

# Vereinsbestenliste

## LG Tönning / St. Peter-Ording

### 2016

Stand: 29.09.2016

#### Männer

##### 100 m

11,23 s (+ 0,2)	93	Marcel Lienstädt	02.07.	Lübeck
11,25 s (+ 2,2)	93	Marcel Lienstädt	04.06.	Hamburg
12,62 s (+ 0,4)	93	Kevin Weineck	29.05.	Hamburg

##### 200 m

26,15 s (+ 1,8)	93	Kevin Weineck	29.05.	Hamburg
-----------------	----	---------------	--------	---------

##### 1.500 m

4:22,88 min	96	Bjarne Perleberg	04.06.	Hamburg
4:24,99 min	96	Bjarne Perleberg	18.09.	Büdelndorf

##### 10 km

33:24 min	96	Bjarne Perleberg	01.05.	Kaltenkirchen
34:26 min	96	Bjarne Perleberg	11.09.	Hamburg
35:39 min	96	Bjarne Perleberg	06.08.	Husum
40:40 min	62	Dr. Dirk Albrecht	14.05.	Hattstedt
42:53 min	73	Thomas Philippsen	08.05.	Niebüll
43:13 min	73	Thomas Philippsen	10.01.	Dresldorf
46:28 min	73	Armin Jeß	10.01.	Dresldorf

**Halbmarathon**

1:34:11 min	73	Thomas Philippsen	07.02.	Dreisdorf
1:34:23 min	73	Thomas Philippsen	03.04.	Berlin
1:45:15 min	73	Armin Jeß	07.02.	Dreisdorf

**4 x 100 m**

45,50 s	LG Tönning / St. Peter	18.09.	Büdelndorf
	Rathjens (93), Weineck (93) Dircks (98), Dircks (98)		
45,6 s	LG Tönning / St. Peter	25.06.	St. Peter-Ording
	Dircks (98), Lienstädt (93), Jöns (98), Dircks (98)		

**Weitsprung**

7,43 m	(- 0,6)	<b>KR</b>	93	Marcel Lienstädt	09.07.	Berlin
7,32 m	(+ 1,4)		93	Marcel Lienstädt	24.06.	Schönkirchen
7,10 m	(+ 0,4)		93	Marcel Lienstädt	02.07.	Lübeck
7,10 m	(+ 0,0)		93	Marcel Lienstädt	16.07.	Bad Malente
7,08 m	(+ 0,0)		93	Marcel Lienstädt	21.07.	Bredstedt
5,98 m	(+ 0,0)		93	Melf Rathjens	21.07.	Bredstedt
5,96 m	(+ 0,7)		93	Melf Rathjens	18.09.	Büdelndorf

**Kugelstoß 7,26 kg**

10,70 m	93	Kevin Weineck	09.04.	Hamburg
9,68 m	93	Kevin Weineck	18.09.	Büdelndorf

**Speerwurf 800 g**

45,56 m	93	Melf Rathjens	21.07.	Bredstedt
35,48 m	93	Kevin Weineck	09.04.	Hamburg

## Frauen

### 100 m

16,58 s (+ 1,0)	68	Danuta Schlößer	22.05.	Schleswig
16,82 s (- 0,2)	84	Lena Grützmacher	10.07.	Husum
16,82 s (- 0,2)	68	Danuta Schlößer	10.07.	Husum
17,04 s (- 0,2)	72	Merle Noack	10.07.	Husum

### 800 m

3:02,48 min	68	Danuta Schlößer	22.05.	Schleswig
3:06,76 min	68	Danuta Schlößer	21.07.	Bredstedt
3:46,22 min	50	Evelyn Lappert	22.05.	Schleswig

### 10 km

56:29 min	50	Evelyn Lappert	10.01.	Dreisdorf
61:04 min	78	Juliane Koeppen	10.01.	Dreisdorf
61:05 min	67	Astrid Hassenpflug	10.01.	Dreisdorf

### 3 x 800 m

10:17,3 min	LG Tönning / St. Peter	24.05.	Husum
	Lappert (50), Cordts-Sanzenbacher (73), Schlößer (68)		

### Weitsprung

3,69 m	84	Lena Grützmacher	10.07.	Husum
3,46 m	72	Merle Noack	10.07.	Husum
3,28 m	68	Danuta Schlößer	22.05.	Schleswig
3,22 m (+ 0,0)	68	Danuta Schlößer	10.07.	Husum

### Kugelstoß 4,0 kg

7,26 m	72	Merle Noack	10.07.	Husum
7,14 m	84	Lena Grützmacher	10.07.	Husum
5,37 m	68	Danuta Schlößer	10.07.	Husum

**Dreikampf**

972 P	72	Merle Noack	10.07.	Husum
		17,04 - 7,26 - 3,46		
952 P	68	Danuta Schlößer	10.07.	Husum
		16,82 - 5,37 - 3,22		
820 P	84	Lena Grützmacher	10.07.	Husum
		16,82 - 7,14 - 3,69		

**U20 - männlich****100 m**

11,53 s	(- 0,6)	98	Boje Dircks	02.07.	Lübeck
11,54 s	(+ 0,0)	98	Boje Dircks	16.07.	Rostock
11,55 s	(+ 1,4)	98	Boje Dircks	14.05.	Zeven
11,61 s	(+ 2,1)	98	Boje Dircks	29.05.	Hamburg
11,62 s	(- 0,3)	98	Boje Dircks	29.05.	Hamburg
11,67 s	(+ 0,0)	98	Boje Dircks	14.05.	Zeven
11,72 s	(- 0,8)	98	Boje Dircks	11.06.	Lübeck
11,74 s	(- 0,5)	98	Boje Dircks	11.06.	Lübeck
11,80 s	(+ 0,6)	98	Boje Dircks	22.05.	Schleswig
11,90 s	(+ 1,4)	98	Okke Dircks	14.05.	Zeven
11,94 s	(+ 0,0)	98	Boje Dircks	10.07.	Husum
11,95 s	(+ 1,3)	98	Okke Dircks	14.05.	Zeven
11,98 s	(+ 2,1)	98	Okke Dircks	29.05.	Hamburg
11,99 s	(+ 0,0)	98	Tobias Jöns	10.07.	Husum
12,01 s	(+ 0,0)	98	Okke Dircks	10.07.	Husum
12,05 s	(- 1,0)	98	Boje Dircks	30.04.	Kiel
12,08 s	(+ 0,9)	98	Tobias Jöns	02.07.	Lübeck
12,09 s	(- 0,1)	98	Okke Dircks	16.07.	Rostock
12,09 s	(+ 0,0)	98	Boje Dircks	18.09.	Büdelndorf
12,12 s	(- 0,9)	98	Okke Dircks	02.07.	Lübeck
12,15 s	(+ 0,6)	98	Okke Dircks	22.05.	Schleswig
12,26 s	(- 1,0)	98	Okke Dircks	11.06.	Lübeck
12,31 s	(- 1,0)	98	Okke Dircks	30.04.	Kiel
12,55 s	(+ 0,0)	98	Tobias Jöns	14.05.	Zeven

**200 m**

23,87 s	(+ 1,2)	98	Boje Dircks	12.06.	Lübeck
23,93 s	(+ 0,9)	98	Boje Dircks	15.05.	Zeven
24,01 s	(+ 0,3)	98	Boje Dircks	15.05.	Zeven
24,29 s	(+ 0,0)	98	Okke Dircks	15.05.	Zeven
24,61 s	(+ 0,1)	98	Okke Dircks	12.06.	Lübeck
24,62 s	(+ 0,3)	98	Okke Dircks	15.05.	Zeven
24,99 s	(+ 0,9)	98	Tobias Jöns	15.05.	Zeven

**400 m**

54,53 s		98	Tobias Jöns	10.07.	Husum
55,06 s		98	Boje Dircks	10.07.	Husum
55,13 s		98	Okke Dircks	10.07.	Husum

**110m Hürden**

16,01 s	(- 0,4)	98	Tobias Jöns	12.06.	Lübeck
16,78 s		98	Tobias Jöns	24.05.	Husum

**Hochsprung**

1,72 m		98	Tobias Jöns	10.07.	Husum
1,72 m		98	Okke Dircks	18.09.	Büdelndorf
1,71 m		98	Tobias Jöns	22.05.	Schleswig
1,68 m		98	Okke Dircks	22.05.	Schleswig
1,68 m		98	Boje Dircks	10.07.	Husum
1,68 m		98	Okke Dircks	10.07.	Husum
1,65 m		98	Okke Dircks	12.06.	Lübeck
1,64 m		98	Tobias Jöns	14.05.	Zeven

**Weitsprung**

7,11 m	(+ 0,7)	<b>DM</b>	98	Boje Dircks	17.07.	Rostock
6,78 m	(+ 1,5)		98	Okke Dircks	24.06.	Schönkirchen
6,76 m	(+ 0,3)		98	Okke Dircks	17.07.	Rostock
6,72 m	(+ 0,0)		98	Okke Dircks	21.07.	Bredstedt
6,62 m	(- 0,3)		98	Boje Dircks	31.07.	Mönchengladbach
6,56 m	(+ 0,0)		98	Boje Dircks	02.07.	Lübeck
6,55 m	(+ 1,1)		98	Boje Dircks	11.06.	Lübeck
6,51 m	(- 0,4)		98	Okke Dircks	11.06.	Lübeck
6,51 m	(+ 1,2)		98	Boje Dircks	24.06.	Schönkirchen
6,51 m	(- 0,1)		98	Boje Dircks	18.09.	Büdelndorf
6,43 m	(+ 0,7)		98	Okke Dircks	18.09.	Büdelndorf
6,41 m	(+ 0,0)		98	Boje Dircks	10.07.	Husum
6,39 m	(+ 0,0)		98	Okke Dircks	02.07.	Lübeck
6,33 m	(+ 0,0)		98	Boje Dircks	21.07.	Bredstedt
6,30 m	(+ 0,0)		98	Okke Dircks	29.05.	Hamburg
6,28 m	(+ 0,0)		98	Okke Dircks	30.04.	Kiel
6,27 m			98	Okke Dircks	22.05.	Schleswig
6,21 m	(- 0,2)		98	Boje Dircks	29.05.	Hamburg
6,20 m	(- 2,4)		98	Okke Dircks	15.05.	Zeven
6,17 m			98	Boje Dircks	22.05.	Schleswig
6,17 m	(+ 0,0)		98	Okke Dircks	10.07.	Husum
6,16 m	(+ 0,1)		98	Boje Dircks	30.04.	Kiel
6,01 m	(- 0,3)		98	Boje Dircks	15.05.	Zeven
5,73 m	(+ 0,0)		98	Tobias Jöns	02.07.	Lübeck
5,53 m			98	Tobias Jöns	10.07.	Husum
5,44 m	(- 0,9)		98	Tobias Jöns	15.05.	Zeven

**Kugelstoß 6,0 kg**

10,49 m			98	Tobias Jöns	22.05.	Schleswig
10,44 m			98	Tobias Jöns	10.07.	Husum
10,40 m			98	Tobias Jöns	23.04.	St. Peter-Ording
10,30 m			98	Tobias Jöns	03.07.	Husum
10,28 m			98	Tobias Jöns	11.06.	Lübeck
10,05 m			98	Tobias Jöns	01.06.	Fahrdorf
9,50 m			98	Tobias Jöns	15.05.	Zeven
9,14 m			98	Boje Dircks	10.07.	Husum
7,56 m			98	Okke Dircks	10.07.	Husum

**Diskuswurf 1,75 kg**

30,29 m			98	Tobias Jöns	23.04.	St. Peter-Ording
30,06 m			98	Tobias Jöns	03.07.	Husum
26,14 m			98	Tobias Jöns	22.05.	Schleswig

**Speerwurf 800 g**

43,37 m	98	Tobias Jöns	24.05.	Husum
43,08 m	98	Tobias Jöns	03.07.	Husum
42,11 m	98	Tobias Jöns	22.05.	Schleswig
41,35 m	98	Tobias Jöns	11.06.	Lübeck
40,20 m	98	Tobias Jöns	01.06.	Fahrdorf
36,45 m	98	Tobias Jöns	23.04.	St. Peter-Ording

**Fünfkampf**

2.898 P	98	Boje Dircks	10.07.	Husum
		11,94 - 6,41 - 9,14 - 1,68 - 55,06		
2.830 P	98	Tobias Jöns	10.07.	Husum
		11,99 - 5,53 - 10,44 - 1,72 - 54,53		
2.735 P	98	Okke Dicks	10.07.	Husum
		12,01 - 6,17 - 7,56 - 1,68 - 55,13		

**U20 - weiblich****Kugelstoß 4,0 kg**

8,85 m	98	Gönke Siemßen	01.06.	Fahrdorf
8,78 m	98	Gönke Siemßen	22.05.	Schleswig
8,69 m	98	Gönke Siemßen	14.05.	Zeven

**Diskuswurf 1,0 kg**

23,63 m	98	Gönke Siemßen	22.05.	Schleswig
---------	----	---------------	--------	-----------

**Speerwurf 600 g**

32,44 m	98	Gönke Siemßen	14.05.	Zeven
32,43 m	98	Gönke Siemßen	22.05.	Schleswig
32,16 m	98	Gönke Siemßen	24.05.	Husum
31,25 m	98	Gönke Siemßen	01.06.	Fahrdorf

**U18 - männlich****Kugelstoß 5,0 kg**

12,64 m	99	Thade Lorenzen	06.07.	Büdelndorf
---------	----	----------------	--------	------------

**Speerwurf 700 g**

36,84 m	01	Tim Johmann	06.07.	Büdelndorf
---------	----	-------------	--------	------------

**U18 - weiblich****200 m**

27,85 s (+ 1,2)	01	Antonia Dircks	11.09.	Halstenbek
-----------------	----	----------------	--------	------------

**100m Hürden**

17,28 s (+ 0,9)	01	Antonia Dircks	14.05.	Zeven
-----------------	----	----------------	--------	-------

**Kugelstoß 3,0 kg**

9,04 m	99	Selina Hinrichsen	06.07.	Büdelndorf
--------	----	-------------------	--------	------------

**Speerwurf 500 g**

31,33 m	99	Selina Hinrichsen	24.05.	Husum
31,01 m	99	Selina Hinrichsen	06.07.	Büdelndorf



**U16 - männlich M15****100 m**

13,07 s (- 1,7)	01	Tim Johmann	18.06.	Büdelndorf
13,08 s (+ 0,1)	01	Tim Johmann	11.06.	Lübeck
13,13 s (+ 0,0)	01	Tim Johmann	25.06.	St. Peter-Ording
13,23 s (- 0,1)	01	Tim Johmann	10.07.	Husum
13,56 s (- 0,2)	01	Leif-Erik Albrecht	21.05.	Bredstedt
13,59 s (+ 0,4)	01	Leif-Erik Albrecht	25.09.	Flensburg
13,62 s (- 0,4)	01	Tim Johmann	25.09.	Flensburg
13,63 s (- 1,0)	01	Leif-Erik Albrecht	18.06.	Büdelndorf
13,71 s (- 0,1)	01	Tarik Belarbi	10.07.	Husum

**800 m**

2:23,72 min	01	Tim Johmann	12.06.	Lübeck
2:29,19 min	01	Tim Johmann	06.07.	Büdelndorf
2:36,67 min	01	Tim Johmann	25.09.	Flensburg

**2000 m**

7:37,58 min	01	Tim Johmann	18.06.	Büdelndorf
-------------	----	-------------	--------	------------

**4x100 m**

52,48 s		LG Tönning / St. Peter Johmann (01), Albrecht (01), Käber (02), Scheffels (03)	11.06.	Lübeck
54,4 s		LG Tönning / St. Peter Johmann (01), Käber (02), Legewie (05), Scheffels (03)	25.06.	St. Peter-Ording

**3x1000 m**

10:29,4 min		LG Tönning / St. Peter Scheffels (03), Albrecht (01), Johmann (01)	24.05.	Husum
-------------	--	---	--------	-------

**80m Hürden**

13,75 s (- 0,9)	01	Tim Johmann	18.06.	Büdelndorf
13,90 s	01	Tim Johmann	24.05.	Husum
14,02 s	01	Leif-Erik Albrecht	24.05.	Husum
13,8 s	01	Leif-Erik Albrecht	18.06.	Büdelndorf
14,16 s	01	Leif-Erik Albrecht	21.05.	Bredstedt

**Hochsprung**

1,56 m	01	Leif-Erik Albrecht	21.05.	Bredstedt
1,54 m	01	Leif-Erik Albrecht	18.06.	Büdelndorf
1,54 m	01	Leif-Erik Albrecht	25.09.	Flensburg
1,53 m	01	Tarik Belarbi	10.07.	Husum
1,51 m	01	Leif-Erik Albrecht	12.06.	Lübeck
1,48 m	01	Leif-Erik Albrecht	06.07.	Büdelndorf
1,41 m	01	Tim Johmann	10.07.	Husum
1,34 m	01	Tim Johmann	25.09.	Flensburg

**Weitsprung**

5,04 m (+ 3,4)	01	Leif-Erik Albrecht	25.09.	Flensburg
4,77 m (+ 2,2)	01	Tim Johmann	25.09.	Flensburg
4,69 m (- 1,5)	01	Leif-Erik Albrecht	18.06.	Büdelndorf
4,65 m (+ 0,0)	01	Tim Johmann	10.07.	Husum
4,59 m (+ 0,0)	01	Leif-Erik Albrecht	21.05.	Bredstedt
4,31 m	01	Leif-Erik Albrecht	13.07.	Lübeck
4,25 m (+ 0,0)	01	Tim Johmann	18.06.	Büdelndorf
4,16 m (+ 0,0)	01	Tarik Belarbi	10.07.	Husum

**Kugelstoß 4,0 kg**

10,93 m	01	Leif-Erik Albrecht	25.09.	Flensburg
10,62 m	01	Leif-Erik Albrecht	13.07.	Lübeck
10,10 m	01	Tim Johmann	23.04.	St. Peter-Ording
9,77 m	01	Tim Johmann	11.06.	Lübeck
9,75 m	01	Leif-Erik Albrecht	11.06.	Lübeck
9,68 m	01	Tim Johmann	10.07.	Husum
9,59 m	01	Leif-Erik Albrecht	03.07.	Husum
9,40 m	01	Tim Johmann	25.09.	Flensburg
9,39 m	01	Tim Johmann	13.07.	Lübeck
7,42 m	01	Tarik Belarbi	10.07.	Husum

**Diskuswurf 1,0 kg**

23,31 m	01	Tim Johmann	23.04.	St. Peter-Ording
22,48 m	01	Leif-Erik Albrecht	03.07.	Husum

**Speerwurf 600 g**

36,10 m	01	Tim Johmann	23.04.	St. Peter-Ording
35,22 m	01	Tim Johmann	11.06.	Lübeck
32,27 m	01	Tim Johmann	11.06.	Lübeck
20,39 m	01	Leif-Erik Albrecht	21.05.	Bredstedt
20,24 m	01	Leif-Erik Albrecht	03.07.	Husum
19,85 m	01	Leif-Erik Albrecht	18.06.	Büdelsdorf

**Ballwurf 200 g**

57,0 m	01	Tim Johmann	18.06.	Büdelsdorf
56,0 m	01	Tim Johmann	13.07.	Lübeck

**Vierkampf**

1.952 P	01	Leif-Erik Albrecht	25.09.	Flensburg
		13,59 - 5,04 - 1,54 - 10,93		
1.822 P	01	Tim Johmann	10.07.	Husum
		13,23 - 4,65 - 1,41 - 9,68		
1.753 P	01	Tim Johmann	25.09.	Flensburg
		13,62 - 4,77 - 1,34 - 9,40		
1.687 P	01	Tarik Belarbi	10.07.	Husum
		13,71 - 4,16 - 1,53 - 7,42		

**Block Lauf**

2.255 P	01	Tim Johmann	18.06.	Büdelsdorf
		13,07 - 13,76 - 4,25 - 57,0 - 7:37,58		

**Block Sprint/Sprung**

2.254 P	01	Leif-Erik Albrecht	21.05.	Bredstedt
		13,56 - 14,16 - 4,59 - 1,56 - 20,39		
2.249 P	01	Leif-Erik Albrecht	18.06.	Büdelndorf
		13,63 - 13,8 - 4,69 - 1,54 - 19,85		

**Block Mannschaft**

6.689 P	LG Tönning / St. Peter	18.06.	Büdelndorf
	Johmann (01), Albrecht (01), Käber (02)		

**U16 - weiblich W15****100 m**

12,87 s (+ 2,3)	01	Antonia Dircks	11.06.	Lübeck
12,97 s (+ 1,0)	01	Antonia Dircks	11.06.	Lübeck
13,11 s (+ 1,4)	01	Antonia Dircks	16.07.	Rostock
13,13 s (+ 0,7)	01	Antonia Dircks	16.07.	Rostock
13,18 s (+ 0,0)	01	Antonia Dircks	29.05.	Hamburg
13,19 s (+ 1,1)	01	Antonia Dircks	06.07.	Büdelndorf
13,22 s (+ 0,6)	01	Antonia Dircks	29.05.	Hamburg
13,23 s (- 1,4)	01	Antonia Dircks	18.06.	Büdelndorf
13,29 s (- 1,0)	01	Antonia Dircks	10.07.	Husum
13,34 s (+ 0,2)	01	Antonia Dircks	21.07.	Bredstedt
13,36 s (- 0,3)	01	Antonia Dircks	21.05.	Bredstedt
13,42 s (+ 0,0)	01	Antonia Dircks	25.06.	St. Peter-Ording
13,49 s (+ 0,9)	01	Antonia Dircks	18.09.	Büdelndorf
13,55 s (- 1,5)	01	Antonia Dircks	14.05.	Zeven
13,65 (+ 0,2)	01	Antonia Dircks	07.09.	Bredstedt
13,74 s (- 0,7)	01	Antonia Dircks	25.09.	Flensburg

**300 m**

45,40 s	01	Antonia Dircks	12.06.	Lübeck
45,41 s	01	Antonia Dircks	29.05.	Hamburg

**4x75 m**

40,12 s                      LG Tönning / St. Peter                      13.07.                      Lübeck  
 Nuzzo (02), Dircks (01), Speer (02), Shadbash (02)

**4x100 m**

54,5 s                      LG Tönning / St. Peter                      25.06.                      St. Peter-Ording  
 Dircks (01), Speer (02), Nuzzo (02), Shadbash (02)

55,86 s                      LG Tönning / St. Peter                      18.09.                      Büdelsdorf  
 Mathies (02), Dircks (01), Speer (02), Belarbi (03)

56,13 s                      LG Tönning / St. Peter                      11.06.                      Lübeck  
 Nuzzo (02), Dircks (01), Speer (02), Hermann (01)

**80m Hürden**

12,14 s	(+ 0,5)	<b>KR</b> <b>DM</b>	01	Antonia Dircks	17.07.	Rostock
12,34 s	(+ 0,5)		01	Antonia Dircks	10.07.	Husum
12,47 s	(- 1,3)		01	Antonia Dircks	18.06.	Büdelsdorf
12,49 s	(+ 2,1)		01	Antonia Dircks	24.09.	Berlin
12,51 s	(+ 0,0)		01	Antonia Dircks	17.07.	Rostock
12,52 s	(- 1,3)		01	Antonia Dircks	29.05.	Hamburg
12,53 s	(- 0,8)		01	Antonia Dircks	12.06.	Lübeck
12,55 s	(+ 0,2)		01	Antonia Dircks	21.07.	Bredstedt
12,60 s	(+ 1,0)		01	Antonia Dircks	12.06.	Lübeck
12,63 s	(- 1,5)		01	Antonia Dircks	07.08.	Bremen
12,66 s			01	Antonia Dircks	21.05.	Bredstedt
12,67 s	(+ 0,3)		01	Antonia Dircks	18.09.	Büdelsdorf
12,84 s	(- 0,1)		01	Antonia Dircks	11.09.	Halstenbek
12,89 s	(+ 0,1)		01	Antonia Dircks	07.09.	Bredstedt
13,06 s	(+ 0,0)		01	Antonia Dircks	30.04.	Kiel
13,51 s			01	Antonia Dircks	24.05.	Husum

**Hochsprung**

1,49 m		01	Amelie Hermann	11.06.	Lübeck
1,48 m		01	Amelie Hermann	13.07.	Lübeck
1,46 m		01	Antonia Dircks	18.06.	Büdelsdorf
1,46 m		01	Antonia Dircks	25.09.	Flensburg
1,45 m		01	Amelie Hermann	25.06.	St. Peter-Ording
1,45 m		01	Antonia Dircks	25.06.	St. Peter-Ording
1,41 m		01	Antonia Dircks	10.07.	Husum
1,40 m		01	Antonia Dircks	21.05.	Bredstedt
1,36 m		01	Anastasia Faut	13.07.	Lübeck
1,35 m		01	Amelie Hermann	21.07.	Bredstedt

**Weitsprung**

4,64 m	(+ 0,0)	01	Antonia Dircks	29.05.	Hamburg
4,60 m	(+ 0,8)	01	Antonia Dircks	25.09.	Flensburg
4,58 m	(+ 0,0)	01	Antonia Dircks	30.04.	Kiel
4,52 m		01	Antonia Dircks	06.07.	Büdelisdorf
4,50 m	(+ 0,0)	01	Antonia Dircks	21.05.	Bredstedt
4,49 m	(- 0,2)	01	Antonia Dircks	18.06.	Büdelisdorf
4,22 m	(+ 0,0)	01	Antonia Dircks	10.07.	Husum
4,18 m		01	Antonia Dircks	13.07.	Lübeck

**Kugelstoß 3,0 kg**

7,68 m		01	Antonia Dircks	25.09.	Flensburg
7,65 m		01	Antonia Dircks	10.07.	Husum
7,65 m		01	Antonia Dircks	21.07.	Bredstedt
7,47 m		01	Antonia Dircks	09.04.	Hamburg

**Diskuswurf 1,0 kg**

17,98 m		01	Antonia Dircks	09.04.	Hamburg
---------	--	----	----------------	--------	---------

**Speewurf 500 g**

30,93 m		01	Antonia Dircks	09.04.	Hamburg
30,92 m		01	Antonia Dircks	21.05.	Bredstedt
29,54 m		01	Antonia Dircks	18.06.	Büdelisdorf
29,35 m		01	Antonia Dircks	11.06.	Lübeck
27,34 m		01	Antonia Dircks	24.05.	Husum

**Ballwurf 200 g**

33,0 m		01	Antonia Dircks	09.04.	Hamburg
--------	--	----	----------------	--------	---------

**Vierkampf**

1.858 P		01	Antonia Dircks	25.09.	Flensburg
			13,74 - 4,60 - 1,46 - 7,68		
1.821 P		01	Antonia Dircks	10.07.	Husum
			13,29 - 4,22 - 1,41 - 7,65		

**Block Sprint/Sprung**

2.574 P	01	Antonia Dircks	18.06.	Büdelndorf
		13,23 - 12,47 - 4,49 - 1,46 - 29,54		
2.527 P	01	Antonia Dircks	21.05.	Bredstedt
		13,36 - 12,66 - 4,50 - 1,40 - 30,92		

**U16 - männlich M14****100 m**

13,77 s (- 0,1)	02	Georg Käber	10.07.	Husum
13,83 s (+ 0,0)	02	Georg Käber	25.06.	St. Peter-Ording
13,97 s (- 0,1)	02	Marcel Haak	10.07.	Husum
14,06 s (- 0,1)	02	Georg Käber	21.05.	Bredstedt
14,06 s (- 0,2)	02	Georg Käber	11.06.	Lübeck
14,16 s (+ 0,5)	02	Georg Käber	04.06.	Hamburg
14,17 s (+ 1,0)	02	Georg Käber	18.06.	Büdelndorf
14,17 s (+ 0,0)	02	Georg Käber	21.07.	Bredstedt
14,78 s (- 0,3)	02	Marcel Haak	21.05.	Bredstedt

**800 m**

2:33,90 min	02	Georg Käber	12.06.	Lübeck
2:47,98 min	02	Marcel Haak	21.05.	Bredstedt

**80m Hürden**

13,7 s	02	Georg Käber	18.06.	Büdelndorf
14,07 s	02	Georg Käber	21.05.	Bredstedt

**Hochsprung**

1,49 m		02 Georg Käber	10.07.	Husum
1,49 m		02 Marcel Haak	10.07.	Husum
1,48 m		02 Georg Käber	04.06.	Hamburg
1,46 m		02 Georg Käber	18.06.	Büdelndorf
1,45 m		02 Georg Käber	11.06.	Lübeck
1,45 m		02 Georg Käber	25.06.	St. Peter-Ording
1,44 m		02 Georg Käber	21.05.	Bredstedt

**Weisprung**

4,61 m	(+ 0,0)	02 Georg Käber	10.07.	Husum
4,50 m		02 Georg Käber	12.06.	Lübeck
4,45 m	(- 0,6)	02 Georg Käber	18.06.	Büdelndorf
4,40 m		02 Georg Käber	21.05.	Bredstedt
4,35 m	(+ 0,0)	02 Georg Käber	21.07.	Bredstedt
4,33 m	(- 0,1)	02 Georg Käber	04.06.	Hamburg
4,11 m	(+ 0,0)	02 Marcel Haak	10.07.	Husum
4,05 m		02 Marcel Haak	21.05.	Bredstedt

**Kugelstoß 4,0 kg**

7,80 m		02 Marcel Haak	10.07.	Husum
6,72 m		02 Georg Käber	10.07.	Husum
6,56 m		02 Georg Käber	09.04.	Hamburg
5,09 m		02 Georg Käber	04.06.	Hamburg

**Diskuswurf 1,0 kg**

20,11 m		02 Georg Käber	09.04.	Hamburg
---------	--	----------------	--------	---------

**Speerwurf 600 g**

24,98 m		02 Georg Käber	21.05.	Bredstedt
22,92 m		02 Georg Käber	09.04.	Hamburg
22,77 m		02 Georg Käber	18.06.	Büdelndorf



**Ballwurf 200 g**

36,0 m	02	Marcel Haak	21.05.	Bredstedt
35,0 m	02	Georg Käber	09.04.	Hamburg

**Dreikampf**

1.078 P	02	Marcel Haak 14,78 - 4,05 - 36,0	21.05.	Bredstedt
---------	----	------------------------------------	--------	-----------

**Vierkampf**

1.676 P	02	Georg Käber 13,77 - 4,61 - 6,72 - 1,49	10.07.	Husum
1.659 P	02	Marcel Haak 13,92 - 4,11 - 7,80 - 1,49	10.07.	Husum
1.566 P	02	Georg Käber 14,16 - 4,33 - 5,90 - 1,48	04.06.	Hamburg

**Block Sprint/Sprung**

2.183 P	02	Georg Käber 14,06 - 14,17 - 4,40 - 1,44 - 24,98	21.05.	Bredstedt
2.117 P	02	Georg Käber 14,17 - 13,7 - 4,45 - 1,46 - 22,77	18.06.	Büdelndorf

**U16 - weiblich W14****75 m**

10,73 s	02	Ava Shadbash	13.07.	Lübeck
11,13 s	02	Aurora Nuzzo	13.07.	Lübeck

**100 m**

14,14 s (+ 0,0)	02	Ava Shadbash	25.06.	St. Peter-Ording
14,22 s (+ 0,3)	02	Katharina Speer	06.07.	Büdelndorf
14,39 s (+ 0,0)	02	Katharina Speer	25.06.	St. Peter-Ording
14,45 s (+ 0,0)	02	Katharina Speer	21.07.	Bredstedt
14,48 s (+ 1,2)	02	Katharina Speer	21.07.	Bredstedt
14,82 s (+ 0,0)	02	Aurora Nuzzo	25.06.	St. Peter-Ording
14,93 s (- 1,4)	02	Aurora Nuzzo	11.06.	Lübeck
15,84 s (- 0,2)	02	Thora Mathies	21.05.	Bredstedt

**800 m**

2:47,05 min	02	Lara von Dohlen	13.07.	Lübeck
2:47,28 min	02	Thora Mathies	25.09.	Flensburg
2:49,26 min	02	Katharina Speer	13.07.	Lübeck
2:56,61 min	02	Thora Mathies	18.09.	Büdelndorf
2:57,00 min	02	Thora Mathies	21.05.	Bredstedt

**Weitsprung**

4,44 m	02	Katharina Speer	07.09.	Bredstedt
3,98 m	02	Aurora Nuzzo	13.07.	Lübeck
3,88 m (+ 0,0)	02	Aurora Nuzzo	11.06.	Lübeck

**Kugelstoß 3,0 kg**

8,89 m	02	Katharina Speer	18.09.	Büdelndorf
8,75 m	02	Katharina Speer	21.07.	Bredstedt
8,44 m	02	Ava Shadbash	25.06.	St. Peter-Ording
8,44 m	02	Katharina Speer	03.07.	Husum
8,43 m	02	Ida Voß	13.07.	Lübeck
8,26 m	02	Ava Shadbash	13.07.	Lübeck
8,15 m	02	Katharina Speer	25.06.	St. Peter-Ording
7,72 m	02	Katharina Speer	11.06.	Lübeck
5,83 m	02	Line Walluks	13.07.	Lübeck

**Diskuswurf 0,75 kg**

21,46 m	02	Katharina Speer	07.09.	Bredstedt
20,35 m	02	Katharina Speer	03.07.	Husum
19,40 m	02	Katharina Speer	12.06.	Lübeck

**Speerwurf 500 g**

29,43 m	02	Katharina Speer	11.06.	Lübeck
24,62 m	02	Katharina Speer	03.07.	Husum
23,91 m	02	Katharina Speer	24.05.	Husum
23,67 m	01	Katharina Speer	06.07.	Büdelisdorf

**Ballwurf 200 g**

42,5 m	02	Katharina Speer	13.07.	Lübeck
30,5 m	02	Line Walluks	13.07.	Lübeck
29,5 m	02	Ida Voß	13.07.	Lübeck
25,5 m	02	Thora Matheis	21.05.	Bredstedt

**U14 (männl. & weibl.)****75 m**

10,33 s	03	Karl Scheffels	18.06.	Büdelisdorf
10,35 s	03	Karl Scheffels	25.09.	Flensburg
10,37 s	03	Karl Scheffels	10.07.	Husum
10,39 s	03	Karl Scheffels	21.05.	Bredstedt
10,54 s	03	Karl Scheffels	07.09.	Bredstedt
10,2 s	03	Karl Scheffels	25.06.	St. Peter-Ording
10,73 s	03	Nadja Belarbi	21.07.	Bredstedt
10,88 s	03	Nadja Belarbi	10.07.	Husum
10,7 s	03	Nadja Belarbi	25.06.	St. Peter-Ording
10,97 s	03	Nadja Belarbi	25.09.	Flensburg
11,16 s	03	Nadja Belarbi	25.06.	St. Peter-Ording
11,22 s	04	Kea Jacobs	21.07.	Bredstedt
11,34 s	03	Nadja Belarbi	18.06.	Büdelisdorf
11,1 s	04	Kea Jacobs	25.06.	St. Peter-Ording
11,39 s	03	Nadja Belarbi	21.05.	Bredstedt
11,43 s	04	Kea Jacobs	25.06.	St. Peter-Ording
11,7 s	04	Kilian Legewie	25.06.	St. Peter-Ording
12,0 s	05	Tjada Wagner	25.06.	St. Peter-Ording
12,1 s	05	Levke Dircks	25.06.	St. Peter-Ording
12,2 s	04	Nirmin Affrad	25.06.	St. Peter-Ording
14,21 s	04	Leonie Perkuhn	10.07.	Husum
14,49 s	04	Marcel Friedrich	10.07.	Husum

**800 m**

2:27,01 min	03	Karl Scheffels	25.09.	Flensburg
2:29,15 min	03	Karl Scheffels	12.06.	Lübeck
2:29,48 min	03	Karl Scheffels	13.07.	Lübeck
2:33,61 min	03	Karl Scheffels	21.05.	Bredstedt
3:01,04 min	03	Nadja Belarbi	13.07.	Lübeck
3:02,92 min	03	Nadja Belarbi	21.05.	Bredstedt

**2.000 m**

7:04,10 min	03	Karl Scheffels	21.07.	Bredstedt
-------------	----	----------------	--------	-----------

**60m Hürden**

10,06 s (+ 0,5)	03	Karl Scheffels	24.05.	Husum
10,15 s	03	Karl Scheffels	21.07.	Bredstedt
10,39 s	03	Karl Scheffels	07.09.	Bredstedt
10,69 s	03	Karl Scheffels	18.06.	Büdelndorf
12,16 s	03	Nadja Belarbi	21.07.	Bredstedt
12,48 s	03	Nadja Belarbi	18.06.	Büdelndorf
13,02 s	03	Nadja Belarbi	24.05.	Husum

**Hochsprung**

1,70 m	03	Karl Scheffels	11.09.	Halstenbek
1,67 m	03	Karl Scheffels	07.09.	Bredstedt
1,66 m	03	Karl Scheffels	10.07.	Husum
1,62 m	03	Karl Scheffels	18.06.	Büdelndorf
1,52 m	03	Karl Scheffels	21.05.	Bredstedt
1,52 m	03	Karl Scheffels	13.07.	Lübeck
1,51 m	03	Karl Scheffels	11.06.	Lübeck
1,50 m	03	Karl Scheffels	25.06.	St. Peter-Ording
1,32 m	03	Nadja Belarbi	21.05.	Bredstedt
1,26 m	03	Nadja Belarbi	18.06.	Büdelndorf
1,26 m	03	Nadja Belarbi	10.07.	Husum
1,24 m	04	Kea Jacobs	13.07.	Lübeck
1,06 m	04	Leonie Perkuhn	10.07.	Husum

**Weitsprung (Zone & Balken)**

4,97 m		03 Karl Scheffels	21.05.	Bredstedt
4,76 m		03 Nadja Belarbi	21.07.	Bredstedt
4,75 m		03 Karl Scheffels	25.06.	St. Peter-Ording
4,73 m		03 Nadja Belarbi	18.09.	Büdelndorf
4,69 m		03 Nadja Belarbi	10.07.	Husum
4,68 m		03 Karl Scheffels	18.06.	Büdelndorf
4,68 m		03 Nadja Belarbi	06.07.	Büdelndorf
4,57 m		03 Nadja Belarbi	25.06.	St. Peter-Ording
4,50 m	(+ 0,0)	03 Karl Scheffels	11.09.	Halstenbek
4,42 m		03 Nadja Belarbi	18.06.	Büdelndorf
4,42 m		03 Nadja Belarbi	25.09.	Flensburg
4,36 m		03 Nadja Belarbi	13.07.	Lübeck
4,33 m		03 Karl Scheffels	13.07.	Lübeck
4,30 m		03 Nadja Belarbi	21.05.	Bredstedt
4,19 m		03 Karl Scheffels	25.09.	Flensburg
4,16 m		03 Karl Scheffels	12.06.	Lübeck
4,14 m		03 Karl Scheffels	10.07.	Husum
4,14 m		04 Kea Jacobs	21.07.	Bredstedt
3,92 m		04 Kilian Legewie	25.06.	St. Peter-Ording
3,81 m		04 Kea Jacobs	06.07.	Büdelndorf
3,70 m		04 Kea Jacobs	25.06.	St. Peter-Ording
3,64 m		05 Tjada Wagner	25.06.	St. Peter-Ording
3,59 m		03 Anton Petrak	25.06.	St. Peter-Ording
3,52 m		04 Nirmin Affrad	25.06.	St. Peter-Ording
2,93 m		04 Leonie Perkuhn	10.07.	Husum
2,68 m		04 Marcel Friedrich	10.07.	Husum

**4 x 75 m**

44,6 s		LG Tönning / St. Peter	25.06.	St. Peter-Ording
		Dircks (05), Jacobs (04), Wagner (05), Belarbi (03)		

**Kugelstoß 3 kg**

7,71 m		03 Karl Scheffels	09.04.	Hamburg
5,78 m		04 Nirmin Affrad	25.06.	St. Peter-Ording

**Diskuswurf 0,75 kg**

17,03 m		03 Karl Scheffels	09.04.	Hamburg
---------	--	-------------------	--------	---------

**Speerwurf 400 g**

25,38 m	03	Anton Petrak	24.05.	Husum
24,51 m	03	Karl Scheffels	24.05.	Husum
21,60 m	03	Karl Scheffels	09.04.	Hamburg
14,59 m	03	Nadja Belarbi	24.05.	Husum

**Ballwurf 200 g**

42,5 m	03	Karl Scheffels	18.06.	Büdelndorf
39,5 m	03	Karl Scheffels	25.09.	Flensburg
38,0 m	03	Karl Scheffels	10.07.	Husum
36,5 m	03	Karl Scheffels	09.04.	Hamburg
36,0 m	03	Karl Scheffels	21.05.	Bredstedt
30,5 m	04	Nirmin Affrad	25.06.	St. Peter-Ording
28,5 m	04	Kea Jacobs	06.07.	Büdelndorf
26,0 m	05	Tjada Wagner	25.06.	St. Peter-Ording
25,0 m	03	Nadja Belarbi	10.07.	Husum
23,0 m	03	Nadja Belarbi	21.05.	Bredstedt
23,0 m	03	Nadja Belarbi	18.06.	Büdelndorf
22,0 m	03	Nadja Belarbi	25.09.	Flensburg
17,0 m	04	Marcel Friedrich	10.07.	Husum
17,0 m	04	Leonie Perkuhn	10.07.	Husum

**Dreikampf**

1.288 P	03	Karl Scheffels 10,39 - 4,97 - 36,0	21.05.	Bredstedt
1.232 P	03	Karl Scheffels 10,35 - 4,19 - 39,5	25.09.	Flensburg
1.230 P	03	Nadja Belarbi 1,0,97 - 4,42 - 22,5	25.09.	Flensburg
1.187 P	03	Nadja Belarbi 11,39 - 4,30 - 23,0	21.05.	Bredstedt

**Vierkampf**

1.774 P	03	Karl Scheffels 10,37 - 4,14 - 1,66 - 38,0	10.07.	Husum
1.653 P	03	Nadja Belarbi 10,88 - 4,69 - 1,26 - 25,0	10.07.	Husum
968 P	04	Leonie Perkuhn 14,21 - 2,93 - 1,06 - 17,0	10.07.	Husum

**Block Sprint**

2.304 P	03	Karl Scheffels	18.06.	Büdelsdorf
		10,33 - 10,69 - 4,68 - 1,62 - 42,5		
1.956 P	03	Nadja Belarbi	18.06.	Büdelsdorf
		11,34 - 12,48 - 4,42 - 1,26 - 23,0		



**Veranstaltungsliste**

10.01.	Drelsdorf	Winterlaufserie (1)
24.01.	Drelsdorf	Winterlaufserie (2)
07.02.	Drelsdorf	Winterlaufserie (3)
03.04.	Berlin	Berliner Halbmarathon
09.04.	Hamburg	Werfertag SV Lurup
23.04.	St. Peter-Ording	Werfertag
30.04.	Kiel	Bahneröffnung KTB
01.05.	Kaltenkirchen	LM 5/10 km
08.05.	Niebüll	Stadtwerkelauf
14.05.	Hattstedt	Straßenlauf TSV Hattstedt
14.05.	Zeven	Nat. Pfingstsportfest (1)
15.05.	Zeven	Nat. Pfingstsportfest (2)
21.05.	Bredstedt	Schülersportfest
22.05.	Schleswig	KM M/F+U20+U18+Senioren
24.05.	Husum	Läuferabend LAV Husum
29.05.	Hamburg	Nationales Sportfest
01.06.	Fahrdorf	Werferabend
04.06.	Hamburg	LM M/F + U18
04.06.	Hamburg	LM Mehrkampf U16
11.06.	Lübeck	LM U20 + U16 (1)
12.06.	Lübeck	LM U20 + U16 (2)
18.06.	Büdelisdorf	LM Block + TS
24.06.	Schönkirchen	Abendsportfest
25.06.	St. Peter-Ording	KM U14 + U16
02.07.	Lübeck	LM Mehrkampf
03.07.	Husum	Werfertag
06.07.	Büdelisdorf	JftO-Landesfinale WK II+IV
09.07.	Berlin	NDM M/F + U18
10.07.	Husum	KM Mehrkampf
13.07.	Lübeck	JftO-Landesfinale WK III
16.07.	Bad Malente	KM Ostholstein
16.07.	Rostock	NDM U20 + U16 (1)
17.07.	Rostock	NDM U20 + U16 (2)
21.07.	Bredstedt	Abendsportfest
31.07.	Mönchengladbach	DM U20 + U18
06.08.	Husum	Hafentagelauf
07.08.	Bremen	DM U16
07.09.	Bredstedt	Läuferabend
11.09.	Hamburg	DM 10km
11.09.	Halstenbek	Sportfest
18.09.	Büdelisdorf	LM Mannschaftscup
24.09.	Berlin	Verbandekampf
25.09.	Flensburg	Kreisevergleichskampf