

## Bestenliste Senioren Freiluft 2017 \*

<b>100m (EZN)</b>	12,82 s	Stefan Mahn	M45	12.05.2017	Hamburg	
	12,88	Aykut Erdogrul	M35	21.07.2017	Bad Oldesloe	
	13,24	Andreas Schulte Hemming	M55	28.05.2017	Flensburg	
	14,24	Klaus Gailus	M70	30.06.2017	Zittau	3. Platz DM
	15,76	Hartmann Knorr	M75	28.07.2017	Aarhus	9. Platz EM
	15,92	Heinz Keck	M75	25.05.2017	Hamburg	
	15,94	Hans-Joachim Lange	M80	30.06.2017	Zittau	2. Platz DM
	16,14	Christian Boysen	M75	18.06.2017	Celle	2. Platz NDM
	16,47	Horst Hufnagel	M80	30.06.2017	Zittau	4. Platz DM
	16,85	Klaus-Dieter Pietsch	M75	25.05.2017	Hamburg	
	17,31	Ingeborg Thoma	W65	25.05.2017	Hamburg	
<b>100m (HZN)</b>	13,0 s	Stefan Mahn	M45	17.05.2017	Hamburg	
	13,10	Andreas Schulte Hemming	M55	17.05.2017	Hamburg	
<b>200m</b>	25,76 s	Aykut Erdogrul	M35	21.07.2017	Bad Oldesloe	
	25,96	Stefan Mahn	M45	04.08.2017	Bad Oldesloe	
	27,17	Andreas Schulte Hemming	M55	28.05.2017	Flensburg	
	30,45	Klaus Gailus	M70	02.07.2017	Zittau	
	33,54	Heinz Keck	M75	11.08.2017	Toronto	
	33,83	Christian Boysen	M75	09.07.2017	Husum	
	34,12	Hans-Joachim Lange	M80	04.08.2017	Aarhus	2. Platz EM
	34,34	Horst Hufnagel	M80	02.07.2017	Zittau	4. Platz DM
	36,65	Hartmann Knorr	M75	03.08.2017	Aarhus	9. Platz EM
	36,73	Thomas Bartling	M75	09.07.2017	Husum	
	36,75	Franz Timmermann	M70	09.07.2017	Husum	
<b>300m</b>	42,10 s	Stefan Mahn	M45	25.04.2017	Hamburg	
<b>400m (EZN)</b>	60,80 s	Stefan Mahn	M45	04.08.2017	Bad Oldesloe	
	72,96	Hartmann Knorr	M75	02.08.2017	Aarhus	3. Platz EM
	80,33	Heinz Keck	M75	27.05.2017	Stendal	
	83,61	Ingeborg Thoma	W65	31.07.2017	Aarhus	7. Platz EM
	83,79	Christian Boysen	M75	18.06.2017	Celle	2. Platz NDM

## Bestenliste Senioren Freiluft 2017 \*

<b>400m (HZN)</b>	59,9 s	Stefan Mahn	M45	05.07.2017	Hamburg	
	87,7	Ingeborg Thoma	W65	28.05.2017	Flensburg	
<b>800m</b>	2:51,72 min.	Hartmann Knorr	M75	30.06.2017	Zittau	2. Platz DM
	3:41,85	Ingeborg Thoma	W65	09.07.2017	Husum	
<b>1500m</b>	7:31,14 min.	Thomas Bartling	M75	02.09.2017	Zella-Mehlis	
	8:16,65	Christian Boysen	M75	09.07.2017	Husum	
	8:27,35	Heinz Keck	M75	28.05.2017	Stendal	
	8:42,02	Franz Timmermann	M70	09.07.2017	Husum	
<b>3000m</b>	13:46,00 min.	Axel Wendt	M70	09.09.2017	Kevelaer	
	14:24,66	Frank Sonntag	M70	25.05.2017	Hamburg	
<b>10km Strasse</b>	62:28 min.	Ingeborg Thoma	W65	02.05.2017	Henstedt-Ulzburg	
<b>Marathon</b>	4:24,13 Std.	Frank Sonntag	M70	23.04.2017	Hamburg	
<b>80m Hürden</b>	19,11 s	Heinz Keck	M75	28.05.2017	Stendal	
<b>300m Hürden</b>	58,46 s	Hartmann Knorr	M75	30.07.2017	Aarhus	2. Platz EM
<b>4x 100m</b>	60,48 s	Kubischok, Gailus, Wendt, Keck	M70	09.09.2017	Kevelaer	
	61,51	Kubischok, Gailus, Boysen, Lange	M70	28.05.2017	Flensburg	
	61,99	Gailus, Boysen, Keck, Hufnagel	M70	25.05.2017	Hamburg	
	63,58	Lange, Gailus, Boysen, Hufnagel	M70	01.07.2017	Zittau	1. Platz DM
	65,20	Kubischok, Lange, Riege, Knorr	M70	25.05.2017	Hamburg	
	65,60	Linke, Lange, Geier, Hufnagel	M80	05.08.2017	Aarhus	1. Platz EM
<b>4x 400m</b>	4:49,81 min.	Karl, Knorr, Beckering, Müller	M75	06.08.2017	Aarhus	1. Platz EM
	6:02,85	Linke, Hufnagel, Müller, Geier	M80	06.08.2017	Aarhus	1. Platz EM
<b>Hochsprung</b>	1,18 m	Heinz Keck	M75	13.08.2017	Toronto	
	1,10	Ingeborg Thoma	W65	04.08.2017	Aarhus	4. Platz EM

## Bestenliste Senioren Freiluft 2017 \*

<b>Weitsprung</b>	5,22 m	Stefan Mahn	M45	28.05.2017	Flensburg	
	3,97	Christian Boysen	M75	18.06.2017	Celle	2. Platz NDM
	3,78	Ingeborg Thoma	W65	18.06.2017	Celle	1. Platz NDM
	3,72	Klaus Gailus	M70	09.09.2017	Kevelaer	
	3,42	Heinz Keck	M75	11.08.2017	Toronto	
	3,19	Thomas Bartling	M75	02.09.2017	Zella-Mehlis	
	3,11	Franz Timmermann	M70	02.09.2017	Zella-Mehlis	
<b>Dreisprung</b>	7,37 m	Christian Boysen	M75	01.07.2017	Zittau	4. Platz DM
	6,89	Ingeborg Thoma	W65	29.07.2017	Aarhus	4. Platz EM
<b>Stabhochsprung</b>	1,70 m	Heinz Keck	M75	28.05.2017	Stendal	
<b>Kugelstoß (3 kg)</b>	9,44 m	Alexander Marini	M80	30.08.2017	Hamburg	
	8,24	Ingeborg Thoma	W65	09.07.2017	Husum	
<b>Kugelstoß (4 kg)</b>	10,54 m	Heinz Keck	M75	14.10.2017	Gildehaus	
	9,34	Reinhard Dahms	M75	06.08.2017	Aarhus	
	7,66	Christian Boysen	M75	06.05.2017	Großhansdorf	
	7,55	Wolfgang Saß	M75	08.07.2017	Preetz	
<b>Kugelstoß (7,26 kg)</b>	8,09 m	Stefan Mahn	M45	12.05.2017	Hamburg	
<b>Diskus (1 kg)</b>	34,86 m	Reinhard Dahms	M75	06.08.2017	Aarhus	
	31,38	Wolfgang Saß	M75	28.04.2017	Schönkirchen	
	29,39	Alexander Marini	M80	31.05.2017	Fahrdorf	Hamburger Rekord
	28,81	Heinz Keck	M75	28.05.2017	Stendal	
	24,56	Franz Timmermann	M70	02.09.2017	Zella-Mehlis	
	21,71	Christian Boysen	M75	09.07.2017	Husum	
	18,64	Thomas Bartling	M75	02.09.2017	Zella-Mehlis	
<b>Diskus (2 kg)</b>	21,30 m	Stefan Mahn	M45	05.07.2017	Hamburg	
<b>Hammerwurf (3 kg)</b>	32,78 m	Alexander Marini	M80	09.04.2017	Bad Oldesloe	Hamburger Rekord

## Bestenliste Senioren Freiluft 2017 \*

<b>Hammerwurf (4 kg)</b>	35,80 m	Wolfgang Saß	M75	01.07.2017	Zittau	3. Platz DM
	30,84	Reinhard Dahms	M75	16.07.2017	Medelby	
	27,25	Heinz Keck	M75	28.09.2017	Gildehaus	
<b>Gewichtswurf (5,45 kg)</b>	12,69 m	Alexander Marini	M80	08.07.2017	Preetz	Hamburger Rekord
<b>Gewichtswurf (7,26 kg)</b>	13,54 m	Wolfgang Saß	M75	16.07.2017	Medelby	Hamburger Rekord
	12,82	Heinz Keck	M75	14.10.2017	Gildehaus	
	11,32	Reinhard Dahms	M75	06.08.2017	Aarhus	
<b>Speer (400g)</b>	24,85 m	Alexander Marini	M80	30.08.2017	Hamburg	
	20,31	Kurt Higgelke	M80	30.08.2017	Hamburg	
<b>Speer (500g)</b>	31,86 m	Reinhard Dahms	M75	06.08.2017	Aarhus	
	24,98	Heinz Keck	M75	11.08.2017	Toronto	
	22,02	Thomas Bartling	M75	09.07.2017	Husum	
	21,68	Franz Timmermann	M70	09.07.2017	Husum	
	19,42	Christian Boysen	M75	09.07.2017	Husum	
	14,91	Wolfgang Saß	M75	03.10.2017	Medelby	
<b>Speer (800g)</b>	29,09 m	Stefan Mahn	M45	12.07.2017	Hamburg	
<b>5-Kampf einzel</b>	3.350 Pkt.	Ingeborg Thoma	W65	09.07.2017	Husum	3. Platz DM
	2.828	Heinz Keck	M75	11.08.2017	Toronto	
	2.754	Christian Boysen	M75	09.07.2017	Husum	
	2.432	Thomas Bartling	M75	02.09.2017	Zella-Mehlis	
	1.831	Franz Timmermann	M70	09.07.2017	Husum	
<b>5-Kampf Mannschaft</b>	6.900 Pkt.	Boysen, Bartling, Timmermann	M70	09.07.2017	Husum	
<b>10-Kampf einzel</b>	5.659 Pkt.	Heinz Keck	M75	27.05.2017	Stendal	

## Bestenliste Senioren Freiluft 2017 \*

<b>Werfer 5-Kampf einzel</b>	3.664 Pkt.	Alexander Marini	M80	08.07.2017	Preetz	Hamburger Rekord
	3.546	Reinhard Dahms	M75	06.08.2017	Aarhus	2. Platz EM
	3.142	Heinz Keck	M75	28.09.2017	Gildehaus	
	2.951	Wolfgang Saß	M75	03.10.2017	Medelby	

\* Alle Angaben ohne Gewähr! Korrekturen oder Ergänzungen bitte per Mail an [verein@lgaalsternord.de](mailto:verein@lgaalsternord.de) !