

Meisterschaft und Disziplin	Leistung	Platz	Name	Jahr- AK gang
-----------------------------	----------	-------	------	------------------

Deutsche Meisterschaften

Deutsche Berglaufeisterschaften am 7.8. in Schwangau (Plätze 1-8)

Deutsche Berglaufmeisterschaften	1:01:30	7	Bommes, Silke	1974 W 40
----------------------------------	---------	---	---------------	-----------

Deutsche Senioren Meisterschaften am 8.-10.7. in Leinefelde (Plätze 1-8)

Deutsche Senioren Meisterschaften 5000 Meter	20:00,43	6	Bommes, Silke	1974 W 40
Deutsche Senioren Meisterschaften 5000 Meter	20:30,84	6	Kanditt, Katja	1977 W 35
Deutsche Senioren Meisterschaften 1500 Meter	5:15,22	6	Kanditt, Katja	1977 W 35
Deutsche Senioren Meisterschaften 1500 Meter	5:15,55	6	Bommes, Silke	1974 W 40
Deutsche Senioren Meisterschaften 800 Meter	2:33,90	6	Kanditt, Katja	1977 W 35
Deutsche Senioren Meisterschaften 800 Meter	2:35,40	5	Bommes, Silke	1974 W 40

Deutsche Meisterschaften Crosslauf Einzel am 5.3. in Herten (Plätze 1-8)

Deutsche Meisterschaften Crosslauf 5900 Meter	27:06,00	7	Bommes, Silke	1974 W 40
---	----------	---	---------------	-----------

Deutsche Meisterschaften Crosslauf Mannschaft am 5.3. in Herten (Plätze 1-8)

Deutsche Meisterschaften Crosslauf 5900 Meter	99 Pkt	7	Bommes, Silke	1974 W 40
Deutsche Meisterschaften Crosslauf 5900 Meter	99 Pkt	7	Kanditt, Katja	1977 W 35
Deutsche Meisterschaften Crosslauf 5900 Meter	99 Pkt	7	Schäben-Buscher, Inge	1976 W 40

Deutsche Seniorenhallenmeisterschaften am 13.2. in Erfurt (Plätze 1-8)

Deutsche Seniorenhallenmeisterschaften 800m	02:30,50	3	Bommes, Silke	1974 W 40
Deutsche Seniorenhallenmeisterschaften 3000m	11:45,93	8	Bommes, Silke	1974 W 40

NRW-Meisterschaften

NRW Langstaffelmeisterschaften am 8.5. in Hamm (Plätze 1-8)

NRW Langstaffelmeisterschaften 3 x 1000m	08:55,36	2	Zwarg, Tom	2001 M U16
NRW Langstaffelmeisterschaften 3 x 1000m	08:55,36	2	Faulhaber, Fabio	2001 M U16
NRW Langstaffelmeisterschaften 3 x 1000m	08:55,36	2	Helpertz, Adrian	2003 M U16
NRW Langstaffelmeisterschaften 3 x 800m	07:53,22	7	Bommes, Anna	2002 W U16
NRW Langstaffelmeisterschaften 3 x 800m	07:53,22	7	Grafen, Sophie	2001 W U16
NRW Langstaffelmeisterschaften 3 x 800m	07:53,22	7	Bläsing, Judith	2001 W U16

NRW Langstreckenmeisterschaften am 23.4. in Arnsberg (Plätze 1-8)

NRW Langstreckenmeisterschaften 5000m	19:25,36	1	Bommes, Silke	1974 W 40
NRW Langstreckenmeisterschaften 5000m	19:52,11	1	Kanditt, Katja	1977 W 35
NRW Langstreckenmeisterschaften 10000m	39:15,33	5	Bläsing, Norbert	1962 M 50

NRW Seniorenhallenmeisterschaften am 10.1. in Düsseldorf (Plätze 1-8)

NRW Seniorenhallenmeisterschaften 3000m	11:20,80	1	Bommes, Silke	1974 W 40
NRW Seniorenhallenmeisterschaften 3000m	10:56,16	3	Herschbach, Stefan	1978 M 35
NRW Seniorenhallenmeisterschaften 3000m	11:52,31	3	Kanditt, Katja	1977 W 35

Meisterschaft und Disziplin	Leistung	Platz	Name	Jahr- AK gang
-----------------------------	----------	-------	------	---------------

Nordrhein-Meisterschaften

Nordrhein Crossmeisterschaften Einzel am 27.11. in Wesseling (Plätze 1-8)

Nordrhein-Crossmeisterschaften 8100 m	31:29	7	Hamann, Marcel	1982 M 30
Nordrhein-Crossmeisterschaften 6500 m	27:42	3	Lange, Harald	1968 M 45
Nordrhein-Crossmeisterschaften 5500 m	24:30	8	Schmitz, Anna	1993 W HK
Nordrhein-Crossmeisterschaften 5500 m	24:59	8	Giesen, Norbert	1962 M 50
Nordrhein-Crossmeisterschaften 3500 m	16:38	2	Bommes, Silke	1974 W 40
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	10:50	4	Faulhaber, Fabio	2001 M 15
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	11:20	2	Krumm, Henry	2002 M 14
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	11:58	2	Bommes, Anna	2002 W 14
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	13:04	5	Bläsing, Judith	2001 W 15

Nordrhein Crossmeisterschaften Mannschaft am 27.11. in Wesseling (Plätze 1-8)

Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	33:42	1	Faulhaber, Fabio	2001 M U16
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	33:42	1	Krumm, Henry	2002 M U16
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	33:42	1	Zwarg, Jan	2001 M U16
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	38:27	3	Bommes, Anna	2002 W U16
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	38:27	3	Bläsing, Judith	2001 W U16
Nordrhein-Crossmeisterschaften 2600 m	38:27	3	Grafen, Sophie	2001 W U16

Nordrhein Jugendmeisterschaften U16 am 05.06. in Krefeld-Uerdingen (Plätze 1-8)

Nordrhein Jugendmeisterschaften 800m	2:13,30	5	Faulhaber, Fabio	2001 M 15
Nordrhein Jugendmeisterschaften 800m	2:13,86	4	Helpertz, Adrian	2003 M 14
Nordrhein Jugendmeisterschaften 800m	2:26,12	4	Bommes, Anna	2002 W 14
Nordrhein Jugendmeisterschaften 300m	39,56	6	Zwarg, Tom	2001 M 15

offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften am 04.06. in Essen (Plätze 1-8)

offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften 5000 m	19:08,56	3	Bläsing, Norbert	1962 M 50
offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften 1500 m	4:45,19	1	Lange, Harald	1968 M 45
offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften 1500 m	5:14,62	2	Bommes, Silke	1974 W 40
offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften 800 m	2:14,03	3	Lange, Harald	1968 M 45
offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften 800 m	2:29,47	2	Bommes, Silke	1974 W 40
offene Nordrhein Seniorenmeisterschaften 800 m	2:33,02	1	Kanditt, Katja	1977 W 35

Nordrhein Langstreckenmeisterschaften U16 am 24.04. in Emmerich (Plätze 1-8)

Nordrhein Jugendmeisterschaften 800m	6:58,68	2	Bommes, Anna	2002 W U16
--------------------------------------	---------	---	--------------	------------

Nordrhein Jugendhallenmeisterschaften am 13.03. in Düsseldorf (Plätze 1-8)

Nordrhein Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:23,68	1	Bommes, Anna	2002 W 14
--	---------	---	--------------	-----------

Meisterschaft und Disziplin	Leistung	Platz	Name	Jahr- AK gang
Kreismeisterschaften				
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften am 19.11. in Düsseldorf (Plätze 1-3)				
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:07,50	2	Faulhaber, Fabio	2001 M 15
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:13,37	1	Helpertz, Adrian	2003 M 13
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:13,59	1	Krumm, Henry	2002 M 14
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:18,99	3	Zwarg, Jan	2001 M 15
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:29,33	1	Bommes, Anna	2002 W 14
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:35,12	1	Krumm, Jonas	2005 M 11
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:35,24	2	Zwarg,Chris-Ole	2004 M 12
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:40,86	2	Gudden, Leonie	2002 W 14
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:44,86	2	Klee, Viktoria-Lynn	2005 W 11
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:48,99	2	Küsters, Merle	2004 W 12
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 800m	2:54,05	3	Wilms, Karl	2005 M 11
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften 60m	8,28	2	Grafen, Sophie	2001 W 15
Kreis-Jugendhallenmeisterschaften Weitsprung	4,89	3	Grafen, Sophie	2001 W 15
Kreismeisterschaften 10 km am 17.9. in Brüggem (Plätze 1-3)				
Kreismeisterschaften 10 km	37:30	2	Hamann, Marcel	1982 M 30
Kreismeisterschaften 10 km	39:03	1	Lange, Harald	1968 M 45
Kreismeisterschaften 10 km	39:56	1	Herschbach, Stefan	1978 M 35
Kreismeisterschaften 10 km	41:24	2	Klingen, Jürgen	1969 M 45
Kreismeisterschaften 10 km	42:00	2	Klose, Marko	1975 M 40
Kreismeisterschaften 10 km	44:11	1	Bommes, Silke	1974 W 40
Kreismeisterschaften 10 km	44:17	3	Lunden, Rüdiger	1973 M 40
Kreismeisterschaften 10 km	51:45	2	Schäben-Buscher, Inge	1976 W 40
Kreismeisterschaften Halbmarathon am 11.9. in Mönchengladbach (Plätze 1-3)				
Kreismeisterschaften Halbmarathon	1:22:06	1	Sieben, Philipp	1984 M30
Kreismeisterschaften Halbmarathon	1:25:09	2	Hamann, Marcel	1982 M 30
Kreismeisterschaften Halbmarathon	1:34:01	1	Klingen, Jürgen	1969 M 45
Kreismeisterschaften Halbmarathon	1:37:56	1	Bommes, Silke	1974 W 40
Kreismeisterschaften Halbmarathon	1:38:58	1	Krüger, Werner	1960 M 55
Kreismeisterschaften Halbmarathon	1:39:25	2	Maaßen, Gerald	1970 M 45
Kreismeisterschaften 3- und 4-Kampf am 9.9. in St. Tönnis (Plätze 1-3)				
Kreismeisterschaften 4-Kampf	1969 Pkte.	2	Zwarg, Tom	2001 M 15
Kreismeisterschaften 3-Kampf	1346 Pkte.	2	Helpertz, Adrian	2003 M 13
Kreis-Langstreckenmeisterschaften Einzel am 31.8. in Oedt (Plätze 1-3)				
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 10000 m	39:00,13	1	Herschbach, Stefan	1978 M 35
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 10000 m	40:11,59	2	Bläsing, Norbert	1962 M 50
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 10000 m	41:45,92	1	Bommes, Silke	1974 W 40
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 10000 m	41:49,03	1	Klose, Marko	1975 M 40
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 10000 m	58:44,77	2	Szardykowski. Katharina	1975 W 40
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 1500 m	4:18,69	1	Borghans, Robin	1994 M HK
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 1500 m	4:29,93	2	Podzus, Niklas	1996 M HK
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 1500 m	4:32,72	1	Hamann, Marcel	1982 M 30
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 1500 m	4:35,37	1	Faulhaber, Fabio	2001 M U18
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 1500 m	4:37,43	1	Lange, Harald	1968 M 45
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 1500 m	5:25,65	1	Lunden, Rüdiger	1973 M 40

Meisterschaft und Disziplin	Leistung	Platz	Name	Jahr- AK gang
offene Kreismeisterschaften U14-U16-U18-U20-M-F				
3.7. in Süchteln (Plätze 1-3)				
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:11,70	1	Faulhaber, Fabio	2001 M 15
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:14,23	1	Helpertz, Adrian	2003 M 13
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:18,02	1	Krumm, Henry	2002 M 14
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:18,04	2	Zwarg, Jan	2001 M 15
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:23,82	1	Bommers, Anna	2002 W 14
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:33,44	1	Zwarg,Chris-Ole	2004 M 12
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:39,87	2	Gudden, Leonie	2002 W 14
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:46,89	1	Küsters, Merle	2004 W 12
offene Kreismeisterschaften 800 m	2:51,22	1	Bongartz, Natalie	1998 W U20
offene Kreismeisterschaften 300 m	39,47	1	Zwarg, Tom	2001 M 15
offene Kreismeisterschaften 200 m	28,40	3	Grafen, Sophie	2001 W 15
offene Kreismeisterschaften 100 m	13,48	2	Grafen, Sophie	2001 W U18
offene Kreismeisterschaften Weitsprung	4,98	2	Grafen, Sophie	2001 W 15
Kreis-Langstreckenmeisterschaften Einzel				
am 11.5. in Waldniel (Plätze 1-3)				
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	20:22,20	2	Schmitz, Anna	1993 W HK
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	19:57,90	1	Kanditt, Katja	1977 W 35
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	20:32,94	1	Bommers, Silke	1974 W 40
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	27:34,52	1	Wilms, Uschi	1971 W 45
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	16:37,64	1	Borghans, Robin	1994 M HK
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	18:20,50	3	Podzus, Niklas	1996 M HK
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	18:07,64	3	Hamann, Marcel	1982 M 30
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	18:53,42	2	Herschbach, Stefan	1978 M 35
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	20:25,14	1	Kanditt, Stephan	1973 M 40
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	21:51,24	2	Jungbluth, Sascha	1972 M 40
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	18:42,22	1	Lange, Harald	1968 M 45
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	20:22,76	2	Maaßen, Gerald	1970 M 45
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 5000 m	19:49,38	1	Bläsing, Norbert	1962 M 50
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 3000 m	10:54,12	1	Krumm, Henry	2002 M 14
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 3000 m	10:10,80	1	Faulhaber, Fabio	2001 M 15
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	8:24,76	1	Küsters, Merle	2004 W 12
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	6:59,60	1	Bommers, Anna	2002 W 14
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	8:17,08	2	Broll, Julia	2002 W 14
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	8:19,92	3	Gudden, Leonie	2002 W 14
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	7:18,42	1	Bläsing, Judith	2001 W 15
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	7:59,54	2	Grafen, Sophie	2001 W 15
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	7:31,44	1	Zwarg,Chris-Ole	2004 M 12
Kreis-Langstreckenmeisterschaften 2000 m	6:51,46	1	Helpertz, Adrian	2003 M 13

Meisterschaft und Disziplin	Leistung	Platz	Name	Jahr- AK gang
Kreis-Crossmeisterschaften Einzel am 21.2. in Krefeld (Plätze 1-3)				
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	26:33,5	1	Sieben, Philip	1984 M 30
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	28:01,1	2	Hamann, Marcel	1982 M 30
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	29:09,3	1	Herschbach, Stefan	1978 M 35
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	28:59,7	1	Bommers, Silke	1974 W 40
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	39:27,9	1	Wilms, Uschi	1971 W 45
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	40:24,5	2	Szardykowski, Katharine	1975 W 45
Kreis-Crossmeisterschaften 7300 m	32:08,5	1	Kanditt, Katja	1977 W 35
Kreis-Crossmeisterschaften 3700 m	15:10,6	2	Kanditt, Katja	1977 W 35
Kreis-Crossmeisterschaften 3700 m	17:27,0	1	Schäben-Buscher, Inge	1976 W 40
Kreis-Crossmeisterschaften 3700 m	20:29,5	3	Cavaleiro, Prof. Dr. Claudia	1968 W 35
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	9:53,0	1	Faulhaber, Fabio	2001 M 15
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	10:11,5	2	Zwarg, Tom	2001 M 15
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	10:46,7	1	Krumm, Henry	2002 M 14
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	10:34,8	1	Bommers, Anna	2002 W 14
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	11:03,7	2	Bläsing, Judith	2001 W 15
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	11:26,3	3	Langhanki, Alexandra	2001 W 15
Kreis-Crossmeisterschaften 2800 m	11:55,6	2	Broll, Julia	2002 W 14
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:33,1	1	Krumm, Jonas	2005 M 11
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:38,7	2	Wilms, Karl	2005 M 11
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:43,1	1	Schmitz, Joel	2006 M 10
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:47,4	2	Bommers, Felix	2006 M 10
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	8:00,0	1	Klee, Viktoria-Lynn	2005 W 11
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:06,0	1	Helpertz, Adrian	2003 M 13
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:24,2	1	Zwarg,Chris-Oie	2004 M 12
Kreis-Crossmeisterschaften 1900 m	7:49,3	2	Küsters, Merle	2004 W 12
Kreis-Crossmeisterschaften Mannschaft am 21.2. in Krefeld (Plätze 1-3)				
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 7300 m	6 pkt	1	Sieben, Philip	1984 M 30/35
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 7300 m	6 pkt	1	Hamann, Marcel	1982 M 30/35
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 7300 m	6 pkt	1	Herschbach, Stefan	1978 M 30/35
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 7300 m	6 pkt	1	Bommers, Silke	1974 W 40/45
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 7300 m	6 pkt	1	Wilms, Uschi	1971 W 40/45
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 7300 m	6 pkt	1	Szardykowski, Katharine	1975 W 40/45
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	7 pkt	1	Faulhaber, Fabio	2001 M U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	7 pkt	1	Zwarg, Tom	2001 M U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	7 pkt	1	Krumm, Henry	2002 M U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	9 pkt	1	Bommers, Anna	2002 W U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	9 pkt	1	Bläsing, Judith	2001 W U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	9 pkt	1	Langhanki, Alexandra	2001 W U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	26 pkt	2	Broll, Julia	2002 W U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	26 pkt	2	Grafen, Sophie	2001 W U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 2800 m	26 pkt	2	Gudden, Leonie	2002 W U16
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	17 pkt	2	Helpertz, Adrian	2003 M U14
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	17 pkt	2	Zwarg,Chris-Ole	2004 M U14
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	17 pkt	2	Ditges, Fiete	2004 M U14
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	26 pkt	1	Klee, Viktoria-Lynn	2005 W U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	26 pkt	1	Lange, Frederike	2005 W U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	26 pkt	1	Ridgeway, Sophie	2005 W U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	6 pkt	1	Krumm, Jonas	2005 M U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	6 pkt	1	Wilms, Karl	2005 M U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	6 pkt	1	Schmitz, Joel	2006 M U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	33 pkt	3	Bommers, Felix	2006 M U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	33 pkt	3	Helder, Jonny Mex	2005 M U12
Kreis-Crossmeisterschaften (Mannschaft) 1900 m	33 pkt	3	Kanditt, Finn	2005 M U12