

# LG - Bestenliste 2020

## Männer

### 5.000 m

21:41,4	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M 60	Elmshorn	15.07.
21:58,6	Hans-Jürgen Fründt	57	M 60	Elmshorn	15.07.
23:55,6	Frank Meyer	78	M 40	Elmshorn	15.07.

### 10.000 m

39:40,19	Volker Schmitz	72	M 45	Hamburg	08.08.
45:33,13	Uwe Lüders-Bahlmann	56	M 60	Hamburg	08.08.
45:58,84	Kai Zabel	71	M 45	Hamburg	08.08.
47:48,19	Michael Sue	78	M 40	Hamburg	08.08.

### 10 km Straßenlauf

42:15	Jochen Westphal	66	M 50	Kiel	22.02.
-------	-----------------	----	------	------	--------

### Diskuswurf (1,50 kg)

26,58	Olaf Seiler	67	M 50	Elmshorn	15.07.
25,34	Thomas Drews	65	M 55	Elmshorn	15.07.

### Diskuswurf (1,00 kg)

21,35	Hans Holzknecht	39	W 80	Elmshorn	15.07.
-------	-----------------	----	------	----------	--------

### Speerwurf (700 g)

26,41	Thomas Drews	65	M 55	Elmshorn	15.07.
-------	--------------	----	------	----------	--------

## Frauen

### 5.000 m

21:05,0	Nadine Baumann	88	W 30	Elmshorn	15.07.
21:22,4	Claudia Sticher	86	W 30	Elmshorn	15.07.

### 10.000 m

43:12,52	Nadine Baumann	88	W 30	Hamburg	08.08.
45:00,59	Claudia Sticher	86	W 30	Hamburg	08.08.
46:32,29	Sandra Sue	79	W 40	Hamburg	08.08.

### Diskuswurf (1,00 kg)

23,80	Monika Rohlfing	68	W 50	Eutin	27.07.
21,75	Kerstin Bieler	60	W 60	Elmshorn	15.07.

### Diskuswurf (750 g)

23,37	Ingrid Holzknecht	40	W 80	Erfurt	29.02.
-------	-------------------	----	------	--------	--------

### Hammerwurf (2,00 kg)

25,85	Ingrid Holzknecht	40	W 80	Erfurt	28.02.
-------	-------------------	----	------	--------	--------

### Speerwurf (500 g)

24,14	Monika Rohlfing	68	W 50	Elmshorn	15.07.
-------	-----------------	----	------	----------	--------

### Speerwurf (400 g)

19,42	Ingrid Holzknecht	40	W 80	Erfurt	28.02.
-------	-------------------	----	------	--------	--------

## Männliche Jugend U 20 (M 19/18)

### 5.000 m

20:32,0 Jannes Horstmann 02 M 18 Elmshorn 15.07.

### Speerwurf (800 g)

31,05 Dennis Ulrich 02 M 18 Elmshorn 15.07.

## Männliche Jugend U 18 (M 17/16)

### Speerwurf (700 g)

44,81 Alexander Krohn 03 M 17 Elmshorn 15.07.

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

### Diskuswurf (1,00 kg)

40,20 Alisa Rohlfing 01 W 19 Eutin 27.07.

### Speerwurf (600 g)

28,46 Alisa Rohlfing 01 W 19 Bredstedt 05.01.

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

### Diskuswurf (1,00 kg)

21,69 Amelie Baumann 04 W 16 Elmshorn 15.07.

### Speerwurf (500 g)

26,49 Amelie Baumann 04 W 16 Elmshorn 15.07.

## Männliche Jugend U 16 (M 15/14)

### Kugelstoß (4,00 kg)

10,79 Laurin Bier 06 M 14 Eutin 27.07.

### Diskuswurf (1,00 kg)

29,98 Laurin Bier 06 M 14 Eutin 27.07.

### Speerwurf (600 g)

38,79 Laurin Bier 06 M 14 Elmshorn 15.07.

## Männliche Jugend U 14 (M 13/12)

### Speerwurf (400 g)

29,47 Julius Voß 07 M 13 Elmshorn 15.07.

**Norbert Teetz**

**Stand: 14.08.2020**

*Ergänzungen, Berichtigungen bitte per Mail an [famteetz@freenet.de](mailto:famteetz@freenet.de)*