

Kreisrekorde

Stand: Dezember 2025 nach LVR Bestenliste

Ab 1994 neue Punktetabelle

	Name	Jahrgang	Verein	Leistung	Datum	Ort
Frauen						
100m	Sutschet, Julia	88	TUWI	11,67	26.07.2008	Recklinghausen
200m	Sutschet, Julia	88	TUWI	24,61	14.06.2008	Trier
400m	Kolberg, Majtie	99	TUS	54,58	24.07.2021	Lier (Bel)
800m	Kolberg, Majtie	99	TVS	1:58.52	04.08.2024	St. Denis (FRA)
1000m	Kolberg, Majtie	99	TVS	2:37.85	14.05.2023	Pliezhausen
1500m	Kolberg, Majtie	99	TV	4:11.41	29.06.2025	Madrid (ESP)
3000m	Bender, Anette	62	TUS	10:17.92	21.05.1986	Troisdorf
5000m	Bender, Anette	62	TUS	18:06.4	03.05.1986	St. Augustin
10000m	Meyer, Michaela	73	TVS	40:09.42	19.06.1996	Euskirchen
5 km Straße	Kolberg, Majtie	99	TVS	17:38	31.12.2022	Trier
10 km Straße	Kolberg, Majtie	99	TUS	37:00	18.10.2020	Föhren
10 km Straße Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Kolberg, Sabine Schenke, E. Meyer			2:16:29	18.10.2020	Föhren
Halbmarathon	Kohzer, Diana	73	TVS	1:20:07	17.04.1999	Remagen
HM-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Kohzer, M. Meyer, Schäfer			4:39:10	17.04.1999	Remagen
Marathon	Peter, Bettina	58	PSV	3:00:03	06.04.2003	Bonn
Marathon-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Klapperich, Maßelter, Wagner			10:36:25	24.08.1988	Hamburg
100 km	Strotkamp, Sabine	65	PSV	9:54:09	27.03.2004	Kienbaum
100m Hürden	Felten, Renate	61	TUS	14,48	01.10.1988	Troisdorf
400m Hürden	Felten, Renate	61	TUS	60,57	23.07.1988	Frankfurt
4 x 100m	LG Kreis Ahrweiler Krämer, Hens, Ta. Zinn, To. Zinn			51,22	24.06.2015	Meckenheim
4 x 400m	LG Kreis Ahrweiler Ulsamer, Meyer, Krahforst, Klein			4:00,1	30.04.1993	Koblenz
3 x 800m	TUS Ahrweiler Magor, Schmitz, Felten			7:22,0	02.09.1982	Koblenz
Mixed Staffel 4x400m Männer- Frauen	Moritz Müller, Isab. Zavelberg, Kilian Jüris, C. Menrath		LG	4:05.23	13.04.2024	Ochtendung
10 km Straßengehen	Sielaff, Silvia	56	TUWI	01:10:34	20.04.2002	Diez
Hochsprung	Hein, Alexandra	65	TUS	1,70	05.10.1985	B. Neuenahr-A.
Stabhochsprung	Klein, Sabine	71	TUS	2,30	24.09.1997	B. Neuenahr-A.
Stabhochsprung	Doll, Alexandra	76	LAF	2,30	11.05.2002	B. Neuenahr-A.
Stabhochsprung	Heinzen, Mareike	80	TUS	2,30	19.08.2007	Troisdorf
Weitsprung	Klein, Sabine	71	TUS	5,35	02.05.1993	Bonn
Dreisprung	Müller, Stefanie	94	TVS	10,84	20.05.2017	Hachenburg
Kugel (4 kg)	Dewald, Elke	66	TVS	12,28	16.04.1988	B. Neuenahr-A.
Diskus (1 kg)	Dewald, Elke	66	TVS	36,96	16.04.1988	B. Neuenahr-A.
Hammer (4 kg)	Drautzburg, Elke	66	LAF	30,35	26.05.2001	Trier
Speer (600 g) Alt	Knichel, Andrea	68	TVS	38,00	30.06.1987	Koblenz
Speer (600 g) Neu	Doll, Alexandra	76	LAF	34,76	26.08.2001	Sinzig
Fünfkampfkampf	Menrath, Carolina	95	TVS	2602 P.	10.09.2023	Bad Ems
(13.44 - 1.32 - 7.30 - 4.50 - 2:29.68)						
Siebenkampf	Krahforst, Pia	74	TVS	4396 P.	18./19.6.1994	Trier
(17.12 - 1.65 - 10.61 - 27.60 - 4.93 - 32.94 - 2:28.35)						

5-Kampf-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Menrath, Hain, Schunk			5.822 P.	10.09.2023	Bad Ems
7-Kampf-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Heinzen, Stein, Krahforst			12.207 P.	26./27.6.1999	Betzdorf
DMM Landesliga	TUS Ahrweiler Degen, Friesecke, Gross, Hein, Hübinger, Josten, Manuel, Schmitz		Alt	8.062 P.	10.05.1985	Koblenz
Männer & Frauen Mixstaffel 4x400 m	Kaminski, Schunk, Menrath, R. Jüris		TVS	4:10,88	16.04.2023	Bad Ems
weibliche Jugend U20						
100m	Sutschet, Julia	88	TUWI	11,68	15.08.2006	Peking/CHN
200m	Sutschet, Julia	88	TUWI	23,90	17.06.2006	Regensburg
400m	Kolberg, Majtie	99	TUS	57,53	24.06.2017	Saulheim
800m	Kolberg, Majtie	99	TUS	2:05.93	16.06.2018	Tübingen
1500m	Magor, Jutta	64	TUS	4:47.14	30.05.1982	Ingelheim
3000m	Magor, Jutta	64	TUS	10:14.23	19.06.1982	Ingelheim
5000m	Meyer, Michaela	73	TVS	18:31.2	20.04.1991	Neuwied
10 km Straße	Schenke, Tabea	95	TUS	41:49	17.03.2013	Urmitz
15 km Straße	Kohzer, Diana	73	TVS	59:51	03.10.1992	Polch
15 km-Mannschaft	TV Sinzig Kohzer, M. Meyer, P. Krahforst			3:20:48	25.04.1992	Koblenz
100m Hürden	Felten, Renate	61	TUS	14,92	13.07.1980	Dormagen
400m Hürden	Klein, Sabine	71	TUS	62,91	11.06.1998	Neuwied
2000 m Hindernis	Krischer, Zoë	99	Burgbrohl	7:20.29	01.08.2015	Jena
4 x 100m	LG Kreis Ahrweiler To. Zinn, Strohe, Ta. Zinn, Hens			51,19	10.05.2014	B. Neuenahr-A.
4 x 400m	LG Kreis Ahrweiler V. Strohe, Tamina Zinn, T. Schenke. St. Müller			3:57.76	06.07.2013	Ulm
3 x 800m	LG Kreis Ahrweiler P. Krahforst, Meyer, Klein			7:02.87	12.08.1990	Düsseldorf
10 km Gehen	Schmickler, Maxi	94	Burgbrohl	1:07.45	22.04.2012	Naumburg
Hochsprung	Hein, Alexandra	65	TUS	1,72	03.07.1983	Ingelheim
Stabhochsprung	Krahforst, Pia	74	TVS	2,50	26.05.1991	Neuwied
Weitsprung	Nöthen, Claudia	61	TUS	5,62	17.06.1979	Koblenz
Dreisprung	Zinn, Tokessa	2000	TVS	10,64	10.05.2019	Sinzig
Kugel (4 kg)	Dewald, Elke	66	TVS	11,63	02.09.1984	Höhr-Grenzhausen
Diskus (1 kg)	Hain, Sofie	98	TVS	33,20	03.09.2017	Burgbrohl
Hammer (4 kg)	Hain, Sofie	98	TVS	34,28	23.04.2016	Heidesheim
Speer (600 g) alt	Krahforst, Pia	74	TVS	36,34	20.06.1993	Daun
Speer (600 g) neu	Bitzen, Barbara	2007	BGD	28,63	30.03.2025	Neuwied
Vierkampf	Krahforst, Pia	74	TVS	2607 P.	04.07.1992	Mayen
(16. - 1.60 - 10.15 - 26.7)						
Siebenkampf	Krahforst, Pia	74	TVS	4675 P.	17./18.7.1993	Emmelshausen
(15.9-1.68-10.12-26.8-5.28-35.36-2:30.2)						
7-Kampf-Mannschaft	TV Sinzig P. Krahforst, V. Krahforst, M. Meyer			11090 P.	4./5.07.1992	Mayen

weibliche Jugend U18						
100m	Sutschet, Julia	88	TUWI	11,65	13.07.2005	Marrakesh
200m	Sutschet, Julia	88	TUWI	24,08	16.07.2005	Marrakesh
400m	Strohe, Vanessa	96	TUS	58,73	01.06.2013	Bad Ems
800m	Kolberg, Maitie	99	TUS	2:10.49	31.05.2016	Osterode
1500m	Magor, Jutta	64	TUS	4:46.47	31.05.1981	Troisdorf
3000m	Schenke, Tabea	95	TUS	10:25.41	20.07.2012	Mönchengladbach
5 km Straße	Leimkühler, Helene	2009	TVS	20:54	16.03.2025	Bad Kreuznach
7,5 km Straße	Schleipen, Britta	78	TUS	28:57	10.04.1994	Melle
7,5 km-Mannschaft	TV Sinzig M. Meyer, Kohzer, Krahforst			1:31:22	27.03.1988	Waldbreitbach
10 km Straße	Schenke, Tabea	95	TUS	41:08	12.05.2012	Bad Ems
100m Hürden	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	14,79	03.06.2018	Bernhausen
400m Hürden	Schmitz, Claudia	64	TUS	63,98	21.05.1981	Troisdorf
1500 m Hindernis	Krischer, Zoë	99	Burgbrohl	5:27.59	22.05.2015	Ochtendung
2000m Hindernis (762 mm)	Leimkühler, Helene	2009	TVS	7:32,77	11.07.2025	Bochum - Wattenscheid
4 x 100m	LG Kreis Ahrweiler Heiny, Jäschke, Sutschet, Branse			50,41	21.05.2005	Neuwied
3 x 800m	TV Sinzig Kohzer, P. Krahforst, M. Meyer			7:11,4	24.05.1989	Neuwied
Schwedenstaffel (400/300/200/100 m)	LG Kreis Ahrweiler Jäschke, Sutschet J, Branse, Heiny			2:23,19	22.04.2005	Koblenz
3000 m Gehen	Gros, Theresa	94	Burgbrohl	19:44.50	12.06.2010	Diez
5000 m Gehen	Schmitt, Hanna	94	Burgbrohl	42:02.48	05.06.2010	Düsseldorf
Hochsprung	Gross, Ursula	65	TUS	1,70	18.07.1981	Rheinbach
Stabhochsprung	Krahforst, Pia	74	TVS	2,60	17.06.1990	Limburgerhof
Weitsprung	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	5,53	26.05.2018	Hamm (Sieg)
Dreisprung	Zinn, Tokessa	2000	TVS	10,90	09.07.2016	Eisenberg
Kugel (4 kg)	Wolff, Inge	60	TUS	10,79	12.06.1977	Altenkirchen
Kugel (3 kg)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	12,41	11.08.2018	Boppard
Diskus (1 kg)	Dewald, Elke	66	TVS	31,98	16.09.1982	Koblenz
Hammer (4 kg)	Räder, Cristina	83	TVS	23.26	04.09.1999	Sinzig
Hammer (3 kg)	Hain, Sofie	98	TVS	38,98	25.05.2014	Trier
Speer (600 g) alt	Benke, Claudia	72	PSV	35,52	14.05.1988	Koblenz
Speer (600 g) neu	Müller, Stefanie	94	TVS	28,62	26.06.2011	Dierdorf
Speer (500 g)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	37,71	14.04.2018	Sinzig
Vierkampf	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	2805 P.	04.06.2017	Limburgerhof
(15.23 - 1.56 - 11.16 - 13.41)						
4-Kampf Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler M. Reinhard, 2341 P. Weinitschke 1659 P. Wojcik 1415 P.			5415 P.	08.06.2025	Limburgerhof
Siebenkampf	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	4818 P.	4./5.06.2017	Limburgerhof
(15.23 (+2.1) - 1.56 - 11.16 - 13.41 - 5.10 - 36.24 - 2:19.47)						
7-Kampf-Mannschaft	TV Sinzig Kohzer, Gran, M. Meyer			9045 P.	19./20.08.88	Sinzig
weibliche Jugend U16						
W 15						
100m	Sutschet, Julia	88	TUWI	12,44	28.09.2003	Mayen

300m	Kolberg, Majtie	99	TUS	41,32	08.06.2014	Selters
800m	Kolberg, Majtie	99	TUS	2:12.12	17.08.2014	Köln
2000m	Schenke, Tabea	95	TUS	6:56.00	12.09.2010	Essen
3000m	Magor, Jutta	64	TUS	10:26,5	17.06.1988	Trier
5 km Straße	Kolberg, Majtie	99	TUS	18:35	31.12.2014	Trier
80m Hürden	Krämer, Jolina	2001	TUWI	12,16	23.04.2016	Euskirchen
300 m Hürden	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	45,58	09.07.2016	Eisenberg
1500m Hindernis (762 mm)	Leimkühler, Helene	2009	TVS	5:44.99	09.06.2024	Koblenz
4 x 100 m	LG Kreis Ahrweiler Branse, Sutschet J, Münn, Jäschke			51,40	28.09.2003	Mayen
3 x 800m	TUS Ahrweiler Schmitz, Magor, Burchert			7:13,0	13.08.1979	Koblenz
3000 m Gehen	Krischer, Zoë	99	Burgbrohl	16:58.87	08.08.2014	Bochum-W.
Hochsprung	Gross, Ursula	65	TUS	1,72	03.06.1980	Andernach
Weitsprung	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	5,48	02.07.2016	Aachen
Dreisprung	Gralak, Anja	90	TVS	9,55	08.06.2005	Meckenheim
Kugel (3 kg)	Zinn, Tokessa	2000	TUS	11,77	30.05.2015	Trier
Diskus (750 kg)	Berger, Ariane	83	TVS	32,85	14.06.1998	Neuwied
Diskus (1 kg)	Hain, Sofie	98	TVS	31,20	22.06.2013	Landau
Hammer (3 kg)	Hain, Sofie	98	TVS	35.93	07.09.2013	Sinzig
Speer (600g) alt	Benke, Claudia	72	PSV	33,18	24.05.1987	Wallmerod
Speer (600g) neu	Lawrenz, Theresa	91	TVS	25,37	16.09.2006	Mayen
Speer (500 g)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	35,40	11.06.2016	Neuwied
Speer (400 g)	Berger, Ariane	83	TVS	34,28	16.05.1998	Wittlich
Ballwurf 200 g	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	50,00	05.06.2016	Mayen
Vierkampf	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	2185	10.09.2016	Zülpich

(13.49 - 1.60 - 5.48 - 10.74)

4-Kampf-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Sutschet J, Kniel, Merten, Münn, Weber			8.552 P.	13.07.2003	B.Neuenahr-A.
Block Sprint/Sprung	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	2700 P.	05.07.2016	Haßloch
(13,43 - 12,71 - 5,20 - 1,56 - 31,89)						
Block Wurf	Zinn, Tokessa	2000	TUS	2593 P.	13.06.2015	Daun
(13,38 - 12,80 - 5,07 - 11,19 - 25,33)						
Block Lauf	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	2750 P.	02.07.2016	Aachen
(12.26 - 5,48 - 13.23 - 47,50 - 7:21,59)						
Siebenkampf	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	3822 P.	10/11.09.2016	Zülpich
(12,29 - 5,48 - 13,49 - 30,56 - 1,60 - 10,74 - 2:22,04)						
DSMM Gr. 3	LG Kreis Ahrweiler Sutschet J, Jäschke, Steinfeld P, Branse, Münn, Kniel, Leeser			6083 P.	28.09.2003	Mayen
W 14						
100m	Krämer, Jolina	2001	TUWI	12,88	04.07.2015	Neuwied
300m	Strohe, Vanessa	96	TUS	45,30	02.10.2010	B. Neuenahr-A.
800m	Kolberg, Majtie	99	TUS	2:17.72	22.06.2013	Landau
2000m	Meyer, Michaela	73	TVS	6:48.28	18.07.1987	Worms
3000m	Meyer, Michaela	73	TVS	10:48.07	26.04.1987	Köln
5 km Straße	Schleipen, Britta	78	TV 06	18:21	10.10.1992	Sythen
80m Hürden	Krämer, Jolina	2001	TUWI	11,86	30.05.2015	Trier
300 m Hürden	Krämer, Jolina	2001	TUWI	50,30	22.05.2015	Ochtendung
3000 m Gehen	Krischer, Zoë	99	Burgbrohl	17:07.94	04.05.2013	Ahlen
Hochsprung	Gross, Ursula	65	TUS	1,69	24.06.1979	Plaidt
Stabhochsprung	Krahforst, Pia	74	TVS	2,30	19.08.1988	Sinzig

Weitsprung	Ockenfels, Renate	75	TVS	5,36	09.09.1989	Worms
	Krämer, Jolina	2001	TUWI	5,36	04.07.2015	Neuwied
Dreisprung	Zinn, Tiara	2006	TVS	9,86	11.09.2020	Sinzig
Kugel (3 kg)	Wolff, Inge	60	TUS	12,03	29.09.1974	Niederolm
Diskus (750 kg)	Räder, Cristina	83	TVS	27,94	08.06.1997	Neuwied
Diskus (1 kg)	Ockenfels, Renate	75	TVS	28,20	16.09.1989	Sinzig
Hammer (3 kg)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	29,23	25.05.2014	Trier
Speer (600 g) alt	Krahforst, Pia	74	TVS	33,36	26.03.1988	Mühlheim-Kärlich
Speer (600g) neu	Lawrenz, Theresa	91	TVS	25,40	17.09.2005	Sinzig
Speer (500g)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	33,11	06.09.2015	Herdorf
Speer (400 g)	Berger, Ariane	83	TVS	33,10	20.07.1997	Daun
Schlagball (200 g)	Kaiser, Elisa	77	TUS	46,0	13.06.1991	Koblenz
Vierkampf	Krämer, Jolina	2011	TUWI	2025 P.	19.09.2015	Konz
(13,47 - 4,97 - 1,56 - 8,68)						
Block Sprint/Sprung	Näkel, Lina	2001	BGD	2671 P.	29.05.2025	Koblenz
80mHü/Weit/Speer/100m/Hoch	12.31(+1.7) 4.85(+0.2)29.60/13.54(+0.2)/ 1.58					
Block Lauf	Berger, Ariane	83	TVS	2130 P.	08.06.1997	Neuwied
Block Wurf	Ockenfels, Renate	75	TVS	2498 P.	20.08.1989	Düsseldorf
Block-Mannschaft (alt)	TUS Ahrweiler Jahr, Reihs, Jonas	Alt		10484 P.	16.05.1992	Neuwied
Siebenkampf	Krämer, Jolina	2001	TUWI	3590 P.	18./19.7.2015	Bad Neuenahr-A
(12,16 - 5,13 - 13,19 - 25,91 - 1,56 - 8,70 - 2:36,68)						
DSMM Gr. 1	TV Sinzig		Alt	14886 P.	03.10.1982	Andernach
DSMM Gr. 2	TUS Ahrweiler		Alt	14021 P.	02.09.1978	B. Neuenahr-A.
weibliche Jugend U14						
W 13						
75m	Näkel, Lina	2011	BGD	10,18	06.07.2024	Hachenburg
800m	Kolberg, Majtie	99	TUS	2:23.58	04.07.2012	B. Neuenahr-A.
2000m	Kolberg, Majtie	99	TUS	6:52.10	29.09.2012	B. Neuenahr-A.
5 km Straße	Oboz-Rojas, Isabella	2011	Burgbrohl	21:31	17.03.2024	Bad Kreuznach
60m Hürden	Krämer, Jolina	2001	TUWI	9,80	02.05.2014	Troisdorf
4x75 m	Näkel, Schuh, Scheufen, Waschulewski		LG	40.91	01.05.2024	Köln
3 x 800m	TV Sinzig Kohzer, P. Krahforst, M. Meyer			7:51,4	15.05.1985	Koblenz
2000 m Gehen	Schäfer, Hanna	98	Burgbrohl	13:07,5*	02.04.2011	Niederzissen
3000 m Gehen	Krischer, Zoë	99	Burgbrohl	17:25.66	06.05.2012	Süchteln
Hochsprung	Gross, Ursula	65	TUS	1,62	02.09.1978	B. Neuenahr-A.
Weitsprung	Näkel, Lina	2011	BGD	5,31	16.06.2024	Dierdorf
Kugel (3 kg)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	9,96	04.10.2014	Betzdorf
Diskus (750 kg)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	27,14	14.09.2014	Neuwied
Speer (400 g)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	30,26	14.09.2014	Neuwied
Schlagball (80 g)	Lawrenz, Theressa	91	TVS	47,00	04.07.2004	Mayen
Ball 200 g	Zinn, Tokessa	2000	TUS	45,00	15.06.2013	Dierdorf
Dreikampf	Näkel, Lina	2011	BGD	1.459 P.	16.06.2024	Dierdorf
(10,19 - 5,31- 27,50)						
3-Kampf-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Schraa, Esser, Katzenberger, Goltz, Sutschet K,			6.247 P.	07.05.2006	B. Neuenahr-A.
3-Kampf-Mannschaft	Näkel, Schuh, Waschulewski		LG	3.895 P.	16.06.2024	Dierdorf
Vierkampf	Näkel, Lina	2011	BGD	1.928 P.	16.06.2024	Dierdorf
(10,19 - 5,31 - 27,50- 1,44)						

4-Kampf-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Mertens, Lehnert, N. Müller, Barry, Bungart			5.738 P.	07.05.2023	Eppelheim
Block Sprint/Sprung 75m/60mHü/Weit/ Hoch/Speer	Näkel, Lina	2011	BGD	2.525 P.	28.09.2024	Neuwied

(10,33 - 10,02 - 4,89 - 1,52 - 20,84)

Block Lauf	Krämer, Jolina	2001	TUWI	2.360 P.	10.05.2014	B. Neuenahr-A.
(10,31 - 9,96 - 4,84 - 24,50 - 2:48,78)						
Block Wurf	Klapperich, Paula	2010	TV Rem.	2.274 P.	01.10.2023	Neuwied

(10.57 - 10.22 - 4.62 - 7.21 - 20.84)

Block-Mannschaft	LG Kreis Ahrweiler Marquart, Sachs, Reinhard, Jünger, Klapperich			10.644 P.	15.05.2022	Hachenburg
Block Basis	Zinn, Tokessa	2000	TUS	2315 P.	15.06.2013	Dierdorf
(10,92 - 10,85 - 4,87 - 45,00 - 9:13,24)						
DSMM Gr. 3	TUS Ahrweiler		Alt	10035 P.	06.10.1979	B. Neuenahr-A.
W 12						
75m	Beyer, Angelina	99	TUS	10,34	01.10.2011	B. Neuenahr-A.
800m	Meyer, Michaela	73	TVS	2:29,3	19.09.1985	Koblenz
2000m	Meyer, Michaela	73	TVS	7:05,1	30.06.1985	Wittlich
60m Hürden	Friesecke, Christine	66	TUS	9,8	02.07.1978	B. Neuenahr-A.
	Hübinger, Claudia	65	TUS	9,8	31.07.1977	B. Neuenahr-A.
2000 m Gehen	Krischer, Zoë	99	Burgbrohl	10:50,1*	25.06.2011	Diez
Hochsprung	Näkel, Lina	2011	BGD	1,46	16.07.2023	Neu-Isenburg
Weitsprung	Näkel, Lina	2011	BGD	4,86	09.07.2023	Dierdorf
Kugel (3 kg)	Lieder, Claudia	70	TVS	8,55	29.09.1982	B. Neuenahr-A.
Diskus (750 kg)	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	24,15	08.09.2013	Neuwied
Speer (400 g)	Reinhard, Maja	2009	TV Rem.	24,10	29.08.2021	Neuwied
Schlagball (80 g)	Benke, Claudia	72	PSV	55,0	30.05.1984	B. Neuenahr-A.
Ball 200 g	Zatcha, Christine	2007	TUS	40,0	21.09.2019	B. Neuenahr-A.
Dreikampf	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	1364 P.	06.07.2013	Daun
	(10.53 - 4.34 - 33.00)					
Vierkampf	Näkel, Lina	2011	BGD	1.792 P.	09.07.2023	Dierdorf
(75m/Weit/Ball200g/Hoch)	(10.42-4.86-23.50-1.40)					
Block SprintSprung	Näkel, Lina	2011	BGD	2328 P.	16.07.2023	Neu-Isenburg
(10.57 - 10.172- 4.31 - 1.46 - 19.60)						
Block Wurf	Klapperich, Paula	2010	TV Rem.	2114 P.	02.10.2022	Neuwied
(10.82 - 10.69 - 4.35 - 6.66 - 17.65)						
Block - Lauf	Reinhard, Maja	2009	TV Rem.	2040 P.	26.09.2021	Neuwied
	(11.77 - 11.98 - 4.27 - 28.00 - 2:49.22)					
Block Basis	Gilles, Sarah	2001	Burgbrohl	2260 P.	15.06.2013	Dierdorf
(10.44 - 11.23 - 4.69 - 31.50 - 8:34.87)						
DSMM Gr. 1	TV Sinzig		Alt	9187 P.	05.10.1980	Sinzig
DSMM Gr. 2	TV Sinzig		Alt	4445 P.	11.01.1980	B. Neuenahr-A.
weibliche Kinder U12 (W 11 und W 10)						
werden ab 2013 nicht mehr in der Rheinland - Bestenliste geführt!						