

# Bestenliste 2021

## Männer

### 800m

2:42,5	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M65	Lübeck	22.08.
--------	---------------------	----	-----	--------	--------

### 5.000 m

18:08,2	Volker Schmitz	72	M45	Lübeck	22.08.
20:47,4	Stefan Naumann	63	M55	Lübeck	22.08.
21:04,1	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M65	Lübeck	22.08.
21:20,3	Rene Schmidt	78	M40	Lübeck	22.08.

### 10.000 m

45:06,5	Stefan Naumann	63	M55	Hamburg	07.08.
45:21,9	Michael Sue	78	M40	Hamburg	07.08.
47:04,3	Hans-Jürgen Fründt	57	M60	Hamburg	07.08.
46:21,0	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M65	Hamburg	07.08.

### 10 km Straßenlauf

38:36,0	Volker Schmitz	72	M45	Bokel	25.08.
44:33,0	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M65	Bokel	25.08.
45:04,0	Hans-Jürgen Fründt	57	M60	Bokel	25.08.

### Halbmarathon

1:26:43	Volker Schmitz	72	M45	Hamburg	12.09.
1:36:28	Michael Sue	78	M40	Hamburg	17.10.
1:38:12	Hans-Jürgen Fründt	57	M60	Hamburg	17.10.
1:42:49	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M65	Hamburg	17.10.
1:58:42	Holger Nielsen	57	M60	Hamburg	17.10.

### Halbmarathon – Mannschaftswertung

4:57:29	Michael Sue (78) 1:36:28 Hans-Jürgen Fründt (57) 1:38:12 Uwe Lüders-Bahlmann (56) 1:42:49	Mä		Hamburg	17.10.
5:19:43	Hans-Jürgen Fründt (57) 1:38:12 Uwe Lüders-Bahlmann (56) 1:42:49 Holger Nielsen (57) 1:58:42	M60		Hamburg	17.10.

### Marathon

3:44:14	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M65	Hamburg	12.09.
---------	---------------------	----	-----	---------	--------

### Hochsprung

1,25	Artur Johannes	54	M65	Lübeck	22.08.
------	----------------	----	-----	--------	--------

### Kugelstoß (5,00 kg)

10,01	Artur Johannes	54	M65	Lübeck	22.08.
-------	----------------	----	-----	--------	--------

### Kugelstoß (3,00 kg)

9,27	Hans Holzknecht	39	M80	Brandenburg a.d. Havel	04.09.
------	-----------------	----	-----	------------------------	--------

### Diskuswurf (1,00 kg)

34,31	Artur Johannes	54	M65	Lübeck	22.08.
21,66	Hans Holzknecht	39	M80	Lübeck	22.08.

### Speerwurf (600 g)

32,29	Artur Johannes	54	M65	Lübeck	22.08.
-------	----------------	----	-----	--------	--------

# F r a u e n

## 5.000 m

19:28,5	Nadine Baumann	88	W30	Lübeck	22.08.
20:35,6	Claudia Sticher	86	W35	Lübeck	22.08.

## 10.000 m

42:04,7	Claudia Sticher	86	W35	Hamburg	07.08.
45:26,5	Sandra Sue	79	W40	Hamburg	07.08.

## 10 km Straßenlauf

40:26,0	Nadine Baumann	88	W30	Bad Oldesloe	15.08.
40:26,0	Claudia Sticher	86	W35	Lübeck	24.10.
43:17,0	Claudia Bohnenkamp	72	W45	Uelzen	31.10.
43:25,0	Gesa Tschirner	73	W45	Uelzen	31.10.

## 10 km Straßenlauf – Mannschaftswertung

2:07:16	Claudia Sticher (86) 40:34 Claudia Bohnenkamp (72) 43:17 Gesa Tschirner (73) 43:25	W30	Uelzen	31.10.
---------	--	-----	--------	--------

## Halbmarathon

1:28:02	Nadine Baumann	88	W30	Hamburg	17.10.
1:31:11	Claudia Sticher	86	W35	Hamburg	17.10.
1:36:29	Sandra Sue	79	W40	Hamburg	17.10.
1:36:47	Gesa Tschirner	73	W45	Hamburg	17.10.
1:45:59	Mirna Ratunde	73	W45	Hamburg	17.10.

## Halbmarathon – Mannschaftswertung

4:35:02	Nadine Baumann (88) 1:28:02 Claudia Sticher (86) 1:31:11 Sandra Sue (79) 1:36:29	W30	Hamburg	17.10.
---------	--	-----	---------	--------

## Marathon

3:19:38	Claudia Bohnenkamp	72	W45	Berlin	26.09.
---------	--------------------	----	-----	--------	--------

## Kugelstoß (2,00 kg)

8,61	Ingrid Holzknicht	40	W80	Lübeck	22.08.
------	-------------------	----	-----	--------	--------

## Diskuswurf (750 g)

24,29	Ingrid Holzknicht	40	M80	Brandenburg a.d. Havel	04.09.
-------	-------------------	----	-----	------------------------	--------

## Hammerwurf (2,00 kg)

26,47	Ingrid Holzknicht	40	W80	Bargtheide	19.08.
-------	-------------------	----	-----	------------	--------

## Speerwurf (400 g)

19,02	Ingrid Holzknicht	40	W80	Baunatal	11.09.
-------	-------------------	----	-----	----------	--------

## Gewichtwurf (4,00 kg)

10,96	Ingrid Holzknicht	40	W80	Bargtheide	19.08.
-------	-------------------	----	-----	------------	--------

## Männliche Jugend U 20 (M 19/18)

### 400 m

51,24 Alexander Krohn 03 M 18 Hamburg 19.06.

## Weibliche Jugend U 20 (W 19/18)

### 10 km Straßenlauf

46:58,0 Julia Finke 03 W 18 Kaltenkirchen 02.10.

## Männliche Jugend U 18 (M 17/16)

### Speerwurf (700 g)

49,67 Laurin Bier 06 M 15 Flensburg 26.06.

## Weibliche Jugend U 18 (W 17/16)

### 400 m

61,62 Alina Köster 04 W 17 Hamburg 19.06.

## Männliche Jugend U 16 (M 15/14)

### 100 m

12,18 -0,1 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 03.07.

### 800 m

2:14,9 Laurin Bier 06 M 15 Flensburg 11.09.

### 1.000 m

3:01,48 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 04.07.

### 80 m Hürden

12,83 -01 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 04.07.

### Weitsprung

5,93 +0,4 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 03.07.

### Hochsprung

1,56 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 03.07.

### Stabhochsprung

2,40 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 04.07.

### Kugelstoß (4,00 kg)

11,70 Laurin Bier 06 M 15 Ahrensburg 30.07.

### Diskuswurf (1,00 kg)

37,24 Laurin Bier 06 M 15 Ahrensburg 30.07.

### Speerwurf (600 g)

51,04 Laurin Bier 06 M 15 Büdelsdorf 12.06.  
36,14 Julis Voß 07 M 14 Hamburg 21.08.

**Vierkampf**

2.200 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 03.07.  
12,18 (+0,1) – 5,93 (+0,4) – 11,55 – 1,56

**Neunkampf**

4.894 Laurin Bier 06 M 15 Lübeck 03./04.07.  
12,18 (+0,1) – 5,93 (+0,4) – 11,55 – 1,56 – 2,40 – 35,87 – 12,83 (-0,1) - 47,76 – 3:01,48

**Blockwettkampf Sprint**

2.750 Laurin Bier 06 M 15 Büdelsdorf 12.06.  
12,41 (-18,) – 13,41 (-0,5) – 5,80 (0,0) – 1,54 – 51,04

**Weibliche Jugend U 16 (W 15/14)****100 m**

13,44 Felipa Eggers 08 W 13 Lübeck 18.09.

**4 x 100 m**

55,07 Felipa Eggers (08), Mia Schrade (06) W 15 Lübeck 18.09.  
Charlotte Lox (07), Anna Kreitz (08)

**Männliche Jugend U 14 (M 13/12)****Weibliche Jugend U 14 (W 13/12)****Männliche Kinder U 12 (M 11/10)****Männliche Kinder U 10 (M 09/08)****Männliche Kinder U 08 (M 07 und jünger)****Weibliche Jugend U 16 (W 15/14)****Weibliche Jugend U 14 (W 13/12)****Weibliche Kinder U 12 (W 11/10)****Weibliche Kinder U 10 (W 09/08)**

## Einige wichtige Hinweise

*Der DLV erkennt ab der Saison 2007 in allen Altersklassen bis einschließlich 1.500 m keine Leistungen für seine Bestenlisten an, bei denen die Zeiten nicht mit einer vollelektronischen Zielbildanlage ermittelt wurden.*

*Der SHLV hat sein bisheriges Verfahren nicht geändert.*

*Es gilt weiterhin die kombinierte Bestenliste von elektronisch ermittelten Zeiten und Handzeiten.*

*Dabei erfolgt die Einordnung aller elektronischen Zeiten wie folgt:*

*50 m bis 300 m 0,24 Sekunden besser als Handzeiten*

*400 m bis 10.000 m 0,14 Sekunden besser als Handzeiten*

*Sind Handzeit und elektronische Zeit gleichwertig (z.B. 10,5 und 10,74 über 100 m) hat die elektronische Zeit Vorrang.*

*Diese Regelung gilt für alle Altersklassen.*

---

*Leistungen mit unzulässigem Rückenwind (mehr als +2,0) werden nicht erfasst.*

*Dies gilt nicht bei den Wettbewerben der Männlichen und Weiblichen Jugend U 14 und jünger.*

---

**Ralph Schrammeck**

**Stand 05.01.2022**

**Ergänzungen, Berichtigungen bitte per Mail an [lge-statistik@posteo.de](mailto:lge-statistik@posteo.de)**