Hannover	20.07.2019
65,04		Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Hannover 13.05.
66,18		Falkenstein, Frida	2007	Eintracht Hildesheim	Rostock 22.07.
67,06		Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	Sarstedt 20.08.
73,58		Reinert, Isa Mariann	2006	TV 87 Stadtoldendorf	Bad Harzburg 01.05.
77,66		Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Sarstedt 20.08.

2000 m Hindernis 0.762m

Bestl. 2022:	7:29,91	Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	5:31,58	Radtke, Franziska	1984	LG Hannover	08.07.2001
7:15,09		Hebel, Neele	2006	TKJ Sarstedt	Rostock 21.07.

Weibliche Jugend U18

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	47,89	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	47,62	LG Weserbergland	14.07.2000
47,86	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	17.06.
	Waldkirch, Charlotte (2006); Fischer, Luna (2007); Humphrey, Karla (2007); Jakob, Thede (2006)		
50,44	StG Brinkum-Asendorf	Syke	27.08.
	Ehlers, Leila (2009); Gurka, Lena Isabel (2007); Kammann, Adina (2007); Michelmann, Lynn (2008)		
52,72	StG Aller-Leine-Sprinter	Garbsen	07.05.
	Schröder, Maribell (2008); Geweke, Kimberly (2008); Gesch, Lara (2009); Bolk, Marie (2009)		
53,51	TuS Bothfeld	Zeven	28.05.
	Schütz-Grönke, Amy (2008); Kacou, Emma (2009); Riekert, Evi (2006); Blume, Johanna (2007)		
54,68	TuS Wettbergen	Hannover	29.04.
	Wilbertz, Ilaria (2007); Tschirner, Theresa (2006); Oppermann, Angelina (2007); Scholl, Lara (2006)		
54,88	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
	Meyer, Katharina (2008); Schütte, Amelie (2008); Macierzynski, Olivia (2007); Bocian, Laura (2008)		
55,09	Post-SV Stadthagen	Stadthagen	23.06.
	Thomsen, Nina Malou (2007); Schommerloh, Lara (2002); Nerge, Angelina (2002); Stöber, Julia (1998)		
55,94	TK Berenbostel	Wunstorf	01.07.
	Görges, Antonia (2007); Feit, Lea (2007); Ambaum, Mia-Jil (2007); Fischer, Michelle (2009)		
56,86	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Edemissen	26.08.
	Engler, Zoe (2006); Engler, Yara (2009); Rudolph, Lena (2008); Schindler, Sunja (2009)		
57,12	TuS Niedernwöhren	Stadthagen	23.06.
	Tilgner, Meja (2006); Schommerloh, Florian (2004); Tilgner, Carlotta (2006); Völkening, Finn Hendrik (2006)		

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022:	8:35,47	VfL Bad Nenndorf	
Bezirksrekord:	6:45,82	LG Hannover	02.07.1995
8:26,91	StG Brinkum-Asendorf	Syke	27.08.
	Ehlers, Leila (2009); Kammann, Adina (2007); Pieper, Friederike (2008)		

Weibliche Jugend U18

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,64	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	1,82	Brodersen, Deborah	1993	LG Weserbergland	05.06.2010
Bezirksrekord:	1,82	Schulze-Borges, Antonia	1982	LG Hannover	05.06.1999

1,71	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
1,68	Gantert, Dorothea	2006	SpVg Laatzen	Ash Grove (USA)	31.03.
1,63	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Hannover	02.09.
1,60	Härke, Klara	2007	MTV 49 Holzminden	Löningen	28.06.
1,56	Teuscher, Vivien	2006	Garbsener SC	Garbsen	01.05.
1,52	Brungart, Angelina	2006	TWG Nienstadt/Sülbeck	Sarstedt	03.06.
1,50	Haas, Pauline Anouk	2007	TB Stöcken	Garbsen	07.05.
1,48	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05.
1,48	Bösel, Mavie	2007	TKJ Sarstedt	Löningen	28.06.
1,48	Brüning, Jelka	2007	TSV Asendorf	Delmenhorst	14.07.
1,48	Pohl, Amelie	2007	TWG Nienstadt/Sülbeck	Stadthagen	09.09.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	3,40	Unverzagt, Tanja	2006	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	4,11	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	02.07.2008

3,61	Härke, Klara	2007	MTV 49 Holzminden	Beckum	10.09.
3,61	Unverzagt, Tanja	2006	MTV 49 Holzminden	Beckum	10.09.
3,33	Rathmann, Lilly	2007	MTV 49 Holzminden	Holzminden	27.05.
3,20	Klinzmann, Jolina	2006	Hannover 96	Lübeck	24.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,64	Alipoé, Jeanne	2005	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	6,25	Onnen, Maie	1988	LG Hannover	22.05.2005

5,85	+0,0	Waldkirch, Charlotte	2006	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	29.04.
5,70	+0,9	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Sarstedt	03.06.
5,35	+0,0	Felix, Sydney	2007	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	29.04.
5,32	+0,0	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig	29.04.
5,24	+0,5	Scholl, Lara	2006	TuS Wettbergen	Braunschweig	17.06.
5,22	+0,3	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	Sarstedt	03.06.
5,10	+0,0	Härke, Klara	2007	MTV 49 Holzminden	Löningen	28.06.
5,07	+0,0	Illig, Ella Florentine	2007	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
5,02	+0,7	Lenz, Nina	2006	TuS Sulingen	Burgdorf	29.04.
4,97	+0,2	Gantert, Dorothea	2006	SpVg Laatzen	Wunstorf	01.07.

Dreisprung

Bestl. 2022:	11,51	Plesse, Meret Marie	2005	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	13,13	Eckhardt, Neele	1992	TSV Asendorf	01.06.2009

11,36	+0,8	Felix, Sydney	2007	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
10,11	+0,4	Riekert, Evi	2006	TuS Bothfeld	Braunschweig	18.06.

Weibliche Jugend U18

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022: 13,36 Stahl, Nele Lauryn 2005 Rukeli Trollmann e. V.
 Bezirksrekord: 15,82 Klisch, Josefina 2001 Hannover 96 27.05.2018

13,65	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Braunschweig	17.06.
11,42	Ritter, Jana	2006	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	16.09.
11,02	Reinert, Isa Mariann	2006	TV 87 Stadtoldendorf	Sarstedt	16.09.
10,56	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Filderstadt-Bernh.	20.05.
10,29	Feit, Lea	2007	TK Berenbostel	Stadthagen	07.10.
9,71	Brungart, Angelina	2006	TWG Nienstadt/Sülbeck	Sarstedt	03.06.
9,51	Ambaum, Mia-Jil	2007	TK Berenbostel	Stadthagen	07.10.
9,35	Bösel, Mavie	2007	TKJ Sarstedt	Löningen	28.06.
9,06	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05.
8,99	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	Sarstedt	22.04.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022: 39,07 Stahl, Nele Lauryn 2005 Rukeli Trollmann e. V.
 Bezirksrekord: 40,08 Schwarze, Roswitha 1945 FSV Sarstedt 11.08.1962

28,55	Feit, Lea	2007	TK Berenbostel	Wunstorf	01.07.
28,41	Ritter, Jana	2006	VfL Eintracht Hannover	Stadthagen	07.10.
27,61	Unverzagt, Tanja	2006	MTV 49 Holzminden	Uslar	15.04.
26,24	Lenz, Saskia	2006	TuS Sulingen	Delmenhorst	04.06.
25,09	Wilbertz, Ilaria	2007	TuS Wettbergen	Hannover	01.06.
24,23	Brungart, Angelina	2006	TWG Nienstadt/Sülbeck	Minden	24.06.
23,18	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Edemissen	15.04.
21,60	Ambaum, Mia-Jil	2007	TK Berenbostel	Stadthagen	07.10.
21,59	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Edemissen	15.04.
19,76	Popielas, Caja	2007	MTV Eintracht Borsum	Minden	24.06.

Hammerwurf 3 kg

Bestl. 2022: 23,40 Schippert, Antonia 2005 TuS Altwarmbüchen
 Bezirksrekord: 51,19 Besch, Julia 1999 VfR Evesen 15.02.2015

22,73	Müller, Celina	2006	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.
-------	----------------	------	-------------------	---------------	--------

Speerwurf 500 g

Bestl. 2022: 41,00 Plesse, Meret Marie 2005 VfL Eintracht Hannover
 Bezirksrekord: 45,54 Wölfer, Savanna-Sara 2007 TK zu Hannover 21.05.2023

45,54	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Filderstadt-Bernh.	21.05.
36,57	Lenz, Saskia	2006	TuS Sulingen	Delmenhorst	04.06.
32,90	Unverzagt, Tanja	2006	MTV 49 Holzminden	Recklinghausen	29.05.
31,94	Härke, Klara	2007	MTV 49 Holzminden	Hannover	17.05.
30,39	Brungart, Angelina	2006	TWG Nienstadt/Sülbeck	Stadthagen	07.10.
30,17	Felix, Sydney	2007	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
29,81	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Papenburg	14.05.
28,94	Rüth, Lina Zoé	2006	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.
28,26	Wilbertz, Ilaria	2007	TuS Wettbergen	Garbsen	01.05.
27,93	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	Hildesheim	21.05.

Weibliche Jugend U18

4-Kampf

100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m

Bestl. 2022: 3.195 Alipoé, Jeanne 2005 VfL Eintracht Hannover
Bezirksrekord: 3.227 Schulze-Borges, Antonia 1982 LG Hannover 03.09.1999

3.170	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Filderstadt-Bernh.	20.05.
	14,31(+1,9)-1,68-10,56-25,53(+0,2)				
3.010	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Filderstadt-Bernh.	20.05.
	14,38(+1,2)-1,52-11,98-26,19(+1,5)				
2.176	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05.
	17,22(+1,8)-1,48-9,06-29,24(+0,2)				
2.119	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	Bad Bevensen	08.07.
	16,58(+0,0)-1,40-7,63-28,57(+0,0)				
1.983	Illig, Ella Florentine	2007	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	06.05.
	17,70(+0,1)-1,36-7,41-27,99(+1,3)				
1.918	Wilbertz, Ilaria	2007	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05.
	17,43(+0,0)-1,28-8,84-29,39(+2,1)				
1.660	Oppermann, Angelina	2007	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05.
	17,83(+1,2)-1,24-6,94-30,13(+2,4)				

7-Kampf

100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m-Weit-Speer (500g)-800m

Bestl. 2022: 5.074 Alipoé, Jeanne 2005 VfL Eintracht Hannover
Bezirksrekord: 5.388 Wölfer, Savanna-Sara 2007 TK zu Hannover 02.09.2023

5.388	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	Hannover	02.09./ 03.09.
	14,10(+0,1)-1,63-13,18-26,21(+0,0)/5,31(+0,1)-41,90-2:22,82				
4.903	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	Filderstadt-Bernh.	20.05./ 21.05.
	14,31(+1,9)-1,68-10,56-25,53(+0,2)/5,25(+0,6)-23,77-2:25,85				
3.693	Tschirner, Theresa	2006	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05./ 14.05.
	17,22(+1,8)-1,48-9,06-29,24(+0,2)/4,60(+0,0)-29,81-2:38,49				
3.665	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	Bad Bevensen	08.07./ 09.07.
	16,58(+0,0)-1,40-7,63-28,57(+0,0)/5,10(+0,1)-26,78-2:42,63				
3.117	Wilbertz, Ilaria	2007	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05./ 14.05.
	17,43(+0,0)-1,28-8,84-29,39(+2,1)/4,22(+0,0)-23,53-2:47,94				
3.002	Illig, Ella Florentine	2007	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	06.05./ 07.05.
	17,70(+0,1)-1,36-7,41-27,99(+1,3)/4,48(+0,8)-9,60-2:46,83				
2.819	Oppermann, Angelina	2007	TuS Wettbergen	Papenburg	13.05./ 14.05.
	17,83(+1,2)-1,24-6,94-30,13(+2,4)/4,22(+0,0)-24,09-2:52,82				

7-Kampf Ma.

100m H.-Hoch-Kugel (3kg)-200m-Weit-Speer (500g)-800m

Bezirksrekord: 14.528 LG Hannover 29.08.1998

9.629	TuS Wettbergen			Papenburg	13.05./ 14.05.
	Tschirner, Theresa (2006) - 3.693; Wilbertz, Ilaria (2007) - 3.117; Oppermann, Angelina (2007) - 2.819				

Männliche Jugend U16

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	48,87	LG Weserbergland		
Bezirksrekord:	46,49	TuS Bothfeld		06.08.2016
48,23	LG Weserbergland	Hamburg	17.06.	
	Meyer, Lukas (2008); Lück, Jakob (2008); Benze, Tarik (2008); Schütte, Mario (2008)			
49,19	TuS Altwarmbüchen	Verden	10.06.	
	Hirsch, Marlon (2008); Will, Lucas (2008); Sibbertsen, Benedict (2009); Kazancev, Bogdan (2008)			
49,98	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.	
	Weppler, Maximilian (2009); Thume, Oskar (2008); Cherkeh, Leo (2009); Lucas, Max (2009)			
51,29	StG Aller-Leine-Sprinter	Garbsen	01.05.	
	Leske, Tyler (2010); Zentarra, Liam (2010); Wilke, Mattis Emil (2010); Ahrenshop, Henry (2009)			
52,41	TSV Neustadt	Garbsen	01.05.	
	Schichta, Lucas (2008); Bruse, Konstantin (2008); Pirrong, Julien (2008); Adam, Lasse (2009)			
52,92	TuS Bothfeld	Verden	10.06.	
	Mewes, Flynn Mio (2009); Klein, Nelio (2009); Hirschner, Mika (2009); Teske, Jacob Carl (2008)			

3 x 1000 m Staffel

Bezirksrekord:	8:31,7	TV 87 Stadtoldendorf		28.05.1991
9:08,74	Eintracht Hildesheim	Papenburg	14.05.	
	Hersel, Raphael (2008); Euskirchen, Paul (2009); Jancke, Moritz (2009)			

3-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (4kg)				
Bestl. 2022:	6.693	LG Eimbeckh./Messenk.		
Bezirksrekord:	7.215	MTV 49 Holzminden		15.09.2012
6.994	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.	
	Weppler, Maximilian (2009) - 1.560; Albers, Quentin (2009) - 1.536; Linschmann, Jan (2009) - 1.374 Kulp, Christian (2009) - 1.301; Cherkeh, Leo (2009) - 1.223			

4-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch				
Bestl. 2022:	9.727	LG Weserbergland		
Bezirksrekord:	10.241	LG Weserbergland		07.05.2006
9.203	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.	
	Weppler, Maximilian (2009) - 2.029; Albers, Quentin (2009) - 2.025; Linschmann, Jan (2009) - 1.903 Cherkeh, Leo (2009) - 1.650; Kulp, Christian (2009) - 1.596			
7.782	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06.	
	Nohr, Vincent (2010) - 1.741; Hirschner, Mika (2009) - 1.634; Teske, Jacob Carl (2008) - 1.542 Liersch, Jonas (2010) - 1.452; Mewes, Flynn Mio (2009) - 1.413			

Männliche Jugend U16

9-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-80m H.-Diskus (1kg)-Stab-Speer (600g)-1000m

Bezirksrekord:	14.973	LC Hansa Stuhr	19.08.2017
13.562	VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09.02.09.
Albers, Quentin (2009) - 4.615; Weppler, Maximilian (2009) - 4.480; Linschmann, Jan (2009) - 4.467			

Block Mannschaft

Bestl. 2022:	12.380	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	13.066	LC Hansa Stuhr	11.06.2017
12.486	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
Albers, Quentin (2009) - 2.709; Weppler, Maximilian (2009) - 2.706; Linschmann, Jan (2009) - 2.453; Cherkeh, Leo (2009) - 2.362; Kulp, Christian (2009) - 2.256			

Jugend M15

100 m Lauf

Bestl. 2022:	12,11	Dierks, Tim	2007	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	11,37	Ahrens, Joel	2003	Eintracht Hildesheim	14.07.2018
11,66	-1,0	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Verden 10.06.
11,95	+0,8	Joos, Michael	2008	SC Langenhagen	Verden 10.06.
12,19	-0,4	Barth, Samuel	2008	TuS Bothfeld	Hamburg 17.06.
12,48	+0,0	Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Stuhr-Moordeich 06.05.
12,48	-0,2	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf 01.07.
12,54	-0,2	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf 01.07.
12,57	+1,8	Kruppa, Timon	2008	SC Langenhagen	Hameln 04.06.
12,61	-0,1	Nothdurft, Adrian	2008	VfL Eintracht Hannover	Hannover 13.05.
12,61	+0,8	Müller, Ole	2008	TS Großburgwedel	Verden 10.06.
12,63	+2,0	van Wieren, Gerek	2008	Post-SV Stadthagen	Stadthagen 23.06.

300 m Lauf

Bestl. 2022:	38,32	Bieker, Elias Felice	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	35,72	Juretzko, Alexander	1990	Holtorfer SV	14.08.2005
39,07		Barth, Samuel	2008	TuS Bothfeld	Verden 11.06.
39,48		Kruppa, Timon	2008	SC Langenhagen	Verden 11.06.
39,98		Joos, Michael	2008	SC Langenhagen	Wunstorf 24.05.
40,38		Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Hamburg 18.06.
40,51		Bruse, Konstantin	2008	TSV Neustadt	Hannover 13.05.
40,59		Müller, Ole	2008	TS Großburgwedel	Wunstorf 01.07.
41,04		Bosch-Klages, Pau	2008	TuS Wunstorf	Verden 11.06.
41,05		Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Hamburg 18.06.
41,32		Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Stuhr-Moordeich 06.05.
41,33		Viole, Marvin	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Verden 11.06.

Jugend M15

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:07,34	Ulbrich, Lukas	2007	DJK Blau Weiß Hildesheim	
Bezirksrekord:	1:58,55	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	18.05.2002
2:14,24	Krüger, Konrad	2008	SG Rodenberg	Verden	11.06.
2:15,40	Funke, Jakob	2008	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.
2:17,41	Barth, Samuel	2008	TuS Bothfeld	Hamburg	18.06.
2:18,58	Hersel, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	03.06.
2:20,72	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt	20.08.
2:28,30	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Oldenburg	24.09.
2:30,69	Butterbrodt, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	03.06.
2:32,90	Borrmann, Josef	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	24.05.
2:33,07	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
2:40,34	Ahrens, Marvin	2008	TSV Bemerode	Edemissen	28.05.

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	6:58,39	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	5:56,55	Haller, Markus	1980	TWG Nienstadt/Sülbeck	24.09.1995
6:58,34	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Fallersleben	16.09.
8:01,9	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	10:25,27	Kattner, Jonte	2007	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	8:57,7	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	28.04.2002
10:35,35	Funke, Jakob	2008	SC Langenhagen	Wunstorf	24.05.
10:44,02	Hersel, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	Verden	10.06.
13:04,34	Ahrens, Marvin	2008	TSV Bemerode	Sarstedt	03.06.

5 km Str.

Bestl. 2022:	18:43	Lecher, Paul	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	16:05	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	08.09.2002
18:04	Hersel, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	Hasede	04.06.
19:58	Butterbrodt, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	Alfeld	03.10.

80 m Hürden 0.838m

Bestl. 2022:	11,97	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	10,53	Schöl, Stephan-Mark	1982	LG Hannover	16.08.1997
11,53	-1,8	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Fallersleben 16.09.
11,61	-0,2	Joos, Michael	2008	SC Langenhagen	Hamburg 09.09.
12,38	+0,0	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	Hamburg 18.06.
12,99	-1,0	Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Fallersleben 16.09.
13,27	-1,8	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Fallersleben 16.09.
13,32	+0,2	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Stuhr 03.06.
13,35	+0,2	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt 25.06.
13,52	-1,8	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Fallersleben 16.09.
14,57	+0,2	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Stuhr 03.06.
14,4		Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Burgdorf 19.04.

Jugend M15

300 m Hürden 0.838m

Bestl. 2022:	43,07	Ulbrich, Lukas	2007	DJK Blau Weiß Hildesheim	
Bezirksrekord:	40,54	Schwarzer, Helge	1985	LG Wennigsen/Egestorf	05.07.2000
41,96	Barth, Samuel	2008	TuS Bothfeld	Stuttgart	29.07.
43,68	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	Verden	10.06.
50,39	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Berlin	27.05.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,68	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	
Bestl. 2022:	1,68	Roel, Melvin	2007	LG Eimbeckh./Messenk.	
Bezirksrekord:	2,00	Fricke, Roman	1977	TV Bruchhausen-Vilsen	24.05.1992
1,80	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
1,74	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	Verden	10.06.
1,64	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
1,56	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
1,56	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt	24.06.
1,52	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Sarstedt	24.06.
1,52	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
1,48	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
1,48	Joos, Michael	2008	SC Langenhagen	Edemissen	26.08.
1,36	Kazancev, Bogdan	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
1,36	Patzelt, Jasper	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	2,85	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	4,40	Vukcevic, Luka	2001	MTV 49 Holzminden	09.07.2016
2,76	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Edemissen	26.08.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,71	Roel, Melvin	2007	LG Eimbeckh./Messenk.		
Bezirksrekord:	6,75	Lucya, Rafael	1978	LG Kirchdorf/Egestorf	05.09.1993	
6,38	+0,0	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Hamburg	09.09.
5,79	+0,6	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Hamburg	09.09.
5,59	+0,5	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Edemissen	26.08.
5,53	-1,0	Barth, Samuel	2008	TuS Bothfeld	Verden	11.06.
5,47	+0,0	Thume, Oskar	2008	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
5,36	-0,3	Joos, Michael	2008	SC Langenhagen	Edemissen	28.05.
5,32	-0,5	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Hannover	07.07.
5,18	-0,1	Bosch-Klages, Pau	2008	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
5,17	-0,1	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	Berlin	28.05.
4,99		Genth, Fabian	2008	FSV Sarstedt	Sarstedt	03.06.

Jugend M15

Dreisprung

Bestl. 2022:	12,44	Hirschner, Matti	2007	TuS Bothfeld	
Bezirksrekord:	13,47	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	09.09.2023
13,47	+0,1	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Hamburg 09.09.
12,34	+1,2	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	Bremen 18.05.
11,55	+0,2	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Baunatal 01.09.
10,53	+0,1	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Baunatal 01.09.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	13,16	Patzelt, Sebastian	2007	LG Eimbeckh./Messenk.	
Bezirksrekord:	18,31	Jevtovic, Dragan	1975	LT 85 in Hannover	07.07.1990
14,43		Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Hamburg 18.06.
12,06		Schmidt, Jonas	2008	VSV Rössing	Sarstedt 16.09.
10,80		Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Fallersleben 16.09.
10,74		Joos, Michael	2008	SC Langenhagen	Edemissen 28.05.
10,59		Krista, Maxim	2008	SC Langenhagen	Edemissen 28.05.
10,35		Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt 03.06.
10,32		Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Stuhr-Moordeich 06.05.
9,67		Patzelt, Jasper	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Sarstedt 16.09.
9,22		Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Hameln 21.05.
9,05		Ahrens, Marvin	2008	TSV Bernerode	Sarstedt 03.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	36,17	Gustafsson, Kjell	2007	TuS Wettbergen	
Bezirksrekord:	60,37	Mikhailor, Alexej	1996	Hannover 96	15.05.2011
51,96		Cherniakov, Evgeny	2008	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 22.04.
42,09		Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Verden 10.06.
35,56		Schmidt, Jonas	2008	VSV Rössing	Hannover 07.07.
32,43		Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt 25.06.
29,91		Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 06.09.
29,50		Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Fallersleben 16.09.
29,30		Patzelt, Jasper	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen 07.10.
27,36		Pirrong, Julien	2008	TSV Neustadt	Wunstorf 01.07.
24,03		Wengel, Dominik	2008	TSV Neustadt	Stuhr-Moordeich 06.05.
23,81		Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 06.09.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	16,63	Schulz, Leander	2007	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	75,82	Hilbig, Sören	2002	VfR Evesen	09.09.2017
39,12		Schmidt, Jonas	2008	VSV Rössing	Berlin-Zehlendorf 12.08.
31,79		Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 11.09.
27,88		Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen 11.09.
24,00		Kazancev, Bogdan	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 11.09.
22,80		Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 11.09.

Jugend M15

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	41,80	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	64,37	Teuteberg, Alexander	1992	Eintracht Hildesheim	01.09.2007
45,54	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
36,99	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Hildesheim	21.05.
36,67	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Stadthagen	07.10.
34,24	Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Hannover	23.09.
34,03	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
32,22	Genth, Fabian	2008	FSV Sarstedt	Hildesheim	21.05.
30,97	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
30,74	Thume, Oskar	2008	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
28,34	Barth, Samuel	2008	TuS Bothfeld	Hannover	23.09.
27,48	Patzelt, Jasper	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Sarstedt	16.09.

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	59,50	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	86,50	Kurka, Paul	1999	TSV Asendorf	26.07.2014
77,50	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
75,00	Risch, Niels Timon	2008	DJK Blau Weiß Hildesheim	Hannover	17.05.
61,00	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Fallersleben	16.09.
58,00	Matuschek, Tjard	2008	MTV Friesen Bakede	Bad Münder	16.09.
53,00	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
47,00	Hübner, Jonas	2008	LG Nienburg	Syke	27.08.
39,00	Kazancev, Bogdan	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
38,00	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)

Bestl. 2022:	1.621	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	1.803	Glänzer, Sebastian	1985	Post-SV Stadthagen	30.09.2000
1.544	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
	13,47(-0,7)-4,64(-0,2)-14,13				
1.492	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	12,70(+0,0)-5,40(-0,7)-9,22				
1.458	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	12,84(-0,7)-4,78(+0,0)-10,16				
1.437	Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Hannover	26.08.
	12,5-4,62-9,85				
1.423	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	12,79(+0,0)-5,00(+0,6)-8,75				
1.381	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt	07.05.
	13,52(+0,3)-4,54-10,32				
1.379	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	12,72(-0,7)-4,63(-0,1)-8,49				
1.261	Kazancev, Bogdan	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	13,49(-0,7)-4,67(+0,0)-7,32				
1.261	Viole, Marvin	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	06.05.
	13,22(+1,7)-4,40(-0,7)-7,47				
1.209	Hübner, Jonas	2008	LG Nienburg	Uchte	29.04.
	13,6(+0,1)-4,33(+0,1)-7,60				

Jugend M15

4-Kampf

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

Bestl. 2022:	2.240	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	2.540	Heilmann, Christian	1986	SV Alfeld	09.09.2001
2.080	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	12,70(+0,0)-5,40(-0,7)-9,22-1,72				
2.078	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Sarstedt	24.06.
	13,04(+1,9)-4,66(-1,5)-14,31-1,52				
1.920	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt	24.06.
	13,26(+1,9)-4,98(-0,4)-9,44-1,56				
1.892	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	12,79(+0,0)-5,00(+0,6)-8,75-1,48				
1.888	Hirsch, Marlon	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	12,72(-0,7)-4,63(-0,1)-8,49-1,56				
1.885	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	12,84(-0,7)-4,78(+0,0)-10,16-1,40				
1.667	Kazancev, Bogdan	2008	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	13,49(-0,7)-4,67(+0,0)-7,32-1,36				
1.542	Teske, Jacob Carl	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06.
	13,73(+1,9)-4,50(-1,6)-6,06-1,32				

9-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-80m H.-Diskus (1kg)-Stab-Speer (600g)-1000m

Bestl. 2022:	4.879	Suhr, Justus	2007	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	5.511	Meyer, Marcel	2001	TK zu Hannover	20.08.2016
4.425	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	13,26(+1,9)-4,98(-0,4)-9,44-1,56/13,35(+0,2)-32,43-2,60-31,53-3:08,58				

Block S/S

100m-80m H.-Weit-Hoch-Speer (600g)

Bezirksrekord:	3.106	Granzow, Lennart	1999	LG Weserbergland	06.07.2014
2.836	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
	12,06(-2,0)-11,53(-1,8)-6,03(-1,1)-1,64-34,03				
2.637	Schütte, Mario	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
	13,08(-1,9)-13,27(-1,8)-5,45(-0,2)-1,80-30,97				
2.433	Meyer, Lukas	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
	13,16(-1,9)-13,52(-1,8)-5,27(-0,3)-1,52-27,33				
2.287	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
	12,90(-0,7)-14,57(+0,2)-4,70(-1,3)-1,48-22,62				

Block Lauf

100m-80m H.-Weit-Ball-2000m

Bestl. 2022:	2.383	Hass, Maximilian	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	2.760	Juretzko, Alexander	1990	Holtorfer SV	06.08.2005
2.443	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	Fallersleben	16.09.
	13,29(+0,9)-13,69(+0,3)-5,36(-0,2)-61,00-6:58,34				
2.241	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
	13,7-14,4-4,65-74,50-8:01,9				

Jugend M15

Block Wurf

100m-80m H.-Weit-Kugel (4kg)-Diskus (1kg)

Bestl. 2022: 2.723 Suhr, Justus 2007 LG Weserbergland
Bezirksrekord: 3.145 Heilmann, Christian 1986 SV Alfeld 18.08.2001

2.479	Meiners, Linos	2008	TuS Wettbergen	Fallersleben	16.09.
	12,51(-0,4)-12,99(-1,0)-4,38(+0,1)-10,80-29,50				
2.440	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
	13,61(+1,2)-14,82(-0,3)-4,60(-0,3)-13,73-29,43				

Jugend M14

100 m Lauf

Bestl. 2022: 12,28 Lück, Jakob 2008 LG Weserbergland
Bezirksrekord: 11,61 Cremer, Nils 1969 Eintracht Hildesheim 14.05.1983

12,03	+1,2	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
12,40	+0,3	Henning, Ky-Mani	2010	TK zu Hannover	Verden	10.06.
12,54	-0,8	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09.
12,83	+0,9	Volkman, Jannis	2009	TuS Syke	Stuhr	23.09.
12,89	-0,1	Janvier, Jean-Thaddee	2009	TK zu Hannover	Hamburg	23.09.
12,7		Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
13,00	+0,8	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
13,02	+0,8	Adam, Lasse	2009	TSV Neustadt	Wunstorf	01.07.
13,14	+0,1	Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Edemissen	28.05.
12,9		Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.

300 m Lauf

Bestl. 2022: 40,08 Barth, Samuel 2008 TuS Bothfeld
Bezirksrekord: 35,72 Juretzko, Alexander 1990 Holtorfer SV 14.08.2005

39,79		Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Mönchengladbach	29.05.
40,06		Euskirchen, Paul	2009	Eintracht Hildesheim	Wunstorf	01.07.
41,07		Arend, Fredrik	2009	LG Neustadt Nord	Wunstorf	01.07.
41,88		Jancke, Moritz	2009	Eintracht Hildesheim	Wunstorf	01.07.
42,26		Volkman, Jannis	2009	TuS Syke	Stuhr	23.09.
42,91		Janvier, Jean-Thaddee	2009	TK zu Hannover	Hamburg	24.09.
44,16		Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Edemissen	28.05.
47,61		Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	28.05.
47,98		Bierwirth, Jonas	2009	TuS Wunstorf	Wunstorf	24.05.
49,29		Suhr, Hannes	2009	LG Weserbergland	Hameln	01.07.

Jugend M14

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:17,33	Garfert, Felix	2008	TS Großburgwedel	
Bezirksrekord:	2:04,98	Kaiser, Jörn	1998	LG Wennigsen	30.06.2012
2:09,87	Jancke, Moritz	2009	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	21.05.
2:10,39	Euskirchen, Paul	2009	Eintracht Hildesheim	Braunschweig	03.06.
2:14,70	Arend, Fredrik	2009	LG Neustadt Nord	Garbsen	01.05.
2:17,95	Shahsavar, Kiyan	2009	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
2:19,66	Wietler, Teetje	2009	TuS Altwarmbüchen	Oldenburg	24.09.
2:22,13	Wagenknecht, Ben	2009	LG Neustadt Nord	Wunstorf	24.05.
2:24,1	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
2:26,07	Lischitzki, Paul	2009	SG Bredenbeck-Holtensen	Stadthagen	23.06.
2:29,79	Legler, Niclas	2009	FSV Sarstedt	Hannover	13.05.
2:34,64	Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	20.08.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	3:28,29	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	2:38,84	Kraft, Philipp	1973	TV Bruchhausen-Vilsen	23.08.1987
3:08,00	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.
3:08,29	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Sarstedt	25.06.
3:16,79	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.
3:30,12	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.
3:34,72	Bierwirth, Jonas	2009	TuS Wunstorf	Stadthagen	07.10.
3:37,85	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	18.05.
3:46,22	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	6:54,71	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	5:52,1	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	29.08.2001
7:05,10	Legler, Niclas	2009	FSV Sarstedt	Stuhr	03.06.
7:36,29	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.
7:46,61	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
7:51,66	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
8:46,81	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	11:01,12	Hersel, Raphael	2008	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	9:11,6	Raabe, Johannes	1987	TSV Kirchdorf	06.09.2001
9:48,86	Jancke, Moritz	2009	Eintracht Hildesheim	Verden	10.06.
9:51,39	Rekate, Max-Lennart	2009	LG Weserbergland	Verden	10.06.
10:36,34	Wietler, Teetje	2009	TuS Altwarmbüchen	Verden	10.06.
10:37,22	Euskirchen, Paul	2009	Eintracht Hildesheim	Garbsen	01.05.
10:55,94	Legler, Niclas	2009	FSV Sarstedt	Verden	10.06.
11:38,00	Schmidt, Hanno	2009	TS Großburgwedel	Garbsen	01.05.

Jugend M14

5 km Str.

Bestl. 2022: 19:18 Hersel, Raphael 2008 Eintracht Hildesheim
 Bezirksrekord: 16:18 Raabe, Johannes 1987 TSV Kirchdorf 06.10.2001

17:46	Jancke, Moritz	2009	Eintracht Hildesheim	Alfeld	03.10.
18:17	Euskirchen, Paul	2009	Eintracht Hildesheim	Alfeld	03.10.
19:20	Legler, Niclas	2009	FSV Sarstedt	Hameln	02.09.
19:28	Wietler, Teetje	2009	TuS Altwarmbüchen	Springe	15.04.
21:37	Schmidt, Hanno	2009	TS Großburgwedel	Springe	15.04.

80 m Hürden 0.838m

Bestl. 2022: 12,17 Lück, Jakob 2008 LG Weserbergland
 Bezirksrekord: 10,8 Thiel, Gerold 1961 SG Rodenberg 27.09.1975

12,04	+0,2	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.
12,41	-1,0	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
12,74	+0,5	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.
12,95	+0,5	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
13,35	+0,3	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.
13,40	-0,6	Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	20.08.
13,45	-1,2	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Berlin	28.05.
13,83	-0,4	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09.
14,08	-0,4	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
14,40	+0,4	Klein, Nelio	2009	TuS Bothfeld	Bad Harzburg	01.05.

1500 m Hindernis 0.762m

Bezirksrekord: 5:26,05 Legler, Niclas 2009 FSV Sarstedt 28.05.2023

5:26,05	Legler, Niclas	2009	FSV Sarstedt	Zeven	28.05.
---------	----------------	------	--------------	-------	--------

Hochsprung

Bestl. 2022: 1,68 Benze, Tarik 2008 LG Weserbergland
 Bezirksrekord: 1,90 Fricke, Roman 1977 TV Bruchhausen-Vilsen 10.08.1991

1,73	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
1,62	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09.
1,60	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
1,56	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09.
1,55	Brunotte, Jame	2009	TB Stöcken	Hannover	16.06.
1,54	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
1,52	Strobach, Toni	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	24.06.
1,51	Köhler, Maximilian	2009	TSV Asendorf	Wunstorf	01.07.
1,51	Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf	01.07.
1,48	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
1,48	Bohle, Cedric	2009	VT Rinteln	Stadthagen	01.07.
1,48	Petke, Moritz	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
1,48	Stuhler, Henry	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
1,48	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.

Jugend M14

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	2,25	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	3,82	Vukcevic, Luka	2001	MTV 49 Holzminden	13.06.2015
2,80	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	02.09.
2,70	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Hannover	02.09.
2,60	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	02.09.
2,53	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Holzminden	27.05.
2,12	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	18.05.
2,00	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,81	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	6,29	Reiß, John David	1997	LC Hansa Stuhr	02.07.2011
5,70	+0,0	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover 01.09.
5,57	-0,1	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Fallersleben 16.09.
5,51	+0,0	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben 16.09.
5,30	-0,3	Pientka, Keno	2009	TuS Syke	Delmenhorst 14.07.
5,26	+0,0	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 17.06.
5,12	-1,3	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Fallersleben 16.09.
5,04	+0,0	Lucas, Max	2009	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 01.05.
5,04	-0,7	Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf 01.07.
4,99	+0,0	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover 01.09.
4,94	+0,0	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben 16.09.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	12,82	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	17,49	Jevtovic, Dragan	1975	LT 85 Hannover	14.10.1989
11,61	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
10,85	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Hannover	01.09.
10,22	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
10,17	Lucas, Max	2009	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
10,15	Dannenberg, Jannis	2009	SC Hemmingen-Westerf.	Edemissen	28.05.
9,99	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
9,50	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
9,24	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
9,08	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
8,87	Adam, Lasse	2009	TSV Neustadt	Stuhr-Moordeich	06.05.

Jugend M14

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	43,58	Cherniakov, Evgeny	2008	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	46,94	Schaper, Torben	2002	VfL Eintracht Hannover	02.07.2016
38,66	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
37,75	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
29,41	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Schöningen	06.08.
28,10	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	18.05.
27,53	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Stuhr-Moordeich	06.05.
26,08	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.
25,52	Schmidt, Julius	2009	TuS Sulingen	Stuhr-Moordeich	06.05.
24,67	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
23,66	Strobach, Toni	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Stuhr	03.06.
22,33	Klein, Nelio	2009	TuS Bothfeld	Hannover	23.09.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	26,44	Will, Lucas	2008	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	67,16	Klose, Sören	2002	VfR Evesen	03.09.2016
22,99	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen	11.09.
20,84	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	44,85	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	54,91	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	23.09.2023
54,91	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	23.09.
48,86	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	02.09.
42,54	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
41,51	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
37,25	Bohle, Cedric	2009	VT Rinteln	Stadthagen	07.10.
36,44	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
34,16	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	02.09.
29,90	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	18.05.
29,00	Stuhler, Henry	2009	TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.
27,56	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	78,00	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	78,00	Jevtovic, Dragan	1975	LT 85 in Hannover	18.06.1989
Bezirksrekord:	78,00	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	15.10.2022
75,00	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
74,00	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
66,00	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Uslar	14.10.
64,50	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
52,00	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
51,00	Schmidt, Julius	2009	TuS Sulingen	Syke	27.08.
46,50	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
43,50	Pientka, Keno	2009	TuS Syke	Syke	27.08.
43,00	Legler, Niclas	2009	FSV Sarstedt	Stuhr	03.06.
40,00	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.

Jugend M14

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)

Bestl. 2022:	1.461	Feldmann, Henrik	2008	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	1.644	Kremming, Elvio	2002	LC Hansa Stuhr	03.09.2016
1.560	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	12,06(+0,6)-5,15(+0,3)-9,92				
1.536	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	12,69(+1,4)-4,83(+1,1)-11,61				
1.505	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
	12,7-5,15-10,60				
1.439	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
	13,17(-1,2)-5,26(+0,0)-9,24				
1.392	Bähr, Lukas	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
	12,9-4,85-9,08				
1.374	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,43(+0,6)-4,74(+0,0)-9,50				
1.301	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,98(+1,1)-4,18(+0,0)-10,22				
1.290	Janvier, Jean-Thaddee	2009	TK zu Hannover	Sarstedt	07.05.
	12,97(-0,9)-4,48-7,42				
1.269	Adam, Lasse	2009	TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.
	13,46(-0,5)-4,43(+0,0)-7,99				
1.223	Cherkeh, Leo	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,78(+1,1)-4,70(+0,5)-6,98				

4-Kampf

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

Bestl. 2022:	1.978	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	2.540	Heilmann, Christian	1986	SV Alfeld	09.09.2001
2.029	Weppler, Maximilian	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	12,06(+0,6)-5,15(+0,3)-9,92-1,48				
2.028	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	Sarstedt	24.06.
	13,18-5,18(-0,8)-10,37-1,64				
2.025	Albers, Quentin	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	12,69(+1,4)-4,83(+1,1)-11,61-1,52				
1.903	Linschmann, Jan	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,43(+0,6)-4,74(+0,0)-9,50-1,60				
1.833	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Sarstedt	24.06.
	13,21-4,92(-0,6)-7,62-1,56				
1.782	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	13,53(-0,5)-4,76(+0,4)-8,28-1,48				
1.741	Nohr, Vincent	2010	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06.
	13,17-4,63(+0,1)-7,09-1,48				
1.738	Janvier, Jean-Thaddee	2009	TK zu Hannover	Sarstedt	07.05.
	12,97(-0,9)-4,48-7,42-1,44				
1.705	Kulp, Christian	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
	13,75-4,40(-1,8)-8,74-1,40				
1.705	Henning, Ky-Mani	2010	TK zu Hannover	Sarstedt	07.05.
	12,88(-0,9)-4,61-7,61-1,32				

Jugend M14

9-Kampf

100m-Weit-Kugel (4kg)-Hoch-80m H.-Diskus (1kg)-Stab-Speer (600g)-1000m

Bestl. 2022:	3.862	Willig, Luca	2008	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	4.860	Meyer, Marcel	2001	TK zu Hannover	20.06.2015
4.615	Albers, Quentin	2009 VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09./	
	12,54(-0,8)-5,11(+0,0)-10,64-1,56/12,82(+0,4)-32,11-2,50-51,69-3:31,49			02.09.	
4.577	Feldmann, Torben	2009 TSV Burgdorf	Hannover	01.09./	
	13,24(-0,3)-5,23(+0,0)-10,85-1,62/12,87(+0,5)-28,51-2,70-39,85-3:13,95			02.09.	
4.481	Weppler, Maximilian	2009 VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06./	
	12,31(+1,9)-4,92(-1,5)-9,99-1,48/12,04(+0,2)-26,08-2,50-32,60-3:08,00			25.06.	
4.467	Linschmann, Jan	2009 VfL Eintracht Hannover	Hannover	01.09./	
	13,27(-0,7)-4,99(+0,0)-9,10-1,62/13,83(-0,4)-27,52-2,80-48,86-3:20,93			02.09.	
3.789	Cherkeh, Leo	2009 VfL Eintracht Hannover	Verden	18.05./	
	13,78(+1,1)-4,70(+0,5)-6,98-1,40/13,73(-0,9)-20,88-2,12-29,90-3:37,85			17.05.	
3.727	Kulp, Christian	2009 VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06./	
	13,75(+1,3)-4,40(-1,8)-8,74-1,40/16,14(-0,8)-24,06-2,00-27,71-3:46,22			25.06.	

Block S/S

100m-80m H.-Weit-Hoch-Speer (600g)

Bestl. 2022:	2.638	Lück, Jakob	2008	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	2.889	Juretzko, Nikolai	1996	LG Nienburg	05.06.2010
2.706	Weppler, Maximilian	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	
	12,13(-0,4)-12,26(+0,5)-5,48(+0,0)-1,60-33,30				
2.666	Feldmann, Torben	2009 TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.	
	13,44(-0,4)-12,74(+0,5)-5,57(-0,1)-1,68-40,55				
2.453	Linschmann, Jan	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	
	14,19(-0,4)-13,90(-0,4)-4,87(+0,7)-1,56-44,72				
2.362	Cherkeh, Leo	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	
	13,71(-0,8)-12,95(+0,5)-4,94(+0,0)-1,48-27,33				
2.256	Kulp, Christian	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	
	13,28(-0,4)-15,96(-0,4)-4,84(+0,0)-1,32-36,44				
2.215	Stuhler, Henry	2009 TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.	
	14,39(-0,7)-14,71(-0,4)-4,62(+0,0)-1,48-29,00				
2.195	Sydow, Maximilian	2010 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	
	14,29(-0,7)-14,08(-0,4)-4,44(-0,3)-1,44-27,56				
2.056	Köhler, Maximilian	2009 TSV Asendorf	Stuhr	03.06.	
	14,52(+1,2)-14,85(+1,5)-4,10(+0,3)-1,44-22,00				

Block Lauf

100m-80m H.-Weit-Ball-2000m

Bestl. 2022:	2.379	Benze, Tarik	2008	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	2.629	Panning, Lucas	1992	LC Hansa Stuhr	26.08.2006
2.414	Weppler, Maximilian	2009 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	
	12,51(-0,2)-12,76(-1,3)-5,30(+0,0)-52,00-7:51,66				
2.400	Bähr, Lukas	2009 TSV Burgdorf	Fallersleben	16.09.	
	13,18(+0,9)-13,35(+0,3)-5,12(-1,3)-65,00-7:36,29				
2.231	Linschmann, Jan	2009 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	
	14,02(-0,2)-14,15(-1,3)-4,67(+0,0)-64,50-7:46,61				
2.105	Legler, Niclas	2009 FSV Sarstedt	Stuhr	03.06.	
	14,17(+0,5)-14,58(+1,2)-4,24(+0,0)-43,00-7:05,10				
1.041	Kulp, Christian	2009 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	
	aufg.-aufg.-3,42(+0,0)-45,50-8:46,81				

Jugend M14

Block Wurf

100m-80m H.-Weit-Kugel (4kg)-Diskus (1kg)

Bestl. 2022: 2.366 Feldmann, Henrik 2008 TSV Burgdorf
Bezirksrekord: 2.915 Heilmann, Christian 1986 SV Alfeld 03.10.2000

2.709	Albers, Quentin	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
	12,61(-0,4)-12,41(-1,0)-5,51(+0,0)-10,89-37,75			
2.234	Sibbertsen, Benedict	2009 TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
	13,16(+1,2)-14,65(-0,3)-4,63(+0,1)-8,55-26,04			
2.039	Kulp, Christian	2009 VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	13,92(+1,2)-17,23(-0,3)-3,98(-1,1)-9,53-24,43			
1.990	Strobach, Toni	2009 SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Stuhr	03.06.
	14,04(+1,2)-15,25(-0,3)-4,15(+0,3)-7,13-23,66			

Männliche Jugend U14

4 x 75 m Staffel

Bestl. 2022: 41,49 TuS Bothfeld

39,37	TuS Bothfeld I	Wunstorf	09.09.
	Röske, Johann (2010); Riekert, Paul (2011); Liersch, Jonas (2010); Nohr, Vincent (2010)		
42,92	StG Neustadt-Nord/Großburgwedel	Wunstorf	01.07.
	Müller, Theo (2011); Eckert, Till (2012); Battermann, Joe (2012); Brauer, Niklas (2010)		
44,34	TuS Wettbergen	Hannover	29.04.
	Hegenberg, Linus (2010); Börke, Ragnar (2010); Fuhmann, Theodor (2011); Kah, Linus (2010)		
44,66	StG Aller-Leine-Sprinter	Burgdorf	18.05.
	Wilke, Mattis Emil (2010); Zoll, Kjell Fabian (2011); Geweke, Henry (2012); Dietrich, Johan (2011)		
45,20	StG Brinkum-Asendorf	Syke	27.08.
	Rievers, Justus (2011); Achtermann, Lukas (2010); Bergmann, Luis (2010); Dzjubin, Maxim (2010)		
45,82	TuS Bothfeld II	Neustadt a.R.	17.09.
	Mathiesen, Linus (2011); Kirchner, Julian Arne (2011); Marusch, Niklas (2011); Thies, Lenno (2011)		

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 9:03,36 TuS Syke

8:25,87	TuS Bothfeld	Edemissen	07.05.
	Fusch, Leonard (2010); Kirchner, Julian Arne (2011); Röske, Johann (2010)		
9:09,72	StG Brinkum-Asendorf	Syke	27.08.
	Dzjubin, Maxim (2010); Rievers, Justus (2011); Dummeyer, Till (2010)		

Männliche Jugend U14

3-Kampf Ma.

75m-Weit-Ball

Bestl. 2022: 5.644 TKJ Sarstedt

5.755	TuS Bothfeld	Altwarmbüchen	17.06.
	Nohr, Vincent (2010) - 1.252; Fusch, Leonard (2010) - 1.191; Röske, Johann (2010) - 1.131 Liersch, Jonas (2010) - 1.095; Marusch, Niklas (2011) - 1.086		
4.700	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
	Rosemann, Tom (2011) - 1.156; Bergmann, Luis (2010) - 1.018; Achtermann, Lukas (2010) - 956 Dzjubin, Maxim (2010) - 946; Rievers, Justus (2011) - 624		

4-Kampf Ma.

75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022: 7.635 TKJ Sarstedt

6.429	TV Lohnde	Burgdorf	18.05.
	Wilke, Mattis Emil (2010) - 1.629; Dietrich, Johan (2011) - 1.336; Geweke, Henry (2012) - 1.214 Erkoc, Levi (2011) - 1.132; Zoll, Kjell Fabian (2011) - 1.118		

Jugend M13

75 m Lauf

Bestl. 2022: 9,59 Wepler, Maximilian 2009 LG Weserbergland

9,82	Zentarra, Liam	2010 Garbsener SC	Hamburg	23.09.
9,92	Leske, Tyler	2010 Garbsener SC	Sarstedt	20.08.
9,95	Nohr, Vincent	2010 TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
10,42	Knapen, Finn	2010 TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
10,49	von Palombini, Amadeo	2010 VfL Bückeburg	Minden	09.09.
10,54	Beckmann, Moritz	2010 LG Weserbergland	Hameln	21.05.
10,62	Scheffermann, Thees	2010 VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
10,69	Liersch, Jonas	2010 TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
10,71	Röske, Johann	2010 TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
10,79	Gebhardt, Jonas	2010 VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022: 2:19,88 Arend, Fredrik 2009 TSV Neustadt

2:24,11	Knapen, Finn	2010 TV Eintracht Sehnde	Neustadt a.R.	17.09.
2:25,59	Sydow, Maximilian	2010 VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.
2:26,26	Röske, Johann	2010 TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
2:27,98	Nohr, Vincent	2010 TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
2:29,95	von Palombini, Amadeo	2010 VfL Bückeburg	Minden	09.09.
2:32,04	Meyer, Felix	2010 TK zu Hannover	Braunschweig	03.06.
2:34,08	Wiechell, Jacob	2010 SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	24.05.
2:43,3	Dummeyer, Till	2010 FTSV Jahn Brinkum	Bremen	03.09.
2:45,97	Heggemann, Jacob	2010 SG Bredenbeck-Holtensen	Neustadt a.R.	17.09.
2:49,36	Schmädicke, Paavo	2010 TuS Syke	Delmenhorst	14.07.

Jugend M13

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	7:00,45	Wietler, Teetje	2009	TuS Altwarmbüchen	
7:13,78	Meyer, Felix	2010	TK zu Hannover	Melle	19.05.

5 km Str.

Bestl. 2022:	20:48	Wietler, Teetje	2009	TuS Altwarmbüchen	
21:23	von Palombini, Amadeo	2010	VfL Bückeburg	Neustadt	04.06.
22:51	Oppermann, Jorit	2010	TSV Brunkensen	Alfeld	03.10.
25:38	Schmädicke, Paavo	2010	TuS Syke	Syke	13.05.

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	9,98	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
9,5	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Bremen	03.09.
9,7	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Bremen	03.09.
10,84	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
11,20	Hegenberg, Linus	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
11,36	Liersch, Jonas	2010	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
11,56	Wiechell, Jacob	2010	SG Bredenbeck-Holtensen	Burgdorf	29.04.
11,86	Schmees, Noah	2010	TSV Bemerode	Sarstedt	20.08.
11,7	Degotschin, Mietja	2010	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
11,94	Fricke, Hanno	2010	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	21.05.
12,03	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,60	Feldmann, Torben	2009	TSV Burgdorf	
1,63	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Bremen	03.09.
1,53	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Bremen	12.08.
1,49	Hegenberg, Linus	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
1,48	Nohr, Vincent	2010	TuS Bothfeld	Edemissen	28.05.
1,45	Liersch, Jonas	2010	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
1,44	Kollmeyer, Armin	2010	TKJ Sarstedt	Edemissen	26.08.
1,44	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
1,43	Scheffermann, Thees	2010	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	01.07.
1,42	Henning, Ky-Mani	2010	TK zu Hannover	Sarstedt	03.06.
1,42	Gebhardt, Jonas	2010	VfL Eintracht Hannover	Hannover	05.07.
1,42	Meindersma, Maximilian	2010	TuS Sulingen	Syke	27.08.

Jugend M13

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,90	Weppler, Maximilian	2009	LG Weserbergland	
5,26	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Sarstedt	20.08.
5,18	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Sarstedt	20.08.
4,98	Henning, Ky-Mani	2010	TK zu Hannover	Edemissen	28.05.
4,78	Kollmeyer, Armin	2010	TKJ Sarstedt	Gronau	09.09.
4,72	Degotschin, Mietja	2010	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
4,63	Nohr, Vincent	2010	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06.
4,52	Beckmann, Moritz	2010	LG Weserbergland	Hannover	13.05.
4,46	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	07.05.
4,43	Wilke, Mattis Emil	2010	TV Lohnde	Sarstedt	24.06.
4,31	Fricke, Hanno	2010	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	07.05.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	11,44	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
10,69	Aschitsch, Eric	2010	SV Alfeld	Sarstedt	16.09.
9,27	Henning, Ky-Mani	2010	TK zu Hannover	Edemissen	28.05.
8,53	Nohr, Vincent	2010	TuS Bothfeld	Hannover	23.09.
8,43	Röske, Johann	2010	TuS Bothfeld	Hannover	23.09.
8,27	Olschner, Simon	2010	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	22.04.
8,15	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
8,12	Pähz, Magnus	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	22.04.
8,12	Schmees, Noah	2010	TSV Bemerode	Sarstedt	16.09.
8,02	Degotschin, Mietja	2010	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
7,90	Liersch, Jonas	2010	TuS Bothfeld	Edemissen	28.05.

Diskuswurf 750 g

Bestl. 2022:	36,79	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
25,62	Pähz, Magnus	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
22,42	Olschner, Simon	2010	Eintracht Hildesheim	Wunstorf	01.07.
21,80	Scharfenberg, Bennet	2010	FSV Sarstedt	Hannover	23.09.
20,90	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
15,66	Börke, Ragnar	2010	TuS Wettbergen	Edemissen	15.04.

Hammerwurf 3 kg

Bestl. 2022:	23,65	Sibbertsen, Benedict	2009	TuS Altwarmbüchen	
23,37	Schulz, Jonas	2010	Hannover 96	Salzgitter	28.06.

Jugend M13

Speerwurf 400 g

Bestl. 2022:	48,72	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
35,85	Schulz, Jonas	2010	Hannover 96	Sarstedt	16.09.
35,05	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Bremen	03.09.
31,90	Brauer, Niklas	2010	LG Neustadt Nord	Stuhr	23.09.
30,45	Scharfenberg, Bennet	2010	FSV Sarstedt	Hannover	23.09.
29,30	Aschitsch, Eric	2010	SV Alfeld	Sarstedt	16.09.
27,71	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	28.05.
26,66	Olschner, Simon	2010	Eintracht Hildesheim	Edemissen	28.05.
26,14	Schmees, Noah	2010	TSV Bemerode	Sarstedt	16.09.
25,11	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Berlin	28.05.
25,03	Röske, Johann	2010	TuS Bothfeld	Hannover	23.09.

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	69,50	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
52,50	Schulze-Koops, Frederik	2010	FSV Sarstedt	Stuhr	23.09.
49,00	Olschner, Simon	2010	Eintracht Hildesheim	Wunstorf	01.07.
47,00	Degotschin, Mietja	2010	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
45,00	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
45,00	Wilke, Mattis Emil	2010	TV Lohnde	Burgdorf	18.05.
44,00	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
43,50	Knapen, Finn	2010	TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
43,00	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
42,00	Fusch, Leonard	2010	TuS Bothfeld	Altwarmbüchen	17.06.
41,00	Meindersma, Maximilian	2010	TuS Sulingen	Syke	27.08.

3-Kampf

75m-Weit-Ball					
Bestl. 2022:	1.440	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
1.342	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
	10,11-4,65-45,00				
1.292	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
	10,03-4,70-35,00				
1.274	Nohr, Vincent	2010	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
	9,95-4,60-32,50				
1.232	Kollmeyer, Armin	2010	TKJ Sarstedt	Gronau	09.09.
	11,03-4,78-40,00				
1.223	Wilke, Mattis Emil	2010	TV Lohnde	Burgdorf	18.05.
	11,02-4,40-45,00				
1.191	Fusch, Leonard	2010	TuS Bothfeld	Altwarmbüchen	17.06.
	11,01-4,26-42,00				
1.176	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
	10,8-4,10-43,00				
1.167	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	07.05.
	11,38-4,46-40,00				
1.162	Gebhardt, Jonas	2010	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
	10,79-4,23-35,00				

Jugend M13

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022:	1.882	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
1.790	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
	10,11-4,65-1,44-45,00				
1.781	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
	10,03-4,70-1,52-35,00				
1.712	Nohr, Vincent	2010	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
	9,95-4,60-1,42-32,50				
1.629	Wilke, Mattis Emil	2010	TV Lohnde	Burgdorf	18.05.
	11,02-4,40-1,36-45,00				
1.579	Gebhardt, Jonas	2010	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
	10,79-4,23-1,38-35,00				
1.576	Scheffermann, Thees	2010	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
	10,62-4,05-1,38-35,00				
1.567	Liersch, Jonas	2010	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
	10,69-3,90-1,42-34,00				
1.557	Hegenberg, Linus	2010	TuS Wettbergen	Wunstorf	09.09.
	11,24-4,09-1,42-37,00				
1.529	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	07.05.
	11,38-4,46-1,28-40,00				
1.503	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
	11,55-3,86-1,36-42,00				

Block S/S

75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)

Bestl. 2022:	2.471	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
2.021	Hegenberg, Linus	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
	11,29-11,20-3,94-1,49-18,13				
1.724	Völkening, Mitja	2010	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
	11,7-12,3-3,90-1,20-19,98				

Block Lauf

75m-60m H.-Weit-Ball-800m

Bestl. 2022:	2.447	Weppler, Maximilian	2009	LG Weserbergland	
2.099	Sydow, Maximilian	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	10,99-10,84-3,91-44,00-2:26,00				
1.862	Degotschin, Mietja	2010	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
	11,5-11,7-4,72-41,50-2:58,2				
1.838	Schmädicke, Paavo	2010	TuS Syke	Stuhr	03.06.
	11,19-12,26-4,24-39,50-2:54,02				

Block Wurf

75m-60m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (750g)

Bestl. 2022:	2.537	Albers, Quentin	2009	TKJ Sarstedt	
1.866	Huß, Aimo	2010	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
	11,54-12,03-3,90-8,15-20,90				
1.778	Pähz, Magnus	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	12,31-12,33-3,75-7,13-25,62				

Jugend M12

75 m Lauf

Bestl. 2022:	10,57	Lück, Johann	2010	LG Weserbergland	
11,00	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
11,03	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Altwarmbüchen	17.06.
10,8	Fuhrmann, Theo	2011	TuS Wettbergen	Hannover	26.08.
11,08	Riekert, Paul	2011	TuS Bothfeld	Altwarmbüchen	17.06.
11,10	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
11,11	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Stuhr	03.06.
11,13	Müller, Theo	2011	TS Großburgwedel	Wunstorf	01.07.
11,20	Rosemann, Tom	2011	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
11,24	Heuer, Hannes	2011	TuS Wunstorf	Wunstorf	09.09.
11,33	Ehlers, Hans	2012	TSV Asendorf	Delmenhorst	14.07.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:29,27	Sydow, Maximilian	2010	TKJ Sarstedt	
2:34,48	Knublauch, Jakob	2011	SC Hemmingen-Westerf.	Neustadt a.R.	17.09.
2:35,58	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Gronau	09.09.
2:45,19	Mathiesen, Linus	2011	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
2:46,05	Faulhaber, Johann	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	22.04.
2:51,56	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
2:52,4	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
2:55,44	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Stuhr	03.06.
2:58,33	Illig, David Thomas	2011	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	24.05.
3:01,09	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Edemissen	28.05.
3:02,45	Dietrich, Johan	2011	TV Lohnde	Wunstorf	24.05.

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	10,62	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	
11,08	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
11,35	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
11,77	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
11,86	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	29.04.
12,70	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
13,2	Lautenschläger, Tom	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
13,56	Illig, David Thomas	2011	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	01.07.
13,87	Riekert, Paul	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
18,09	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.

Jugend M12

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,60	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	
1,40	Heuer, Hannes	2011	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.
1,40	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
1,33	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
1,32	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Hannover	29.04.
1,31	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Bad Salzufen	01.05.
1,28	Thies, Lenno	2011	TuS Bothfeld	Hannover	29.04.
1,28	Dietrich, Johan	2011	TV Lohnde	Burgdorf	18.05.
1,28	Lautenschläger, Tom	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
1,25	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	30.08.
1,22	Schmidtke, Adrian	2011	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,64	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	
4,34	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
4,29	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
4,27	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
4,22	Rosemann, Tom	2011	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
4,14	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Stuhr	03.06.
4,13	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	20.08.
4,06	Heuer, Hannes	2011	TuS Wunstorf	Wunstorf	09.09.
4,03	Scharamonow, Felix	2011	TWG Nienstadt/Sülbeck	Stadthagen	22.04.
4,01	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
3,98	Dietrich, Johan	2011	TV Lohnde	Altwarmbüchen	17.06.
3,98	Liebetanz, Lennox	2011	MTV Groß Buchholz	Wunstorf	09.09.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	7,81	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	
7,88	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
7,68	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
7,02	Pesalla, Silas	2011	TSV Hagenburg	Stadthagen	01.07.
6,87	Pfaff, Noah	2011	TSV Bernerode	Hannover	23.09.
6,71	Thiede, Malte	2011	TV Eintracht Sehnde	Sarstedt	16.09.
6,46	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Edemissen	28.05.
6,32	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
5,74	Nüßler, Maximilian	2011	MTV 48 Hildesheim	Stuhr	03.06.
5,66	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
5,65	Knetsch, Tim	2011	TuS Wettbergen	Edemissen	28.05.

Jugend M12

Diskuswurf 750 g

Bestl. 2022:	24,67	Pähz, Magnus	2010	TKJ Sarstedt	
23,40	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	01.07.
21,58	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
18,19	Sipos, Conrad	2011	TSV Bemerode	Edemissen	15.04.
16,14	Pfaff, Noah	2011	TSV Bemerode	Hannover	23.09.
15,65	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
11,65	Nüßler, Maximilian	2011	MTV 48 Hildesheim	Stuhr	03.06.

Hammerwurf 3 kg

22,44	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.
-------	------------	------	-------------------	---------------	--------

Speerwurf 400 g

Bestl. 2022:	28,16	Wilke, Mattis	2010	TV Lohnde	
25,72	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
23,74	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.
23,43	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	21.05.
21,61	Folgosio Weigmann, Lean	2011	LG Neustadt Nord	Stuhr	23.09.
20,60	Sipos, Conrad	2011	TSV Bemerode	Edemissen	15.04.
19,99	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
19,75	Liebetanz, Lennox	2011	MTV Groß Buchholz	Hildesheim	21.05.
19,67	Thiede, Malte	2011	TV Eintracht Sehnde	Sarstedt	16.09.
19,66	Lautenschläger, Tom	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
19,59	Pfaff, Noah	2011	TSV Bemerode	Hannover	23.09.

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	45,50	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	
41,00	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
40,00	Rosemann, Tom	2011	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
39,00	Knolle, Matteo	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
38,50	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
36,00	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Stuhr	03.06.
36,00	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	03.06.
34,50	Sipos, Conrad	2011	TSV Bemerode	Edemissen	15.04.
34,00	Zander, Eike	2011	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	01.07.
34,00	Zoll, Kjell Fabian	2011	TV Lohnde	Wunstorf	01.07.
34,00	Knetsch, Tim	2011	TuS Wettbergen	Hannover	26.08.

Jugend M12

3-Kampf

75m-Weit-Ball

Bestl. 2022:	1.182	Leske, Tyler	2010	Garbsener SC	
1.159	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
	11,00-4,19-38,00				
1.156	Rosemann, Tom	2011	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
	11,20-4,22-40,00				
1.132	Knolle, Matteo	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
	11,27-4,12-39,00				
1.091	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
	11,30-4,29-30,50				
1.085	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
	11,4-4,01-38,50				
1.081	Heuer, Hannes	2011	TuS Wunstorf	Wunstorf	09.09.
	11,24-4,06-32,00				
1.051	Liebetanz, Lennox	2011	MTV Groß Buchholz	Altwarmbüchen	17.06.
	11,39-3,91-32,00				
1.051	Dietrich, Johan	2011	TV Lohnde	Altwarmbüchen	17.06.
	11,48-3,98-32,00				
1.045	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Gronau	09.09.
	11,91-4,09-34,50				
1.038	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Altwarmbüchen	17.06.
	11,38-3,82-31,50				

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022:	1.591	Zentarra, Liam	2010	Garbsener SC	
1.527	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	11,19-4,05-1,36-37,50				
1.483	Knolle, Matteo	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
	11,27-4,12-1,26-39,00				
1.432	Heuer, Hannes	2011	TuS Wunstorf	Wunstorf	09.09.
	11,24-4,06-1,26-32,00				
1.420	Marusch, Niklas	2011	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
	11,30-4,29-1,22-30,50				
1.399	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
	11,80-3,90-1,32-32,00				
1.336	Dietrich, Johan	2011	TV Lohnde	Burgdorf	18.05.
	11,58-3,56-1,28-29,50				
1.287	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	07.05.
	11,94-3,83-1,16-31,50				
1.276	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
	11,56-3,63-1,16-29,00				
1.168	Zoll, Kjell Fabian	2011	TV Lohnde	Sarstedt	07.05.
	12,91-3,54-1,12-33,00				
1.151	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
	12,12-3,36-1,12-26,00				

Jugend M12

Block S/S

75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)

Bestl. 2022:	2.062	Sydow, Maximilian	2010	TKJ Sarstedt	
2.100	Suka, Leke	2011	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
	11,01-11,08-4,19-1,37-25,72				
1.818	Lützen, Bent	2011	TSV Burgdorf	Stuhr	03.06.
	11,58-12,70-3,95-1,33-19,74				
1.570	Riekert, Paul	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
	11,58-13,87-3,57-1,17-16,07				

Block Lauf

75m-60m H.-Weit-Ball-800m

Bestl. 2022:	1.862	Sydow, Maximilian	2010	TKJ Sarstedt	
1.835	Götze, Niklas	2011	TV Eintracht Sehnde	Stuhr	03.06.
	11,11-11,87-4,14-36,00-2:55,44				
1.532	Lautenschläger, Tom	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
	11,9-13,2-3,91-28,00-3:02,6				

Block Wurf

75m-60m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (750g)

Bestl. 2022:	1.440	Pähz, Magnus	2010	TKJ Sarstedt	
1.303	Will, Nils	2011	TuS Altwarmbüchen	Stuhr	03.06.
	12,17-18,09-3,34-6,24-17,42				

Männliche Kinder U12

4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022:

30.09

TuS Bothfeld

29,24	TSV Burgdorf Sellemann, Florian (2012); Peters, Jonne (2012); Lehmann, Bela (2012); Könecke, Romeo (2013)	Burgdorf	18.05.
29,62	LG Neustadt Nord Eckert, Till (2012); Battermann, Joe (2012); Sell, Mathis (2013); Altkemper, Joshua (2012)	Neustadt a.R.	17.09.
30,30	SC Hemmingen-Westerf. Meise, Paul (2012); Roßmannek, Ole (2012); Hammersen, Tarje (2012); Finn, Lennard (2012)	Burgdorf	18.05.
31,28	TSV Neustadt Bergmann, Tom (2013); Peselmann, Linus (2013); Siafakas, Alexandros (2012); Nödler, Nico (2012)	Neustadt a.R.	17.09.
31,72	VfL Bückeburg Schnürer, Chris (2013); Opitz, Linus (2013); Cammarata, Luca (2012); Cammarata, Manuel (2012)	Stadthagen	23.06.
32,08	VfL Bad Nenndorf Schaffner, Andreas (2012); Müller, Simon (2012); Wötzel, Theo (2012); Pauker, Tom (2014);	Stadthagen	01.07.
32,21	TuS Altwarmbüchen Kemner, Felix (2012); Zimmermann, Finn (2013); Brand, Lennis (2013); Kemner, Jonas (2013)	Altwarmbüchen	17.06.
32,22	TuS Sulingen Jocksch, Leo (2012); Allert, Julian (2012); Frese, Liam (2012); Stubbemann, Jan (2012)	Neustadt a.R.	17.09.
32,51	LG Nienburg Gronemeyer, Louis (2013); Stigge, Moritz (2013); Nietfeld, Lasse (2013); Schierholz, Finn Luca (2012)	Syke	27.08.
32,72	VT Rinteln Hartmann, Christopher (2012); Ruhe, Jannis Lennart (2012); Duderstaedt, Lasse (2014); Lüersen, Laurenz (2013)	Stadthagen	01.07.

Männliche Kinder U12

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 9:27,27 FTSV Jahn Brinkum

8:56,38	LG Nienburg Schierholz, Finn Luca (2012); Gronemeyer, Louis (2013); Nietfeld, Lasse (2013)	Syke	27.08.
9:17,4	TuS Altwarmbüchen Kemner, Felix (2012); Brand, Lennis (2013); Zimmermann, Finn (2013)	Altwarmbüchen	30.06.
9:19,96	TuS Sulingen Stubbsmann, Jan (2012); Jocksch, Leo (2012); Frese, Liam (2012)	Syke	27.08.
9:42,19	SC Weyhe Berger, Emil (2012); Block, Philip (2012); Harder, Erik (2013)	Syke	27.08.
9:50,05	TuS Sudweyhe Theilen, Ferdinand (2014); Schierer, Anton (2014); Möllmann, Fabian (2013)	Syke	27.08.
10:19,55	TSV Mellinghausen Bückmann, Peer (2014); Schlagelambers, Theo (2013); Köhn, Phil (2013)	Syke	27.08.
10:41,61	MTV Rethmar Krömer, Emil (2014); Hirschfeld, Milo (2012); Mieseler, Emil (2012)	Edemissen	07.05.

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022: 4.545 TSV Burgdorf

4.512	SC Hemmingen-Westerf. Meise, Paul (2012) - 987; Roßmannek, Ole (2012) - 982; Hartmann, Jonathan (2013) - 906 Hammersen, Tarje (2012) - 893; Finn, Lennard (2012) - 744	Burgdorf	18.05.
4.251	LG Weserbergland Rickfelder, Oskar (2012) - 1.028; Coiffard, Henri (2013) - 895; Kleinsorge, Felix (2012) - 833 Sauermann, Finn (2012) - 824; Ruhm, Hugo (2013) - 671	Hameln	21.05.
3.551	TuS Wettbergen Berkemeier, Theo (2012) - 1.000; Bocklage, Matti (2013) - 861; Canet Salgado, Luis Leandro (2013) - 677 Kanru Wacker, Hendrik (2013) - 511; Steineke, Henri (2013) - 502	Hannover	26.08.

4-Kampf Ma.

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022: 5.261 SC Weyhe

5.947	SC Hemmingen-Westerf. Roßmannek, Ole (2012) - 1.333; Meise, Paul (2012) - 1.246; Hammersen, Tarje (2012) - 1.176 Hartmann, Jonathan (2013) - 1.165; Finn, Lennard (2012) - 1.027	Burgdorf	18.05.
5.387	LG Weserbergland Rickfelder, Oskar (2012) - 1.275; Coiffard, Henri (2013) - 1.142; Kleinsorge, Felix (2012) - 1.104 Sauermann, Finn (2012) - 1.022; Ruhm, Hugo (2013) - 844	Hameln	21.05.

Kinder M11

50 m Lauf

Bestl. 2022:	7,80	Riekert, Paul	2011	TuS Bothfeld	
7,32	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen	17.06.
7,2	Sellemann, Florian	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
7,47	Gershevysh, Daniil	2012	Eintracht Hildesheim	Alfeld	29.04.
7,69	Eckert, Till	2012	LG Neustadt Nord	Neustadt a.R.	17.09.
7,70	Cammarata, Luca	2012	VfL Bückeburg	Stadthagen	09.09.
7,71	Schaffner, Andreas	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.
7,72	Ehlers, Hans	2012	TSV Asendorf	Hamburg	24.09.
7,77	Lützel, Alexander	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	17.06.
7,79	Nödler, Nico	2012	TSV Neustadt	Wunstorf	09.09.
7,83	Hermes, Hanno	2012	FTSV Jahn Brinkum	Wehdel	29.04.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:38,21	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	
2:29,96	Battermann, Joe	2012	LG Neustadt Nord	Neustadt a.R.	17.09.
2:35,08	Ehlers, Hans	2012	TSV Asendorf	Hamburg	24.09.
2:43,64	Gutow, Nico	2012	TuS Niedernwöhren	Stadthagen	07.10.
2:44,36	Faust, Maximilian	2012	LG Neustadt Nord	Wunstorf	24.05.
2:48,27	Geweke, Henry	2012	TV Lohnde	Wunstorf	24.05.
2:51,00	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen	17.06.
2:51,32	Sternbeck, Thilo	2012	SV Germania Helstorf	Meinersen	01.07.
2:51,81	Wötzel, Theo	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	22.04.
2:52,81	Altkemper, Joshua	2012	LG Neustadt Nord	Edemissen	28.05.
2:54,09	Berkemeier, Theo	2012	TuS Wettbergen	Edemissen	28.05.

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	7:50,07	Böhmer, Armin Viktor	2011	Eintracht Hildesheim	
8:32,27	Ehlers, Hans	2012	TSV Asendorf	Delmenhorst	02.09.
9:39,12	Welz, Jonas	2012	MTV 48 Hildesheim	Uslar	15.04.
10:12,05	Mieseler, Emil	2012	MTV Rethmar	Edemissen	07.05.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,32	Matthias, Robin	2011	SC Weyhe	
1,44	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
1,33	Gershevysh, Daniil	2012	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	17.06.
1,32	Stock, Samuel	2012	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,32	Ehlers, Hans	2012	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,30	Hermes, Hanno	2012	FTSV Jahn Brinkum	Wehdel	29.04.
1,30	Nödler, Nico	2012	TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.
1,28	Lehmann, Bela	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
1,26	Roßmannek, Ole	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Burgdorf	18.05.
1,26	Schaffner, Andreas	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.
1,26	Wötzel, Theo	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.

Kinder M11

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,24	Knolle, Matteo	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	
5,09	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
4,55	Gershevyich, Daniil	2012	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	03.06.
4,50	Ehlers, Hans	2012	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.
4,48	Sellemann, Florian	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
4,43	Kemner, Felix	2012	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	30.06.
4,33	Dohrs, Jonas	2012	TV Eintracht Algermissen	Sarstedt	17.06.
4,30	Eckert, Till	2012	LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.
4,24	Lehmann, Bela	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
4,21	Schaffner, Andreas	2012	VfL Bad Nenndorf	Altwarmbüchen	17.06.
4,20	Meise, Paul	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	17.06.

Schlagball 80g

Bestl. 2022:	40,00	Fuß, Jonte	2011	TKJ Sarstedt	
44,00	Rickfelder, Oskar	2012	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
42,00	Lehmann, Bela	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
41,00	Wulf, Jendrik	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	01.07.
41,00	Ostendorf, Leo	2012	TuS Syke	Syke	27.08.
40,00	Cammarata, Manuel	2012	VfL Bückeburg	Stadthagen	26.08.
39,00	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
39,00	Meise, Paul	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Neustadt a.R.	17.09.
39,00	Nödler, Nico	2012	TSV Neustadt	Neustadt a.R.	17.09.
38,00	Hartmann, Christopher	2012	VT Rinteln	Stadthagen	01.07.
37,50	Geweke, Henry	2012	TV Lohnde	Altwarmbüchen	17.06.
37,50	Schubert, Gustav	2012	SG Bredenbeck-Holtensen	Neustadt a.R.	17.09.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball						
Bestl. 2022:	1.059	Fuß, Jonte	2011	TKJ Sarstedt		
1.212	Peters, Jonne 7,1-5,09-33,50	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.	
1.123	Gershevyich, Daniil 7,52-4,28-36,00	2012	Eintracht Hildesheim	Gronau	09.09.	
1.100	Kemner, Felix 7,6-4,43-36,00	2012	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	30.06.	
1.100	Lehmann, Bela 8,04-4,24-42,00	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.	
1.075	Ehlers, Hans 7,96-4,50-33,50	2012	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.	
1.067	Nödler, Nico 7,79-4,11-35,50	2012	TSV Neustadt	Wunstorf	09.09.	
1.031	Sellemann, Florian 7,2-4,48-21,50	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.	
1.030	Schaffner, Andreas 7,78-4,08-31,00	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	26.08.	
1.028	Rickfelder, Oskar 8,16-3,61-44,00	2012	LG Weserbergland	Hameln	21.05.	
1.015	Cammarata, Manuel 8,08-3,66-40,00	2012	VfL Bückeburg	Stadthagen	26.08.	

Kinder M11

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022:	1.342	Fuß, Jonte	2011	TKJ Sarstedt	
1.512	Peters, Jonne	2012 TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.	
	7,57-4,48-1,26-39,00				
1.459	Ehlers, Hans	2012 TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.	
	7,96-4,50-1,32-33,50				
1.451	Lehmann, Bela	2012 TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.	
	8,04-4,24-1,26-42,00				
1.436	Nödler, Nico	2012 TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.	
	8,04-4,13-1,30-38,50				
1.424	Hermes, Hanno	2012 FTSV Jahn Brinkum	Wehdel	29.04.	
	7,83-3,98-1,30-36,00				
1.393	Kemner, Felix	2012 TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.	
	7,93-4,20-1,22-36,00				
1.333	Roßmannek, Ole	2012 SC Hemmingen-Westerf.	Burgdorf	18.05.	
	8,01-4,08-1,26-28,50				
1.330	Sellemann, Florian	2012 TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.	
	7,72-4,48-1,22-22,00				
1.291	Geweke, Henry	2012 TV Lohnde	Wunstorf	09.09.	
	8,24-3,51-1,22-37,50				
1.278	Schubert, Gustav	2012 SG Bredenbeck-Holtensen	Burgdorf	18.05.	
	8,31-4,07-1,18-31,50				

Kinder M10

50 m Lauf

Bestl. 2022:	7,50	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	
7,78	Wipfler, Mika Julius	2013 TSV Gronau	Sarstedt	17.06.	
7,85	Köhn, Phil	2013 TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.	
8,01	Möllmann, Fabian	2013 TuS Sudweyhe	Stuhr	23.09.	
8,03	Buller, Mattes	2013 SG Rodenberg	Stadthagen	09.09.	
8,05	Becker, Bjarne	2013 SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	17.06.	
8,22	Peselmann, Linus	2013 TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.	
8,22	Hartmann, Jonathan	2013 SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	17.06.	
8,0	Witak, Noah Alexander	2013 Mühlenberger SV	Hannover	17.09.	
8,25	Schnürer, Chris	2013 VfL Bückeburg	Stadthagen	09.09.	
8,27	Wipfler, Henri Konstantin	2013 TSV Gronau	Gronau	09.09.	

Kinder M10

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:41,21	Battermann, Joe	2012	TSV Neustadt	
2:45,87	Sell, Mathis	2013	LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.
2:52,73	Wipfler, Henri Konstantin	2013	TSV Gronau	Gronau	09.09.
2:59,92	Hartmann, Jonathan	2013	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	20.08.
3:01,6	Kleine, Tom	2013	TuS Bothfeld	Helmstedt	30.09.
3:02,00	Zimmermann, Finn	2013	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
3:02,03	Schnürer, Chris	2013	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
3:02,22	Coiffard, Henri	2013	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
3:03,12	Dietrich, Noah	2013	SV Germania Helstorf	Meinersen	01.07.
3:03,47	Opitz, Linus	2013	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
3:03,96	Fleige, Thorben	2013	LG Weserbergland	Hameln	26.09.

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	9:29,85	Welz, Jonas	2012	MTV 48 Hildesheim	
12:03,33	Meine, Ethan	2013	MTV Rethmar	Edemissen	07.05.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,34	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	
1,28	Annert, Erik	2013	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,22	Könecke, Romeo	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
1,22	Wipfler, Mika Julius	2013	TSV Gronau	Sarstedt	17.06.
1,18	Hartmann, Jonathan	2013	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf	09.09.
1,16	Timm, Raphael	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
1,16	Brüns, Constantin	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,13	Peselmann, Linus	2013	TSV Neustadt	Neustadt a.R.	17.09.
1,12	Stock, Immo	2013	SC Weyhe	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,12	Schlagelambers, Theo	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,10	Kemner, Jonas	2013	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
1,10	Witak, Noah Alexander	2013	Mühlenberger SV	Hannover	16.06.
1,10	Kleine, Tom	2013	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,57	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	
4,22	Wipfler, Mika Julius	2013	TSV Gronau	Sarstedt	17.06.
4,12	Köhn, Phil	2013	TSV Mellinghausen	Syke	27.08.
4,05	Peselmann, Linus	2013	TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.
3,97	Opitz, Linus	2013	VfL Bückeburg	Stadthagen	09.09.
3,96	Buller, Mattes	2013	SG Rodenberg	Stadthagen	09.09.
3,90	Märkel, Timi Kanun	2013	TK Berenbostel	Wunstorf	09.09.
3,89	Hartmann, Jonathan	2013	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf	09.09.
3,84	Becker, Bjarne	2013	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	17.06.
3,84	Wipfler, Henri Konstantin	2013	TSV Gronau	Sarstedt	20.08.
3,83	Könecke, Romeo	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.

Kinder M10

Schlagball 80g

Bestl. 2022:	43,50	Rickfelder, Oskar	2012	TuS Niedermöhren	
40,50	Kleine, Tom	2013	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
40,00	Hartmann, Jonathan	2013	SC Hemmingen-Westerf.	Neustadt a.R.	17.09.
39,00	Timm, Raphael	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
37,00	Köhn, Phil	2013	TSV Mellinghausen	Syke	27.08.
34,00	Wipfler, Mika Julius	2013	TSV Gronau	Brunkensen	10.06.
33,50	Lautenschläger, Noah	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.
33,00	Burmester, Finn	2013	SC Uchte	Syke	27.08.
33,00	Märkel, Timi Kanun	2013	TK Berenbostel	Wunstorf	09.09.
31,50	Petrella, Giulio	2013	Eintracht Hildesheim	Alfeld	29.04.
31,00	Brand, Lennis	2013	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball					
Bestl. 2022:	1.074	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	
1.059	Köhn, Phil 7,85-4,04-36,50	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.012	Hartmann, Jonathan 8,26-3,89-38,50	2013	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf	09.09.
992	Wipfler, Mika Julius 8,04-4,08-30,00	2013	TSV Gronau	Gronau	09.09.
975	Buller, Mattes 8,03-3,96-29,50	2013	SG Rodenberg	Stadthagen	09.09.
962	Timm, Raphael 8,60-3,73-39,00	2013	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen	17.06.
933	Märkel, Timi Kanun 8,63-3,90-33,00	2013	TK Berenbostel	Wunstorf	09.09.
916	Becker, Bjarne 8,17-3,70-28,00	2013	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	09.09.
911	Peselmann, Linus 8,22-4,05-23,50	2013	TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.
904	Kleine, Tom 8,6-3,50-38,00	2013	TuS Bothfeld	Helmstedt	30.09.
899	Wipfler, Henri Konstantin 8,27-3,73-27,00	2013	TSV Gronau	Gronau	09.09.

Kinder M10

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022:	1.431	Peters, Jonne	2012	TSV Burgdorf	
1.399	Köhn, Phil 7,85-4,04-1,24-36,50	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.318	Hartmann, Jonathan 8,26-3,89-1,18-38,50	2013	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf	09.09.
1.159	Brüns, Constantin 8,38-3,49-1,16-27,50	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.154	Peselmann, Linus 8,43-3,98-1,10-25,00	2013	TSV Neustadt	Wunstorf	09.09.
1.142	Coiffard, Henri 8,52-3,69-1,08-30,00	2013	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
1.139	Annert, Erik 8,54-3,80-1,28-16,50	2013	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
971	Kemner, Jonas 9,06-3,35-1,10-20,00	2013	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
965	Harder, Erik 9,49-3,34-1,08-24,50	2013	SC Weyhe	Stuhr-Brinkum	17.09.
953	Schlagelambers, Theo 9,87-3,08-1,12-27,50	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
953	Canet Salgado, Luis L. 8,86-3,03-1,06-23,00	2013	TuS Wettbergen	Burgdorf	18.05.

Männliche Kinder U10

4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022:

34,60

TuS Wettbergen

33,07	TuS Bothfeld Hollmann, Moritz (2014); Adelhardt, Luis (2014); Bube Maestre, Philipp (2014); Marquardt, Heinrich (2014)	Wunstorf	09.09.
33,36	TV Lohnde Poteri, Amilian (2014); Böhm, Luuk (2014); Wilke, Michel (2014); Piontek, Mark (2016)	Wunstorf	09.09.
34,82	TuS Wettbergen Springmann, Emil (2014); Kuhn, Julian (2014); Bender, Noah (2015); Springmann, Linus (2014)	Burgdorf	18.05.
34,91	LG Eimbeckh./Messenk. Kloene, Matteo (2015); Gödeke, Linus (2014); Dittrich, Benno (2014); Stürm, Finn (2015)	Stadthagen	26.08.
35,90	TuS Altwarmbüchen Hachmeister, Lasse (2016); Kucharski, Theo (2014); Maiwald, Benjamin (2014); Suka, Gent (2015)	Altwarmbüchen	17.06.
35,94	TuS Syke Lund-Jensen, Ben (2015); Lux, Jan (2015); Stein, Joshua (2014); Duffy, Owen (2014)	Syke	27.08.
36,10	TSV Neustadt Nödler, Ben (2015); Knigge, Till (2014); Müller, Matthias (2015); Hentschel, Justus (2014)	Wunstorf	09.09.
36,38	FSV Sarstedt Ludwig, Noah (2016); Baehre, Maximilian (2015); Ludwig, Niko (2014); Lauenstein, Sverre (2015)	Sarstedt	17.06.
36,83	TuS Sudweyhe Damm, Robert (2014); Dirksen, Enno (2014); Frischer, Felix (2014); Laurinat, Eliano (2014)	Syke	27.08.
37,15	SV Eintr. Bad Salzdetfurth Schulz, Lounis Max (2015); Ellinger, Jonas (2015); Lützel, Niklas (2015); Baraniak, Mic (2015)	Sarstedt	17.06.

Männliche Kinder U10

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022:

3.576

TuS Wettbergen

4.096	TuS Wettbergen	Hannover	17.09.
	Springmann, Linus (2014) - 956; Springmann, Emil (2014) - 941; Kehbel, David (2014) - 820 Kuhn, Julian (2014) - 706; Fuhrmann, Fritz (2014) - 673		
4.000	TuS Wettbergen II	Hannover	26.08.
	Springmann, Linus (2014) - 942; Springmann, Emil (2014) - 940; Kehbel, David (2014) - 836 Kuhn, Julian (2014) - 642; Graefe, Justus (2015) - 640		
3.687	FSV Sarstedt	Gronau	09.09.
	Lauenstein, Sverre (2015) - 974; König, Justus (2014) - 887; Baehre, Maximilian (2015) - 708 Ludwig, Niko (2014) - 591; Ludwig, Noah (2016) - 527		
3.591	LC Hansa Stuhr II	Stuhr-Brinkum	17.09.
	Bewersdorf, Henning (2014) - 852; Weidemann, Frederik (2014) - 771; Kaufmann, Jonas (2014) - 725 Boßmann-Otero, Elyas (2015) - 674; Per, Noah Emanuel (2016) - 569		
3.251	TV Lohnde	Altwarmbüchen	17.06.
	Wilke, Michel (2014) - 908; Böhm, Luuk (2014) - 762; Dietrich, Vincent (2014) - 624 Alkasem, Abdulrahman (2014) - 577; Günther, Linus (2015) - 380		
3.076	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	09.09.
	Lützel, Niklas (2015) - 699; Bauleke, Mats (2015) - 661; Ellinger, Jonas (2015) - 619 Baraniak, Mic (2015) - 600; Ellinger, Moritz (2016) - 497		
2.963	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	30.06.
	Müller, Ben (2014) - 739; Kucharski, Theo (2014) - 619; Wilke, Leonard David (2015) - 551 Maiwald, Benjamin (2014) - 551; Buliqi, Genti (2014) - 503		
2.892	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.
	Ahrens, Henok (2015) - 667; Niebuhr, Hauke (2015) - 633; Richter, Omar (2016) - 609 Riechers, Emil (2016) - 492; Illies, Fiete (2015) - 491		
2.828	TSV Neustadt	Altwarmbüchen	17.06.
	Hentschel, Justus (2014) - 863; Knigge, Till (2014) - 608; Kovalev, Michael (2015) - 537 Burkhardt, Torge (2015) - 433; Eckardt, Johann (2014) - 387		
2.792	TKJ Sarstedt	Sarstedt	07.05.
	Rox, Jonathan (2014) - 736; Karatay, Marlon (2014) - 558; Hrvatic, Matej (2014) - 510 Winter, Joel (2014) - 509; Schöllhammer, Selim (2015) - 479		

Weibliche Jugend U16

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	50,08	StG Nordwest Niedersachsen	
Bezirksrekord:	49,00	FTSV Jahn Brinkum	13.06.2009
49,81	StG Brinkum-Asendorf	Stuttgart	29.07.
	Bergmann, Zoe Marie (2009); Pieper, Friederike (2008); Bräuer, Sara (2008); Michelmann, Lynn (2008)		
51,78	VfL Eintracht Hannover	Verden	11.06.
	Schwabe, Charlotte (2010); Harms, Clara (2008); Birg, Josefine (2009); Dierks, Emilia (2008)		
51,79	StG Aller-Leine-Sprinter	Wunstorf	01.07.
	Schröder, Maribell (2008); Geweke, Kimberly (2008); Bandow, Sinya (2009); Bolk, Marie (2009)		
52,54	TV Eintracht Sehnde	Verden	11.06.
	Stelmaszyk, Jasmin (2009); Lekscha, Emma (2008); Kasner, Leni (2009); Lüttich, Baja Luise (2008)		
53,24	VfL Bückeburg	Verden	11.06.
	Undeutsch, Linn (2009); Scholze, Linna (2008); Walkowiak, Pia (2009); Blank, Jette (2009)		
53,52	StG Neustadt-Nord/Großburgwedel	Wunstorf	01.07.
	Möller, Mia (2008); Schramm, Carolina (2010); Papendieck, Liv (2008); Folgoso Weigmann, Nila (2009)		
53,53	StG Hannover-Schneverdingen I	Verden	22.04.
	von Fintel, Sarah (2009); Rohde, Marika (2010); Rußmann, Liv (2008); Castro-Reyes, Alisa (2009)		
55,25	LC Hansa Stuhr	Syke	27.08.
	Evers, Carolin (2008); Seidel, Svea (2008); Braun, Mayra (2008); Boßmann Otero, Nuria (2008)		
56,76	MTV 49 Holzminden	Edemissen	26.08.
	Hennigfeld, Friederike (2009); Rieger, Anna (2009); Thimm, Julika (2008); Wendt, Emma Wolke (2009)		
58,99	TuS Niedernwöhren	Stadthagen	23.06.
	Lampe, Amelie (2009); Lichtsinn, Helene (2009); Schröder, Leni (2009); Brokmeier, Jill Carolina (2008)		

7-Kampf Ma.

100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-80m H.-Speer (500g)-800m			
Bezirksrekord:	11.061	TK zu Hannover	19.08.2017
9.505	Garbsener SC	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	Bandow, Sinya (2009) - 3.280; Geweke, Kimberly (2008) - 3.260; Schröder, Maribell (2008) - 2.965		
9.424	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	Birg, Josefine (2009) - 3.242; Bödeker, Niya (2009) - 3.186; Schwabe, Charlotte (2010) - 2.996		

Block Mannschaft

Bezirksrekord:	12.865	TK zu Hannover	12.08.2000
10.944	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
	Birg, Josefine (2009) - 2.512; Maiwald, Lara (2009) - 2.304; Dierks, Emilia (2008) - 2.222 Bödeker, Niya (2009) - 1.973; Schwabe, Charlotte (2010) - 1.933		

Jugend W15

100 m Lauf

Bestl. 2022:	12,45	Fischer, Luna	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	12,03	Holzschuh, Marie	1994	LG Weserbergland	30.05.2009
12,64	+1,1	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	Stuhr-Moordeich 06.05.
12,76	+0,2	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig 17.06.
12,77	+1,8	Bräuer, Sara	2008	FTSV Jahn Brinkum	Oldenburg 16.08.
13,00	-2,7	Sarpong, Annabell	2008	VfL Eintracht Hannover	Verden 11.06.
13,01	+1,9	Dierks, Emilia	2008	VfL Eintracht Hannover	Braunschweig 29.04.
13,06	+0,7	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Sarstedt 24.06.
13,11	+1,1	Harms, Clara	2008	VfL Eintracht Hannover	Stuhr-Moordeich 06.05.
13,19	+1,0	Scholze, Linna	2008	VfL Bückeburg	Stadthagen 23.06.
13,20	+0,3	Husemann, Helene	2008	Eintracht Hildesheim	Garbsen 01.05.
13,21	+0,5	Bocian, Laura	2008	LG Weserbergland	Hamburg 17.06.

300 m Lauf

Bestl. 2022:	40,01	Fischer, Luna	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	39,66	Holzschuh, Marie	1994	LG Weserbergland	06.09.2009
42,94		Dierks, Emilia	2008	VfL Eintracht Hannover	Hannover 13.05.
43,15		Faulhaber, Fenja	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Hameln 01.07.
43,95		Bocian, Laura	2008	LG Weserbergland	Hamburg 18.06.
44,15		Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Verden 10.06.
45,08		Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	Hannover 13.05.
46,16		Husemann, Helene	2008	Eintracht Hildesheim	Hannover 13.05.
46,87		Puschendorf, Carolin	2008	TV 87 Stadtoldendorf	Einbeck 03.09.
47,18		Möller, Mia	2008	TS Großburgwedel	Wunstorf 24.05.
47,81		Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Wunstorf 01.07.
49,09		Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt 17.06.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:36,32	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	2:12,02	Riedel, Annika	1999	SG Bredenbeck	27.06.2014
2:24,77		Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	Sarstedt 20.08.
2:27,59		Faulhaber, Fenja	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Löningen 28.06.
2:28,66		Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt 25.06.
2:31,19		Steg, Jette Florentine	2008	LG Neustadt Nord	Stuhr 23.09.
2:34,10		Dierks, Emilia	2008	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg 24.09.
2:34,22		Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Wunstorf 24.05.
2:34,61		Pieper, Friederike	2008	FTSV Jahn Brinkum	Oldenburg 16.08.
2:36,55		Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt 25.06.
2:39,13		Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Hannover 02.09.
2:43,20		Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Sarstedt 25.06.

Jugend W15

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	7:44,50	Schaper, Lilli Marie	2007	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	6:30,59	Riedel, Annika	1999	SG Bredenbeck	03.10.2014
6:56,08	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	Verden	10.06.
7:00,84	Borth, Florentine	2008	TS Großburgwedel	Verden	10.06.
7:06,57	Osten, Nova	2008	LG Neustadt Nord	Verden	10.06.
7:12,51	Steege, Carlotta	2008	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
7:21,98	Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Verden	10.06.
7:41,72	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Fallersleben	16.09.
7:49,05	Faulhaber, Fenja	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Fallersleben	16.09.
8:17,52	Dierks, Emilia	2008	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
10:01,66	Möller, Mia	2008	TS Großburgwedel	Stuhr	03.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	14:14,03	Schaper, Lilli Marie	2007	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	10:02,45	Riedel, Annika	1999	SG Bredenbeck	16.08.2014
10:42,13	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	Stuttgart	29.07.
10:50,77	Osten, Nova	2008	LG Neustadt Nord	Stuhr	23.09.
11:05,12	Borth, Florentine	2008	TS Großburgwedel	Garbsen	01.05.
11:34,48	Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Stadthagen	07.10.
13:44,52	Bente, Dorothea	2008	TSV Warzen	Hildesheim	21.05.

5 km Str.

Bestl. 2022:	23:17	Schaper, Lilli Marie	2007	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	18:32	Hehr, Antonia	1996	FTSV Jahn Brinkum	13.05.2011
19:26	Osten, Nova	2008	LG Neustadt Nord	Wadersloh	21.10.
19:26	Steg, Jette Florentin	2008	LG Neustadt Nord	Wadersloh	21.10.
19:39	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	Hasede	04.06.
19:51	Borth, Florentine	2008	TS Großburgwedel	Springe	15.04.
20:08	Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Springe	15.04.

80 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	11,62	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover		
Bezirksrekord:	11,29	Müller, Nicole	1982	LG Weserbergland	12.07.1997	
12,15	-1,1	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Verden	10.06.
12,37	-0,3	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Verden	10.06.
12,48	+1,4	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
12,78	+0,8	Pieper, Friederike	2008	FTSV Jahn Brinkum	Hamburg	18.06.
12,93	-1,1	Scholze, Linna	2008	VfL Bückeburg	Verden	10.06.
13,08	-1,8	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Sarstedt	25.06.
13,08	-1,5	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
13,11	-0,5	Harms, Clara	2008	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
13,36	-0,6	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt	25.06.
13,79	+0,2	Husemann, Helene	2008	Eintracht Hildesheim	Zeven	27.05.

Jugend W15

300 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	45,02	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	43,30	Brodersen, Deborah	1993	LG Weserbergland	06.09.2008

47,33	Faulhaber, Fenja	2008	LG Einbeckh./Messenk.	Stuttgart	30.07.
47,65	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Hannover	21.06.
47,98	Dierks, Emilia	2008	VfL Eintracht Hannover	Hannover	21.06.
51,79	Nordmeyer, Yfke	2008	TSV Asendorf	Garbsen	16.04.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,60	Gurka, Lena Isabel	2007	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	8,59	Doering, Ada	2004	VfL Hameln	14.09.2019

1,72	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Fallersleben	16.09.
1,68	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Hamburg	09.09.
1,65	Stichnoth, Malin	2008	VSV Rössing	Stuhr-Moordeich	06.05.
1,54	Kloene, Luisa	2008	LG Einbeckh./Messenk.	Burgdorf	18.05.
1,52	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06.
1,48	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
1,48	Emmermacher, Maite	2008	MTV Friesen Bakede	Hameln	04.06.
1,46	Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Burgdorf	18.05.
1,46	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck	03.09.
1,44	Rolfe, Liv Helen	2008	TuS Sulingen	Stuhr	03.06.
1,44	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Fallersleben	16.09.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	3,66	Härke, Klara	2007	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	3,66	Härke, Klara	2007	MTV 49 Holzminden	03.07.2022
Bezirksrekord:	3,66	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	28.09.2006

3,05	Thimm, Julika	2008	MTV 49 Holzminden	Hamburg	23.09.
------	---------------	------	-------------------	---------	--------

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,44	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	6,08	Homeier, Merle	1999	VfL Bückeburg	05.07.2014

5,78	+1,2	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	Hamburg	18.06.
5,16	+0,2	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Sarstedt	24.06.
5,10	+0,1	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Hannover	13.05.
5,09	+0,3	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Verden	10.06.
5,01	-0,3	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Hannover	07.07.
4,97	-1,5	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Verden	10.06.
4,94	+0,0	Scholze, Linna	2008	VfL Bückeburg	Verden	10.06.
4,87		Emmermacher, Maite	2008	MTV Friesen Bakede	Sarstedt	17.06.
4,82	-0,1	Bocian, Laura	2008	LG Weserbergland	Edemissen	28.05.
4,82	+0,0	Peters, Enna	2008	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen	17.06.

Jugend W15

Dreisprung

Bestl. 2022:	10,71	Felix, Sydney	2007	VfL Eintracht Hannover		
Bezirksrekord:	11,79	Brüning, Tabea	1994	TSV Asendorf	19.07.2009	
11,38	-0,3	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	Garbsen	25.07.
11,25	+0,4	Nordmeyer, Yfke	2008	TSV Asendorf	Hamburg	17.06.
10,97	+0,1	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Garbsen	21.05.
10,53	+0,0	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Hamburg	23.09.
10,32	+0,1	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
9,42	+0,1	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Garbsen	07.05.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	12,57	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	13,22	Bormann, Christin	1994	TSV Asendorf	12.09.2009
10,87	Kloene, Luisa	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Verden	11.06.
10,03	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	Stuhr-Moordeich	24.05.
10,00	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Verden	11.06.
9,87	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Sarstedt	24.06.
9,77	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Hamburg	24.09.
9,59	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Sarstedt	24.06.
9,43	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	06.05.
9,12	Stichnoth, Malin	2008	VSV Rössing	Sarstedt	03.06.
9,10	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	22.04.
8,90	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Verden	11.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	25,60	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	34,36	Schiffke, Berit	1985	VfV Hildesheim	12.08.2000
27,02	Kloene, Luisa	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
23,02	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Fallersleben	16.09.
22,01	Woitt, Lea	2008	TuS Sulingen	Hannover	23.09.
20,23	Krüger, Lilli	2008	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.
20,05	Hesse, Florentine	2008	MTV Eintracht Borsum	Minden	24.06.
19,05	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Uslar	15.04.
18,03	Kokic, Ana	2008	TV Eintracht Sehnde	Stuhr-Moordeich	06.05.
16,87	Scharfenberg, Leonie	2008	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.
16,84	Petermann, Lisa	2008	SC Langenhagen	Verden	22.04.
16,29	Wellner, Johanna	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.

Hammerwurf 3 kg

Bezirksrekord:	48,06	Besch, Julia	1999	VfR Evesen	27.04.2014
30.23	Weiß, Melissa	2008	VfR Evesen	Porta Westfalica	08.01.

Jugend W15

Speerwurf 500 g

Bestl. 2022:	42,46	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	42,46	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	11.09.2022
32,78	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Verden	10.06.
32,55	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Sarstedt	25.06.
31,25	Stichnoth, Malin	2008	VSV Rössing	Berlin	08.07.
29,91	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	28.05.
29,86	Kloene, Luisa	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Verden	10.06.
28,70	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Hamburg	23.09.
27,40	Kokic, Ana	2008	TV Eintracht Sehnde	Sarstedt	16.09.
27,32	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt	25.06.
26,27	Krüger, Lilli	2008	FSV Sarstedt	Sarstedt	16.09.
25,21	Petermann, Lisa	2008	SC Langenhagen	Verden	10.06.

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	43,00	Hollenbach, Heidi	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	63,00	Kühn, Johanna	1995	Post-SV Stadthagen	18.09.2010
47,50	Kloene, Luisa	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Bad Münder	16.09.
41,00	Emmermacher, Maite	2008	MTV Friesen Bakede	Bad Münder	16.09.
38,00	Möller, Mia	2008	TS Großburgwedel	Stuhr	03.06.
38,00	Woitt, Lea	2008	TuS Sulingen	Syke	27.08.
37,00	Wismer, Hannah	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Hannover	17.05.
32,00	Harms, Clara	2008	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
32,00	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Fallersleben	16.09.
29,50	Dierks, Emilia	2008	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
29,50	Wellner, Johanna	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Bad Münder	16.09.
26,00	Faulhaber, Fenja	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	Minden	29.04.
26,00	Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	Stuhr	03.06.

Jugend W15

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)

Bestl. 2022:	1.549	Humphrey, Karla	2007	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	1.686	Siemer, Lara	2002	TK zu Hannover	13.05.2017
1.646	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	Stuhr-Moordeich	24.05.
	12,81(+0,0)-5,42(-1,0)-10,03				
1.524	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.05.
	13,49(+0,0)-5,09(-0,6)-9,36				
1.515	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	06.05.
	12,90(+0,2)-4,51(-0,8)-9,43				
1.443	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	13,71(-1,3)-4,88(-0,3)-8,39				
1.401	Nordmeyer, Yfke	2008	TSV Asendorf	Stuhr-Moordeich	24.05.
	14,06(+0,0)-4,64(+0,4)-8,70				
1.386	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
	13,95(-1,4)-4,63(+0,0)-8,17				
1.342	Pieper, Friederike	2008	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	24.05.
	14,12(+0,0)-4,71(-0,1)-7,31				
1.335	Kloene, Luisa	2008	LG Einbeckh./Messenk.	Burgdorf	18.05.
	15,19(+0,9)-4,26(+0,0)-10,11				
1.327	Bräuer, Sara	2008	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	24.05.
	13,07(+0,0)-4,36(+0,3)-6,00				
1.321	Peters, Enna	2008	TSV Burgdorf	Altwarmbüchen	17.06.
	13,94(+0,8)-4,82(+0,0)-6,32				

4-Kampf

100m-Weit-Hoch-Kugel (3kg)

Bestl. 2022:	2.116	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	2.334	Brodersen, Deborah	1993	LG Weserbergland	27.04.2008
2.188	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Sarstedt	24.06.
	13,06(+0,7)-5,16(+0,2)-1,68-9,59				
1.998	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Sarstedt	24.06.
	13,25(+0,7)-4,87(-0,2)-1,56-7,88				
1.966	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06.
	13,63(+0,6)-4,52(+0,0)-1,52-9,35				
1.936	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	13,71(-1,3)-4,88(-0,3)-1,48-8,39				
1.864	Kloene, Luisa	2008	LG Einbeckh./Messenk.	Burgdorf	18.05.
	15,19(+0,9)-4,26(+0,0)-1,54-10,11				
1.852	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Sarstedt	24.06.
	13,45(+0,7)-4,50(-1,8)-1,28-9,87				
1.849	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	24.06.
	13,88(+0,6)-4,43(+2,8)-1,44-8,42				
1.843	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
	13,95(-1,4)-4,63(+0,0)-1,42-8,17				
1.789	Ingrassia, Sofia	2008	TK zu Hannover	Sarstedt	24.06.
	14,05(+0,6)-4,41(-0,7)-1,36-8,55				
1.780	Emmermacher, Maite	2008	MTV Friesen Bakede	Sarstedt	24.06.
	14,27(+0,6)-4,78(-1,1)-1,44-6,70				

Jugend W15

7-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-80m H.-Speer (500g)-800m

Bestl. 2022: 3.790 Wölfer, Savanna-Sara 2007 TK zu Hannover
Bezirksrekord: 3.945 Brodersen, Deborah 1993 LG Weserbergland 05.07.2008

3.727	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	13,06(+0,7)-5,16(+0,2)-9,59-1,68/12,55(-1,8)-32,55-2:40,39				
3.469	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	13,63(+0,6)-4,52(+0,0)-9,35-1,52/13,36(-0,6)-27,32-2:28,66				
3.260	Geweke, Kimberly	2008	Garbsener SC	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	13,45(+0,7)-4,50(-1,8)-9,87-1,28/13,08(-1,8)-23,66-2:43,20				
3.134	Rudolph, Lena	2008	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	13,88(+0,6)-4,43(+2,8)-8,42-1,44/15,42(-0,4)-20,10-2:36,55				
2.978	Viole, Caroline Marie	2008	SG Bredenbeck-Holtensen	Edemissen	06.05./ 07.05.
	12,90(+0,2)-4,51(-0,8)-9,43-o/12,58(-0,8)-28,39-2:48,29				
2.965	Schröder, Maribell	2008	Garbsener SC	Sarstedt	24.06./ 25.06.
	13,25(+0,7)-4,87(-0,2)-7,88-1,56/12,71(-1,8)-o-2:49,06				

Block S/S

100m-80m H.-Weit-Hoch-Speer (500g)

Bestl. 2022: 2.629 Härke, Klara 2007 MTV 49 Holzminden
Bezirksrekord: 2.928 Homeier, Merle 1999 VfL Bückeburg 05.07.2014

2.776	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	Fallersleben	16.09.
	13,47(-0,6)-12,68(-0,1)-5,14(-0,3)-1,72-31,00				
2.422	Schütte, Amelie	2008	LG Weserbergland	Fallersleben	16.09.
	13,93(-0,8)-13,08(-1,5)-4,92(+0,0)-1,48-18,23				
2.304	Lüttich, Baja Luise	2008	TV Eintracht Sehnde	Fallersleben	16.09.
	14,23(-0,8)-14,82(-0,4)-4,59(+0,0)-1,44-23,53				
2.243	Scholze, Linna	2008	VfL Bückeburg	Minden	29.04.
	13,51(+0,5)-13,16(+0,0)-4,60(+0,0)-1,32-12,40				
2.170	Petermann, Lisa	2008	SC Langenhagen	Fallersleben	16.09.
	14,54(-0,8)-15,18(-0,4)-4,18(+0,0)-1,36-23,78				
1.942	Peters, Enna	2008	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
	14,7-16,1-4,69-1,20-14,48				

Jugend W15

Block Lauf

100m-80m H.-Weit-Ball-2000m

Bestl. 2022:	2.333	Lattner, Sophie	2007	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	2.792	Halm, Michaela	1985	LG Weserbergland	12.08.2000
2.238	Faulhaber, Fenja	2008 LG Einbeckh./Messenk.	Fallersleben	16.09.	
	13,66(-2,4)-14,32(-0,3)-4,29(-1,1)-25,50-7:49,05				
2.222	Dierks, Emilia	2008 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	
	13,80(-2,4)-14,72(+0,4)-4,49(-0,8)-29,50-8:17,52				
2.180	Rudolph, Lena	2008 SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Fallersleben	16.09.	
	14,55(-2,4)-15,64(-0,3)-4,29(+0,0)-32,00-7:41,72				
2.102	Möller, Mia	2008 TS Großburgwedel	Stuhr	03.06.	
	14,24(+0,6)-14,72(+1,1)-4,25(+0,0)-38,00-10:01,66				
2.101	Papendieck, Liv	2008 TS Großburgwedel	Stuhr	03.06.	
	14,84(+0,6)-15,59(+1,1)-4,05(+0,0)-26,00-7:29,56				
1.981	Steege, Carlotta	2008 VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.	
	15,29(+0,6)-16,99(+1,1)-3,58(+0,0)-25,00-7:12,51				
1.926	Harms, Clara	2008 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	
	13,43(-0,2)-13,11(-0,5)-4,69(+0,0)-27,00-aufg.				
1.906	Borth, Florentine	2008 TS Großburgwedel	Stuhr	03.06.	
	15,96(+0,6)-17,62(+1,1)-3,76(+0,0)-21,00-7:09,82				

Block Wurf

100m-80m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)

Bestl. 2022:	2.374	Knaust, Lucie	2007	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	2.738	Kerl, Felina	2005	LG Weserbergland	03.10.2020
2.420	Viole, Caroline Marie	2008 SG Bredenbeck-Holtensen	Fallersleben	16.09.	
	13,35(-0,9)-12,53(+0,4)-4,22(+0,5)-9,40-23,02				
2.185	Lüttich, Baja Luise	2008 TV Eintracht Sehnde	Stuhr	03.06.	
	13,81(-0,1)-14,29(+1,2)-4,74(-1,7)-8,21-14,80				
2.086	Rudolph, Lena	2008 SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Stuhr	03.06.	
	13,96(-0,1)-15,48(+1,2)-4,03(+0,0)-8,70-16,90				

Jugend W14

100 m Lauf

Bestl. 2022:	13,05	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	
Bezirksrekord:	12,16	Leinemann, Birgit	1968	TKJ Sarstedt	03.07.1982
13,00	+1,4	Kacou, Emma	2009 TuS Bothfeld	Verden	11.06.
13,13	+0,3	Lucya, Fiona Antonia	2010 TV 87 Stadtoldendorf	Verden	11.06.
13,16	-0,2	Bergmann, Zoe Marie	2009 FTSV Jahn Brinkum	Hamburg	17.06.
13,31	+0,0	Ehlers, Leila	2009 TSV Asendorf	Wunstorf	01.07.
13,38	-0,9	Schwabe, Charlotte	2010 VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
13,50	+0,2	Stelmaszyk, Jasmin	2009 TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
13,50	+0,9	Folgosio Weigmann, Nila	2009 LG Neustadt Nord	Sarstedt	20.08.
13,52	+1,4	Birg, Josefine	2009 VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
13,64	-1,5	Bandow, Sinya	2009 Garbsener SC	Sarstedt	24.06.
13,68	+0,5	Bosnjak, Ivana	2009 TSV Bemerode	Sarstedt	03.06.

Jugend W14

300 m Lauf

Bestl. 2022:	42,91	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	
Bezirksrekord:	41,02	Humphrey, Karla	2007	Garbsener SC	18.07.2021
41,61	Kacou, Emma	2009	TuS Bothfeld	Verden	10.06.
43,01	Folgosó Weigmann, Nila	2009	LG Neustadt Nord	Stuhr	23.09.
44,44	Ehlers, Leila	2009	TSV Asendorf	Wunstorf	01.07.
45,20	Undeutsch, Linn	2009	VfL Bückeburg	Stadthagen	09.09.
47,43	Fink, Cleo	2009	SG Bredenbeck-Holtensen	Einbeck	03.09.
48,09	Giesler, Kendra	2009	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	01.07.
48,25	Bernau, Charlotte	2009	TV 87 Stadtoldendorf	Einbeck	03.09.
48,82	Walkowiak, Pia	2009	VfL Bückeburg	Stadthagen	09.09.
49,48	Randemann, Lisa	2009	TK zu Hannover	Hamburg	24.09.
50,30	Kasner, Leni	2009	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	29.04.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:25,40	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	
Bezirksrekord:	2:15,33	Leinemann, Birgit	1968	TKJ Sarstedt	03.07.1982
2:19,97	Folgosó Weigmann, Nila	2009	LG Neustadt Nord	Hamburg	09.09.
2:35,03	Giesler, Kendra	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover	13.05.
2:35,25	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Verden	11.06.
2:37,13	Walkowiak, Pia	2009	VfL Bückeburg	Verden	11.06.
2:42,30	Gesch, Lara	2009	TV Lohnde	Hamburg	23.09.
2:46,39	Ehlers, Leila	2009	TSV Asendorf	Delmenhorst	14.07.
2:46,54	Klasen, Annie	2009	Post-SV Stadthagen	Stadthagen	23.06.
2:47,61	Undeutsch, Linn	2009	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
2:48,99	Polle, Mia Carlotta	2009	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	06.05.
2:55,04	Hermjohannes, Lisa	2009	TuS Sulingen	Stuhr-Moordeich	06.05.

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	6:54,77	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	
Bezirksrekord:	6:44,67	Vogelgesang, Lisa	1999	Eintracht Hildesheim	31.08.2013
7:32,82	Präger, Frederike	2009	TS Großburgwedel	Verden	10.06.
9:08,68	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
9:59,56	Zastrow, Clara	2009	TSV Gronau	Uslar	15.04.
10:09,9	Schildknecht, Hanna Rosa	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
11:06,32	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
11:13,73	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	10:51,16	Niemeyer, Franka	2008	TSV Gronau	
Bezirksrekord:	10:42,69	Hoffmann, Liv	2003	Eintracht Hildesheim	15.07.2017
11:17,10	Grabbe, Marie	2009	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
11:39,99	Präger, Frederike	2009	TS Großburgwedel	Garbsen	01.05.

Jugend W14

5 km Str.

Bestl. 2022: 19:25 Borth, Florentine 2008 TS Großburgwedel
 Bezirksrekord: 19:13 Eckert, Nadine 1989 TuS Wunstorf 09.05.2003

20:04 Präger, Frederike 2009 TS Großburgwedel Springe 15.04.

80 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022: 12,61 Evers, Carolin 2008 LC Hansa Stuhr
 Bezirksrekord: 11,63 Paul, Johanna 2003 TuS Wunstorf 23.09.2017

12,78	-1,0	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	10.06.
12,86	-0,1	Kacou, Emma	2009	TuS Bothfeld	Verden	10.06.
13,14	+0,3	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Berlin	28.05.
13,36	-0,1	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	10.06.
13,53	+1,4	Rieger, Anna	2009	MTV 49 Holzminden	Edemissen	26.08.
13,68	-0,5	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
13,73	-0,1	Ehlers, Leila	2009	TSV Asendorf	Verden	10.06.
14,05	-0,6	Mouliom, Inayah	2009	VfV Hildesheim	Hildesheim	21.05.
14,34	+0,5	Litza, Magdalena	2009	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	29.04.
14,46	+0,7	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	Stuhr	03.06.

300 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022: 52,80 Nordmeyer, Yfke 2008 TSV Asendorf
 Bezirksrekord: 45,45 Humphrey, Karla 2007 Garbsener SC 17.07.2021

48,52 Ehlers, Leila 2009 TSV Asendorf Bremen 12.08.

Hochsprung

Bestl. 2022: 1,63 Evers, Carolin 2008 LC Hansa Stuhr
 Bezirksrekord: 1,76 Repnak, Christin 1997 MTV Mellendorf 20.08.2011

1,59	von Finckenstein, Florence	2009	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
1,48	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Garbsen	25.07.
1,47	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Stuhr-Moordeich	06.05.
1,47	Litza, Magdalena	2009	TV Eintracht Sehnde	Stuhr-Moordeich	06.05.
1,46	Näfe, Lene	2009	TSV Bemerode	Sarstedt	03.06.
1,46	Stelmaszyk, Jasmin	2009	TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
1,45	Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	17.06.
1,44	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
1,40	Kacou, Emma	2009	TuS Bothfeld	Osterode	06.05.
1,40	Heidemann, Lina Madita	2009	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.05.
1,40	Schindler, Sunja	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	24.06.

Stabhochsprung

Bestl. 2022: 2,61 Thimm, Julika 2008 MTV 49 Holzminden
 Bezirksrekord: 3,71 Roloff, Annika 1991 MTV 49 Holzminden 09.09.2005

3,31	Rieger, Anna	2009	MTV 49 Holzminden	Oldenburg	20.05.
2,80	Hennigfeld, Friederike	2009	MTV 49 Holzminden	Hamburg	18.06.
1,96	Wendt, Emma Wolke	2009	MTV 49 Holzminden	Edemissen	26.08.

Jugend W14

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,35	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	5,79	Krumm, Petra	1970	Eintracht Hildesheim	31.05.1984
4,97	-0,5	Ruf, Helene	2009	VfL Eintracht Hannover	Hannover 13.05.
4,88	-0,8	Bergmann, Zoe Marie	2009	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich 06.05.
4,86	+0,1	Gesch, Lara	2009	TV Lohnde	Hannover 13.05.
4,82	-0,5	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Verden 10.06.
4,75	-0,2	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen 26.08.
4,74	+0,9	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 24.06.
4,74	-0,1	Näfe, Lene	2009	TSV Bemerode	Edemissen 26.08.
4,71	+0,2	Stelmaszyk, Jasmin	2009	TV Eintracht Sehnde	Wunstorf 01.07.
4,67	+0,2	Rieger, Anna	2009	MTV 49 Holzminden	Hamburg 23.09.
4,62	-1,0	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben 16.09.

Dreisprung

Bestl. 2022:	10,74	Michelmann, Lynn	2008	TSV Asendorf	
Bezirksrekord:	10,82	Hübner, Hanna	1993	LC Hansa Stuhr	17.06.2007
10,66	-1,0	Gesch, Lara	2009	TV Lohnde	Hamburg 23.09.
8,22	+0,2	Ehlers, Leila	2009	TSV Asendorf	Garbsen 01.05.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	10,29	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	
Bezirksrekord:	12,65	Flügel, Heike	1959	Eintracht Hildesheim	18.05.1973
11,91		Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden 10.06.
9,79		Bosnjak, Ivana	2009	TSV Bemerode	Sarstedt 03.06.
9,20		Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg 24.09.
8,37		Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt 07.05.
8,11		Schildknecht, Hanna Rosa	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf 18.05.
8,01		Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg 24.09.
7,98		Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Sarstedt 24.06.
7,95		Litza, Magdalena	2009	TV Eintracht Sehnde	Stuhr-Moordeich 06.05.
7,72		Schindler, Sunja	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt 22.04.
7,66		Kacou, Emma	2009	TuS Bothfeld	Zeven 28.05.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	24,43	Kloene, Luisa	2008	LG Eimbeckh./Messenk.	
Bezirksrekord:	34,35	Kassel, Svenja	1986	LG Hannover	01.10.2000
27,18		Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Fallersleben 16.09.
22,33		Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Stuhr-Moordeich 06.05.
19,73		Schindler, Sunja	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt 22.04.
19,51		Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt 22.04.
19,09		Stürm, Solvay Freya	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen 07.10.
18,09		Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	Stadthagen 07.10.
17,76		Zastrow, Clara	2009	TSV Gronau	Einbeck 03.09.
16,25		Fischer, Michelle	2009	TK Berenbostel	Wunstorf 01.07.
15,84		Jedamzik, Lena	2009	FSV Sarstedt	Stuhr-Moordeich 06.05.
15,76		Schade, Ella	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen 06.09.

Jugend W14

Speerwurf 500 g

Bestl. 2022:	28,22	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	39,69	Wölfer, Savanna-Sara	2007	TK zu Hannover	26.09.2021
30,97	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
29,71	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Stuhr-Moordeich	06.05.
27,30	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	18.05.
26,00	Schildknecht, Hanna Rosa	2009	TSV Burgdorf	Hannover	23.09.
25,35	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	06.05.
22,40	Stürm, Solvay Freya	2010	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	07.10.
22,33	Schindler, Sunja	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Hildesheim	21.05.
21,81	Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	25.06.
21,77	Näfe, Lene	2009	TSV Bemerode	Sarstedt	16.09.
20,98	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	46,00	Hollenbach, Sophie	2008	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	62,00	Krause, Diana	1978	TuS Altwarmbüchen	15.08.1992
47,00	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
46,50	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
39,50	Schildknecht, Hanna Rosa	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.
39,50	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.
32,00	Schade, Ella	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
25,50	Ehlers, Leila	2009	TSV Asendorf	Stuhr	03.06.
23,50	Schmidt, Lia Malin	2009	MTV Friesen Bakede	Bad Münder	16.09.
22,50	Kirschner, Amelie	2009	TSV Asendorf	Syke	27.08.
13,00	Reshetnik, Edelina	2009	LG Nienburg	Syke	27.08.

3-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)

Bestl. 2022:	1.433	Schütz-Grönke, Amy	2008	TuS Bothfeld	
Bezirksrekord:	1.694	Kühn, Johanna	1995	Post-SV Stadthagen	19.09.2009
1.537	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,58(+0,4)-4,74(+1,6)-10,85				
1.383	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,72(+0,4)-4,32(-0,1)-8,49				
1.369	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Edemissen	06.05.
	13,85(+0,2)-4,72(-1,4)-7,41				
1.283	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	14,11(+0,6)-4,26(+0,0)-7,11				
1.272	Schildknecht, Hanna Rosa	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
	14,88(-0,6)-4,25(+0,1)-8,11				
1.270	Schade, Ella	2009	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
	14,05(+2,0)-4,29(+0,0)-6,64				
1.269	Güttler, Charlene	2009	LG Weserbergland	Hameln	21.05.
	14,22(-1,3)-4,12(-0,3)-7,33				
1.248	Näfe, Lene	2009	TSV Bemerode	Sarstedt	07.05.
	14,26(-2,1)-4,23-6,66				
1.246	Litza, Magdalena	2009	TV Eintracht Sehnde	Altwarmbüchen	17.06.
	14,56(+0,5)-4,07(+0,0)-7,50				
1.244	Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	07.05.
	15,47(-1,2)-4,25-8,37				

Jugend W14

4-Kampf

100m-Weit-Hoch-Kugel (3kg)

Bestl. 2022:	1.997	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	2.187	Homeier, Merle	1999	VfL Bückeburg	22.06.2013
1.910	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
	13,52(+1,4)-4,65(+1,4)-1,32-10,42				
1.889	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Sarstedt	24.06.
	13,64(-1,5)-4,79(+0,1)-1,44-7,98				
1.828	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
	14,06(-0,2)-4,74(+0,9)-1,44-7,49				
1.802	Maiwald, Lara	2009	VfL Eintracht Hannover	Verden	17.05.
	13,72(+0,4)-4,32(-0,1)-1,36-8,49				
1.769	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06.
	13,38(-0,9)-4,43(+1,1)-1,32-7,39				
1.750	Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	24.06.
	14,81(-0,9)-4,41(+0,9)-1,40-8,36				
1.734	Näfe, Lene	2009	TSV Bernerode	Sarstedt	24.06.
	14,20(-0,2)-4,34(+1,2)-1,44-6,69				
1.682	Schindler, Sunja	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	24.06.
	14,80(-0,9)-4,25(+0,4)-1,40-7,23				
1.679	Schildknecht, Hanna Rosa	2009	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
	14,88(-0,6)-4,25(+0,1)-1,34-8,11				
1.632	Litza, Magdalena	2009	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
	14,67(-0,6)-3,98(+0,0)-1,34-7,45				

7-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-80m H.-Speer (500g)-800m

Bestl. 2022:	3.472	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	3.794	Nowag, Katinka	1986	LG Weserbergland	12.08.2000
3.280	Bandow, Sinya	2009	Garbsener SC	Sarstedt	24.06./
	13,64(-1,5)-4,79(+0,1)-7,98-1,44/13,31(-0,6)-19,85-2:35,61				25.06.
3.242	Birg, Josefine	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06./
	13,52(+1,4)-4,65(+1,4)-10,42-1,32/13,40(-0,5)-27,50-3:06,75				25.06.
3.186	Bödeker, Niya	2009	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06./
	14,06(-0,2)-4,74(+0,9)-7,49-1,44/13,08(-0,5)-26,64-3:02,48				25.06.
2.996	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	24.06./
	13,38(-0,9)-4,43(+1,1)-7,39-1,32/14,73(-1,3)-18,63-2:52,07				25.06.
2.890	Renner, Tomke	2009	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	24.06./
	14,81(-0,9)-4,41(+0,9)-8,36-1,40/16,57(-1,3)-21,81-3:03,65				25.06.
2.784	Schindler, Sunja	2009	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	24.06./
	14,80(-0,9)-4,25(+0,4)-7,23-1,40/17,04(-1,3)-18,63-2:59,90				25.06.

Jugend W14

Block S/S

100m-80m H.-Weit-Hoch-Speer (500g)

Bestl. 2022:	2.653	Evers, Carolin	2008	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	2.862	Repnak, Christin	1997	MTV Mellendorf	20.08.2011
2.383	Bödeker, Niya	2009 VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.	14,06(+1,4)-13,10(+0,0)-4,36(+1,0)-1,44-23,58
2.304	Maiwald, Lara	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	13,99(-0,7)-14,54(-0,5)-4,62(-1,0)-1,40-22,65
2.145	Renner, Tomke	2009 MTV 48 Hildesheim	Stuhr	03.06.	14,82(+0,0)-16,71(+0,8)-4,45(+1,4)-1,44-21,40
1.952	Heidemann, Lina Madita	2009 LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.	14,92(+1,4)-16,29(+0,0)-3,94(+0,0)-1,36-13,68
1.933	Schwabe, Charlotte	2010 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	13,38(-0,7)-13,68(-0,5)-4,71(+0,0)-o-19,63
1.639	Lampe, Amelie	2009 TuS Niedermöhlen	Stuhr	03.06.	16,23(+0,0)-18,12(+0,8)-3,15(+0,6)-1,24-14,46

Block Lauf

100m-80m H.-Weit-Ball-2000m

Bestl. 2022:	2.093	Papendieck, Liv	2008	TS Großburgwedel	
Bezirksrekord:	2.705	Wehner, Marika	1992	LC Hansa Stuhr	08.07.2006
2.265	Härke, Elise	2010 VSV Rössing	Stuhr	03.06.	14,69(+1,2)-14,46(+0,7)-3,96(+0,0)-35,00-7:11,93
2.247	Maiwald, Lara	2009 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	14,02(-0,2)-14,95(-0,5)-4,56(+0,1)-44,00-9:08,68
2.166	Birg, Josefine	2009 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	13,84(-0,2)-13,69(-0,5)-4,44(+0,0)-40,50-11:06,32
2.092	Bödeker, Niya	2009 VfL Eintracht Hannover	Einbeck	23.04.	14,39(-0,2)-13,29(-0,5)-4,09(+0,0)-39,50-11:13,73
1.846	Schildknecht, Hanna Rosa	2009 TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.	15,5-17,0-3,80-39,50-10:09,9

Block Wurf

100m-80m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)

Bestl. 2022:	2.243	Geweke, Kimberly	2008	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	2.748	Paul, Johanna	2003	TuS Wunstorf	01.07.2017
2.512	Birg, Josefine	2009 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.	13,62(-0,3)-13,36(+0,1)-4,71(-0,7)-10,95-27,18
1.979	Schindler, Sunja	2009 SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Fallersleben	16.09.	14,72(-0,3)-17,00(-0,7)-4,56(-0,8)-7,33-17,56
1.637	Blaskowitz, Laura	2009 TuS Wettbergen	Fallersleben	16.09.	15,69(-0,5)-18,27(-0,7)-3,54(-1,6)-6,70-11,76

Weibliche Jugend U14

4 x 75 m Staffel

Bestl. 2022: 40,92 TV Eintracht Sehnde

42,48	StG Neustadt-Nord/Großburgwedel Schramm, Carolina (2010); Bartsch, Emilia (2012); Große, Emily (2012); Faust, Johanna (2010)	Stuhr	23.09.
42,71	TuS Wettbergen Cyrol, Emilia (2010); Grund, Lotta (2010); Arnhold, Jill (2010); Senft, Anna Sophie (2010)	Altwarmbüchen	17.06.
43,53	StG Brinkum-Asendorf Wendt, Jolina (2010); Martin, Lina (2010); Kathmann, Lilli (2011); Lübke, Mathilda (2010)	Wehdel	29.04.
43,77	TuS Bothfeld Caputo, Alicia (2010); Klages, Darja (2011); Bütehörn, Sonja (2011); Szemerski, Mala Ebal (2011)	Hannover	29.04.
43,80	MTV Groß Buchholz Schmidt zum Berge, Maja (2011); Lüth, Elisa (2010); Wefstaedt, Ella (2010); Bog, Carlotta (2012)	Wunstorf	09.09.
44,00	LC Hansa Stuhr Roddewig, Amelie (2010); Schwier, Carlotta (2011); Kriegel, Tessa (2011); Nolte, Maja Mercedes (2011)	Stuhr	23.09.
44,41	SC Hemmingen-Westerf. Wippich, Alissa (2011); Oumard, Helene (2011); Spiesicke, Hanna (2011); Schlegel, Alina Josephine (2012)	Neustadt a.R.	17.09.
49,16	TuS Niedernwöhren Lampe, Laurien (2011); Schütte, Denise (2010); Heine, Marielle (2011); Gellermann, Clara (2010)	Stadthagen	26.08.

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 9:18,86 LC Hansa Stuhr

8:44,77	MTV Groß Buchholz Bog, Carlotta (2012); Schmidt Zum Berge, Maja (2011); Wefstaedt, Ella (2010)	Edemissen	07.05.
8:59,26	TuS Bothfeld Lau, Carlotta (2011); Hauswirth, Marika (2011); Bütehörn, Sonja (2011)	Edemissen	07.05.
9:06,50	MTV Rethmar I Hawranek, Alexia (2011); Schrader, Lisa (2010); Jochim, Enie (2010)	Edemissen	07.05.
10:22,80	MTV Rethmar II El Orfi, Noura (2011); Berger, Selina (2010); Schunn, Amelie (2010)	Edemissen	07.05.

3-Kampf Ma.

75m-Weit-Ball

Bestl. 2022: 6.105 TKJ Sarstedt

5.640	TuS Wettbergen Senft, Anna Sophie (2010) - 1.230; Cyrol, Emilia (2010) - 1.205; Grund, Lotta (2010) - 1.127 Milicevic, Ema (2010) - 1.048; Arnhold, Jill (2010) - 1.030	Hannover	26.08.
-------	--	----------	--------

Weibliche Jugend U14

Block Mannschaft

Bestl. 2022: 10.018 TKJ Sarstedt

9.315	TuS Wettbergen		Stuhr	03.06.
	Senft, Anna Sophie (2010) - 2.184; Cyrol, Emilia (2010) - 2.171; Bellair, Maja (2011) - 1.705 Milicevic, Ema (2010) - 1.634; Grund, Lotta (2010) - 1.621			

Jugend W13

75 m Lauf

Bestl. 2022: 10,10 Stelmaszyk, Jasmin 2009 TV Eintracht Sehnde

9,91	Lucya, Fiona Antonia	2010	TV 87 Stadtoldendorf	Nienhagen	17.05.
10,17	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Hannover	29.04.
10,50	Senft, Anna Sophie	2010	TuS Wettbergen	Edemissen	28.05.
10,3	Lübke, Mathilda	2010	FTSV Jahn Brinkum	Bremen	03.09.
10,56	Schramm, Carolina	2010	TS Großburgwedel	Edemissen	28.05.
10,60	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
10,95	Wulf, Stine Mathilda	2010	TV Eintracht Algermissen	Sarstedt	17.06.
10,99	Warneboldt, Pia Luisa	2010	Eintracht Hildesheim	Gronau	09.09.
10,8	Cyrol, Emilia	2010	TuS Wettbergen	Bremen	03.09.
11,20	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.

800 m Lauf

Bestl. 2022: 2:27,20 Folgoso Weigmann, Nila 2009 TSV Neustadt

2:33,04	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	Bad Harzburg	01.05.
2:34,96	Lucya, Fiona Antonia	2010	TV 87 Stadtoldendorf	Bad Harzburg	01.05.
2:37,85	Faust, Johanna	2010	LG Neustadt Nord	Neustadt a.R.	17.09.
2:40,34	Wefstaedt, Ella	2010	MTV Groß Buchholz	Hildesheim	21.05.
2:43,68	Hoffmann, Isa	2010	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
2:52,07	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	25.06.
2:56,09	Schwarze, Anni	2010	TKJ Sarstedt	Hildesheim	21.05.
2:56,25	Jochim, Enie	2010	MTV Rethmar	Wunstorf	24.05.
3:02,11	Baxmann, Lea	2010	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
3:05,37	Schünemann, Marie	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.

2000 m Lauf

Bestl. 2022: 7:15,18 Präger, Frederike 2009 TS Großburgwedel

7:11,93	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	Stuhr	03.06.
---------	--------------	------	-------------	-------	--------

3000 m Lauf

Bestl. 2022: 11:39,37 Präger, Frederike 2009 TS Großburgwedel

11:21,59	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	Einbeck	03.09.
----------	--------------	------	-------------	---------	--------

Jugend W13

5 km Str.

Bestl. 2022: 19:59 Präger, Frederike 2009 TS Großburgwedel

26:58	Priebe, Frieda Lucy	2010 LG Weserbergland	Alfeld	03.10.
-------	---------------------	-----------------------	--------	--------

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022: 10,33 Bödeker, Niya 2009 TKJ Sarstedt

10,4	Cyrol, Emilia	2010 TuS Wettbergen	Bremen	03.09.
10,72	Schwabe, Charlotte	2010 VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
10,74	Schramm, Carolina	2010 TS Großburgwedel	Sarstedt	20.08.
10,5	Blumenthal, Helen	2010 TuS Syke	Bremen	03.09.
10,85	Lucya, Fiona Antonia	2010 TV 87 Stadtoldendorf	Bad Harzburg	01.05.
11,13	Warneboldt, Pia Luisa	2010 Eintracht Hildesheim	Hildesheim	21.05.
11,14	Wölfer, Saphira	2010 VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
11,36	Härke, Elise	2010 VSV Rössing	Bad Harzburg	01.05.
11,37	Senft, Anna Sophie	2010 TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
11,37	Meyer, Jette	2010 TV 87 Stadtoldendorf	Einbeck	03.09.

Hochsprung

Bestl. 2022: 1,47 Litza, Magdalena 2009 TV Eintracht Sehnde

1,54	Lucya, Fiona Antonia	2010 TV 87 Stadtoldendorf	Edemissen	28.05.
1,44	Stürm, Solvay Freya	2010 LG Einbeckh./Messenk.	Hameln	04.06.
1,42	Roddewig, Amelie	2010 LC Hansa Stuhr	Syke	27.08.
1,40	Blumenthal, Helen	2010 TuS Syke	Vechte	25.06.
1,39	Schramm, Carolina	2010 TS Großburgwedel	Burgdorf	18.05.
1,39	Cyrol, Emilia	2010 TuS Wettbergen	Hamburg	24.09.
1,37	Senft, Anna Sophie	2010 TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
1,35	Korb, Lilit	2010 FSV Sarstedt	Sarstedt	17.06.
1,34	Wölfer, Saphira	2010 VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
1,33	Schmidt, Lucienne	2010 TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.

Weitsprung

Bestl. 2022: 5,04 Rieger, Anna 2009 MTV 49 Holzminnen

4,78	Senft, Anna Sophie	2010 TuS Wettbergen	Altwarmbüchen	17.06.
4,71	Schwabe, Charlotte	2010 VfL Eintracht Hannover	Fallersleben	16.09.
4,66	Lucya, Fiona Antonia	2010 TV 87 Stadtoldendorf	Sarstedt	20.08.
4,64	Roddewig, Amelie	2010 LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.05.
4,46	Schramm, Carolina	2010 TS Großburgwedel	Altwarmbüchen	17.06.
4,44	Lübkeermann, Mathilda	2010 FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	24.05.
4,35	Wölfer, Saphira	2010 VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
4,33	Cyrol, Emilia	2010 TuS Wettbergen	Hamburg	23.09.
4,19	Wieland, Anne	2010 MTV Friesen Bakede	Hameln	01.07.
4,14	Korb, Lilit	2010 FSV Sarstedt	Sarstedt	17.06.

Jugend W13

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	10,96	Birg, Josefine	2009	SG Misburg	
8,72	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	Peine	03.06.
7,94	Stürm, Solvay Freya	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	07.10.
7,84	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
7,82	Lucya, Fiona Antonia	2010	TV 87 Stadtoldendorf	Stuhr	23.09.
7,04	Korb, Lilit	2010	FSV Sarstedt	Sarstedt	16.09.
6,67	Wölfer, Saphira	2010	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
6,59	Lübke, Mathilda	2010	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr	03.06.
6,46	Löbig, Maja	2010	TSV Bemerode	Hannover	23.09.
6,43	Blumenthal, Helen	2010	TuS Syke	Stuhr	23.09.
6,40	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	06.05.

Diskuswurf 750 g

Bestl. 2022:	22,05	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
20,18	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	Hannover	23.09.
19,10	Stürm, Solvay Freya	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
18,43	Wölfer, Saphira	2010	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
17,19	Cyrol, Emilia	2010	TuS Wettbergen	Hamburg	24.09.
16,84	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
15,95	Korb, Lilit	2010	FSV Sarstedt	Hannover	23.09.
15,09	Wefstaedt, Ella	2010	MTV Groß Buchholz	Hannover	23.09.
14,36	Schünemann, Marie	2010	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
12,75	Milicevic, Ema	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
12,13	Löbig, Maja	2010	TSV Bemerode	Hannover	23.09.

Speerwurf 400 g

Bestl. 2022:	32,45	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
30,57	Wölfer, Saphira	2010	VfL Eintracht Hannover	Hamburg	23.09.
30,55	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
26,99	Stürm, Solvay Freya	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
24,43	Cyrol, Emilia	2010	TuS Wettbergen	Bremen	03.09.
23,99	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	Hannover	23.09.
22,48	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
21,71	Korb, Lilit	2010	FSV Sarstedt	Hannover	23.09.
18,86	Schütte, Denise	2010	TuS Niedernwöhren	Stuhr	03.06.
18,04	Schünemann, Marie	2010	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
17,95	Lüth, Elisa	2010	MTV Groß Buchholz	Edemissen	28.05.

Jugend W13

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	51,50	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
45,00	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
39,50	Warneboldt, Pia Luisa	2010	Eintracht Hildesheim	Alfeld	29.04.
39,50	Stürm, Solvay Freya	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
39,50	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	Gronau	09.09.
39,00	Wölfer, Saphira	2010	VfL Eintracht Hannover	Hannover	29.04.
38,50	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
36,50	Korb, Lilit	2010	FSV Sarstedt	Gronau	09.09.
35,50	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Hannover	29.04.
35,00	Schünemann, Marie	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
33,00	Cyrol, Emilia	2010	TuS Wettbergen	Wunstorf	09.09.

3-Kampf

75m-Weit-Ball					
Bestl. 2022:	1.422	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
1.387	Roddewig, Amelie 11,06-4,64-38,00	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.05.
1.377	Schwabe, Charlotte 10,44-4,56-30,50	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	07.05.
1.332	Senft, Anna Sophie 10,69-4,46-29,50	2010	TuS Wettbergen	Edemissen	06.05.
1.311	Lübke mann, Mathilda 10,79-4,44-28,50	2010	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Moordeich	24.05.
1.303	Lucya, Fiona Antonia 10,12-4,40-21,00	2010	TV 87 Stadtdendorf	Hameln	21.05.
1.289	Härke, Elise 11,31-3,90-39,50	2010	VSV Rössing	Gronau	09.09.
1.277	Warneboldt, Pia Luisa 10,99-3,95-33,50	2010	Eintracht Hildesheim	Gronau	09.09.
1.274	Stürm, Solvay Freya 11,55-3,94-39,50	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
1.273	Wölfer, Saphira 11,39-3,86-39,00	2010	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
1.266	Wäsch, Vivien 11,93-3,95-42,50	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.

Jugend W13

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022:	1.869	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
1.800	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.05.
	11,06-4,64-1,35-38,00				
1.766	Lucya, Fiona Antonia	2010	TV 87 Stadtoldendorf	Sarstedt	07.05.
	10,20-4,00-1,48-23,50				
1.719	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	07.05.
	10,44-4,56-1,24-30,50				
1.706	Stürm, Solvay Freya	2010	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
	11,55-3,94-1,38-39,50				
1.693	Cyrol, Emilia	2010	TuS Wettbergen	Wunstorf	09.09.
	11,24-4,04-1,38-33,00				
1.680	Wölfer, Saphira	2010	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
	11,39-3,86-1,34-39,00				
1.664	Schramm, Carolina	2010	TS Großburgwedel	Burgdorf	18.05.
	10,88-4,19-1,39-23,50				
1.626	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	Sarstedt	07.05.
	11,52-4,05-1,28-35,50				
1.581	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
	11,93-3,95-1,20-42,50				
1.575	Warneboldt, Pia Luisa	2010	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	07.05.
	11,44-3,74-1,28-33,00				

Block S/S

75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)

Bestl. 2022:	2.343	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
2.302	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
	10,60-11,40-4,53-1,41-22,48				
2.213	Wölfer, Saphira	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	11,48-11,14-4,35-1,33-27,07				
2.184	Senft, Anna Sophie	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
	10,60-11,37-4,63-1,37-13,44				
2.171	Cyrol, Emilia	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
	11,41-11,11-4,17-1,37-21,56				
2.081	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
	11,20-12,02-3,97-1,21-29,76				
1.870	Korb, Lilit	2010	FSV Sarstedt	Stuhr	03.06.
	11,75-12,99-3,78-1,25-18,61				
1.621	Grund, Lotta	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
	11,74-14,07-3,72-1,09-12,18				

Jugend W13

Block Lauf

75m-60m H.-Weit-Ball-800m

Bestl. 2022:	2.198	Kasner, Leni	2009	TV Eintracht Sehnde	
1.996	Schünemann, Marie	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	11,59-11,38-3,49-35,00-3:05,37				
1.757	Baxmann, Lea	2010	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
	11,97-13,56-3,33-27,00-3:03,03				

Block Wurf

75m-60m H.-Weit-Kugel (3kg)-Diskus (750g)

Bestl. 2022:	2.168	Maiwald, Lara	2009	TKJ Sarstedt	
2.229	Schwabe, Charlotte	2010	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	10,24-10,72-4,48-7,84-16,84				
1.634	Milicevic, Ema	2010	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
	11,79-13,48-3,76-5,09-12,75				

Jugend W12

75 m Lauf

Bestl. 2022:	7,10	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	
10,60	Ibrahim, Mirjam	2011	TSV Asendorf	Stuhr	23.09.
10,63	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	09.09.
10,82	Szermerski, Mala Ebalá	2011	TuS Bothfeld	Hannover	29.04.
10,83	Wippich, Alissa	2011	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	03.06.
10,83	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Sarstedt	20.08.
10,85	Westermann, Angelina	2011	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	17.06.
10,90	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	Sarstedt	17.06.
11,03	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
11,11	Kathmann, Lilli	2011	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr	03.06.
11,14	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck	03.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:39,70	Härke, Elise	2010	VSV Rössing	
2:47,48	Szermerski, Mala Ebalá	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
2:48,81	Nolte, Maja Mercedes	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
2:49,82	Bütehörn, Sonja	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
2:50,04	Lau, Carlotta	2011	TuS Bothfeld	Edemissen	28.05.
2:50,42	Lodyga, Alea	2011	TK zu Hannover	Edemissen	28.05.
2:51,55	Emmermacher, Jenny	2011	MTV Friesen Bakede	Stadthagen	07.10.
2:52,46	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Bad Salzungen	01.05.
2:53,92	Schmidt zum Berge, Maja	2011	MTV Groß Buchholz	Hildesheim	21.05.
2:54,08	Westermann, Angelina	2011	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	09.09.
2:56,00	Bormann, Antonina	2011	MTV 48 Hildesheim	Hildesheim	21.05.

Jugend W12

5 km Str.

Bestl. 2022:	22:32	Jochim, Enie	2010	MTV Rethmar	
24:17	Veith, Janne	2011	MTV Friesen Bakede	Alfeld	03.10.

60 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	11,00	Schramm, Carolina	2010	TS Großburgwedel	
10,47	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	09.09.
10,81	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Hameln	04.06.
11,46	Ibrahim, Mirjam	2011	TSV Asendorf	Wunstorf	01.07.
11,48	Bütehorn, Sonja	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
11,54	Lodyga, Alea	2011	TK zu Hannover	Peine	03.06.
11,6	Mail, Mieke	2011	TuS Syke	Bremen	03.09.
11,86	Sonntag, Florentine	2011	TSV Bemerode	Edemissen	26.08.
12,19	Szermerski, Mala Ebalá	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
12,22	Lucht, Svea	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Minden	29.04.
12,22	Stadnichuk, Amalia	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,44	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	
Bestl. 2022:	1,44	Lucya, Fiona Antonia	2010	LG Weserbergland	
1,52	Lucht, Svea	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Edemissen	28.05.
1,48	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Neustadt a.R.	17.09.
1,41	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	Sarstedt	17.06.
1,38	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
1,38	Buchmeier, Lisa	2011	TSV Hagenburg	Stadthagen	09.09.
1,38	Klages, Darja	2011	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
1,32	Emmermacher, Jenny	2011	MTV Friesen Bakede	Sarstedt	17.06.
1,30	Wiesemann, Johanna	2011	TS Großburgwedel	Wunstorf	01.07.
1,30	Kurre, Lilly	2011	LG Nienburg	Stuhr	23.09.
1,29	Sonntag, Florentine	2011	TSV Bemerode	Sarstedt	17.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,61	Lucya, Fiona Antonia	2010	LG Weserbergland	
4,58	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
4,46	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	26.08.
4,29	Ibrahim, Mirjam	2011	TSV Asendorf	Verden	22.04.
4,29	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	Sarstedt	17.06.
4,22	Kurre, Lilly	2011	LG Nienburg	Stuhr	23.09.
4,19	Wippich, Alissa	2011	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	03.06.
4,15	Emmermacher, Jenny	2011	MTV Friesen Bakede	Sarstedt	17.06.
4,13	Szermerski, Mala Ebalá	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
4,12	Sonntag, Florentine	2011	TSV Bemerode	Sarstedt	17.06.
4,10	Schmidt zum Berge, Maja	2011	MTV Groß Buchholz	Altwarmbüchen	17.06.

Jugend W12

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	7,10	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	
7,87	Rösgen, Ronja Malisa	2011	MTV Groß Buchholz	Edemissen	15.04.
7,75	Bytowski, Melia	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Hannover	23.09.
7,46	Schmidt, Julia	2012	VSV Rössing	Sarstedt	16.09.
7,29	Giesecke, Joline	2011	TV Eintracht Sehnde	Sarstedt	16.09.
7,19	Scholz, Hannah	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
6,86	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstadt/Sülbeck	Porta Westfalica	30.09.
6,77	Stadnichuk, Amalia	2011	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.
6,61	Sonntag, Florentine	2011	TSV Bemerode	Hannover	23.09.
5,88	Lucht, Svea	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
5,63	Havekost, Leni	2011	TuS Sulingen	Stuhr	03.06.

Diskuswurf 750 g

Bestl. 2022:	19,84	Koch, Madita	2010	MTV Groß Buchholz	
20,07	Sonntag, Florentine	2011	TSV Bemerode	Hannover	23.09.
18,86	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstadt/Sülbeck	Porta Westfalica	30.09.
18,41	Schmidt, Julia	2012	VSV Rössing	Berlin	26.08.
15,92	Bytowski, Melia	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
15,60	Stadnichuk, Amalia	2011	TSV Burgdorf	Edemissen	15.04.
14,15	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Hannover	23.09.
13,94	Lucht, Svea	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
13,65	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Uslar	15.04.
10,74	Westermann, Angelina	2011	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	22.04.

Hammerwurf 2 kg

25,32	Schmidt, Julia	2012	VSV Rössing	Berlin-Zehlendorf	12.08.
-------	----------------	------	-------------	-------------------	--------

Speerwurf 400 g

Bestl. 2022:	25,50	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	
23,82	Scholz, Hannah	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
22,10	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Hildesheim	21.05.
20,89	Bytowski, Melia	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Hannover	23.09.
19,18	Schmidt, Julia	2012	VSV Rössing	Sarstedt	16.09.
17,60	Emmermacher, Jenny	2011	MTV Friesen Bakede	Stadthagen	07.10.
17,56	Bormann, Antonina	2011	MTV 48 Hildesheim	Hildesheim	21.05.
17,29	Lucht, Svea	2011	LG Einbeckh./Messenk.	Edemissen	28.05.
15,45	Sonntag, Florentine	2011	TSV Bemerode	Hannover	23.09.
15,41	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstadt/Sülbeck	Porta Westfalica	30.09.
15,29	Bellair, Maja	2011	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.

Jugend W12

Ballwurf 200g

Bestl. 2022:	41,00	Wäsch, Vivien	2010	LC Hansa Stuhr	
41,50	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	Sarstedt	07.05.
35,00	Schmidt zum Berge, Maja	2011	MTV Groß Buchholz	Wunstorf	09.09.
33,50	Susnik, Maya	2011	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf	01.07.
33,00	Scholz, Hannah	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
32,50	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Hameln	21.05.
30,50	Westermann, Angelina	2011	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	09.09.
30,50	Ibrahim, Mirjam	2011	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.
30,00	Wytulany, Carolin	2011	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
29,00	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	26.08.
29,00	Lucht, Svea	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
29,00	Klages, Darja	2011	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.

3-Kampf

75m-Weit-Ball					
Bestl. 2022:	1.328	Schwabe, Charlotte	2010	TKJ Sarstedt	
1.335	Tenge, Lavinia 11,06-4,18-38,00	2011	VSV Rössing	Gronau	09.09.
1.324	Brungart, Mia 10,73-4,46-29,00	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	26.08.
1.323	Ibrahim, Mirjam 10,66-4,28-30,50	2011	TSV Asendorf	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.298	Bytomski, Melia 11,15-4,58-29,00	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	09.09.
1.257	Schmidt zum Berge, Maja 11,40-3,98-35,00	2011	MTV Groß Buchholz	Wunstorf	09.09.
1.242	Westermann, Angelina 11,13-3,97-30,50	2011	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	09.09.
1.173	Szermerski, Mala Ebalá 10,9-3,91-24,00	2011	TuS Bothfeld	Helmstedt	30.09.
1.164	Zimmer, Hannah 11,2-3,86-26,50	2011	TuS Bothfeld	Helmstedt	30.09.
1.149	Stadnichuk, Amalia 11,0-3,95-22,00	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
1.146	Lucht, Svea 11,78-3,76-29,00	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.

Jugend W12

4-Kampf

75m-Weit-Hoch-Ball

Bestl. 2022:	1.789	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	
1.731	Brungart, Mia	2011	TWG Nienstädt/Sülbeck	Stadthagen	26.08.
	10,73-4,46-1,34-29,00				
1.713	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
	11,08-4,19-1,38-31,50				
1.705	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	Hameln	01.07.
	11,21-3,96-1,36-37,00				
1.603	Lucht, Svea	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	26.08.
	11,78-3,76-1,42-29,00				
1.485	Klages, Darja	2011	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.
	12,41-3,41-1,38-29,00				
1.480	Emmermacher, Jenny	2011	MTV Friesen Bakede	Hameln	21.05.
	11,78-4,04-1,24-24,50				
1.447	Wippich, Alissa	2011	SC Hemmingen-Westerf.	Wunstorf	09.09.
	11,02-3,92-1,18-20,00				
1.408	Nolte, Maja Mercedes	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
	11,89-4,05-1,16-23,50				
1.402	Bormann, Antonina	2011	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	07.05.
	11,60-3,75-1,12-27,00				
1.387	Schwier, Carlotta	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
	11,62-3,81-1,16-22,00				

Block S/S

75m-60m H.-Weit-Hoch-Speer (400g)

Bestl. 2022:	2.186	Roddewig, Amelie	2010	LC Hansa Stuhr	
1.867	Lucht, Svea	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Minden	29.04.
	11,99-12,22-3,98-1,24-14,99				
1.782	Klages, Darja	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.
	12,49-12,89-3,67-1,29-14,62				
1.772	Daniel, Mathilda	2011	VfL Eintracht Hannover	Stuhr	03.06.
	11,70-12,48-3,80-1,17-12,43				
1.705	Bellair, Maja	2011	TuS Wettbergen	Stuhr	03.06.
	11,78-12,27-3,37-1,09-15,29				
1.442	Schwier, Carlotta	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.
	11,83-19,97-3,44-1,17-11,85				

Jugend W12

Block Lauf

75m-60m H.-Weit-Ball-800m

Bestl. 2022:	2.011	Härke, Elise	2010	VSV Rössing		
2.095	Bytowski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	Minden	29.04.	
	11,35-11,25-4,25-28,50-2:56,91					
2.003	Szermerski, Mala Ebalá	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.	
	11,00-12,19-4,13-19,50-2:47,48					
1.900	Bütehorn, Sonja	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.	
	11,40-11,48-3,54-17,00-2:49,82					
1.836	Zimmer, Hannah	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.	
	11,71-12,70-3,91-23,00-3:08,96					
1.820	Nolte, Maja Mercedes	2011	LC Hansa Stuhr	Stuhr	03.06.	
	11,76-12,88-3,80-21,00-3:00,40					
1.787	Stadnichuk, Amalia	2011	TSV Burgdorf	Burgdorf	19.04.	
	11,6-12,3-3,81-21,50-3:15,4					
1.776	Marquardt, Rosemarie	2011	TuS Bothfeld	Stuhr	03.06.	
	11,66-13,01-3,45-22,00-3:03,69					
1.649	Mail, Mieke	2011	TuS Syke	Stuhr	03.06.	
	11,87-12,38-3,51-14,00-3:21,41					

Weibliche Kinder U12

4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022: 30,56 LG Eimbeckh./Messenk.

29,41	LG Neustadt Nord Eickmann, Sophia (2012); Bartsch, Emilia (2012); Große, Emily (2012); Zwicker, Nele (2012)	Neustadt a.R.	17.09.
30,84	FTSV Jahn Brinkum Schulz, Lilli (2013); Hartwich, Sina (2012); Menzel, Maila (2012); Wassmann, Anouk (2012)	Stuhr	23.09.
31,27	TV Eintracht Sehnde Heidenreich, Mayla (2012); Sonnemans, Lenya (2012); Litza, Charlotte (2012); Frank, Thea (2012)	Neustadt a.R.	17.09.
31,46	TSV Neustadt Winkler, Johanna (2012); Rchouk, Mouna (2013); Wirth, Paula (2012); Urbonas, Adele (2012)	Wunstorf	09.09.
31,66	TuS Bothfeld Mewes, Florentine (2012); Naujokat, Mina (2013); Fusch, Isabell (2013); Klages, Larissa (2013)	Altwarmbüchen	17.06.
31,83	TSV Bemerode Held, Marlene (2013); Howe, Lara (2013); Badur, Hilke (2013); Winkler, Marta (2013)	Altwarmbüchen	17.06.
32,17	VfL Eintracht Hannover Gilgenbach, Jana (2013); Stoye, Charlotte Mathild (2013); Formuli, Paula (2013); Fridberg, Ella (2012)	Wunstorf	09.09.
32,28	VfL Bückeburg I Kracht, Thea (2014); Linck, Mariella (2012); Schweitzer, Anne (2012); Symalla, Lilly (2012)	Stadthagen	23.06.
32,28	LG Weserbergland Beckmann, Luise (2012); Hempel, Lilli (2012); Schlimme, Luise (2013); Schlimme, Klara (2012)	Hameln	01.07.
32,52	TuS Wettbergen Bleikamp, Helena (2012); Riekhoff, Lena (2012); Kehbel, Johanna (2012); Barghorn, Mawuena (2013)	Hannover	13.05.

3 x 800 m Staffel

Bestl. 2022: 9:08,0 TuS Altwarmbüchen

9:05,9	TuS Altwarmbüchen Buchholz, Annemieke (2013); Bilgin, Banu (2012); Hachmeister, Lea (2012)	Altwarmbüchen	30.06.
9:21,13	TuS Sudweyhe Thomae, Emma Marie (2012); Ristedt, Kim (2012); Theilen, Josefine (2012)	Syke	27.08.
9:44,40	FTSV Jahn Brinkum Menzel, Maila (2012); Wassmann, Anouk (2012); Hartwich, Sina (2012)	Wehdel	29.04.
11:03,56	MTV Rethmar Paki, Amilia (2014); Mieseler, Pauline (2012); Doschiri, Mila (2013)	Edemissen	07.05.

Weibliche Kinder U12

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022:

4.947

TV Eintracht Sehnde

5.125	TSV Neustadt Wirth, Paula (2012) - 1.161; Urbonas, Adele (2012) - 1.084; Winkler, Johanna (2012) - 992 Seegers, Claire (2012) - 988; Rchouk, Mouna (2013) - 900	Altwarmbüchen	17.06.
5.012	TuS Sudweyhe Möllmann, Emilia (2012) - 1.113; Theilen, Josefine (2012) - 1.012; Thomae, Emma Marie (2012) - 1.005 Ristedt, Kim (2012) - 995; Steiner, Ida (2013) - 887	Stuhr-Brinkum	17.09.
4.977	TSV Warzen Günes, Melinda (2012) - 1.190; Mauer, Felia (2012) - 998; Schwetje, Luise (2012) - 958 Milizewski, Hannah (2012) - 942; Wendt, Mieke (2013) - 889	Gronau	09.09.
4.947	TuS Altwarmbüchen Bilgin, Banu (2012) - 1.109; Buchholz, Annemieke (2013) - 1.038; Hachmeister, Lea (2012) - 973 Bönig, Mila (2013) - 961; Valentin, Enie (2013) - 866	Altwarmbüchen	30.06.
4.901	LG Weserbergland Beckmann, Luise (2012) - 1.139; Schlimme, Klara (2012) - 1.067; Hempel, Lilli (2012) - 981 Zylla, Emily (2013) - 877; Klöpfer, Anna (2012) - 837	Hameln	21.05.
4.893	TuS Wettbergen Kehbel, Johanna (2012) - 1.092; Ludwig, Clara (2012) - 1.039; Bleikamp, Helena (2012) - 1.016 Vonk, Hanna (2013) - 875; Wilbertz, Merle (2013) - 871	Hannover	17.09.
4.715	TSV Bemerode Held, Marlene (2013) - 1.005; Eickelmann, Ella (2013) - 948; Winkler, Marta (2013) - 943 Stubendorff, Clara (2013) - 912; Badur, Hilke (2013) - 907	Burgdorf	18.05.
4.684	TuS Bothfeld Häßler, Merle (2012) - 1.016; Fusch, Isabell (2013) - 1.007; Klages, Larissa (2013) - 974 Mewes, Florentine (2012) - 895; Naujokat, Mina (2013) - 792	Altwarmbüchen	17.06.
4.513	FTSV Jahn Brinkum Hartwich, Sina (2012) - 1.125; Menzel, Maila (2012) - 973; Wassmann, Anouk (2012) - 901 Geflitter, Finja (2012) - 877; Yalniz, Elif (2012) - 637	Stuhr-Brinkum	17.09.
4.309	LC Hansa Stuhr I Zurkuhle, Pina (2013) - 921; Jovanovic, Nada (2012) - 921; Jeroschewski, Elleonora (2012) - 849 Krokat, Lia (2013) - 838; Krückeberg, Amelie (2013) - 780	Stuhr-Moordeich	24.05.

4-Kampf Ma.

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022:

5.149

TuS Wettbergen

5.794	LG Weserbergland Beckmann, Luise (2012) - 1.474; Schlimme, Klara (2012) - 1.362; Hempel, Lilli (2012) - 1.127 Schlimme, Luise (2013) - 974; Hamidi, Sofia (2013) - 857	Hameln	01.07.
4.600	TuS Wettbergen Kehbel, Johanna (2012) - 1.363; Wilbertz, Merle (2013) - 1.063; Riekhoff, Lena (2012) - 895 Schirmer, Mirja (2012) - 660; Ludwig, Clara (2012) - 619	Edemissen	06.05.

Kinder W11

50 m Lauf

Bestl. 2022:	7,52	Ibrahim, Mirjam	2011	TSV Asendorf	
7,58	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Altwarmbüchen	17.06.
7,59	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	17.06.
7,59	Große, Emily	2012	LG Neustadt Nord	Neustadt a.R.	17.09.
7,77	Beckmann, Luise	2012	LG Weserbergland	Uslar	24.09.
7,80	Urbonas, Adele	2012	TSV Neustadt	Altwarmbüchen	17.06.
7,81	Schlegel, Alina Josephine	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Neustadt a.R.	17.09.
7,88	Wellmann, Milla	2012	TK zu Hannover	Altwarmbüchen	17.06.
7,90	Bartsch, Emilia Marceline	2012	LG Neustadt Nord	Edemissen	28.05.
7,92	Ludwig, Clara	2012	TuS Wettbergen	Altwarmbüchen	17.06.
7,94	Zwicker, Nele	2012	LG Neustadt Nord	Edemissen	28.05.
7,94	Wulf, Janne	2012	TV Eintracht Algermissen	Sarstedt	17.06.
7,94	Theilen, Frida	2012	Garbsener SC	Stadthagen	23.06.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:51,64	Wolpers, Sophia	2011	Eintracht Hildesheim	
2:43,42	Zwicker, Nele	2012	LG Neustadt Nord	Garbsen	01.05.
2:43,75	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.
2:43,96	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	09.09.
2:44,46	Eickmann, Sophia	2012	LG Neustadt Nord	Garbsen	01.05.
2:54,14	Urbonas, Adele	2012	TSV Neustadt	Wunstorf	24.05.
2:54,96	Hochhaus, Emilia	2012	TSV Hagenburg	Neustadt a.R.	17.09.
2:55,02	Hachmeister, Lea	2012	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	17.06.
2:55,13	Rekate, Henriette	2012	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
2:57,97	Schönitz, Helena	2012	TSV Bemerode	Edemissen	28.05.
2:59,32	Leifheit, Milena	2012	LG Einbeckh./Messenk.	Stadthagen	23.06.

2000 m Lauf

Bestl. 2022:	8:05,30	Emmermacher, Jenny	2011	MTV Friesen Bakede	
8:19,16	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Uslar	15.04.
10:12,40	Mieseler, Pauline	2012	MTV Rethmar	Edemissen	07.05.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,31	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	
Bestl. 2022:	1,31	Lucht, Svea	2011	LG Einbeckh./Messenk.	
1,40	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Hannover	16.06.
1,28	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Sarstedt	17.06.
1,28	Theilen, Frida	2012	Garbsener SC	Delmenhorst	14.07.
1,26	Frank, Thea	2012	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
1,26	Schlegel, Alina Josephine	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Burgdorf	18.05.
1,24	Urbonas, Adele	2012	TSV Neustadt	Edemissen	28.05.
1,24	Thomae, Emma Marie	2012	TuS Sudweyhe	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,22	Brose, Charlotte	2012	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	03.06.
1,20	Schönitz, Helena	2012	TSV Bemerode	Edemissen	28.05.
1,20	Schlimme, Klara	2012	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
1,20	Hartwich, Sina	2012	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,20	Peter, Linya	2012	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.

Kinder W11

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,57	Wotrubez, Liv	2011	TSV Neustadt	
4,46	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Hannover	29.04.
4,35	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	09.09.
4,27	Schlegel, Alina Josephine	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Sarstedt	20.08.
4,26	Zimbelmann, Emily	2012	TV 87 Stadtoldendorf	Uslar	07.07.
4,19	Brose, Charlotte	2012	Eintracht Hildesheim	Gronau	09.09.
4,17	Theilen, Frida	2012	Garbsener SC	Sarstedt	20.08.
4,09	Wellmann, Milla	2012	TK zu Hannover	Edemissen	28.05.
4,09	Hartwich, Sina	2012	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
4,07	Genzel, Luisa	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.
4,00	Wulf, Janne	2012	TV Eintracht Algermissen	Sarstedt	17.06.

Schlagball 80g

Bestl. 2022:	36,00	Bytowski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	
38,50	Halfaoui, Samira	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	26.08.
35,50	Zimbelmann, Emily	2012	TV 87 Stadtoldendorf	Uslar	07.07.
35,00	Genzel, Luisa	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	26.08.
34,50	Wirth, Paula	2012	TSV Neustadt	Neustadt a.R.	17.09.
33,00	Sonnemans, Lenya	2012	TV Eintracht Sehnde	Altwarmbüchen	17.06.
32,00	Schmidt, Julia	2012	VSV Rössing	Gronau	09.09.
31,50	Günes, Melinda	2012	TSV Warzen	Alfeld	29.04.
29,50	Grebien, Lisa	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
29,00	Palfi, Emma	2012	Mühlenberger SV	Hannover	17.09.
28,00	Schwinge, Selma	2012	SpVg Laatzen	Sarstedt	07.05.
28,00	Frenzel, Greta-Gloria	2012	TSV Brunkensen	Sarstedt	17.06.
28,00	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	Altwarmbüchen	17.06.

Kinder W11

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022:	1.262	Bytomski, Melia	2011	LG Eimbeckh./Messenk.	
1.292	Zimbelmann, Emily 8,15-4,26-35,50	2012	TV 87 Stadtoldendorf	Uslar	07.07.
1.278	Bog, Carlotta 7,58-4,20-28,00	2012	MTV Groß Buchholz	Altwarmbüchen	17.06.
1.250	Genzel, Luisa 8,11-4,07-33,00	2012	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	09.09.
1.250	Baraniak, Zoe 7,72-4,25-26,50	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Alfeld	29.04.
1.224	Sonnemans, Lenya 8,08-3,83-33,00	2012	TV Eintracht Sehnde	Altwarmbüchen	17.06.
1.215	Günes, Melinda 8,05-3,85-31,50	2012	TSV Warzen	Alfeld	29.04.
1.192	Schlegel, Alina Josephine 7,96-4,15-25,00	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Burgdorf	18.05.
1.186	Beckmann, Luise 7,82-3,77-27,00	2012	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
1.179	Grebien, Lisa 7,8-3,72-29,50	2012	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
1.171	Wirth, Paula 8,54-3,81-33,00	2012	TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022:	1.630	Tenge, Lavinia	2011	VSV Rössing	
1.606	Bog, Carlotta 7,66-4,31-1,30-23,00	2012	MTV Groß Buchholz	Wunstorf	09.09.
1.547	Schlegel, Alina Josephine 7,96-4,15-1,26-25,00	2012	SC Hemmingen-Westerf.	Burgdorf	18.05.
1.531	Baraniak, Zoe 7,71-4,06-1,24-23,00	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Salzgitter	06.05.
1.517	Beckmann, Luise 7,77-4,07-1,16-27,00	2012	LG Weserbergland	Uslar	24.09.
1.440	Hartwich, Sina 8,01-4,09-1,20-20,50	2012	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.420	Frank, Thea 8,54-3,87-1,26-22,50	2012	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
1.418	Wirth, Paula 8,54-3,81-1,10-33,00	2012	TSV Neustadt	Burgdorf	18.05.
1.399	Sonnemans, Lenya 8,52-3,58-1,14-31,00	2012	TV Eintracht Sehnde	Burgdorf	18.05.
1.374	Möllmann, Emilia 8,50-3,95-1,12-25,50	2012	TuS Sudweyhe	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.368	Urbonas, Adele 7,93-3,70-1,14-21,00	2012	TSV Neustadt	Wunstorf	09.09.

Kinder W10

50 m Lauf

Bestl. 2022:	7,83	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	
8,13	Held, Marlene	2013	TSV Bemerode	Neustadt a.R.	17.09.
7,9	Lemke, Annie	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
7,9	Wagner, Jana	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
8,18	Bergmann, Lotta	2013	VT Rinteln	Stadthagen	09.09.
8,19	Brückner, Mirja	2013	TSV Gronau	Sarstedt	17.06.
8,0	Klages, Larissa	2013	TuS Bothfeld	Helmstedt	30.09.
8,29	Schulz, Lilli	2013	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr	23.09.
8,31	Beck, Frieda	2013	TuS Wunstorf	Altwarmbüchen	17.06.
8,32	König, Johanna	2013	FSV Sarstedt	Alfeld	29.04.
8,39	Brunotte, Fenja	2013	TB Stöcken	Sarstedt	20.08.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:45,10	Zwicker, Nele	2012	TSV Neustadt	
2:50,53	Stubendorff, Clara	2013	TSV Bemerode	Neustadt a.R.	17.09.
3:02,38	Brückner, Mirja	2013	TSV Gronau	Hildesheim	21.05.
3:02,68	Klages, Larissa	2013	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
3:05,74	Brunotte, Fenja	2013	TB Stöcken	Sarstedt	20.08.
3:06,89	Sell, Mathilda	2013	LG Neustadt Nord	Neustadt a.R.	17.09.
3:07,42	Buchholz, Annemieke	2013	TuS Altwarmbüchen	Wunstorf	24.05.
3:07,43	Schröppe, Saskia	2013	SG Rodenberg	Wunstorf	24.05.
3:11,03	Zylla, Emily	2013	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
3:11,39	Zurkuhle, Pina	2013	LC Hansa Stuhr	Stuhr	23.09.
3:12,51	Schwabe, Amelie	2013	TKJ Sarstedt	Sarstedt	03.06.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,26	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	
1,19	Brunotte, Carla	2013	MTV 48 Hildesheim	Sarstedt	17.06.
1,18	Jahn, Frieda	2013	VfL Eintracht Hannover	Hannover	05.07.
1,14	Buchholz, Annemieke	2013	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
1,13	Schwabe, Amelie	2013	TKJ Sarstedt	Sarstedt	17.06.
1,13	Schulze, Marlene	2013	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	17.06.
1,12	Klages, Larissa	2013	TuS Bothfeld	Edemissen	28.05.
1,12	Richter, Sophia	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1,10	Wagner, Jana	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
1,10	Formuli, Paula	2013	VfL Eintracht Hannover	Burgdorf	18.05.
1,10	Fusch, Isabell	2013	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.

Kinder W10

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,37	Bog, Carlotta	2012	MTV Groß Buchholz	
3,90	Brückner, Mirja	2013	TSV Gronau	Sarstedt	07.05.
3,90	Wagner, Jana	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
3,79	Brunotte, Fenja	2013	TB Stöcken	Sarstedt	20.08.
3,78	König, Johanna	2013	FSV Sarstedt	Sarstedt	20.08.
3,77	Buchholz, Annemieke	2013	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	30.06.
3,72	Winkler, Marta	2013	TSV Bemerode	Neustadt a.R.	17.09.
3,70	Schwabe, Amelie	2013	TKJ Sarstedt	Sarstedt	03.06.
3,70	Schulz, Lilli	2013	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr	23.09.
3,66	Held, Marlene	2013	TSV Bemerode	Neustadt a.R.	17.09.
3,66	Lemke, Annie	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.

Schlagball 80g

Bestl. 2022:	31,50	Günes, Melinda	2012	TSV Warzen	
Bestl. 2022:	31,50	Halfaoui, Samira	2012	VfL Bad Nenndorf	
30,50	Eickelmann, Ella	2013	TSV Bemerode	Burgdorf	18.05.
29,50	Schröppe, Saskia	2013	SG Rodenberg	Stadthagen	09.09.
29,50	Schulz, Lilli	2013	FTSV Jahn Brinkum	Stuhr	23.09.
27,00	Langer, Janne	2013	LG Eimbeckh./Messenk.	Stadthagen	01.07.
27,00	Wiener, Ella	2013	MTV 48 Hildesheim	Gronau	09.09.
26,50	Mücke, Mia	2013	LG Nienburg	Stuhr-Brinkum	17.09.
25,50	Wendt, Mieke	2013	TSV Warzen	Gronau	09.09.
25,50	Fusch, Isabell	2013	TuS Bothfeld	Neustadt a.R.	17.09.
25,00	Zurkuhle, Pina	2013	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Moordeich	24.05.
25,00	Hamidi, Sofia	2013	LG Weserbergland	Hameln	01.07.
25,00	Schulze, Marlene	2013	SG Bredenbeck-Holtensen	Neustadt a.R.	17.09.

Kinder W10

3-Kampf

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022:	1.134	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	
1.106	Schröppe, Saskia 8,45-3,51-29,50	2013	SG Rodenberg	Stadthagen	09.09.
1.105	Brückner, Mirja 8,20-3,90-22,50	2013	TSV Gronau	Sarstedt	07.05.
1.077	Mücke, Mia 8,50-3,57-26,50	2013	LG Nienburg	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.073	Wagner, Jana 7,9-3,90-19,50	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
1.070	Lemke, Annie 7,9-3,66-21,50	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.
1.038	Buchholz, Annemieke 8,5-3,77-23,00	2013	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	30.06.
1.022	Klages, Larissa 8,0-3,43-21,00	2013	TuS Bothfeld	Helmstedt	30.09.
1.018	Held, Marlene 8,16-3,42-20,00	2013	TSV Bemerode	Altwarmbüchen	17.06.
1.007	Fusch, Isabell 8,54-3,28-24,00	2013	TuS Bothfeld	Altwarmbüchen	17.06.
1.002	König, Johanna 8,46-3,46-21,00	2013	FSV Sarstedt	Gronau	09.09.

4-Kampf

50m-Weit-Hoch-S.-Ball

Bestl. 2022:	1.436	Baraniak, Zoe	2012	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	
1.224	Richter, Sophia 8,71-3,35-1,12-21,00	2013	TSV Mellinghausen	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.198	Buchholz, Annemieke 8,89-3,64-1,14-16,50	2013	TuS Altwarmbüchen	Burgdorf	18.05.
1.158	Formuli, Paula 8,61-3,40-1,06-18,00	2013	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf	09.09.
1.136	Schulze, Marlene 9,10-3,13-1,10-20,50	2013	SG Bredenbeck-Holtensen	Burgdorf	18.05.
1.132	Lemke, Annie 8,55-3,60-0,98-18,00	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
1.126	Rchouk, Mouna 8,56-3,55-1,06-14,00	2013	TSV Neustadt	Wunstorf	09.09.
1.121	Kroat, Lia 8,76-3,32-1,08-16,00	2013	LC Hansa Stuhr	Stuhr-Brinkum	17.09.
1.107	Wagner, Jana 9,06-3,50-1,10-14,50	2013	TSV Burgdorf	Burgdorf	18.05.
1.074	Wilbertz, Merle 8,89-3,25-0,94-22,00	2013	TuS Wettbergen	Burgdorf	18.05.
1.005	Naujokat, Mina 9,09-3,21-0,94-18,50	2013	TuS Bothfeld	Wunstorf	09.09.

Weibliche Kinder U10

4 x 50 m Staffel

Bestl. 2022:

33,93

TuS Bothfeld

33,33	TSV Neustadt Hübner, Nele (2014); Ruhnow-Thieße, Maja Teresa (2014); Hoffmann, Johanna (2014); Ullrich, Tamina Lou (2014)	Wunstorf	09.09.
34,63	TuS Bothfeld I Cruz Felgueres, Gisa (2014); Winkler, Hanna (2015); Bütehorn, Laura (2014); Cuers, Greta (2014)	Wunstorf	09.09.
34,74	Mühlenberger SV Urbansky, Minka (2014); Huß, Johanna (2014); Palfi, Lena (2014); Aliu, Rajana (2014)	Altwarmbüchen	17.06.
34,83	TuS Altwarmbüchen Weis, Henrike (2014); Demuth, Neele (2014); Lange, Amelie (2014); Vießmann, Emilia (2015)	Altwarmbüchen	17.06.
35,46	TuS Wettbergen Ohrdorff, Lilly (2014); Bremer, Ella (2014); Ahrens, Marie (2014); Breves, Frida (2014)	Burgdorf	18.05.
36,23	TuS Sudweyhe Meyer, Florentine (2014); Bensmann, Jette (2014); Sievers, Marlena (2014); Börsch, Mara (2014)	Syke	27.08.
36,47	TKJ Sarstedt Atalay, Mina (2015); Aue, Mira (2015); Bonapitacola, Lia (2014); Friedrichsen, Imke (2014)	Sarstedt	17.06.
36,57	TV Lohnde Loreti, Isabella (2015); Schulz, Hannah (2014); Günther, Fenja (2015); Burlager, Hanna (2015)	Altwarmbüchen	17.06.
36,81	TSV Bemerode Reichert, Linda (2014); Khan, Zahra (2014); Bosnjak, Matea (2014); Rudolph, Carlotta (2014)	Neustadt a.R.	17.09.
37,48	TuS Bothfeld II Mewes, Josefine (2015); Kieß, Svea (2015); Kieß, Janne (2015); Pingoud, Emma (2015)	Wunstorf	09.09.

Weibliche Kinder U10

3-Kampf Ma.

50m-Weit-S.-Ball

Bestl. 2022:

4.179

TKJ Sarstedt

4.269	TuS Altwarmbüchen I Weis, Henrike (2014) - 954; Vießmann, Emilia (2015) - 916; Grinzoff, Ida (2014) - 816 Demuth, Neele (2014) - 803; Anna, Schlamann (2014) - 780	Altwarmbüchen	30.06.
4.239	FTSV Jahn Brinkum Wellmann, Laura (2014) - 974; Osterkamp, Marlene (2015) - 907; Mank, Anna (2014) - 877 Achtermann, Laura (2014) - 746; Menzel, Liene (2015) - 735	Stuhr-Brinkum	17.09.
4.123	TuS Wettbergen I Ohrdorff, Lilly (2014) - 927; Ahrens, Marie (2014) - 854; Breves, Frida (2014) - 805 Winterberg, Finja (2014) - 769; Floris, Aurelia (2014) - 768	Hannover	17.09.
4.050	TKJ Sarstedt I Richter, Tabea (2014) - 900; Friedrichsen, Imke (2014) - 867; Bonapitacola, Lia (2014) - 823 Richter, Rebekka (2015) - 774; Karatay, Aileen (2014) - 686	Sarstedt	07.05.
4.039	Mühlenberger SV Aliu, Rajana (2014) - 911; Palfi, Lena (2014) - 855; Gräwe, Julia (2014) - 827 Huß, Johanna (2014) - 757; Rudolph, Lena (2015) - 689	Hannover-M.	29.09.
3.974	TSV Neustadt Hübner, Nele (2014) - 995; Ullrich, Tamina Lou (2014) - 867; Hoffmann, Johanna (2014) - 839 Ruhnnow-Thieße, Maja Teresa (2014) - 647; Avramis, Mila (2015) - 626	Altwarmbüchen	17.06.
3.728	TuS Wettbergen Ohrdorff, Lilly (2014) - 896; Ahrens, Marie (2014) - 880; Breves, Frida (2014) - 744 Winterberg, Finja (2014) - 612; Veuskens, Cleo (2014) - 596	Burgdorf	18.05.
3.604	LG Weserbergland III Kummerow, Sophia (2014) - 881; Mosel, Anina (2014) - 713; Irmer, Lene (2015) - 701 Gericke, Leni (2014) - 669; Büsing, Carlotta (2014) - 640	Hameln	21.05.
3.575	SC Hemmingen-Westerf. Hammersen, Frida (2014) - 937; Hammersen, Insa (2014) - 822; Finn, Leonie (2015) - 786 Beckmann, Friederike (2016) - 544; Meise, Anna (2014) - 486	Burgdorf	18.05.
3.509	Eintracht Hildesheim Petrella, Elena (2015) - 806; Günther, Luisa (2015) - 777; Petrella, Livia (2015) - 666 Yu, Anke (2016) - 637; Scharf, Nele (2015) - 623	Gronau	09.09.

Senioren M30

100 m Lauf

Bestl. 2022:	11,40	Kolter, Lennard	1991	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	10,5	Kawan, Hans-Dieter	1950	Post-SV Hannover	18.06.1980
11,00	-0,9	Sander, Florian	1993	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen 18.05.
11,77	+1,8	Kolter, Lennard	1991	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
11,96	+1,5	Napp, Daniel	1993	VfL Eintracht Hannover	Garbsen 25.07.
12,31	+0,1	Lindemann, Christian	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf 01.07.
12,55	+0,8	Schumacher, Robert	1991	Eintracht Hildesheim	Hildesheim 21.05.
12,73	+0,2	Krug, Tobias	1991	TV Eintracht Algermissen	Gronau 11.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	22,96	Kolter, Lennard	1991	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	21,4	Kawan, Hans-Dieter	1950	Post-SV Hannover	11.06.1980
Bezirksrekord:	21,4	Düerkop, Klaus	1942	Hannover 96	02.07.1972
22,43	+0,3	Sander, Florian	1993	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen 18.05.
23,46	-0,1	Kolter, Lennard	1991	VfL Eintracht Hannover	Nienhagen 18.05.
23,82	+0,9	Napp, Daniel	1993	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
26,90	+0,2	Katz, Marvin	1992	TV Eintracht Sehnde	Edemissen 26.08.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	55,94	Schirmeister, Alexander	1992	Hannover 96	
Bezirksrekord:	47,7	Sievert, Günter	1957	LC Hannover	17.06.1989
55,02		Lindemann, Christian	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf 01.07.
55,17		Napp, Daniel	1993	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
59,41		Pfuhl, Daniel	1989	TS Großburgwedel	Wunstorf 01.07.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:05,93	Krug, Tobias	1991	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1:50,2	Müller, Jörg	1951	VfV Hildesheim	00.00.1983
2:15,00		Krug, Tobias	1991	TV Eintracht Algermissen	Gronau 11.06.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:25,42	Krug, Tobias	1991	Hannover 96	
Bezirksrekord:	3:46,0	Döbler, Peter	1948	LG Hannover	20.08.1982
4:38,62		Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Sarstedt 20.08.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	9:24,93	Testay, Filimon	1991	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	8:07,1	Döbler, Peter	1948	LG Hannover	12.06.1980
9:01,55		Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Stuhr 23.09.
9:32,48		Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Wunstorf 24.05.
9:37,22		Marquard, Moritz	1991	Hannover 96	Wunstorf 24.05.
9:39,39		Hartmann, Moritz	1990	Eintracht Hildesheim	Hildesheim 21.05.
11:34,76		Pfuhl, Daniel	1989	TS Großburgwedel	Stadthagen 07.10.

Senioren M30

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	16:52,44	Schlamelcher, Christian	1989	Hannover 96	
Bezirksrekord:	14:00,80	Weldaj, Haftom	1990	TSV Pattensen	08.08.2020
14:29,50	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Braunschweig	03.06.
15:52,52	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Zeven	09.09.
16:35,08	Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Braunschweig	03.06.
17:51,72	Krug, Tobias	1991	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.

10 km Str.

Bestl. 2022:	32:55	Dorn, Aaron Gerit	1990	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	29:06	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	08.04.2023
29:06	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Paderborn	08.04.
32:44	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Bremen	01.10.
33:42	Nowak, Christoph	1992	Hannover 96	Uelzen	16.04.
33:55	Hartmann, Moritz	1990	Eintracht Hildesheim	Hannover	27.08.
34:41	Röthemeyer, Vincent	1991	TSV Victoria Linden	Hannover	12.11.
39:58	Nesemeyer, Janek	1990	Hannover Runners	Uelzen	16.04.

10 km Str. Ma.

Bezirksrekord:	1:36:52	LC Hansa Stuhr			21.03.1999
1:48:44	Hannover Runners			Uelzen	16.04.
Kossenjans, Christian (1982) - 34:14; Senning, Dennis (1987) - 37:32; Huck, Timo (1988) - 36:58					

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:13:08	Dorn, Aaron Gerit	1990	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	1:02:47	Weldaj, Haftom	1990	Hannover 96	22.08.2021
1:02:57	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Hannover	26.03.
1:18:41	Elvers, Sebastian	1991	TuS Sulingen	Hannover	26.03.
1:18:53	Schlamelcher, Christian	1989	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:25:01	Schirmeister, Alexander	1992	Hannover 96	Köln	01.10.
1:37:52	Battermann, Eike	1993	Hannover 96	Hannover	26.03.

Marathon

Bestl. 2022:	2:43:45	Dorn, Aaron Gerit	1990	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	2:08:48	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	24.09.2023
2:08:48	Pfeiffer, Hendrik	1993	TK zu Hannover	Berlin	24.09.
2:34:40	Marquard, Moritz	1991	Hannover 96	Hannover	26.03.
2:41:49	Hartmann, Moritz	1990	Eintracht Hildesheim	Hannover	26.03.
2:46:28	Schlamelcher, Christian	1989	Hannover 96	Köln	01.10.

4 x 100 m Staffel

Bezirksrekord:	43,44	LC Hannover			03.07.1988
52,56	MTV Groß Buchholz			Gronau	11.06.
Helliger, Hartmut (1963); Golz, Florian (1987); Rabe, Felix (1984); Pinkvos, Claas (1987)					

Senioren M30

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,85	Hase, Jan	1988	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	2,32	Onnen, Eike	1982	LG Hannover	28.06.2015
1,76	Bleischwitz, Marcel	1992	TSV Bemerode	Hannover	05.07.
1,74	Katz, Marvin	1992	TV Eintracht Sehnde	Wunstorf	01.07.
1,72	Lindemann, Christian	1993	TSV Burgdorf	Oldenburg	24.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,32	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	7,47	Heide, Thorsten	1969	LG Hannover	03.07.1999
5,57 +0,0	Lindemann, Christian	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf	01.07.

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022:	11,71	Stolper, Daniel	1988	MTV Messenkamp	
Bezirksrekord:	16,40	Strasser, Roger	1973	Hannover 96	23.05.2004
12,84	Kuntze, Marc	1993	TuS Wunstorf	Zeven	10.09.
9,66	Bleischwitz, Marcel	1992	TSV Bemerode	Sarstedt	16.09.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2022:	41,14	Gilde, Maximilian	1990	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	49,76	Menzel, Walter	1939	SG Hannover 74	06.05.1971
41,96	Gilde, Maximilian	1990	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	22.04.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2022:	45,05	Stolper, Daniel	1988	MTV Messenkamp	
Bezirksrekord:	73,65	Willand, Oliver	1972	MTV 49 Holzminden	20.06.2004
60,52	Matusevicius, Edvardas	1991	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	16.08.
37,92	Bleischwitz, Marcel	1992	TSV Bemerode	Sarstedt	16.09.

Senioren M35

100 m Lauf

Bestl. 2022:	11,71	Rabe, Felix	1984	MTV Groß Buchholz	
Bezirksrekord:	10,9	Wolff, Horst	1935	LAZ Hannover-Land	22.05.1973
Bezirksrekord:	10,9	Göhmann, Karl	1938	DSV Hannover 78	22.05.1973
11,58 +0,5	Rabe, Felix	1984	MTV Groß Buchholz	Sarstedt	20.08.
12,34 +0,0	Kästner, Martin	1986	VfL Eintracht Hannover	Zeven	10.09.
12,45 +0,8	Harmening, Matthias	1986	TKJ Sarstedt	Hildesheim	21.05.
12,46 +0,3	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Minden	03.06.
12,3 +0,1	Stolterfoth, Björn	1987	LG Nienburg	Uchte	29.04.
13,48 +0,8	Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Garbsen	25.07.
13,86 +0,2	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Gronau	11.06.
14,3	Peters, Tim	1986	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.

Senioren M35

200 m Lauf

Bestl. 2022:	24,26	Rabe, Felix	1984	MTV Groß Buchholz		
Bezirksrekord:	22,1	Wolff, Horst	1935	LAZ Hannover-Land		23.05.1973
24,46	+0,2	Rabe, Felix	1984	MTV Groß Buchholz	Minden	24.06.
25,33	+0,6	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	17.09.
25,69	+1,2	Harmening, Matthias	1986	TKJ Sarstedt	Zeven	09.09.
25,84	+0,0	Schneider, Florian	1986	LG Nienburg	Stuhr	23.09.
27,79	+0,4	Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Sarstedt	20.08.
28,69	+0,5	Lachmund, Jöm-Martin	1988	TV Lohnde	Gronau	11.06.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	57,54	Knopp, André	1985	SG Bredenbeck-Holtensen		
Bezirksrekord:	49,2	Stark, Jürgen	1953	LC Hannover		12.05.1988
57,77		Harmening, Matthias	1986	TKJ Sarstedt	Alfeld	29.04.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:12,23	Knopp, André	1985	SG Bredenbeck-Holtensen		
Bezirksrekord:	1:51,3	Noll, Paul	1935	SG Hannover 74		03.09.1970
2:08,10		Schneider, Florian	1986	LG Nienburg	Zeven	09.09.
2:21,5		Stolterfoth, Björn	1987	LG Nienburg	Uchte	29.04.
2:34,78		Pinkvos, Claas	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau	11.06.
2:35,40		Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau	11.06.
2:52,5		Peters, Tim	1986	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.

1000 m Lauf

Bezirksrekord:	2:26,9	Noll, Paul	1935	SG Hannover 74		15.07.1970
3:18,76		Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:50,66	Knopp, André	1985	SG Bredenbeck-Holtensen		
Bezirksrekord:	3:54,44	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf		02.07.2000
5:18,07		Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Sarstedt	20.08.
5:58,44		Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	17.09.
6:38,44		Lachmund, Jöm-Martin	1988	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	12:21,52	Drilling, Alexander	1983	TuS Altwambüchen		
Bezirksrekord:	8:21,01	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf		25.08.2001
11:55,46		Golz, Florian	1987	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.

5000 m Lauf

Bezirksrekord:	14:14,21	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf		12.06.1999
20:36,09		Bleyl, Konrad	1985	TuS Wunstorf	Wunstorf	01.07.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	38:03,98	Kok, Jascha	1987	Hannover Athletics		
Bezirksrekord:	30:09,88	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf		28.04.2001
38:12,07		Wolf, Torsten	1986	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.

Senioren M35

10 km Str.

Bestl. 2022:	32:26	Winterholler, Andreas	1983	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	29:48	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	23.09.2001
33:00	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	Salzkotten	18.03.
34:14	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Uelzen	16.04.
36:13	Seidler, Danny	1987	SC Bad Münden	Hameln	02.09.
37:32	Senning, Dennis	1987	Hannover Runners	Uelzen	16.04.
39:51	Behrens, Daniel	1986	SC Bad Münden	Springe	30.06.
44:10	Hülß, Jochen	1988	TK zu Hannover	Hannover	26.03.
44:32	Keil, Timo	1986	VfL Eintracht Hannover	Hannover	27.08.
46:58	Tierling, Jens	1984	SG Bredenbeck-Holtensen	Springe	30.06.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:15:07	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	
Bezirksrekord:	1:08:25	Bartholome, Thomas	1969	TSV Kirchdorf	14.03.2004
1:11:45	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	Paderborn	08.04.
1:19:21	Seidler, Danny	1987	SC Bad Münden	Dingelstädt	30.09.
1:23:48	Clemens, Patrick	1985	Hannover Runners	Hannover	27.08.
1:42:51	Tierling, Jens	1984	SG Bredenbeck-Holtensen	Bremen	01.10.

Marathon

Bestl. 2022:	2:35:38	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	
Bezirksrekord:	2:24:47	Kellenter, Stefan	1957	MTV 48 Hildesheim	30.04.1995
2:31:11	Kaschura, Jan	1985	RunArtist Holzminden	Kassel	17.09.
2:43:34	Seidler, Danny	1987	SC Bad Münden	Dresden	22.10.
2:55:43	Huck, Timo	1988	Hannover Runners	Hannover	26.03.
3:25:01	Senning, Dennis	1987	Hannover Runners	Berlin	24.09.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,56	Harmening, Matthias	1986	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	2,30	Onnen, Eike	1982	Hannover 96	14.05.2017
1,54	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Gronau	11.06.
1,50	Harmening, Matthias	1986	TKJ Sarstedt	Zeven	09.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,51	Rabe, Felix	1984	MTV Groß Buchholz	
Bezirksrekord:	7,16	Rebischke, Bernd	1955	LG Hannover	26.06.1993
5,90	+0,2	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst
5,37	+0,4	Harmening, Matthias	1986	TKJ Sarstedt	Einbeck
5,24		Rabe, Felix	1984	MTV Groß Buchholz	Hildesheim
4,90	+0,1	Stolterfoth, Björn	1987	LG Nienburg	Uchte
4,48	+0,0	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Delmenhorst
3,70		Peters, Tim	1986	TSV Burgdorf	Burgdorf

Senioren M35

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022:	9,43	Göppert, Jan-Patrick	1987	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	
Bezirksrekord:	19,84	Mertens, Michael	1965	Hannover 96	12.06.2002
11,17	Stolper, Daniel	1988	MTV Messenkamp	Stadthagen	22.04.
10,54	True, Stefan	1986	LC Hansa Stuhr	Bremen	03.10.
9,65	Göppert, Jan-Patrick	1987	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	11.06.
9,33	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Syke	27.08.
7,50	Stolterfoth, Björn	1987	LG Nienburg	Uchte	29.04.
6,01	Peters, Tim	1986	TSV Burgdorf	Burgdorf	30.09.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2022:	28,00	Göppert, Jan-Patrick	1987	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	
Bezirksrekord:	53,49	Mertens, Michael	1965	Hannover 96	15.06.2002
30,53	True, Stefan	1986	LC Hansa Stuhr	Bremen	03.10.
25,56	Göppert, Jan-Patrick	1987	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	11.06.
25,16	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	17.09.
20,95	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2022:	28,28	Jank, Thomas	1983	FSV Sarstedt	
Bezirksrekord:	56,00	Rockmann, Klaus	1953	Hannover 96	30.06.1989
45,64	Stolper, Daniel	1988	MTV Messenkamp	Stadthagen	22.04.
43,41	True, Stefan	1986	LC Hansa Stuhr	Oldenburg	16.08.
33,67	Kästner, Martin	1986	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	01.05.
33,00	Göppert, Jan-Patrick	1987	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	11.06.
28,61	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Gronau	11.06.
28,25	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	17.09.

5-Kampf

Weit-Speer (800g)-200m-Diskus (2kg)-1500m					
Bezirksrekord:	3.153	Nerge (P ?), Wilfried	1941	LG Hannover	00.00.1978
2.083	Siebert, Florian	1988	LG Nienburg	Delmenhorst	17.09.
	5,42(+0,6)-28,25-25,33(+0,6)-25,16-5:58,44				
1.391	Lachmund, Jörn-Martin	1988	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
	4,48(+0,0)-26,92-28,78(+0,6)-20,95-6:38,44				

Senioren M40

100 m Lauf

Bestl. 2022:	14,72	Ludwig, Daniel	1980	FSV Sarstedt	
Bezirksrekord:	11,1	Düerkop, Klaus	1942	MTV Herrenhausen	29.06.1983
12,29	-0,5	Krzeminski, Michal	1983	TS Großburgwedel	Hannover 13.05.
12,48	+1,5	Plückers, Matthias	1980	TuS Wunstorf	Edemissen 28.05.
13,39	+0,7	Niebuhr, Daniel	1982	TSV Barrien	Delmenhorst 14.07.
14,17		Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Hannover 29.04.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	30,81	Ludwig, Daniel	1980	FSV Sarstedt	
Bezirksrekord:	22,6	Düerkop, Klaus	1942	MTV Herrenhausen	19.05.1984
25,15	-1,8	Krzeminski, Michal	1983	TS Großburgwedel	Hannover 13.05.
29,37	+0,5	Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Hannover 29.04.

400 m Lauf

Bezirksrekord:	50,50	Düerkop, Klaus	1942	MTV Herrenhausen	22.07.1984
66,92		Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Hannover 29.04.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:02,96	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	1:59,74	Ritter, Siegnar	1943	TSV Burgdorf	15.07.1983
2:02,60		Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Mönchengladbach 13.08.
2:40,51		Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Verden 22.04.

1000 m Lauf

Bezirksrekord:	2:33,85	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	17.07.2004
3:30,39		Grebe, Dimitri	1982	VfL Bückeburg	Stadthagen 07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:07,69	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	3:57,37	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	07.07.2004
4:08,11		Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Mönchengladbach 12.08.
4:54,20		Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Berlin 27.05.
5:22,70		Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Sarstedt 20.08.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	9:01,32	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	8:22,66	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	27.06.2004
10:29,30		Dittmann, Christian	1983	Hannover 96	Wunstorf 24.05.
10:59,13		Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Berlin 28.05.
11:11,17		Grüne, Benjamin	1979	TSV Kirchdorf	Wunstorf 24.05.
12:08,84		Grebe, Dimitri	1982	VfL Bückeburg	Stadthagen 07.10.
12:37,33		Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Verden 22.04.

Senioren M40

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	15:57,68	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	14:37,15	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	19.06.2004
15:26,36	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Mittweida	06.05.
16:10,06	Winterholler, Andreas	1983	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
18:51,83	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Minden	24.06.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	30:42,28	Pingpank, Markus	1964	Hannover Athletics	28.07.2004
41:46,56	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Uslar	14.10.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	17.095	Ursinus, Wilfried	1949	MTV 48 Hildesheim	18.10.1992
14.420	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Uslar	14.10.

10 km Str.

Bestl. 2022:	32:38	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	29:59	Bartholome, Thomas	1969	TSV Kirchdorf	12.09.2009
32:13	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Uelzen	16.04.
33:04	Horstmann, Hauke	1982	Hannover 96	Uelzen	16.04.
33:19	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen	Hannover	27.08.
34:32	Solter, Andreas	1983	Hannover 96	Springe	15.04.
35:23	Reinhardt, Nicolas	1982	Hannover 96	Hannover	26.03.
36:51	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Burgwedel	13.05.
37:57	Glatthor, Thorsten	1975	TSV Schwarme	Verden	23.06.
41:40	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Espelkamp	06.05.
44:03	Karbe, Thomas	1981	MTV Groß Buchholz	Uelzen	16.04.
47:59	Lang, André	1980	Hannover 96	Hannover	12.11.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:10:57	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	1:05:31	Bartholome, Thomas	1969	TSV Kirchdorf	04.10.2009
1:10:46	Wiese, Christian	1981	TSV Burgdorf	Freiburg	26.03.
1:12:25	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen	Hannover	26.03.
1:16:19	Solter, Andreas	1983	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:17:26	Haupt, Christian	1980	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:17:49	Jäger, René	1982	TV Lohnde	Hannover	26.03.
1:17:56	Sievers, Jan	1981	Hannover 96	Köln	01.10.
1:18:11	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Hannover	27.08.
1:22:50	Thomschke, Jan	1982	Delliger SC	Hannover	27.08.
1:26:57	Bochniak, Bartlomiej Stef	1981	Eintracht Hildesheim	Hannover	27.08.
1:30:24	Katzberg, Daniel	1983	VfL Bückeburg	Hamm	26.02.

Senioren M40

Marathon

Bestl. 2022:	2:37:20	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen		
Bezirksrekord:	2:30:51	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr		01.10.2017
2:32:02	Kendelbacher, Michael	1982	TSV Barsinghausen	Hamburg		23.04.
2:46:47	Kossenjans, Christian	1982	Hannover Runners	Hannover		26.03.
2:48:58	Jäger, René	1982	TV Lohnde	Hamburg		23.04.
2:53:26	Thomschke, Jan	1982	Delligser SC	Köln		01.10.
2:57:36	Solter, Andreas	1983	Hannover 96	Frankfurt		29.10.
2:59:05	Reinhardt, Nicolas	1982	Hannover 96	Berlin		24.09.
3:09:23	Steckel, Manuel	1979	VfL Bückeburg	Hannover		26.03.
3:10:50	Katzberg, Daniel	1983	VfL Bückeburg	Hannover		26.03.
3:14:53	Bertram, Marco	1982	Delligser SC	Köln		01.10.

4 x 100 m Staffel

Bezirksrekord:	44,25	MTV Herrenhausen				03.06.1984
49,18	StG Leinesprinter			Garbsen		01.05.
	Schuh, Carsten (1965); Geweke, Holger (1975); Spitzer, Dr. Ted (1963); Müller, Torsten (1978)					

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022:	11,25	Neuhäuser, Nils	1982	MTV Eintracht Borsum		
Bezirksrekord:	17,90	Mertens, Michael	1965	Hannover 96		12.06.2005
12,36	Plückers, Matthias	1980	TuS Wunstorf	Edemissen		28.05.
11,47	Neuhäuser, Nils	1982	MTV Eintracht Borsum	Blankenburg		03.06.

Diskuswurf 2 kg

Bezirksrekord:	54,32	Appelfelder, Bernd	1939	DSV Hannover 78		27.05.1979
36,12	Plückers, Matthias	1980	TuS Wunstorf	Wunstorf		01.07.
28,97	Neuhäuser, Nils	1982	MTV Eintracht Borsum	Hanstedt		16.04.

Hammerwurf 7.26kg

Bestl. 2022:	43,12	Alrmanan, Mahmoud	1982	VfR Evesen		
Bezirksrekord:	54,48	Meier, Manfred	1943	SG Hannover 74		00.00.1986
41,15	Alrmanan, Mahmoud	1982	MTV Herrenhausen	Hannover		18.07.

Speerwurf 800 g

Bezirksrekord:	57,13	Schulz, Marek	1958	LG Hannover		02.05.1999
42,30	Plückers, Matthias	1980	TuS Wunstorf	Edemissen		28.05.

Gewicht

Bezirksrekord:	11,48	Alrmanan, Mahmoud	1982	MTV Herrenhausen		18.07.2023
11,48	Alrmanan, Mahmoud	1982	MTV Herrenhausen	Hannover		18.07.

Senioren M45

100 m Lauf

Bestl. 2022:	12,37	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde		
Bezirksrekord:	11,40	Koch, Franz	1950	LC Hannover		23.06.1996
12,44	-0,7	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Garbsen	01.05.
12,49	+0,1	Dierks, Jens-Oliver	1976	TV Eintracht Sehnde	Mönchengladbach	12.08.
13,00	-1,0	Müller, Torsten	1978	Garbsener SC	Hannover	13.05.
13,67	+0,1	Roth, Jochen	1978	TSV Burgdorf	Edemissen	26.08.
14,37	-1,2	Maus, Alexander	1977	TKJ Sarstedt	Gronau	11.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	24,58	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde		
Bezirksrekord:	23,85	Düerkop, Klaus	1942	LC Hannover		22.05.1988
24,92	+0,9	Dierks, Jens-Oliver	1976	TV Eintracht Sehnde	Sarstedt	03.06.
25,06	+1,6	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Garbsen	01.05.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	57,62	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde		
Bezirksrekord:	51,9	Duerkop, Klaus	1942	LC Hannover		06.08.1989
69,17		Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Stadthagen	09.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:15,79	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim		
Bezirksrekord:	2:03,00	Keller, Bernhard	1954	MTV Jahn Barnstorf		19.07.2000
2:15,26		Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim	Delmenhorst	14.07.
2:33,04		Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Melle	25.08.
2:37,36		Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Gronau	11.06.
3:02,07		Müller, Holger	1976	VfL Bad Nenndorf	Stadthagen	22.04.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	2:59,94	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim		
Bezirksrekord:	2:39,5	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf		07.08.2009
3:13,05		Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
3:15,34		Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	20.08.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:42,72	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim		
Bezirksrekord:	4:08,6	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf		21.08.2009
4:46,0		Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim	Uslar	07.07.
5:02,0		Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	07.07.
5:09,11		Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
5:13,3		Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Helmstedt	30.09.
5:15,4		Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.

Senioren M45

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	5:18,12	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	
Bezirksrekord:	4:34,26	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	15.06.2012
5:23,8	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	07.07.
5:34,5	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Helmstedt	30.09.
5:36,51	Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
6:28,76	Helbing, Christian	1975	TSV Burgdorf	Burgdorf	29.04.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	10:12,19	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	8:52,02	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	03.10.2010
10:13,14	Giesler, Christian	1977	Hannover 96	Wunstorf	24.05.
11:01,09	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	20.08.
11:14,06	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Uslar	14.10.
11:16,96	Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Wunstorf	24.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	18:43,15	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	
Bezirksrekord:	15:13,6	Hoppe, Manfred	1938	LG Weserbergland	10.09.1986
17:45,32	Giesler, Christian	1977	Hannover 96	Braunschweig	03.06.
19:11,01	Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Wunstorf	01.07.
19:17,43	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Gronau	11.06.
19:50,0	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	37:18,60	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	
Bezirksrekord:	32:10,2	Strube, Joachim	1941	LG Weserbergland	02.07.1988
38:22,97	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	14.10.
44:53,9	Badorrek, Niels	1974	SV Heinum	Borsum	30.08.
45:12,7	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
46:44,8	Meinecke, Axel	1975	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	15.580	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	
Bezirksrekord:	17.160	Nothdurft, Helmut	1960	LG Weserbergland	25.08.2005
15.300	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Uslar	14.10.
13.407	Badorrek, Niels	1974	SV Heinum	Borsum	30.08.
13.112	Beier, Rico	1975	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
12.940	Meinecke, Axel	1975	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Senioren M45

10 km Str.

Bestl. 2022:	36:47	Ciftci, Hikmet	1977	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	31:24	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	12.09.2009
36:35	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	Gnarrenburg	02.04.
39:09	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Springe	30.06.
39:36	Wehe, Mario	1974	Delligser SC	Alfeld	03.10.
41:28	Röhner, Peer	1977	Hannover 96	Hannover	26.03.
42:09	Haßlinger, Johannes	1978	LG Nienburg	Nienburg	03.06.
43:01	Grimm, Markus	1978	VfL Bückeburg	Petershagen	18.05.
44:23	Wonneberg, Lars	1976	LAC Langenhagen	Springe	15.04.
44:45	Helbing, Christian	1975	TSV Burgdorf	Uelzen	16.04.
48:29	Meinecke, Axel	1975	SG Bredenbeck-Holtensen	Springe	15.04.
50:34	Heimann, Christoph	1975	TG Freden	Ihlienworth	01.07.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:19:47	Kuhnau, Markus	1974	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1:10:10	Pingpank, Markus	1964	TSV Kirchdorf	21.03.2010
1:22:17	Schaper, Hendrik	1975	Hannover Runners	Hannover	26.03.
1:23:10	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Paderborn	08.04.
1:33:05	Frischling, Jan	1978	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:34:15	Djukanovic, Stanko	1978	SC Langenhagen	Hannover	26.03.
1:38:42	Badorrek, Niels	1974	SV Heinum	Greene	02.09.
1:42:41	Helbing, Christian	1975	TSV Burgdorf	Hannover	26.03.
2:01:12	Heimann, Christoph	1975	TG Freden	Nordholz	24.06.

Marathon

Bestl. 2022:	2:38:42	Sebrantke, Oliver	1976	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	2:29:00	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	28.09.1986
2:56:31	Hesse, Jörn	1974	Delligser SC	Hannover	26.03.
2:59:12	Schaper, Hendrik	1975	Hannover Runners	Berlin	24.09.
3:18:28	Haßlinger, Johannes	1978	LG Nienburg	Bremen	01.10.
3:23:50	Asche, Mike	1976	Hannover Athletics	Berlin	24.09.
3:26:31	Badorrek, Niels	1974	SV Heinum	Bremen	01.10.

400 m Hürden 0.914m

Bezirksrekord:	59,81	Heinz, Edward	1938	MTV Herrenhausen	00.00.1984
81,69	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Sarstedt	20.08.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	2,95	Maus, Alexander	1977	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	3,76	Lindmüller, Wilhelm	1956	TuS Wunstorf	12.06.2001
2,96	Maus, Alexander	1977	TKJ Sarstedt	Edemissen	26.08.

Weitsprung

Bestl. 2022:	6,05	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	6,38	Lindmüller, Wilhelm	1956	TuS Wunstorf	15.08.2003
6,25	+0,0	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Wunstorf 01.07.
4,50	+0,2	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Delmenhorst 17.09.

Senioren M45

Kugelstoß 7.26kg

Bestl. 2022:	10,94	Kalisch, Christian	1976	SG Misburg	
Bezirksrekord:	15,00	Groß, Helmut	1939	LC Hannover	02.06.1985
11,31	Kalisch, Christian	1976	SG Misburg	Gronau	11.06.
6,95	Welz, Carsten	1975	MTV 48 Hildesheim	Gronau	11.06.

Diskuswurf 2 kg

Bestl. 2022:	26,97	Kalisch, Christian	1976	SG Misburg	
Bezirksrekord:	46,48	Appelfelder, Bernd	1939	SV Wacker Osterwald	02.06.1984
28,72	Kalisch, Christian	1976	SG Misburg	Gronau	11.06.
27,95	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Gronau	11.06.
21,22	Maus, Alexander	1977	TKJ Sarstedt	Gronau	11.06.
20,44	Welz, Carsten	1975	MTV 48 Hildesheim	Gronau	11.06.

Speerwurf 800 g

Bestl. 2022:	39,26	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	
Bezirksrekord:	52,24	Titze, Hans-Ulrich	1957	TSV Burgdorf	12.07.2002
33,02	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
30,41	Kalisch, Christian	1976	SG Misburg	Gronau	11.06.
26,98	Meyer, Christian	1977	TSV Schwarme	Delmenhorst	17.09.
20,51	Welz, Carsten	1975	MTV 48 Hildesheim	Gronau	11.06.

5-Kampf

Weit-Speer (800g)-200m-Diskus (2kg)-1500m

Bestl. 2022:	3.036	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	3.524	Heinz, Edward	1938	LC Hannover	28.09.1986
2.990	Geweke, Holger	1975	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
	5,85(+0,0)-33,02-25,17(+0,3)-22,53-5:09,11				

Senioren M50

200 m Lauf

Bestl. 2022:	28,88	Iburg, Stefan	1970	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	22,06	Schweter, Gregor	1965	Eintracht Hildesheim	28.09.1986
30,48 +0,0	Zargar Amini, Babak	1970	Hannover 96	Zeven	09.09.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	63,40	Iburg, Stefan	1970	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	53,82	Peitzmeier, Volker	1944	LG Weserbergland	25.06.1994
64,45	Iburg, Stefan	1970	Eintracht Hildesheim	Wunstorf	01.07.
69,62	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Minden	14.05.

Senioren M50

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:22,88	Piech, Andreas	1971	TSV Brunkensen	
Bezirksrekord:	2:05,9	Brüggemann, Willi	1937	LC Hannover	04.06.1987
2:27,98	Iburg, Stefan	1970	Eintracht Hildesheim	Kiel	09.07.
2:30,31	Zargar Amini, Babak	1970	Hannover 96	Gronau	11.06.
2:32,66	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Minden	14.05.
2:52,25	von Palombini, Jobst	1969	VfL Bückeburg	Stadthagen	22.04.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	3:07,84	Iburg, Stefan	1970	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	2:49,93	Pingpank, Markus	1964	Hannover Athletics	17.06.2016
3:15,01	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Papenburg	29.09.
3:25,00	Zargar Amini, Babak	1970	Hannover 96	Stadthagen	07.10.
3:26,69	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.
3:31,69	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Stadthagen	07.10.
3:40,15	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:52,20	Borchers, Tim	1970	Lehrter SV	
Bezirksrekord:	4:20,89	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	01.01.1981
5:02,47	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Zeven	10.09.
5:23,7	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:29,96	Lippold, Harald	1973	TSV Gronau	Einbeck	03.09.
5:32,2	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Helmstedt	30.09.
5:50,3	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
6:06,8	Schaper, Jens	1971	VT Rinteln	Stadthagen	23.06.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	5:11,17	Borchers, Tim	1970	Lehrter SV	
Bezirksrekord:	4:57,56	Ruminski, Thomas	1960	SV Eintracht Hildesdorf	02.06.2010
5:27,13	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	29.04.
5:43,11	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:54,1	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Helmstedt	30.09.
6:02,80	Lippold, Harald	1973	TSV Gronau	Garbsen	16.04.
6:15,39	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
6:38,27	Schaper, Jens	1971	VT Rinteln	Stadthagen	23.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	11:49,90	Grote, Karsten	1968	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	9:21,2	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	00.00.1982
11:03,34	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Winsen	23.08.
11:41,63	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Melle	25.08.
11:42,16	Kolbe, Andreas	1970	LAC Langenhagen	Gronau	11.06.
11:44,30	von Palombini, Jobst	1969	VfL Bückeburg	Wunstorf	24.05.
12:15,53	Lippold, Harald	1973	TSV Gronau	Gronau	11.06.
12:19,25	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Wunstorf	24.05.

Senioren M50

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	19:07,87	Böger, Frank	1968	VfL Bückeburg	
Bezirksrekord:	15:15,2	Hoppe, Manfred	1938	LG Weserbergland	07.09.1988
19:23,79	Sivulka, Juraj	1969	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	04.08.
19:51,25	Kühnhirt, Jens	1969	Hannover Runners	Sarstedt	25.06.
20:36,81	von Palombini, Jobst	1969	VfL Bückeburg	Minden	14.05.
20:43,14	Kolbe, Andreas	1970	LAC Langenhagen	Sarstedt	25.06.
21:02,96	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Minden	29.07.
21:57,22	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Hameln	26.09.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	40:56,2	Ritschel, Frank	1968	SG Bredenbeck-Holtensen	
Bezirksrekord:	32:07,0	Hoppe, Manfred	1938	LG Weserbergland	21.09.1988
41:46,6	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
47:23,9	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	14.001	Brünger, Stefan	1970	Post-SV Holzminde	
Bezirksrekord:	17.655	Hoppe, Manfred	1938	ESV Eintracht Hameln	25.09.1988
14.293	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
12.531	Gaarmann, Dirk	1971	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.

10 km Str.

Bestl. 2022:	38:29	Theis, Dr. Ulrich	1971	Hannover 96	
Bezirksrekord:	33:58	Ruminski, Thomas	1960	SV Eintracht Hildesdorf	10.04.2010
35:41	Kühlke, Frank	1973	Hannover 96	Bad Liebenzell	10.09.
37:27	Borchers, Tim	1970	Lehrter SV	Lehrte	01.09.
37:56	Kramer, Andreas	1969	TSV Barsinghausen	Springe	30.06.
38:55	Theis, Dr. Ulrich	1971	Hannover 96	Uelzen	16.04.
39:08	Sonnemann, Oliver	1970	Hannover 96	Bad Liebenzell	10.09.
40:33	Iburg, Stefan	1970	Eintracht Hildesheim	Hannover	26.03.
43:24	Gonzalez-Diez, José-Luis	1972	TSV Barsinghausen	Hannover	12.11.
43:49	von Palombini, Jobst	1969	VfL Bückeburg	Espelkamp	06.05.
44:57	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Uslar	29.10.
45:35	Gärtner, Dr. Michael	1970	Hannover 96	Springe	15.04.

10 km Str. Ma.

Bezirksrekord:	1:47:36	TSV Kirchdorf			18.03.2001
1:49:43	Hannover 96			Uelzen	16.04.
Vollkommer, Guido (1966) - 35:34; Kühlke, Frank (1973) - 36:07; König, Jens (1967) - 38:02					

Senioren M50

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:19:25	Sonnemann, Oliver	1970	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1:14:42	Strube, Joachim	1941	LG Weserbergland	10.04.1993
1:18:49	Kühlke, Frank	1973	Hannover 96	Freiburg	26.03.
1:20:33	Dörrie, Robin	1969	Hannover 96	Hannover	27.08.
1:23:31	Theis, Dr. Ulrich	1971	Hannover 96	Freiburg	26.03.
1:24:29	Kramer, Andreas	1969	TSV Barsinghausen	Hannover	27.08.
1:28:17	Sonnemann, Oliver	1970	Hannover 96	Springe	30.06.
1:28:47	Butterbrodt, Tobias	1970	Eintracht Hildesheim	Hannover	26.03.
1:30:32	Borchers, Tim	1970	Lehrter SV	Springe	15.04.
1:30:38	Doppelfeld, Arne	1973	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:31:02	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Petershagen	18.05.
1:33:55	Völkening, Karsten	1971	SV Eintracht Hildesheim	Bremen	01.10.

Marathon

Bestl. 2022:	2:49:14	Sonnemann, Oliver	1970	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2:36:43	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	30.09.1990
2:53:24	Sonnemann, Oliver	1970	Hannover 96	Köln	01.10.
3:13:49	Buchholz, Bernd	1971	Hannover Athletics	Hannover	26.03.
3:23:50	Völkening, Karsten	1971	SV Eintracht Hildesheim	Frankfurt	29.10.
3:24:22	von Palombini, Jobst	1969	VfL Bückeburg	Berlin	24.09.
3:28:01	Ulbrich, Jens	1973	VfL Bückeburg	Springe	15.04.
3:29:24	Zeyn, Frank	1969	Hannover Runners	Berlin	24.09.
3:38:44	Niehuß, Ulrich	1969	VfL Bückeburg	Bremen	01.10.
3:39:24	Pröpsting, Dr. Marcus	1969	TV Badenstedt	Hannover	26.03.
3:42:37	Kühlke, Frank	1973	Hannover 96	Köln	01.10.
3:43:13	Kühnert, Jens	1969	Hannover Runners	Berlin	24.09.

100 km

Bestl. 2022:	11:47:39	Niehuß, Ulrich	1969	VfL Bückeburg	
Bezirksrekord:	8:46:00	Peschke, Klaus	1939	LLG Springe	03.07.1993
10:52:02	Niehuß, Ulrich	1969	VfL Bückeburg	Braunschweig	27.05.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,52	Sauer, Michael	1969	TuS Wunstorf	
Bezirksrekord:	1,74	Lindmüller, Wilhelm	1956	TuS Wunstorf	17.06.2006
1,53	Lucht, Frank	1970	MTV Messenkamp	Bielefeld	01.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,89	Lucht, Frank	1970	MTV Messenkamp	
Bezirksrekord:	7,13	Schweter, Gregor	1965	Eintracht Hildesheim	28.09.1986
4,50	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Gronau	11.06.

Senioren M50

Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2022:	12,63	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	15,40	Gross, Helmut	1939	LC Hannover	12.09.1992
12,54	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	Gronau	11.06.
10,84	Suhr, Michael	1969	LG Weserbergland	Sarstedt	22.04.
10,70	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
9,56	Kemner, Andrej	1973	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
9,15	Linschmann, Chris	1971	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
8,95	Liebmann, Heiko	1971	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
8,59	Knaust, Thomas	1970	TKJ Sarstedt	Quedlinburg	09.09.
7,61	Prange, Stefan	1972	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.

Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2022:	37,37	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	51,20	Appelfelder, Bernd	1939	SV Wacker Osterwald	08.09.1990
37,90	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
32,51	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Stadthagen	07.10.
27,71	Kemner, Andrej	1973	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
26,62	Linschmann, Chris	1971	VfL Eintracht Hannover	Schöningen	06.08.
26,32	Liebmann, Heiko	1971	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
22,48	Prange, Stefan	1972	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
21,22	Lippold, Harald	1973	TSV Gronau	Uslar	07.07.

Hammerwurf 6 kg

Bestl. 2022:	37,02	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	53,58	Meier, Manfred	1943	Handballfreunde Springe	10.10.1993
31,06	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
30,54	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
23,96	Liebmann, Heiko	1971	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.
23,06	Kemner, Andrej	1973	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	11.09.
20,27	Prange, Stefan	1972	MTV Herrenhausen	Hannover-H.	14.10.

Speerwurf 700 g

Bestl. 2022:	43,02	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	54,22	Schweter, Gregor	1965	Eintracht Hildesheim	28.09.1986
42,78	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	Minden	24.06.
41,80	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Gronau	11.06.
37,14	Sauer, Michael	1969	TuS Wunstorf	Stadthagen	07.10.
33,68	Linschmann, Chris	1971	VfL Eintracht Hannover	Edemissen	15.04.
33,37	Lucht, Frank	1970	MTV Messenkamp	Stadthagen	07.10.
31,84	Liebmann, Heiko	1971	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.
24,06	Prange, Stefan	1972	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.
22,35	Knaust, Thomas	1970	TKJ Sarstedt	Quedlinburg	09.09.
21,32	Kemner, Andrej	1973	TuS Altwarmbüchen	Altwarmbüchen	06.09.

Senioren M50

Gewicht

Bestl. 2022:	12,76	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	18,32	Meier, Manfred	1943	SF Springe	21.09.1996
13,22	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Stadthagen	07.10.
11,60	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
8,45	Prange, Stefan	1972	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (6kg)-Kugel (6kg)-Diskus (1.5kg)-Speer (700g)-Gewicht (11.34kg)

Bestl. 2022:	2.973	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	3.886	Meier, Manfred	1943	SF Springe	21.09.1996
2.839	Hansen, Thomas	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
	30,54-11,86-37,90-38,73-11,60				
2.725	Przywara, Joachim	1970	MTV Eintracht Borsum	Bremen	23.04.
	31,06-10,70-30,76-40,73-12,39				
1.577	Prange, Stefan	1972	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
	18,80-7,15-22,48-23,54-8,45				

Senioren M55

100 m Lauf

Bestl. 2022:	12,68	Pähz, Torsten	1967	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	11,52	Spitzer, Dr. Ted	1963	SV Germania Helstorf	09.06.2018
12,80	+0,1	Pähz, Torsten	1967	VfL Eintracht Hannover	Wunstorf 01.07.
13,07	+0,0	Schuh, Carsten	1965	TV Lohnde	Minden 29.07.
14,04	+0,8	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen 06.05.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	25,72	Spitzer, Dr. Ted	1963	SV Germania Helstorf	
Bezirksrekord:	25,12	Peitzmeier, Volker	1944	LG Weserbergland	02.06.2002
26,57	+0,0	Schuh, Carsten	1965	TV Lohnde	Minden 29.07.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	55,90	Spitzer, Dr. Ted	1963	SV Germania Helstorf	
Bezirksrekord:	54,96	Peitzmeier, Volker	1944	LG Weserbergland	27.07.2002
59,34	Schuh, Carsten	1965	TV Lohnde	Zeven	10.09.
65,11	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Wunstorf	01.07.
67,58	Talke, Michael	1968	MTV 49 Holzminden	Uslar	20.08.
75,03	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	06.05.

Senioren M55

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:27,92	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	2:07,0	Brüggemann, Wilhelm	1937	LC Hannover	20.06.1993
2:24,79	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Gronau	11.06.
2:39,25	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Garbsen	25.07.
4:12,81	Ehling, Andreas	1964	LAV Alfeld	Uslar	24.09.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	3:26,0	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	
Bezirksrekord:	2:56,2	Brüggemann, Wilhelm	1937	LC Hannover	21.07.1994
3:11,5	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Uslar	05.06.
3:28,22	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:57,89	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	4:40,36	Menge, Heinrich	1936	SV Wacker Osterwald	28.08.1994
4:50,60	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Minden	24.06.
5:35,7	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
5:50,43	Lehmann, Uwe	1965	LAC Langenhagen	Winsen	30.08.
6:47,8	Schnetzke, Markus	1968	TuS Niedermöhren	Stadthagen	23.06.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	5:49,50	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	
Bezirksrekord:	5:04,90	Ruminski, Thomas	1960	SV Eintracht Hildesheim	10.06.2015
5:58,28	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
7:15,91	Schnetzke, Markus	1968	TuS Niedermöhren	Stadthagen	23.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	10:41,37	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	9:41,7	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	00.00.1986
11:24,25	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Wunstorf	24.05.
11:31,94	Grote, Karsten	1968	VfL Eintracht Hannover	Gronau	11.06.
11:32,88	Lehmann, Uwe	1965	LAC Langenhagen	Gronau	11.06.
15:00,69	Ebeling, Matthias	1964	Post-SV Holzminden	Uslar	20.08.
18:32,44	Ehling, Andreas	1964	LAV Alfeld	Uslar	14.10.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	19:26,69	Colsmann, Frank	1966	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	16:10,88	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	22.06.2005
19:41,40	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Minden	29.07.
19:56,46	Lehmann, Uwe	1965	LAC Langenhagen	Sarstedt	25.06.
22:48,90	Hannig, Torsten	1966	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.
24:23,04	Ebeling, Matthias	1964	Post-SV Holzminden	Uslar	15.04.

Senioren M55

10000 m Lauf

Bestl. 2022: 40:12,80 Höltje, Sebastian 1966 VfL Bückeburg
 Bezirksrekord: 34:24,10 Strube, Joachim 1941 LG Weserbergland 07.08.1996

41:43,5	Ritschel, Frank	1968	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
42:07,64	Lehmann, Uwe	1965	LAC Langenhagen	Delmenhorst	17.09.
42:18,0	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
48:03,4	Klohr, Thomas	1966	Hannover 96	Borsum	30.08.
49:09,43	Ebeling, Matthias	1964	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.
51:29,75	Trube, Mario	1967	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.

Stundenlauf

Bestl. 2022: 11.583 Ebeling, Matthias 1964 Post-SV Holzminden
 Bezirksrekord: 16.408 Ruminski, Thomas 1960 SV Eintracht Hildesheim 23.07.2015

14.397	Ritschel, Frank	1968	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.
14.224	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Großenkneten	04.11.
12.358	Klohr, Thomas	1966	Hannover 96	Borsum	30.08.
12.075	Ebeling, Matthias	1964	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.
11.570	Trube, Mario	1967	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.

10 km Str.

Bestl. 2022: 35:30 Vollkommer, Guido 1966 Hannover 96
 Bezirksrekord: 34:47 Strube, Joachim 1941 LG Weserbergland 06.04.1996

35:29	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	Bad Liebenzell	10.09.
38:02	König, Jens	1967	Hannover 96	Uelzen	16.04.
38:35	Braune-Krickau, Martin	1966	Eintracht Hildesheim	Uelzen	16.04.
41:21	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Burgwedel	14.05.
41:45	Lehmann, Uwe	1965	LAC Langenhagen	Berlin	29.07.
42:02	Grote, Karsten	1968	VfL Eintracht Hannover	Paderborn	08.04.
46:25	Förster, Frank	1968	VfL Eintracht Hannover	Hannover	26.03.
47:26	Bockisch, Dirk	1965	LAC Langenhagen	Hannover	12.11.
47:46	Goltermann, Stefan	1966	TK Berenbostel	Hannover	12.11.
48:13	Schnetzke, Markus	1968	TuS Niedernwöhren	Springe	15.04.

Halbmarathon

Bestl. 2022: 1:18:33 Vollkommer, Guido 1966 Hannover 96
 Bezirksrekord: 1:16:09 Strube, Joachim 1941 LG Weserbergland 14.04.1996

1:17:30	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	Freiburg	26.03.
1:24:16	König, Jens	1967	Hannover 96	Freiburg	26.03.
1:29:58	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Petershagen	18.05.
1:31:11	Kokemüller, Rolf	1967	LAV Alfeld	Alfeld	03.10.
1:31:41	Lahm, Edwin	1966	Hannover 96	Freiburg	26.03.
1:31:44	Selle, Dr. Jochen	1968	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:32:42	Ritschel, Frank	1968	SG Bredenbeck-Holtensen	Springe	15.04.
1:36:43	Kreie, Thomas	1965	TSV Barsinghausen	Hannover	26.03.
1:36:50	Grote, Karsten	1968	VfL Eintracht Hannover	Hannover	26.03.
1:40:04	Uleer, Dr. Christoph	1966	Eintracht Hildesheim	Hannover	26.03.

Senioren M55

Marathon

Bestl. 2022:	2:39:45	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2:39:45	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	03.04.2022
2:45:46	Vollkommer, Guido	1966	Hannover 96	Köln	01.10.
3:02:33	König, Jens	1967	Hannover 96	Berlin	24.09.
3:07:27	Lahm, Edwin	1966	Hannover 96	Hamburg	23.04.
3:11:12	Strüber, Bert	1964	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
3:22:55	Höltje, Sebastian	1966	VfL Bückeburg	Springe	15.04.
3:24:26	Nitz, Karsten	1966	Delligser SC	Magdeburg	08.10.
3:25:07	Kettern, Jörg	1968	Hannover Athletics	Hamburg	23.04.
3:33:33	Uffenbrink, Ralf	1966	TuS Wagenfeld	Bremen	01.10.
3:43:30	Uleer, Dr. Christoph	1966	Eintracht Hildesheim	Berlin	24.09.
3:44:16	Morva, Imre	1967	SC Bad Münster	Springe	15.04.

100 m Hürden 0.914m

Bezirksrekord:	16,46	Tute, Heiko	1961	SV Germania Helstorf	17.08.2016
19,76	-0,9	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen 07.05.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,62	Pähz, Torsten	1967	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	1,62	Pähz, Torsten	1967	TKJ Sarstedt	22.05.2022
1,60	Pähz, Torsten	1967	VfL Eintracht Hannover	Gronau	11.06.
1,44	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	06.05.

Stabhochsprung

Bezirksrekord:	3,35	Rudert, Jürgen	1948	SG 95 Burgdorf	26.06.2004
2,40	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	07.05.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,69	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	
Bezirksrekord:	5,61	Walters, Ernst-Robert	1935	TK Jahn Sarstedt	25.05.1990
4,45	-1,5	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen 06.05.

Kugelstoß 6 kg

Bestl. 2022:	10,45	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	
Bezirksrekord:	15,92	Gross, Helmut	1939	LC Hannover	17.09.1995
10,38	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	06.05.
10,14	Hinrichs, Michael	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
9,90	Goltermann, Stefan	1966	TK Berenbostel	Gronau	11.06.
9,65	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	Göttingen	29.04.
9,37	Abramowski, Peter	1966	MTV Eintracht Borsum	Blankenburg	03.06.
8,35	Pähz, Torsten	1967	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt	22.04.

Senioren M55

Diskuswurf 1.5 kg

Bestl. 2022:	31,28	Abramowski, Peter	1966	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	45,96	Appelfelder, Bernd	1939	SV Wacker Osterwald	10.07.1994
30,92	Abramowski, Peter	1966	MTV Eintracht Borsum	Gronau	11.06.
29,50	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	Göttingen	29.04.
29,21	Goltermann, Stefan	1966	TK Berenbostel	Gronau	11.06.
27,55	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	07.05.
23,74	Hinrichs, Michael	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.

Hammerwurf 6 kg

Bestl. 2022:	33,13	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	53,41	Meier, Manfred	1943	LAV Springe	07.10.2000
35,25	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	18.07.
19,94	Hinrichs, Michael	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
17,86	Köhn, Hauke	1966	MTV Herrenhausen	Hannover	18.07.

Speerwurf 700 g

Bestl. 2022:	42,76	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	
Bezirksrekord:	54,49	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	30.10.2016
43,26	Abramowski, Peter	1966	MTV Eintracht Borsum	Hannover	23.09.
39,20	Neubauer, Dr. Torsten	1967	SC Langenhagen	Edemissen	15.04.
37,93	Goltermann, Stefan	1966	TK Berenbostel	Gronau	11.06.
30,57	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	Nienhagen	16.04.
27,98	Hinrichs, Michael	1964	MTV Herrenhausen	Delmenhorst	17.09.

Gewicht

Bestl. 2022:	12,35	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	19,61	Meier, Manfred	1943	SF Springe	29.06.1998
12,68	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	18.07.
8,07	Hinrichs, Michael	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
7,18	Köhn, Hauke	1966	MTV Herrenhausen	Hannover	18.07.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (6kg)-Kugel (6kg)-Diskus (1.5kg)-Speer (700g)-Gewicht (11.34kg)					
Bestl. 2022:	2.722	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	4.291	Meier, Manfred	1943	SF Springe	29.06.1998
2.463	Schröder, Tilman	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
	26,30-9,40-26,69-29,81-11,77				
2.048	Hinrichs, Michael	1964	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
	19,94-10,14-23,74-26,35-8,07				

Senioren M60

100 m Lauf

Bestl. 2022:	14,36	Becker, Axel	1958	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	12,40	Peitzmeier, Volker	1944	LG Weserbergland	25.08.2005
13,00	+0,0	Spitzer, Dr. Ted	1963	TV Lohnde	Minden 29.07.
13,92	+1,1	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Edemissen 28.05.
14,24	+0,0	Domberg, Ralf	1963	TSV Neustadt	Minden 24.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	27,20	Oppe, Andreas	1962	Hannover 96	
Bezirksrekord:	25,47	Peitzmeier, Volker	1944	LG Weserbergland	15.08.2004
26,15	+1,1	Spitzer, Dr. Ted	1963	TV Lohnde	Edemissen 28.05.
29,10	+0,4	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Edemissen 28.05.
30,07	+0,0	Domberg, Ralf	1963	TSV Neustadt	Minden 24.06.
32,86	+1,0	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Zeven 09.09.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	60,38	Oppe, Andreas	1962	Hannover 96	
Bezirksrekord:	57,15	Peitzmeier, Volker	1944	LG Weserbergland	28.07.2004
57,82		Spitzer, Dr. Ted	1963	TV Lohnde	Edemissen 28.05.
64,68		Bormann, Jürgen	1963	LG Nienburg	Zeven 10.09.
66,90		Muschiol, Andreas	1962	SG Misburg	Hannover 13.05.
72,15		Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Zeven 10.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:22,46	Bötticher, Rudolf	1962	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	2:17,16	Ritter, Siegfried	1938	Eintracht Hildesheim	31.07.1998
2:28,15		Spitzer, Dr. Ted	1963	TV Lohnde	Zeven 09.09.
2:32,54		Muschiol, Andreas	1962	SG Misburg	Gronau 11.06.
2:32,68		Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Melle 25.08.
2:41,37		Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Zeven 09.09.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	3:31,2	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	
Bezirksrekord:	3:03,5	Menge, Heinrich	1936	SV Wacker Osterwald	08.06.1996
3:28,28		Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Stadthagen 07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:50,82	Bötticher, Rudolf	1962	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	4:42,80	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	17.08.1991
5:23,9		Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Stadthagen 23.06.
5:31,72		Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Zeven 10.09.
7:35,92		Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Delmenhorst 17.09.
8:31,1		Kopp, Andreas	1961	Post-SV Holzminden	Uslar 07.07.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	5:13,17	Bötticher, Rudolf	1962	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	5:13,17	Bötticher, Rudolf	1962	TK zu Hannover	01.07.2022
5:42,56		Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Stadthagen 23.06.
9:10,6		Kopp, Andreas	1961	Post-SV Holzminden	Uslar 07.07.

Senioren M60

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	10:28,55	Bötticher, Rudolf	1962	TK zu Hannover	
Bezirksrekord:	9:58,7	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	06.04.1991
10:57,54	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Minden	03.06.
11:32,66	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Stadthagen	07.10.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	19:51,81	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	
Bezirksrekord:	17:30,65	Becker, Herbert	1931	LG Hansa Stuhr	15.06.1991
19:01,35	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Minden	24.06.
19:43,18	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Winsen	16.08.
21:24,99	Chatziparaskevas, Arist.	1960	Hannover 96	Braunschweig	03.06.
22:49,48	Böhm, Uwe	1960	VfL Bückeburg	Wunstorf	01.07.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	39:44,11	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	
Bezirksrekord:	37:09,47	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	20.08.1999
41:42,7	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Borsum	30.08.
48:55,7	Böhm, Uwe	1960	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	7736	Mock, Arnold	1960	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	15.097	Giesbert, Günther	1938	TSV Burgdorf	16.10.1999
14.317	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Borsum	30.08.
12.336	Böhm, Uwe	1960	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
8.151	Mock, Arnold	1960	MTV Eintracht Borsum	Borsum	30.08.

10 km Str.

Bestl. 2022:	41:14	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	
Bezirksrekord:	36:22	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	19.03.2000
39:29	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Hannover	27.08.
41:17	Nothdurft, Helmut	1960	Hannover 96	Uelzen	16.04.
42:30	Splett, Tristan	1962	LAC Langenhagen	Uelzen	16.04.
42:54	Markfeld, Jürgen	1963	TuS Hasede	Hannover	26.03.
44:31	Hötte, Rainer	1962	VSV Benthe	Springe	15.04.
44:40	Chatziparaskevas, Arist.	1960	Hannover 96	Springe	30.06.
45:43	Fricke, Lothar	1962	Hannover 96	Hannover	27.08.
47:05	Janke, Steffen	1962	LAC Langenhagen	Hannover	27.08.
47:14	Böhm, Uwe	1960	VfL Bückeburg	Petershagen	18.05.
48:32	Knackstedt, Thomas	1961	Delligser SC	Alfeld	03.10.

Senioren M60

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:28:27	Zimmermann, Jörg	1961	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	1:21:28	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	27.03.1999
1:28:37	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Leverkusen	18.06.
1:33:34	Fricke, Lothar	1962	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:37:42	Chatziparaskevas, Arist.	1960	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:37:54	Knackstedt, Thomas	1961	Delligser SC	Hannover	27.08.
1:39:13	Messerschmidt, Michael	1962	Delligser SC	Springe	15.04.
1:53:25	Eggers, Gerd	1962	LG Nienburg	Hannover	26.03.
1:54:33	Röhrkasten, Reinhard	1962	Beckedorfer SV	Hannover	26.03.
1:55:59	Walter, Markus	1962	Hannover 96	Hannover	26.03.
2:05:28	Schubert, Uwe-Georg	1961	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

Marathon

Bestl. 2022:	3:09:25	Fricke, Lothar	1962	Hannover 96	
Bezirksrekord:	2:56:29	Jansen, Manfred	1927	LG Hannover	03.05.1987
3:09:53	Zimmermann, Jörg	1961	VfL Bückeburg	Berlin	24.09.
3:11:47	Leinemann, Dr. Markus	1963	Eintracht Hildesheim	Frankfurt	29.10.
3:39:10	Hötte, Rainer	1962	VSV Benthe	Hannover	26.03.
3:45:21	Messerschmidt, Michael	1962	Delligser SC	Barcelona (ESP)	19.03.
3:46:22	Bultmann, Jürgen	1961	LG Nienburg	Berlin	24.09.
4:10:16	Eggers, Gerd	1962	LG Nienburg	Berlin	24.09.
4:15:42	Mock, Ralf	1961	TuS Hasede	Hannover	26.03.
5:36:58	Kopp, Andreas	1961	Post-SV Holzminden	Münster	03.09.

5000 m Bahngehen

Bezirksrekord:	25:19,0	Degener, Karl	1943	DJK Sparta Langenhagen	15.10.2005
31:14,48	Krüger, Reinhard	1960	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	27.05.

10km Str.Gehen

Bezirksrekord:	41:34	Hilgert, Wolfgang	1937	LG Hannover	19.03.2000
63:20	Krüger, Reinhard	1960	Eintracht Hildesheim	Pescara (ITA)	26.09.

20km Str.Gehen

Bezirksrekord:	1:48:53	Degener, Karl	1943	DJK Sparta Langenhagen	06.06.2004
2:11:37	Krüger, Reinhard	1960	Eintracht Hildesheim	Pescara (ITA)	30.09.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,32	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	1,52	Appelfelder, Bernd	1939	SV Wacker Osterwald	13.06.1999
Bezirksrekord:	1,52	Scheide, Karl	1937	TK Jahn Sarstedt	13.09.1997
1,35	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Gronau	11.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,17	Schünemann, Uwe	1961	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	5,50	Walters, Ernst-Robert	1935	TK Jahn Sarstedt	16.05.1995
4,40	+1,4	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Peine
					03.06.

Senioren M60

Kugelstoß 5 kg

Bestl. 2022:	12,74	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	15,03	Appelfelder, Bernd	1939	SV Wacker Osterwald	11.09.1999
11,88	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Gronau	11.06.
9,16	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Edemissen	15.04.
9,06	Göppert, Ralf	1960	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	11.06.
8,46	Rost, Wolfgang	1961	TG Freden	Sarstedt	22.04.
6,97	Spieß, Ernst	1963	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	41,07	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	53,29	Meier, Manfred	1943	LAV Springe	29.09.2004
38,33	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Nienhagen	16.04.
28,69	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Edemissen	15.04.
26,66	Rost, Wolfgang	1961	TG Freden	Uslar	19.08.
24,61	Göppert, Ralf	1960	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	11.06.
24,15	Spieß, Ernst	1963	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.

Hammerwurf 5 kg

Bestl. 2022:	42,61	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	53,78	Meier, Manfred	1943	LAV Springe	28.09.2003
37,49	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Hannover-H.	14.10.
26,89	Zielonka, Dr. Holger	1961	SV Otzenia Otze	Altwarmbüchen	11.09.
20,14	Spieß, Ernst	1963	MTV Herrenhausen	Hannover-H.	14.10.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	47,55	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	49,67	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	29.08.2020
44,70	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	Lingen (Ems)	24.06.
32,32	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Pescara (ITA)	30.09.
28,87	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Delmenhorst	17.09.
26,62	Göppert, Ralf	1960	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Gronau	11.06.
25,07	Spieß, Ernst	1963	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.

Gewicht

Bestl. 2022:	15,04	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	21,18	Meier, Manfred	1943	LAV Springe	23.05.2004
14,44	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Hannover-H.	14.10.
8,28	Spieß, Ernst	1963	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.

5-Kampf

Weit-Speer (600g)-200m-Diskus (1kg)-1500m					
Bezirksrekord:	3.509	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	01.10.2000
2.188	Helliger, Hartmut	1963	MTV Groß Buchholz	Delmenhorst	17.09.
4,19(+0,5)-28,87-30,20(+0,8)-27,47-7:35,92					

Senioren M60

Wurf-Fünfkampf

Hammer (5kg)-Kugel (5kg)-Diskus (1kg)-Speer (600g)-Gewicht (9.08kg)

Bestl. 2022:	3.881	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	3.921	Pohl, Joachim	1960	MTV Herrenhausen	22.02.2020
3.024	Steininger, Peter	1962	MTV Herrenhausen	Pescara (ITA)	30.09.
	35,29-11,43-35,40-32,32-14,06				
1.628	Spieß, Ernst	1963	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
	17,01-6,97-23,15-24,07-8,28				

Senioren M65

100 m Lauf

Bestl. 2022:	14,53	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	13,10	Arnd, Manfred	1942	TSV Burgdorf	24.06.2007
14,67	+1,1	Becker, Axel	1958	TSV Burgdorf	Edemissen
15,17	-1,4	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	Gronau
					28.05.
					11.06.

200 m Lauf

Bezirksrekord:	26,97	Arnd, Manfred	1942	TSV Burgdorf	23.06.2007
30,33	+0,8	Becker, Axel	1958	TSV Burgdorf	Minden
					03.06.

400 m Lauf

Bezirksrekord:	61,96	Ritter, Siegfried	1938	Eintracht Hildesheim	02.08.2003
71,91		Becker, Axel	1958	TSV Burgdorf	Zeven
					10.09.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	12:14,26	Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	11:27,5	Selz, Hartmut	1948	LC Hansa Stuhr	15.08.2013
12:39,45		Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	Gronau
14:15,88		Herrmann, Dietmar	1956	VfL Bückeburg	Melle
					11.06.
					25.08.

5000 m Lauf

Bezirksrekord:	18:23,98	Becker, Herbert	1931	LC Hansa Stuhr	13.06.1996
24:02,71		Herrmann, Dietmar	1956	VfL Bückeburg	Minden
26:24,00		Hogrefe, Thomas	1958	Hannover Runners	Sarstedt
					29.07.
					25.06.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	52:04,7	Fischer, Franz	1955	SG Bredenbeck-Holtensen	
Bezirksrekord:	39:16,0	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	16.10.2005
48:52,6		Herrmann, Dietmar	1956	VfL Bückeburg	Borsum
55:53,0		Fischer, Franz	1955	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum
					30.08.
					30.08.

Senioren M65

Stundenlauf

Bestl. 2022:	11520	Fischer, Franz	1955	SG Bredenbeck-Holtensen	
Bezirksrekord:	15.190	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	16.10.2005
12.247	Herrmann, Dietmar	1956	VfL Bückeburg	Borsum	30.08.
10.758	Fischer, Franz	1955	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

10 km Str.

Bestl. 2022:	42:42	Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	38:41	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	19.09.2004
43:24	Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	Uelzen	16.04.
50:47	Grethe, Michael	1957	LAC Langenhagen	Hannover	27.08.
52:02	Hogrefe, Thomas	1958	Hannover Runners	Uelzen	16.04.
58:01	Aßmann, Peter	1954	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
59:29	Keller, Jürgen	1956	SC Bad Münder	Springe	30.06.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:37:14	Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	1:25:56	Giesbert, Günther	1938	TSV Burgdorf	19.04.2003
1:36:13	Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
1:57:02	Evans, Stephen John	1954	Hannover Runners	Hannover	27.08.
1:58:39	Grethe, Michael	1957	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
2:12:37	Eichhorn, Gerhard	1954	VfL Bückeburg	Springe	15.04.

Marathon

Bestl. 2022:	3:27:36	Gütermann, Frank	1957	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	3:01:12	Giesbert, Günther	1938	TSV Burgdorf	04.05.2003
4:33:48	Krömer, Holger	1957	VfL Bückeburg	Hannover	26.03.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,32	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	1,48	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim	26.07.2002
1,29	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	Gronau	11.06.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	2,52	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	2,90	Rudert, Jürgen	1948	SG Misburg	30.06.2017
2,70	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	Zeven	10.09.

Kugelstoß 5 kg

Bestl. 2022:	11,26	Gehlhaar, Reinhard	1956	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	12,70	Methner, Wolfgang	1939	TKJ Sarstedt	26.09.2004
9,91	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	Gronau	11.06.
9,02	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TSV Mellinghausen	Bremen	03.10.
8,78	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.
6,27	Eilers, Friedrich	1956	TuS Wunstorf	Garbsen	25.07.

Senioren M65

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	32,53	Himstedt, Reinhold	1955	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	45,97	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen/Egestorf	22.09.2009
31,54	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TSV Mellinghausen	Zeven	10.09.
31,52	Schrader, Franz	1957	MTV Eintracht Borsum	Edemissen	15.04.
29,67	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.
18,90	Eilers, Friedrich	1956	TuS Wunstorf	Gronau	11.06.

Hammerwurf 5 kg

Bestl. 2022:	31,45	Himstedt, Reinhold	1955	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	50,71	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen/Egestorf	09.05.2009
31,27	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	Hannover	18.07.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	36,09	Gehlhaar, Reinhard	1956	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	41,78	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	27.02.2005
28,97	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	Hannover	23.09.
20,16	Sprickerhoff, Wilfried	1957	TSV Mellinghausen	Hannover	23.09.

Gewicht

Bestl. 2022:	13,29	Himstedt, Reinhold	1955	MTV Eintracht Borsum	
Bezirksrekord:	18,77	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen/Egestorf	21.09.2008
11,66	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	Hannover	18.07.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (5kg)-Kugel (5kg)-Diskus (1kg)-Speer (600g)-Gewicht (9.08kg)

Bestl. 2022:	2.814	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	4.670	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen/Egestorf	22.09.2009
2.575	Kleinau, Stephan	1955	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
29,09-8,37-28,43-28,66-11,08					

Senioren M70

200 m Lauf

Bezirksrekord:	28,71	Arnd, Manfred	1942	TSV Burgdorf	09.06.2012
38,25 -0,1	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Gronau	11.06.

1000 m Lauf

Bezirksrekord:	3:18,72	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	19.07.2006
5:38,90	Born, Dr. Peter	1950	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bezirksrekord:	5:16,40	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	30.04.2005
6:35,41	Schuck, Bernward	1952	TKJ Sarstedt	Sarstedt	20.08.
7:07,0	Harmening, Manfred	1949	VfL Bückeburg	Uslar	07.07.

Senioren M70

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	6:28,33	Oppermann, Detlef	1952	Hannover Athletics	
Bezirksrekord:	6:03,25	Wehrmann, Wilhelm	1934	Post-SV Holzminden	15.09.2004
7:40,6	Harmening, Manfred	1949	VfL Bückeburg	Uslar	07.07.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	13:21,28	Schuck, Bernward	1952	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	11:31,98	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	25.05.2005
13:32,67	Schuck, Bernward	1952	TKJ Sarstedt	Gronau	11.06.
14:52,69	Lutz, Wolfgang	1949	TSV Kirchdorf	Stadthagen	07.10.
15:03,15	Harmening, Manfred	1949	VfL Bückeburg	Minden	03.06.
15:03,59	Lengemann, Günther	1952	TuS Altwarmbüchen	Gronau	11.06.
18:00,96	Born, Dr. Peter	1950	VfL Bückeburg	Wunstorf	24.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	22:33,97	Schuck, Bernward	1952	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	19:53,3	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	24.04.2005
23:35,52	Schuck, Bernward	1952	TKJ Sarstedt	Sarstedt	25.06.
25:30,60	Benz, Jürgen	1953	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	25.06.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	42:12,99	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	16.06.2009
50:23,7	Benz, Jürgen	1953	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	13.880	Giesbert, Günther	1938	TSV Burgdorf	28.09.2008
11.878	Benz, Jürgen	1953	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

10 km Str.

Bestl. 2022:	50:16	Ursinus, Wilfried	1949	MTV 48 Hildesheim	
Bezirksrekord:	41:26	Bublitz, Manfred	1939	LG Weserbergland	05.04.2009
47:47	Oppermann, Detlef	1952	Hannover Athletics	Hannover	26.03.
48:00	Benz, Jürgen	1953	SG Bredenbeck-Holtensen	Hannover	26.03.
52:46	Ursinus, Wilfried	1949	MTV 48 Hildesheim	Hasede	04.06.
58:56	Neumann, Wolfgang	1950	SG Bredenbeck-Holtensen	Springe	30.06.
60:41	Dölling, Dieter	1953	TV Lohnde	Springe	30.06.
66:51	Born, Dr. Peter	1950	VfL Bückeburg	Bremen	01.10.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:51:30	Ursinus, Wilfried	1949	MTV 48 Hildesheim	
Bezirksrekord:	1:33:11	Gernikeitis, Walter	1929	LG Weserbergland	27.03.1999
2:10:11	Wittig, Axel	1952	TuS Hasede	Alfeld	03.10.
2:29:23	Born, Dr. Peter	1950	VfL Bückeburg	Paderborn	08.04.

Senioren M70

4 x 100 m Staffel

Bestl. 2022:	76,28	StG Hannover96-Eint.Hildesheim		
Bezirksrekord:	60,3	TK Jahn Sarstedt		24.06.2006
76,84	Eintracht Hildesheim		Gronau	11.06.
Hauenschild, Wilfried (1947); Scheide, Karl (1937); Ollech, Günter (1947); Weddig, Reinhard (1948)				

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	9,65	Klimke, Richard	1952	TuSpo Bad Münster	
Bezirksrekord:	12,95	Brombach, Holger	1943	TuS Wunstorf	13.07.2013
10,67	Zerbian, Henry	1952	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.
9,59	Geddert, Peter	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
9,37	Klimke, Richard	1952	TuSpo Bad Münster	Minden	24.06.
8,51	Schreiber, Wolfgang	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	23.09.
8,29	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	29,26	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	43,18	Rehpenning, Bernd	1938	SV Wacker Osterwald	03.09.2008
29,84	Zerbian, Henry	1952	MTV Herrenhausen	Zeven	10.09.
28,23	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Gronau	11.06.
28,02	Geddert, Peter	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
27,75	Schreiber, Wolfgang	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	36,54	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	45,66	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen	13.07.2013
34,93	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Bremerhaven	26.04.
25,42	Schreiber, Wolfgang	1951	MTV Herrenhausen	Porta Westfalica	27.05.
23,90	Geddert, Peter	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	14.10.

Speerwurf 500 g

Bestl. 2022:	30,69	Glauß, Axel	1949	TuS Empelde	
Bezirksrekord:	41,44	Seifried, Gerd	1936	SV Wacker Osterwald	17.06.2007
34,23	Rockmann, Klaus	1953	Hannover 96	Sarstedt	16.09.
33,10	Zerbian, Henry	1952	MTV Herrenhausen	Zeven	09.09.
26,46	Klimke, Richard	1952	TuSpo Bad Münster	Minden	24.06.
22,47	Schreiber, Wolfgang	1951	MTV Herrenhausen	Gronau	11.06.
20,85	Geddert, Peter	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	11.07.
15,47	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.

Gewicht

Bestl. 2022:	14,85	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	18,11	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen	13.07.2013
14,33	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Bremerhaven	14.06.
10,10	Schreiber, Wolfgang	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
10,05	Geddert, Peter	1951	MTV Herrenhausen	Hannover-H.	14.10.

Senioren M70

Wurf-Fünfkampf

Hammer (4kg)-Kugel (4kg)-Diskus (1kg)-Speer (500g)-Gewicht (7.26kg)

Bestl. 2022:	2.850	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	
Bezirksrekord:	4.027	Meier, Manfred	1943	LG Wennigsen	17.08.2013
2.418	Blume, Hans-Jürgen	1950	MTV Herrenhausen	Hannover	22.04.
	33,90-8,03-26,50-15,47-12,44				
2.269	Schreiber, Wolfgang	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
	22,93-8,51-27,75-22,27-10,10				
2.227	Geddert, Peter	1951	MTV Herrenhausen	Hannover	08.10.
	21,75-9,59-28,02-18,86-9,49				

Senioren M75

100 m Lauf

Bestl. 2022:	18,67	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	
Bezirksrekord:	14,30	Arnd, Manfred	1942	TSV Burgdorf	27.05.2018
20,51 -0,2	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	Gronau	11.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	38,61	Ollech, Günter	1947	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	31,63	Winkelhake, Kurt	1937	MTV Herrenhausen	23.08.2012
41,41 -0,1	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	Gronau	11.06.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	3:24,74	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	
Bezirksrekord:	2:42,34	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	14.07.2010
3:26,21	Redenius, Fokko	1948	SpVg Nds. Hann.-Döhren	Gronau	11.06.
3:51,44	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	Zeven	09.09.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	7:17,32	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	
Bezirksrekord:	5:40,80	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	01.05.2010
7:00,6	Redenius, Fokko	1948	SpVg Nds. Hann.-Döhren	Stadthagen	23.06.
7:15,76	Rischmüller, Gerhard	1948	TKJ Sarstedt	Sarstedt	20.08.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	7:53,98	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	
Bezirksrekord:	6:17,00	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	28.08.2010
7:29,94	Redenius, Fokko	1948	SpVg Nds. Hann.-Döhren	Stadthagen	23.06.

Senioren M75

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	15:19,3	Müller, Alfred	1947	LAV Alfeld	
Bezirksrekord:	12:37,1	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	08.10.2010
14:38,53	Werner, Herbert	1948	LG Weserbergland	Stadthagen	07.10.
14:47,87	Rischmüller, Gerhard	1948	TKJ Sarstedt	Gronau	11.06.
15:30,95	Redenius, Fokko	1948	SpVg Nds. Hann.-Döhren	Gronau	11.06.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	26:04,7	Müller, Alfred	1947	LAV Alfeld	
Bezirksrekord:	22:08,90	Raschke, Max	2005	Post-SV Hannover	11.01.1981
25:25,38	Werner, Herbert	1948	LG Weserbergland	Hameln	26.09.
28:31,74	Schaper, Wolfgang	1944	LAC Langenhagen	Sarstedt	25.06.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	59:09,43	Salzmann, Rolf	1947	TSV Kirchdorf	
Bezirksrekord:	47:03,32	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	07.08.2015
54:49,2	Redenius, Fokko	1948	SpVg Nds. Hann.-Döhren	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	12.000	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	26.08.2015
10.916	Redenius, Fokko	1948	SpVg Nds. Hann.-Döhren	Borsum	30.08.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:54:30	Wittmershaus, Dietrich	1946	TSV Barrien	
Bezirksrekord:	1:32:46	Bermuske, Günter	1937	PSV Hannover	06.05.2012
2:09:18	Schaper, Wolfgang	1944	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

Senioren M80

100 m Lauf

Bestl. 2022:	18,23	Witthohn, Gerd	1942	TuS Wettbergen	
Bezirksrekord:	15,1	Gehm, Helmuth	1912	VT Bückeburg	10.05.1992
18,33 -0,2	Witthohn, Gerd	1942	TuS Wettbergen	Gronau	11.06.

200 m Lauf

Bezirksrekord:	34,18	Gehm, Helmuth	1912	VT Bückeburg	10.06.1994
41,55	Witthohn, Gerd	1942	TuS Wettbergen	Zeven	09.09.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	1:16,07	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	74,84	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	19.07.2015
1:19,15	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Uslar	20.08.

Senioren M80

800 m Lauf

Bestl. 2022:	4:23,9	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	2:53,67	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	14.06.2015
4:17,61	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Höxter	07.05.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	5:09,7	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	5:09,7	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	08.10.2022
5:42,6	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Uslar	05.06.

1500 m Lauf

Bezirksrekord:	6:20,16	Schlecht, Horst	1935	SG Misburg	11.07.2015
9:02,8	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

1 Meilen-Lauf

Bezirksrekord:	8:49,6	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	14.06.2019
9:43,2	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	16:31,57	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	16:13,49	Müller, Engelbert	1934	TSV Warzen	14.06.2015
18:34,27	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Uslar	15.04.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	27:47,0	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	27:47,0	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	03.09.2022
32:09,25	Ebeling, Rudolf	1939	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.

10 km Str.

Bestl. 2022:	58:04	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	57:46	Köhne, Friedrich	1936	TB Stöcken	29.05.2016
61:41	Kramer, Manfred	1940	TSV Barsinghausen	Springe	30.06.

5000 m Bahngehen

Bezirksrekord:	35:19,93	Teufert, Karlheinz	1929	SC Langenhagen	02.06.2013
46:36,16	Damitz, Hans-Peter	1943	LAC Langenhagen	Hildesheim	27.05.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	11,80	Pohlmann, Helmut	1939	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	11,80	Pohlmann, Helmut	1939	TuS Altwarmbüchen	08.10.2022
11,02	Pohlmann, Helmut	1939	TuS Altwarmbüchen	Stadthagen	07.10.
10,80	Goll, Wolfgang	1941	LAV Alfeld	Uslar	07.07.
9,64	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	Minden	24.06.
5,83	Goebbels, Herbert	1942	TSV Gronau	Uslar	07.07.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	24,17	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	33,05	Zikownia, Wolfgang	1921	SG Rodenberg	13.05.2001
22,81	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	Minden	24.06.

Senioren M80

Speerwurf 400 g

Bestl. 2022:	28,13	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	
Bezirksrekord:	32,25	Nowoczyn, Clemens	1933	TK Jahn Sarstedt	21.04.2013
26,06	Schäfer, Horst	1940	VT Rinteln	Minden	24.06.
8.84	Goebbels, Herbert	1942	TSV Gronau	Gronau	11.06.

Senioren M85

100 m Lauf

Bestl. 2022:	19,43	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg		
Bezirksrekord:	18,30	Teufert, Karlheinz	1929	SC Langenhagen	04.09.2016	
19,35	-0,2	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim	Gronau	11.06.
29,66	-0,5	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	20.08.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	45,47	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim		
Bezirksrekord:	38,02	Teufert, Karlheinz	1929	SC Langenhagen		09.07.2016
43,88	-0,1	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim	Gronau	11.06.
71,1	-1,5	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	05.06.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	169,45	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	96,22	Teufert, Karlheinz	1929	SC Langenhagen	28.06.2015
118,09	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim	Zeven	10.09.
178,66	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	20.08.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	6:43,6	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	6:35,4	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	12.05.2023
6:35.4	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	12.05.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	7:53,0	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	5:28,2	Wehrmann, Wilhelm	1934	Post-SV Holzminden	13.05.2019
8:30,3	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	05.06.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	13:16,64	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	9:24,9	Teufert, Karlheinz	1929	SC Langenhagen	04.10.2015
13:38,6	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	14:05,22	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	14:05,22	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	16.07.2022
14:25.1	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

Senioren M85

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	24:57,40	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	18:53,72	Wehrmann, Wilhelm	1934	Post-SV Holzminden	05.05.2019
27:18,29	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	6912	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	8.624	Müller, Engelbert	1934	TSV Warzen	28.08.2019
6.524	Bettermann, Edgar	1936	Post-SV Holzminden	Borsum	30.08.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,11	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	1,11	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	22.05.2022
1,05	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Zeven	09.09.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	8,78	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	9,73	Nowoczyn, Clemens	1933	TKJ Sarstedt	29.04.2018
8,08	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Hannover	23.09.
7,09	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	22.04.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	25,39	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	25,39	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	07.09.2022
23,24	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Zeven	10.09.
18,14	Scheide, Karl	1937	Eintracht Hildesheim	Sarstedt	22.04.

Hammerwurf 3 kg

Bestl. 2022:	34,74	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	34,74	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	15.06.2022
31,25	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Hannover	22.04.

Speerwurf 400 g

Bestl. 2022:	25,94	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	25,94	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	22.05.2022
23,47	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Gronau	11.06.
16,71	Mehlich, Walter	1937	TKJ Sarstedt	Gronau	11.06.

Gewicht

Bestl. 2022:	14,00	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	14,00	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	14.09.2022
12,65	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Hannover	22.04.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (3kg)-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)-Speer (400g)-Gewicht (5.45kg)					
Bestl. 2022:	4.185	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	
Bezirksrekord:	4.185	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	15.10.2022
3.162	Winkelhake, Kurt	1937	LG Nienburg	Bremen	23.04.
29,53-7,69-19,92-21,93-12,39					

Seniorinnen W30

100 m Lauf

Bestl. 2022:	13,38	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	11,5	Böhme, Karin	1964	LT 85 in Hannover	08.06.1996
12,62	+0,2	Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Wunstorf 24.05.
13,41	+0,0	Koch, Melanie	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf 01.07.
16,06	-1,0	Hunold, Kristin	1993	TSV Burgdorf	Minden 03.06.

200 m Lauf

Bezirksrekord:	23,62	Marahrens, Nicole	1977	LG Weserbergland	20.05.2007
25,89	+1,2	Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Garbsen 01.05.
26,99	+1,3	Koch, Melanie	1993	TSV Burgdorf	Zeven 09.09.
33,34	-0,5	Hunold, Kristin	1993	TSV Burgdorf	Minden 03.06.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	63,79	Grommisch, Julia	1990	Hannover 96	
Bezirksrekord:	54,16	Marahrens, Nicole	1977	LG Weserbergland	04.08.2007
60,24		Koch, Melanie	1993	TSV Burgdorf	Wunstorf 01.07.
61,02		Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:16,09	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	
Bezirksrekord:	2:02,51	Hering, Ingrid	1961	LG Hannover	10.08.1991
2:30,05		Krause, Katja	1992	Hannover 96	Hannover 13.05.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	4:58,49	Sigmundzik, Janin	1988	SG Bredenbeck-Holtensen	
Bezirksrekord:	4:12,46	Hering, Ingrid	1961	LG Hannover	07.06.1992
4:53,14		Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf 01.07.
4:59,02		Krause, Katja	1992	Hannover 96	Sarstedt 20.08.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	9:54,02	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	
Bezirksrekord:	9:48,21	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	16.07.1989
9:59,51		Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Sarstedt 03.06.
10:26,56		Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Wunstorf 24.05.
10:50,05		Krause, Katja	1992	Hannover 96	Garbsen 01.05.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	17:02,29	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	
Bezirksrekord:	17:02,29	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	21.05.2022
17:28,18		Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Karlsruhe 20.05.
17:45,54		Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Minden 29.07.
18:34,96		Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Braunschweig 18.06.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	35:25,86	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	29.09.1989
37:04,74		Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Melle 19.05.

Seniorinnen W30

10 km Str.

Bestl. 2022:	37:25	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96		
Bezirksrekord:	35:24	Ruhl, Inga	1975	TSV Kirchdorf		15.09.2007
36:20	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Uelzen		16.04.
36:50	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Berlin		29.07.
37:46	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Uelzen		16.04.
38:59	Krause, Katja	1992	Hannover 96	Uelzen		16.04.
44:25	Elvers, Nicola	1993	TuS Sulingen	Bremen		01.10.

10 km Str. Ma.

Bezirksrekord:	1:52:42	Hannover 96				16.04.2023
1:52:42	Hannover 96			Uelzen		16.04.
Huwatscheck, Lisa (1991) - 36:20; Brunkhorst, Lena (1984) - 37:23; Pohl, Katja (1992) - 38:59						

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:21:00	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96		
Bezirksrekord:	1:16:09	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96		15.10.2023
1:16:09	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Oldenburg		15.10.
1:21:23	Gerbeaux, Emmanuelle	1991	Hannover 96	Köln		01.10.
1:23:34	Nitschke, Christin	1993	SG Bredenbeck-Holtensen	Hamburg		23.04.
1:39:14	Elvers, Nicola	1993	TuS Sulingen	Oldenburg		15.10.
1:53:22	Angelucci, Carolina	1992	VfL Bückeburg	Paderborn		08.04.

Marathon

Bestl. 2022:	2:57:48	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96		
Bezirksrekord:	2:36:17	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96		24.09.2023
2:36:17	Huwatscheck, Lisa	1991	Hannover 96	Berlin		24.09.
3:14:22	Köppelmann, Melina	1991	Delligser SC	Köln		01.10.

4 x 100 m Staffel

Bezirksrekord:	49,96	StG Brinkum-Barßel-Friedrichs				30.08.2020
60,37	StG Hildesheim-Algermissen			Gronau		11.06.
Köhler, Cora-Isabella (1983); Kreipe, Christina (1980); Ernst, Anne Katrin (1985); Rack, Anke (1986)						
63,70	MTV Groß Buchholz			Gronau		11.06.
Taube, Julia (1986); Bog, Andrea (1982); Samson, Mona (1988); Rusche, Carmen (1987)						

Hochsprung

Bezirksrekord:	1,85	Schwarzkopf, Lilli	1983	LG Hannover		14.08.2014
1,40	Gilde, Svenja	1993	VfL Eintracht Hannover	Hannover		05.07.

Stabhochsprung

Bestl. 2022:	4,03	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden		
Bezirksrekord:	4,20	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden		03.06.2023
4,20	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	Königs Wusterh.		03.06.

Seniorinnen W30

Weitsprung

Bestl. 2022:	5,37	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	6,20	Schwarzkopf, Lilli	1983	LG Hannover	29.06.2014
5,65	+1,7	Gilde, Svenja	1993	VfL Eintracht Hannover	Sarstedt 03.06.
4,80		Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Stadthagen 22.04.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	11,64	Kielmann, Sonka	1992	Hannover 96	
Bezirksrekord:	15,06	Schwarzkopf, Lilli	1983	LG Hannover	27.06.2015
9,73		Homeyer, Denise	1989	FTSV Jahn Brinkum	Troisdorf 26.08.
9,04		Sonntag, Wenke Marie	1989	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.
7,98		Richter, Svenja	1990	TuS Bothfeld	Hannover 23.09.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	42,85	Kielmann, Sonka	1992	Hannover 96	
Bezirksrekord:	48,30	Röddecke, Andrea	1958	LG Hannover	28.07.1990
28,90		Sonntag, Wenke Marie	1989	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.
24,06		Homeyer, Denise	1989	FTSV Jahn Brinkum	Troisdorf 26.08.
22,82		Schmidt, Anja	1993	TuS Wunstorf	Wunstorf 01.07.
20,62		Richter, Svenja	1990	TuS Bothfeld	Hannover 23.09.
15,10		Losch, Maike	1993	TuS Niedermöhren	Stadthagen 07.10.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	28,66	Roloff, Annika	1991	MTV 49 Holzminden	
Bezirksrekord:	54,14	Mau-Repnak, Beatrice	1971	MTV Mellendorf	24.08.2001
27,41		Losch, Maike	1993	TuS Niedermöhren	Stadthagen 07.10.
19,07		Richter, Svenja	1990	TuS Bothfeld	Hannover 23.09.

Seniorinnen W35

100 m Lauf

Bestl. 2022:	14,16	Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	
Bezirksrekord:	12,14	Janke, Karin	1963	LG Hannover	22.07.1998
13,14	+1,1	Theophiel, Linda	1986	TB Stöcken	Edemissen 26.08.
14,24	-0,1	Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	Zeven 10.09.
15,16	-0,9	Rusche, Carmen	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau 11.06.
15,82	-1,2	Westermann, Jennifer	1985	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck 03.09.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	31,66	Rusche, Carmen	1987	MTV Groß Buchholz	
Bezirksrekord:	25,92	Rebbe, Karen	1972	TSV Burgdorf	28.07.2007
26,91	+0,5	Theophiel, Linda	1986	TB Stöcken	Edemissen 26.08.
32,34	-1,6	Rusche, Carmen	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau 11.06.
34,20	-1,6	Klawunn, Maria	1984	TV Eintracht Algermissen	Gronau 11.06.

Seniorinnen W35

400 m Lauf

Bezirksrekord:	57,33	Rebbe, Karen	1972	TSV Burgdorf	09.09.2007
62,82	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Minden	03.06.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:48,63	Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	2:20,34	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	03.06.2023
2:20,34	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Minden	03.06.
2:45,74	Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	Zeven	09.09.
3:08,56	Klawunn, Maria	1984	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
3:23,92	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Papenburg	29.09.

1000 m Lauf

Bezirksrekord:	3:10,19	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	07.10.2023
3:10,19	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bezirksrekord:	4:50,98	Asche, Angelika	1952	Post-SV Hannover	11.08.1991
5:08,9	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
6:42,73	Ernst, Anne Katrin	1985	TV Eintracht Algermissen	Zeven	10.09.
6:43,84	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Zeven	10.09.

1 Meilen-Lauf

Bezirksrekord:	5:31,33	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	23.06.2023
5:31,33	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen	23.06.
7:37,62	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	29.04.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	14:36,47	Ludwig, Elena	1983	FSV Sarstedt	
Bezirksrekord:	9:59,22	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	22.06.1991
14:04,24	Ernst, Anne Katrin	1985	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
14:21,73	Samson, Mona	1988	MTV Groß Buchholz	Stadthagen	07.10.
14:55,60	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Winsen	23.08.
17:08,49	Klawunn, Maria	1984	TV Eintracht Algermissen	Hildesheim	21.05.

5000 m Lauf

Bezirksrekord:	17:34,3	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	06.06.1990
26:09,67	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Delmenhorst	04.08.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	36:55,9	Wrzosek, Ewa	1955	TuS Sulingen	23.06.1990
57:22,1	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Emden	29.10.
59:32,7	Bodor, Ibiana-Elza	1986	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	15.100	Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	27.04.2019
10.480	Puchter, Jane	1988	LC Hansa Stuhr	Emden	29.10.
10.087	Bodor, Ibiana-Elza	1986	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Seniorinnen W35

10 km Str.

Bestl. 2022:	40:15	Polte, Dorothee	1987	Hannover 96	
Bezirksrekord:	35:29	Nothdurft, Annette	1967	Hannover 96	19.04.2003
37:23	Brunkhorst, Lena	1984	Hannover 96	Uelzen	16.04.
42:53	Krause, Mandy	1987	Post-SV Rot-Gold Lehrte	Lehrte	01.09.
44:19	Pröhl, Stella-Katrine	1988	Hannover Runners	Uelzen	16.04.
58:04	Bodor, Ibiana-Elza	1986	SG Bredenbeck-Holtensen	Uelzen	16.04.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:36:16	Krause, Mandy	1987	Post-SV Rot-Gold Lehrte	
Bezirksrekord:	1:20:35	Krinke, Nicole	1978	LG Nienburg	05.05.2013
1:32:58	Wiedemann, Annike	1988	Delligser SC	Hannover	27.08.
1:37:19	Pröhl, Stella-Katrine	1988	Hannover Runners	Hannover	26.03.

Marathon

Bezirksrekord:	2:45:02	Walter, Daniela	1950	LG Weserbergland	25.05.1986
3:23:01	Wiedemann, Annike	1988	Delligser SC	Köln	01.10.
3:32:48	Kuschnerus, Kira	1988	SG Bredenbeck-Holtensen	Bremen	01.10.
3:34:34	Krause, Mandy	1987	Post-SV Rot-Gold Lehrte	Springe	15.04.

3000 m Hindernis

Bezirksrekord:	11:04,87	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	10.06.2023
11:04,87	Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Osterode	10.06.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,36	Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	1,69	Lindemann, Frauke	1965	TSV Burgdorf	12.07.2002
1,40	Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	Troisdorf	26.08.
1,13	Ernst, Anne Katrin	1985	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
1,05	Kirschstein, Carina	1985	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,35	Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen		
Bezirksrekord:	5,68	Blume, Dagmar	1950	Beckedorfer SV	30.06.1985	
4,89	+0,8	Theophiel, Linda	1986	TB Stöcken	Edemissen	26.08.
4,45		Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.
3,75		Taube, Julia	1986	MTV Groß Buchholz	Gronau	11.06.
3,64		Bormann, Dorothee	1985	MTV 48 Hildesheim	Brunkensen	10.06.
3,53	+0,3	Westermann, Jennifer	1985	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck	03.09.
3,20		Ernst, Anne Katrin	1985	TV Eintracht Algermissen	Hildesheim	21.05.

Seniorinnen W35

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	10,45	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	12,53	Witte, Barbara	1945	DSV Hannover 78	17.05.1980
9,88		Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Lohne 31.05.
8,28		Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	Zeven 09.09.
8,20		Rusche, Carmen	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau 11.06.
7,32		Kühnert, Heidrun	1986	MTV Herrenhausen	Hannover 11.07.
5,98		Kirschstein, Carina	1985	TV Eintracht Algermissen	Gronau 11.06.
5,78		Westermann, Jennifer	1985	SV Eintr. Bad Salzdetfurth	Einbeck 03.09.
5,23		Borrmann, Dorothee	1985	MTV 48 Hildesheim	Brunkensen 10.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	32,23	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	42,71	Thoraus, Anja	1977	FSV Sarstedt	02.06.2012
30,43		Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Dörpen 14.10.
21,51		Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	Gronau 11.06.
17,13		Kirschstein, Carina	1985	TV Eintracht Algermissen	Gronau 11.06.
15,39		Kühnert, Heidrun	1986	MTV Herrenhausen	Hannover 11.07.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	26,13	Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	
Bezirksrekord:	60,29	Münchow, Kirsten	1977	VfR Evesen	23.06.2013
23,85		Homeyer, Yasmin	1987	FTSV Jahn Brinkum	Verden 07.10.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	29,28	Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	
Bezirksrekord:	45,58	Mau-Repnak, Beatrice	1971	LG Hannover	17.05.2008
30,09		Rack, Anke	1986	TV Eintracht Algermissen	Hildesheim 21.05.
28,25		Witte, Jennifer	1985	FTSV Jahn Brinkum	Scheeßel 02.09.
27,72		Kühnert, Heidrun	1986	MTV Herrenhausen	Hannover 11.07.
27,43		Rusche, Carmen	1987	MTV Groß Buchholz	Gronau 11.06.
24,09		Palmowski, Jana	1988	VfL Bückeburg	Stadthagen 07.10.

Seniorinnen W40

100 m Lauf

Bestl. 2022:	14,80	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	12,87	Laing, Bärbel	1957	LG Weserbergland	05.07.1997
14,76	-0,2	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Wunstorf 01.07.
15,08	-0,9	Köhler, Cora-Isabella	1983	Eintracht Hildesheim	Gronau 11.06.
14,9		Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	Hannover 26.08.
15,98	+0,2	Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Hannover 29.04.

Seniorinnen W40

200 m Lauf

Bestl. 2022:	28,55	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	27,08	Laing, Bärbel	1957	LG Weserbergland	15.06.1997
30,25	+0,5	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Sarstedt 03.06.
33,64	+1,9	Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Hannover 29.04.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	69,78	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	61,41	Holzschuh, Andrea	1963	LG Weserbergland	05.09.2004
69,63		Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Edemissen 28.05.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:43,55	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	2:15,99	Holzschuh, Andrea	1963	LG Weserbergland	31.07.2004
2:40,95		Kemper, Elisabeth	1982	TSV Kirchdorf	Wunstorf 24.05.
2:54,80		Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst 17.09.
3:03,76		Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Hildesheim 21.05.

3000 m Lauf

Bezirksrekord:	10:03,2	Krause(Balzer), Helga	1935	VfL Alfeld	20.08.1977
14:38,77		Ludwig, Elena	1983	FSV Sarstedt	Gronau 11.06.

5000 m Lauf

Bezirksrekord:	17:46,32	Kreil, Katrin	1970	Hannover 96	19.06.2010
20:38,22		Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Braunschweig 03.06.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	37:27,4	Krause(Balzer), Helga	1935	VfL Alfeld	00.00.1975
45:10,6		Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Großenkneten 04.11.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	14.975	Friedrich, Katrin	1969	Hannover 96	17.04.2013
13.209		Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Großenkneten 04.11.

10 km Str.

Bestl. 2022:	40:49	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	
Bezirksrekord:	36:34	Kreil, Katrin	1970	Hannover 96	03.09.2010
42:42		Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Lehrte 01.09.
43:02		Timmes, Sabrina	1980	TuS Varrel	Oldenburg 15.10.
43:39		Baran, Martina	1980	Hannover Runners	Hasede 04.06.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:32:39	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	
Bezirksrekord:	1:20:29	Kreil, Katrin	1970	Hannover 96	08.05.2011
1:29:24		Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Hannover 26.03.
1:35:48		Seyd, Natascha	1982	Delligser SC	Hannover 27.08.
1:41:10		Hornig, Tina	1979	Hannover 96	Hannover 26.03.

Seniorinnen W40

Marathon

Bestl. 2022:	4:30:19	Schulz-Symon, Lydiah	1978	TuS Hasede	
Bezirksrekord:	2:53:29	Schmidtke, Sabine	1959	Delligser SC	16.04.2000
3:12:23	Kolovou, Dr. Vasiliki	1979	Hannover 96	Hamburg	23.04.
3:27:35	Seyd, Natascha	1982	Delligser SC	Köln	01.10.
4:44:40	Obermeyer, Diana	1980	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

80 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	14,80	Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	
Bezirksrekord:	13,46	Bauernfeind, Gabi	1970	TSV Burgdorf	29.05.2011
15,14 +0,0	Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	Zeven	09.09.

4 x 100 m Staffel

Bezirksrekord:	54,19	StG Burgdorf-Helstorf			29.05.2011
60,00	StG Burgdorf-Lohnde-Neustadt			Gronau	11.06.
	Kayka, Christiane (1965); Loreti, Peggy (1980); Schmidt, Dr. Susanne (1967); Koch, Sonja (1967)				

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,48	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	1,70	Lindemann, Frauke	1965	TSV Burgdorf	15.06.2005
1,31	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
1,25	Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Hannover	16.06.
1,16	Kreipe, Christina	1980	TV Eintracht Algermissen	Gronau	11.06.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,72	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	5,24	Behrens, Renate	1957	Eintracht Hildesheim	14.07.2001
4,58 -1,0	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
4,22	Köhler, Cora-Isabella	1983	Eintracht Hildesheim	Gronau	11.06.
4,15 +0,2	Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	Wunstorf	01.07.
3,83	Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Gronau	11.06.
3,54	Ludwig, Elena	1983	FSV Sarstedt	Gronau	11.06.

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	9,48	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	11,86	Thoraus, Anja	1977	FSV Sarstedt	29.04.2018
8,64	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
8,24	Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	Wunstorf	01.07.
8,08	Froböse, Kathrin	1982	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.
6,21	Bog, Andrea	1982	MTV Groß Buchholz	Edemissen	15.04.
6,03	Welz, Diana	1980	MTV 48 Hildesheim	Gronau	11.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	24,85	Kemper, Elisabeth	1982	TSV Kirchdorf	
Bezirksrekord:	41,05	Thoraus, Anja	1977	FSV Sarstedt	02.03.2019
24,33	Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	Hannover	23.09.
23,18	Froböse, Kathrin	1982	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.
15,41	Welz, Diana	1980	MTV 48 Hildesheim	Gronau	11.06.

Seniorinnen W40

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	29,30	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	34,91	Velten, Bärbel	1968	Garbsener SC	22.06.2008
25,26	Froböse, Kathrin	1982	FSV Sarstedt	Hildesheim	21.05.
23,53	Steinhaus, Dr. Stephanie	1981	TuS Wettbergen	Hannover	23.09.
12,26	Welz, Diana	1980	MTV 48 Hildesheim	Uslar	15.04.

5-Kampf

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

Bestl. 2022:	2.588	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	3.011	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	22.08.2020
2.599	Loreti, Peggy	1980	TV Lohnde	Delmenhorst	17.09.
14,76(+0,1)-4,58(-1,0)-8,64-1,31-2:54,80					

Seniorinnen W45

100 m Lauf

Bestl. 2022:	15,08	Krause, Sabine	1975	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	13,06	Behrens, Renate	1957	Eintracht Hildesheim	23.06.2004
13,89 +0,1	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
14,73 -0,2	Kossol, Rylana	1977	TKJ Sarstedt	Wunstorf	01.07.
16,52	Bauer, Sabine	1978	SC Langenhagen	Bad Gandersheim	21.04.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	31,42	Krause, Sabine	1975	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	26,68	Jatho, Renate	1941		26.08.1990
28,69 -0,1	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.

400 m Lauf

Bezirksrekord:	65,63	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	27.05.2023
65,63	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Zeven	27.05.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:59,08	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	2:24,81	Balzer, Helga	1935	VfL Alfeld	09.08.1980
2:40,71	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.

1000 m Lauf

Bezirksrekord:	3:15,8	Friedrich, Eva	1951	Post-SV Hannover	20.06.1998
4:41,10	Zastrow, Birgit	1978	TSV Gronau	Uslar	20.08.

Seniorinnen W45

10 km Str.

Bestl. 2022:	42:30	Richter-Berends, Manuela	1975	LC Hansa Stuhr	
Bezirksrekord:	38:02	Wagner, Carola	1967	Delligser SC	19.04.2014
48:30	Werner, Heike	1976	TSV Victoria Linden	Springe	15.04.
49:46	Meisl, Nicole	1975	LAC Langenhagen	Neustadt	04.06.
50:31	Schoeneberg, Dr. Kerstin	1976	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
53:47	Marscholik, Stefanie	1976	LAC Langenhagen	Hannover	12.11.
71:52	Meyer, Melanie	1976	TuS Syke	Lüdinghausen	15.09.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:43:10	Meisl, Nicole	1975	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	1:23:33	Wagner, Carola	1967	Delligser SC	22.03.2014
1:42:19	Meisl, Nicole	1975	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.
1:53:04	Gürsch, Melanie	1976	Hannover 96	Hannover	26.03.
1:56:46	Marscholik, Stefanie	1976	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

Marathon

Bestl. 2022:	3:52:55	Meisl, Nicole	1975	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	2:54:51	Wagner, Carola	1967	Delligser SC	12.10.2014
3:52:26	Schulz-Symon, Lydiah	1978	TuS Hasede	Cuxhaven	07.05.
4:09:42	Gürsch, Melanie	1976	Hannover 96	Berlin	24.09.

100 km

Bezirksrekord:	10:50:58	Scheibe, Ilse	1942	TSV Barsinghausen	20.04.1991
12:17:00	Schulz-Symon, Lydiah	1978	TuS Hasede	Lüneburg	10.06.

80 m Hürden 0.762m

Bestl. 2022:	11,82	Funck, Annette	1977	Hannover 96	
Bezirksrekord:	11,68	Funck, Annette	1977	Hannover 96	08.07.2023
11,68 +1,5	Funck, Annette	1977	Hannover 96	Mannheim	08.07.
18,46 +0,0	Meyer, Melanie	1976	TuS Syke	Sarstedt	20.08.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,32	Krause, Sabine	1975	TV Lohnde	
Bezirksrekord:	1,65	Lindemann, Frauke	1965	TSV Burgdorf	05.06.2010
1,56	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Oldenburg	24.09.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,43	Kossol, Rylana	1977	TKJ Sarstedt	
Bezirksrekord:	5,29	Behrens, Renate	1957	Eintracht Hildesheim	07.09.2002
5,07 +0,0	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
4,20 +0,4	Kossol, Rylana	1977	TKJ Sarstedt	Wunstorf	01.07.
3,73	Bauer, Sabine	1978	SC Langenhagen	Bad Gandersheim	21.04.

Seniorinnen W45

Kugelstoß 4 kg

Bestl. 2022:	7,91	Schütte, Vera	1975	TuS Niedermöhren	
Bezirksrekord:	10,54	Wegner, Marita	1959	LG Hannover	19.06.2004
9,70	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	01.07.
7,92	Schütte, Vera	1975	TuS Niedermöhren	Stadthagen	22.04.
7,24	Zastrow, Birgit	1978	TSV Gronau	Sarstedt	22.04.
6,36	Münker, Katharina	1976	FSV Sarstedt	Sarstedt	16.09.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	22,78	Schütte, Vera	1975	TuS Niedermöhren	
Bezirksrekord:	33,26	Schettler, Hildegard	1940		08.06.1986
22,10	Schütte, Vera	1975	TuS Niedermöhren	Stadthagen	07.10.
21,27	Zastrow, Birgit	1978	TSV Gronau	Uslar	05.06.
14,19	Münker, Katharina	1976	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.

Hammerwurf 4 kg

Bestl. 2022:	49,68	Münchow, Kirsten	1977	VfR Evesen	
Bezirksrekord:	49,68	Münchow, Kirsten	1977	VfR Evesen	16.04.2022
43,67	Münchow, Kirsten	1977	VfR Evesen	Porta Westfalica	30.09.

Speerwurf 600 g

Bestl. 2022:	19,91	Schütte, Vera	1975	TuS Niedermöhren	
Bezirksrekord:	30,53	Mall, Sabine	1964	MTV Herrenhausen	14.07.2012
30,33	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Hameln	02.07.
13,42	Münker, Katharina	1976	FSV Sarstedt	Sarstedt	16.09.

5-Kampf

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

Bezirksrekord:	3.656	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	17.09.2023
3.656	Debarry, Dr. Jennifer	1978	VfL Eintracht Hannover	Delmenhorst	17.09.
13,89(+0,1)-5,07(+0,0)-9,05-1,47-2:40,71					

Seniorinnen W50

400 m Lauf

Bezirksrekord:	68,4	von Pichowski, Hannelore	1938	SV Wacker Osterwald	16.05.1989
77,96	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Zeven	10.09.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	2:42,68	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	2:29,49	Berg, Ute	1963	SV Germania Helstorf	15.09.2013
2:45,63	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Zeven	09.09.
3:04,29	Helbig, Maike	1971	Hannover 96	Garbsen	01.05.
3:08,36	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Edemissen	23.09.

Seniorinnen W50

1000 m Lauf

Bezirksrekord:	3:27,86	Abu Ajamieh, Traute	1945	FSV Sarstedt	05.07.1995
3:32,16	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Stadthagen	07.10.

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	5:25,47	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	5:11,59	Friedrich, Eva	1951	TuS Ricklingen	28.07.2002
5:30,80	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Wunstorf	01.07.
6:15,22	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Zeven	10.09.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	5:56,23	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	5:55,0	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	30.09.2023
5:55,0	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Helmstedt	30.09.
6:47,0	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Helmstedt	30.09.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	11:55,24	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	11:03,70	Friedrich, Eva	1951	Post-SV Hannover	25.05.2001
13:42,47	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Stadthagen	07.10.

5000 m Lauf

Bezirksrekord:	19:08,5	Fuchs, Christine	1940		03.07.1991
21:02,94	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Minden	29.07.
25:36,10	Lehmann, Anja	1973	LAC Langenhagen	Sarstedt	25.06.

10 km Str.

Bestl. 2022:	42:25	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	41:04	Asche, Angelika	1952	LG Hannover	14.09.2003
42:59	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Hannover	12.11.
68:29	Bantschenko, Anja	1971	TV Eintracht Algermissen	Hannover	12.11.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:33:46	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	
Bezirksrekord:	1:29:43	Käfer, Marianne	1946	TSV Barsinghausen	16.05.1999
1:34:37	Paez-Friedrichs, Marlene	1972	TSV Barsinghausen	Gütersloh	05.11.
1:42:48	Moser, Dr. Karin	1970	Hannover 96	Hannover	26.03.

Marathon

Bestl. 2022:	3:45:40	Jakobus, Sandra	1970	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	3:10:23	Fuchs, Christine	1940		18.10.1992
3:37:23	Jakobus, Sandra	1970	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

Weitsprung

Bestl. 2022:	4,04	Fasold, Maren	1972	LG Weserbergland	
Bezirksrekord:	5,01	Behrens, Renate	1957	LG Weserbergland	14.05.2008
2,91	Jedamzik, Heike	1973	FSV Sarstedt	Gronau	11.06.

Seniorinnen W50

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	9,85	Nyhuis, Anne	1972	TuS Bothfeld	
Bezirksrekord:	11,46	Petersen, Carola	1958	MTV Herrenhausen	02.09.2012
9,46	Schippert, Cordula	1972	TuS Altwarmbüchen	Gronau	11.06.
9,09	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Gronau	11.06.
7,03	Mundt, Gabriele	1970	TSV Gronau	Gronau	11.06.
6,42	Jedamzik, Heike	1973	FSV Sarstedt	Gronau	11.06.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	24,54	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	32,78	Petersen, Carola	1958	MTV Herrenhausen	10.06.2012
26,19	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Gronau	11.06.
21,91	Schippert, Cordula	1972	TuS Altwarmbüchen	Gronau	11.06.
14,87	Jedamzik, Heike	1973	FSV Sarstedt	Gronau	11.06.

Hammerwurf 3 kg

Bestl. 2022:	29,94	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	35,08	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	LG Weserbergland	11.08.2019
32,12	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Bremen	02.09.

Speerwurf 500 g

Bestl. 2022:	23,36	Schippert, Cordula	1972	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	29,86	Müller, Imke	1946	SC Weyhe	03.10.1996
20,95	Lucht, Christiane	1972	MTV Messenkamp	Stadthagen	07.10.
17,28	Jedamzik, Heike	1973	FSV Sarstedt	Gronau	11.06.
16,00	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Bremen	23.04.

Gewicht

Bestl. 2022:	9,69	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	12,46	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	LG Weserbergland	11.08.2019
9,68	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Bremen	23.04.

Wurf-Fünfkampf

Hammer (3kg)-Kugel (3kg)-Diskus (1kg)-Speer (500g)-Gewicht (7.26kg)

Bestl. 2022:	2.531	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	
Bezirksrekord:	3.296	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	LG Weserbergland	11.08.2019
2.284	Schrämmer, Kerstin	1969	TuS Altwarmbüchen	Bremen	23.04.
29,70-8,71-24,59-16,00-9,68					

Seniorinnen W55

100 m Lauf

Bestl. 2022:	15,34	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf		
Bezirksrekord:	13,93	Peplinski, Heike	1964	TSV Burgdorf	16.06.2019	
15,41	+0,4	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Gronau	11.06.
15,51	+0,6	Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf	Mönchengladbach	12.08.
15,93	+0,4	Kayka, Christiane	1965	TSV Neustadt	Gronau	11.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	32,24	Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf		
Bezirksrekord:	29,11	Peplinski, Heike	1964	TSV Burgdorf	24.08.2019	
31,42	+0,8	Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf	Gronau	11.06.
32,09	+0,8	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Gronau	11.06.
33,25	-1,0	Kayka, Christiane	1965	TSV Neustadt	Nienhagen	18.05.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	75,16	Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf		
Bezirksrekord:	70,28	Schlachte, Roswita	1955	LG Weserbergland	22.06.2010	
73,20		Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf	Unterlüß	13.05.
76,61		Kayka, Christiane	1965	TSV Neustadt	Unterlüß	13.05.
79,25		Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Mönchengladbach	12.08.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	3:20,49	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf		
Bezirksrekord:	2:40,65	Schlachte, Roswita	1955	LG Weserbergland	02.07.2010	
3:16,66		Thomas, Corinna	1966	SG Bredenbeck-Holtensen	Stuhr	23.09.
3:21,79		Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Delmenhorst	17.09.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	43:18,2	Hirseman, Dr. Gabi Karin	1961	Eintracht Hildesheim	20.10.2017	
59:36,0		Hübner, Gabriele	1967	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	13.494	Hirseman, Dr. Gabi Karin	1961	Eintracht Hildesheim	20.10.2017	
10.077		Hübner, Gabriele	1967	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum	30.08.

10 km Str.

Bestl. 2022:	53:58	Ebel, Roswitha	1963	LAC Langenhagen		
Bezirksrekord:	42:18	Bensch, Heide Lore	1942	Post-SV Hannover	06.04.1997	
42:47		Nothdurft, Annette	1967	Hannover 96	Hannover	26.03.
51:57		Haake, Karin	1964	LG Nienburg	Cuxhaven	07.05.
56:48		Bachlberger, Ulrike	1968	TSV Neustadt	Neustadt	04.06.
57:32		Angelucci, Natalie	1967	VfL Bückeburg	Springe	15.04.
57:47		Markfeld, Elisabeth	1966	TuS Hasede	Hannover	26.03.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:59:27	Slatkowsky, Julia	1965	LAC Langenhagen		
Bezirksrekord:	1:34:07	Bensch, Heide Lore	1942	Post-SV Hannover	26.06.1999	
2:07:30		Angelucci, Natalie	1967	VfL Bückeburg	Hannover	26.03.
2:10:20		Brandes, Simone	1967	LAC Langenhagen	Hannover	26.03.

Seniorinnen W55

5000 m Bahngehen

Bestl. 2022:	26:03,50	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	25:28,0	Meyer, Olga	1928	VfL Uetze	26.05.1985
27:07,60	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	Hildesheim	27.05.

10km Str.Gehen

Bestl. 2022:	54:48	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	
Bezirksrekord:	54:30	Meyer, Olga	1928	VfL Uetze	14.06.1987
57:00	Brönnecke, Sigute	1965	Eintracht Hildesheim	Torun (POL)	31.03.

Hochsprung

Bestl. 2022:	1,15	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	1,25	Behrens, Renate	1957	Eintracht Hildesheim	18.06.2014
1,12	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Edemissen	06.05.
1,12	Koch, Sonja	1967	TSV Burgdorf	Burgdorf	05.07.

Weitsprung

Bestl. 2022:	3,62	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	4,41	Behrens, Renate	1957	Eintracht Hildesheim	26.04.2014
3,60	-1,2	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Edemissen 06.05.
3,59	+0,6	Zöller-Jähner, Maren	1967	SC Langenhagen	Edemissen 23.09.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	8,81	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	SV Alfeld	
Bezirksrekord:	12,32	Petersen, Carola	1958	MTV Herrenhausen	17.08.2013
7,33	Koop, Christine	1964	TSV Gronau	Gronau	11.06.
7,30	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Delmenhorst	17.09.

Diskuswurf 1 kg

Bezirksrekord:	32,58	Petersen, Carola	1958	MTV Herrenhausen	17.08.2013
17,95	Zöller-Jähner, Maren	1967	SC Langenhagen	Oldenburg	24.09.

Hammerwurf 3 kg

Bestl. 2022:	30,82	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	SV Alfeld	
Bezirksrekord:	34,82	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	SV Alfeld	14.10.2023
34,82	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	SV Alfeld	Hannover	14.10.

Gewicht

Bestl. 2022:	11,51	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	SV Alfeld	
Bezirksrekord:	11,80	Petersen, Carola	1958	MTV Herrenhausen	03.10.2013
10,99	Aschitsch, Ariane-Simone	1967	SV Alfeld	Hannover	14.10.

5-Kampf

100m-Weit-Kugel (3kg)-Hoch-800m

Bestl. 2022:	2.857	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	
Bezirksrekord:	2.857	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	24.09.2022
2.523	Schmidt, Dr. Susanne	1967	TSV Burgdorf	Edemissen	06.05.
15,63(+0,7)-3,60(-1,2)-7,22-1,12-3:25,47					

Seniorinnen W60

100 m Lauf

Bestl. 2022:	17,6	Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	15,03	Jatho, Renate	1941	LG Hannover	12.08.2001
18,17	-0,3	Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	Höxter 07.05.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	3:45,39	Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	2:48,00	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	05.08.2017
3:57,40		Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	Gronau 11.06.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	16:33,6	Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	12:42,00	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	17.06.2016
19:19,38		Kopp, Heidi	1962	Post-SV Holzminden	Uslar 15.04.

5000 m Lauf

Bezirksrekord:	21:36,20	Albert, Adelma	1934	TSV Barsinghausen	27.08.1994
23:37,38		Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt 25.06.

10000 m Lauf

Bezirksrekord:	44:53,18	Bensch, Heide Lore	1942	LG Hannover	23.07.2004
47:37,2		Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum 30.08.

Stundenlauf

Bezirksrekord:	12.760	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	28.08.2019
12.612		Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Borsum 30.08.

10 km Str.

Bestl. 2022:	45:49	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	
Bezirksrekord:	43:44	Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	24.03.2019
48:18		Feldt, Martina	1959	SG Bredenbeck-Holtensen	Uelzen 16.04.
54:23		Hübner, Claudia	1963	SG Bredenbeck-Holtensen	Uelzen 16.04.
56:37		Ebel, Roswitha	1963	LAC Langenhagen	Hannover 12.11.

10 km Str. Ma.

Bestl. 2022:	2:45:32	SG Bredenbeck-Holtensen			
Bezirksrekord:	2:28:47	SG Bredenbeck-Holtensen			16.04.2023
2:28:47		SG Bredenbeck-Holtensen		Uelzen	16.04.
Lyda, Hannelore (1958) - 46:06; Feldt, Martina (1959) - 48:18; Hübner, Claudia (1963) - 54:23					

Halbmarathon

Bestl. 2022:	1:44:43	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	
Bezirksrekord:	1:35:44	Weisig, Sabine	1959	Delligser SC	27.08.2023
1:35:44		Weisig, Sabine	1959	Delligser SC	Hannover 27.08.
2:01:59		Yazdan Pourfard, Jasmin	1963	Eintracht Hildesheim	Hannover 26.03.
2:12:36		Weber, Meike	1963	Hannover 96	Hannover 26.03.

Seniorinnen W60

Weitsprung

Bestl. 2022:	3,30	Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	3,76	Schulz, Colette	1941	TuS Wunstorf	25.08.2001
3,03	Büttcher, Anette	1962	Post-SV Holzminden	Gronau	11.06.

Kugelstoß 3 kg

Bestl. 2022:	10,45	Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	
Bezirksrekord:	11,01	Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	22.04.2023
11,01	Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	Sarstedt	22.04.
4,78	Pfeng, Ingrid	1959	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.

Diskuswurf 1 kg

Bestl. 2022:	28,16	Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	
Bezirksrekord:	29,48	Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	09.09.2023
29,48	Losch, Claudia	1960	VSV Rössing	Zeven	09.09.
12,34	Pfeng, Ingrid	1959	FSV Sarstedt	Sarstedt	22.04.

Seniorinnen W65

100 m Lauf

Bestl. 2022:	18,20	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	15,49	Jatho, Renate	1941	LG Hannover	19.07.2006
19,12 +0,4	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Gronau	11.06.
25,61 +0,4	Goebbels, Gabriele	1958	TSV Gronau	Gronau	11.06.

200 m Lauf

Bestl. 2022:	36,48	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	32,36	Jatho, Renate	1941	LG Hannover	06.08.2006
39,73 +1,8	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	25.07.

400 m Lauf

Bestl. 2022:	89,17	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	80,72	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	25.07.2020
95,16	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Minden	29.07.

800 m Lauf

Bestl. 2022:	3:35,07	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	3:09,60	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	12.07.2020
3:38,70	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Garbsen	25.07.

1000 m Lauf

Bestl. 2022:	4:37,98	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	4:12,03	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	23.08.2020
4:37,2	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Uslar	05.06.
4:53,7	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	05.06.

Seniorinnen W65

1500 m Lauf

Bestl. 2022:	7:08,58	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	6:22,98	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	11.07.2020
7:17,7	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Helmstedt	30.09.
7:51,7	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

1 Meilen-Lauf

Bestl. 2022:	7:35,75	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	7:14,08	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	05.09.2020
7:45,7	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Helmstedt	30.09.
8:23,5	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	07.07.

3000 m Lauf

Bestl. 2022:	14:22,83	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	13:48,1	Asche, Angelika	1952	SG Bredenbeck	10.06.2017
15:04,81	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Stadthagen	07.10.
15:46,33	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	20.08.

5000 m Lauf

Bestl. 2022:	27:13,00	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	
Bezirksrekord:	23:12,86	Bensch, Heidlore	1942	LG Hannover	13.07.2007
23:32,73	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	Sarstedt	25.06.
27:01,36	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	15.04.
27:27,55	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Winsen	16.08.

10000 m Lauf

Bestl. 2022:	53:51,3	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	47:47,84	Hofmann, Renate	1939	1. WV Wunstorf	31.08.2005
48:46,74	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	Delmenhorst	17.09.
53:38,18	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Uslar	14.10.
56:40,8	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Großenkneten	04.11.

Stundenlauf

Bestl. 2022:	11:143	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	11:409	Abu Ajamieh, Traute	1945	TK Jahn Sarstedt	14.04.2010
11.154	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Borsum	30.08.
10.612	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Großenkneten	04.11.

10 km Str.

Bestl. 2022:	53:06	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	43:01	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	25.09.2021
46:06	Lyda, Hannelore	1958	SG Bredenbeck-Holtensen	Uelzen	16.04.
53:48	Köppen, Ulla	1956	VfL Hessisch Oldendorf	Hameln	02.09.
54:33	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	Cuxhaven	07.05.
56:59	Franke, Bergith	1955	Hannover Runners	Uelzen	16.04.
57:29	Schlachte, Roswita	1955	VfL Eintracht Hannover	Kolborn	15.10.
66:34	Waldeck, Hildegard	1955	VfL Bückeberg	Hannover	26.03.

Seniorinnen W65

Halbmarathon

Bestl. 2022:	2:00:44	Dorusch, Elke	1954	Post-SV Holzminden	
Bezirksrekord:	1:46:06	Bensch, Heide Lore	1942	LG Hannover	01.04.2007
2:16:17	Franke, Bergith	1955	Hannover Runners	Pescara (ITA)	01.10.
2:37:27	Waldeck, Hildegard	1955	VfL Bückeburg	Paderborn	08.04.

Marathon

Bezirksrekord:	3:53:47	Hofmann, Renate	1939	1. WV Wunstorf	29.04.2007
4:47:00	Köppen, Ulla	1956	VfL Hessisch Oldendorf	Berlin	24.09.

Kugelstoß 3 kg

Bezirksrekord:	8,26	Jatho, Renate	1941	LG Hannover	27.05.2006
5,90	Leinhart, Marita	1954	MTV Bad Pyrmont	Höxter	02.09.
5,89	Goebbels, Gabriele	1958	TSV Gronau	Gronau	11.06.

Speerwurf 500 g

Bezirksrekord:	21,83	Saling, Oda	1940	MTV Bockenem	06.10.2007
11,75	Leinhart, Marita	1954	MTV Bad Pyrmont	Höxter	02.09.

Seniorinnen W75

10 km Str.

Bestl. 2022:	58:54	Kluge, Maria-Luise	1944	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	56:41	Kluge, Maria-Luise	1944	LAC Langenhagen	31.10.2021
56:58	Kluge, Maria-Luise	1944	Hannover Runners	Uelzen	16.04.

Halbmarathon

Bestl. 2022:	2:06:21	Kluge, Maria-Luise	1944	LAC Langenhagen	
Bezirksrekord:	2:02:01	Kluge, Maria-Luise	1944	LAC Langenhagen	17.10.2021
2:11:05	Kluge, Maria-Luise	1944	Hannover Runners	Hannover	27.08.

Seniorinnen W80

Halbmarathon

Bezirksrekord:	2:20:58	Hofmann, Renate	1939	1. WV Wunstorf	26.03.2023
2:20:58	Hofmann, Renate	1939	1. WV Wunstorf	Hannover	26.03.

Veranstaltungsstatistik 2023

Da durch die EDV Umstellung bis Herbst 2023 nicht von allen Wettkämpfen Veranstaltungsberichte eingereicht wurden, erfolgte ab der Saison 2021 keine Erfassung der Teilnehmerzahlen mehr.

Veranstaltungen im Kreis Diepholz

Datum	Ausrichter / Ort	Veranstaltung
19.03.2023	LC Hansa Stuhr	Hansa-Hallensportfest
06.05.2023	LC Hansa Stuhr	BM Einzel U16
24.05.2023	LC Hansa Stuhr	Mehrkampfabend
03.06.2023	LC Hansa Stuhr	BM Blockwettkampf
27.08.2023	TuS Syke	Staffeltag
17.09.2023	KLV Diepholz	KM Diepholz / Nienburg
23.09.2023	LC Hansa Stuhr	Saisonfinale
7 VA's	2023	
6 VA	2022	
5 VA	2021	
5 VA	2020	
7 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Hameln-Pyrmont

Datum	Ausrichter / Ort	Veranstaltung
21.05.2023	TSC Fischbeck	Mehrkampftag mit Staffeln
04.06.2023	TSC Fischbeck	Offene KM
01.07.2023	TSC Fischbeck	Vereinssportfest
01./02.07.2023	TSC Fischbeck	Mehrkampftag
16.09.2023	TuSpo Bad Münder	Sportfest
26.09.2023	ESV Eintracht Hameln	KM Langstrecken
6 VA's	2023	
4 VA	2022	
5 VA	2021	
1 VA	2020	
10 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Hannover-Land

<i>Datum</i>	<i>Ausrichter / Ort</i>	<i>Veranstaltung</i>
15.04.2023	LLG Springe	Deister-Marathon
16.04.2023	Garbsener SC	Meeting der krummen Strecken
19.04.2023	TSV Burgdorf	Blockwettkampf
22.04.2023	TSV Neustadt	KiLa-Cup
29.04.2023	TSV Burgdorf	Saisoneroöffnungssportfest
01.05.2023	Garbsener SC	Bahneröffnung
07.05.2023	Garbsener SC	BM Einzel M,F / U20 / U18
13.05.2023	Laufclub Burgwedel	Straßen- und Volkslauf
18.05.2023	TSV Burgdorf	Mehrkampftag mit KM 4-Kampf
21.05.2023	Garbsener SC	Springer-Meeting
24.05.2023	TuS Wunstorf	Abendsportfest
17.06.2023	TuS Altwarmbüchen	Schülersportfest
30.06.2023	LLG Springe	Deister-Sommer-Lauf / BM 10-km Straße
30.06.2023	TuS Altwarmbüchen	Vereinsmeisterschaften
01.07.2023	TuS Wunstorf	Kreismeisterschaften
05.07.2023	TSV Burgdorf	Vereinsmeisterschaften
25.07.2023	Garbsener SC	Abendsportfest
30.08.2023	TuS Altwarmbüchen	Vereinsmeisterschaften Sprung
06.09.2023	TuS Altwarmbüchen	Vereinsmeisterschaften Wurf
09.09.2023	TuS Wunstorf	Schülersportfest
17.09.2023	TSV Neustadt	Schülersportfest
30.09.2023	TSV Burgdorf	KM Mehrkampf
22 VA's	2023	
17 VA	2022	
12 VA	2021	
12 VA	2020	
25 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Hannover-Stadt

<i>Datum</i>	<i>Ausrichter / Ort</i>	<i>Veranstaltung</i>
03.01.2023	Hannover 96	Neujahrs-Kugelstoßen
07./08.01.2023	LV Hannover-Stadt	1. Hallensportfest
21./22.01.2023	LV Hannover-Stadt	LM Männer, Frauen / U18 Halle
04.02.2023	Hannover 96	Winter-Speerwurf
11./12.02.2023	LV Hannover-Stadt	LM Jugend U20 / U16 Halle
19.02.2023	TuS Bothfeld	BM Crosslauf
19.03.2023	LV Hannover-Stadt	Hallensportfest U14
26.03.2023	Eichels: event	Hannover-Marathon
22.04.2023	MTV Herrenhausen	VM Wurf-5-Kampf
29.04.2023	LV Hannover-Stadt	KM Sprint / Sprung
13.05.2023	VfL Eintr. Hannover	LA-Meeting
01.06.2023	TuS Wettbergen	VM Diskuswurf
16.06.2023	Mühlenberger SV	Hochsprungmeeting
21.06.2023	Hannover	Abendsportfest
05.07.2023	VfL Eintr. Hannover	School's out meeting
07.07.2023	VfL Eintr. Hannover	Einladungssportfest
11.07.2023	MTV Herrenhausen	Werfertag
18.07.2023	MTV Herrenhausen	Werfertag
25.08.2023	Mühlenberger SV	Vereinsmeisterschaften
26.08.2023	TuS Wettbergen	Vereinsmeisterschaften
27.08.2023	TK zu Hannover	Eilenriederennen
01.-03.09.2023	LV Hannover-Stadt	DM Mehrkampf
17.09.2023	TuS Wettbergen	Germanen Olympiade
23.09.2023	TuS Bothfeld	Herbstwerfertag
08.10.2023	MTV Herrenhausen	KM Wurf-5-Kampf
26.11.2023	LV Hannover-Stadt	Bezirks-Hallenvergleich
10.12.2023	LV Hannover-Stadt	Hallensportfest
27 VA's	2023	
19 VA	2022	
17 VA	2021	
27 VA	2020	
20 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Hildesheim

<i>Datum</i>	<i>Ausrichter / Ort</i>	<i>Veranstaltung</i>
11.02.2023	TSV Brunkensen	Hallensportfest
15.04.2023	TKJ Sarstedt	Mehrkampftag U14 u.j.
22.04.2023	FSV Sarstedt	Werfertag mit KM
29.04.2023	KLV (TSV Brunkensen / TSV Warzen)	KM Mehrkampf U14 u.j./Mittelstrecken
07.05.2023	FSV Sarstedt	Mehrkampftag mit KM 4-K.
21.05.2023	Eintracht Hildesheim	KM Einzel
27.05.2023	Eintracht Hildesheim	Nationales Bahngehen
03.06.2023	FSV Sarstedt	LA-Meeting
04.06.2023	TuS Hasede	Feldmarklauf
10.06.2023	TSV Brunkensen	Mehrkampftag
11.06.2023	TSV Gronau	BM / KM Senioren Einzel
17.06.2023	FSV Sarstedt	Schülersportfest (KM U16 u.j.)
24./25.06.2023	TKJ Sarstedt	LM/BM Mehrkampf U16 / 5.000 m
20.08.2023	TKJ Sarstedt	Läufer- und Hürdentag
30.08.2023	MTV Eintracht Borsum	Stundenlauf mit Km 10.000 m
09.09.2023	KLV (in Gronau)	Mehrkampftag
16.09.2023	FSV Sarstedt	Herbstwerfertag
03.10.2023	LAV Alfeld	Leinetallauf
18 VA's	2023	
22 VA	2022	
10 VA	2021	
9 VA	2020	
19 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Holzminden

<i>Datum</i>	<i>Ausrichter / Ort /</i>	<i>Veranstaltung</i>
27.05.2023	MTV 49 Holzminden	Stabhochsprungmeeting
23.08.2023		
02.09.2023	MTV 49 Holzminden	BM Stabhochsprung
3 VA's	2023	
5 VA	2022	
5 VA	2021	
5 VA	2020	
7 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Nienburg

<i>Datum</i>	<i>Ausrichter / Ort</i>	<i>Veranstaltung</i>
29.04.2023	Uchte	Bahneröffnung
1 VA's	2023	
0 VA	2022	
0 VA	2021	
0 VA	2020	
1 VA	2019	

Veranstaltungen im Kreis Schaumburg

<i>Datum</i>	<i>Ausrichter / Ort</i>	<i>Veranstaltung</i>
22.04.2023	Stadthagen	Bahneröffnung
23.06.2023	Stadthagen	Laufabend
26.08.2023	Stadthagen	Kreis-Jugendpokal
09.09.2023	Stadthagen	Kreismeisterschaften Teil 2
07.10.2023	Stadthagen	Werfer- und Läuferfest
5 VA's	2023	
7 VA	2022	
1 VA	2021	
2 VA	2020	
7 VA	2019	

GESAMTAUFSTELLUNG BEZIRK HANNOVER

<i>Jahr</i>	<i>Anzahl</i>	<i>K L V</i>
	6	Kreis Diepholz
	4	Kreis Hameln-Pyrmont
	17	Kreis Hannover-Land
	19	Kreis Hannover-Stadt
	22	Kreis Hildesheim
	5	Kreis Holzminden
	0	Kreis Nienburg
	7	Kreis Schaumburg
2023	80	
2022	80 VA.	BEZIRK Hannover
2021	61 VA.	BEZIRK Hannover
2020	61 VA	BEZIRK Hannover
2019	92 VA.	BEZIRK Hannover

BEZIRK-BESTENLISTENEINTRÄGE nach Vereinen und Kreisen sortiert

<i>KLV DIEPHOLZ</i>		
Verein	Athleten	Einträge
LC Hansa Stuhr	33	99
FTSV Jahn Brinkum	31	87
TSV Asendorf	17	59
TuS Sulingen	16	31
TuS Sudweyhe	16	23
StG Brinkum-Asendorf	16	22
TuS Syke	11	19
TSV Mellinghausen	7	19
TuS Varrel	1	6
SC Weyhe	4	5
TSV Schwarme	2	5
TSV Barrien	1	1
TuS Wagenfeld	1	1
13	156	377

<i>KLV HAMELN-PYRMONT</i>		
Verein	Athleten	Einträge
LG Weserbergland	48	140
MTV Friesen Bakede	8	16
SC Bad Münster	4	7
VfL Hessisch Oldendorf	2	4
VfB Eimbeckhausen	1	4
MTV Bad Pyrmont	1	2
TuSpo Bad Münster	1	2
7	65	175

KL V HANNOVER-LAND

Verein	Athleten	Einträge
TSV Burgdorf	43	204
TuS Altwarmbüchen	42	146
TSV Neustadt	45	114
SG Bredenbeck-Holtensen	34	105
Garbsener SC	17	104
TV Lohnde	24	91
LG Neustadt Nord	27	65
TuS Wunstorf	23	64
TV Eintracht Sehnde	18	58
SC Langenhagen	16	54
SC Hemmingen-Westerfeld	16	50
LAC Langenhagen	23	45
TS Großburgwedel	14	44
TSV Barsinghausen	6	32
StG Aller-Leine-Sprinter	24	28
MTV Rethmar	16	16
StG Neustadt-Nord/Großburgwedel	11	16
TSV Kirchdorf	5	10
StG Leinesprinter	4	8
SpVg Laatzen	3	5
Rukeli Trollmann	2	5
StG Burgdorf-Lohnde-Neustadt	4	4
Lehrter SV	2	4
Post-SV Rot-Gold Lehrte	1	4
SV Germania Helstorf	2	2
SV Otzenia Otze	2	2
SV Eintracht Hiddestorf	1	2
VSV Benthe	1	2
1. WV Wunstorf	1	1
29	427	1285

KLK HANNOVER-STADT

Verein	Athleten	Einträge
VfL Eintracht Hannover	114	497
Hannover 96	79	277
TuS Bothfeld	49	161
TuS Wettbergen	49	139
MTV Groß Buchholz	16	86
MTV Herrenhausen	13	66
TSV Bemerode	25	58
TK zu Hannover	16	53
Hannover Runners	14	38
TK Berenbostel	6	16
Hannover Athletics	7	14
Mühlenberger SV	8	12
TB Stöcken	4	12
SpVg Nieders. Hann.-Döhren	1	6
SG Misburg	2	5
StG Hannover-Schneverdingen	4	4
TSV Victoria Linden	2	2
TV Badenstedt	1	1
18	410	1447

<i>KLK HILDESHEIM</i>		
Verein	Athleten	Einträge
Eintracht Hildesheim	52	153
TKJ Sarstedt	31	95
SV Eintr. Bad Salzdetfurth	24	78
FSV Sarstedt	20	51
Delligser SC	11	39
TSV Gronau	12	38
VSV Rssing	8	32
TVE Algermissen	10	31
MTV Eintr. Borsum	10	30
MTV 48 Hildesheim	10	26
TSV Warzen	9	13
TSV Brunkensen	5	8
TuS Hasede	5	8
SV Heinum	1	6
StG Hildesheim-Algermissen	4	4
LAV Alfeld	3	4
TG Freuden	2	4
SV Alfeld	2	4
TSV Sibbesse	1	3
VfV Hildesheim	2	2
DJK BW Hildesheim	1	1
21	223	630

<i>KLK HOLZMINDEN</i>		
Verein	Athleten	Eintrge
Post-SV Holzminden	9	44
MTV 49 Holzminden	20	39
TV 87 Stadtoldendorf	8	28
RunArtist Holzminden	1	6
4	38	117

<i>KLV NIENBURG</i>		
Verein	Athleten	Einträge
LG Nienburg	13	38
TuS Steyerberg	5	10
SC Uchte	1	1
3	19	49

<i>KLV SCHAUMBURG</i>		
Verein	Athleten	Einträge
VfL Bückeburg	36	168
LG Eimbeckhausen / Messenkamp	17	69
VfL Bad Nenndorf	13	29
TuS Niedernwöhren	17	23
SG Rodenberg	8	23
VT Rinteln	10	18
TWG Nienstädt/Sülbeck	6	18
Post-SV Stadthagen	10	15
MTV Messenkamp	5	14
VfR Evesen	5	8
TSV Hagenburg	3	3
Beckedorfer SV	1	1
12	131	389

<i>BEZIRK HANNOVER - Gesamt</i>		
Kreise	Athleten	Einträge
18 – Hannover-Stadt	410	1447
29 – Hannover-Land	427	1285
21 – Hildesheim	223	630
12 – Schaumburg	131	389
13 – Diepholz	156	377
7 – Hameln-Pyrmont	65	175
4 – Holzminden	38	117
3 – Nienburg	19	49
107	1469	4469