

## Vereinsrekorde M 30

<b>VEREINSREKORDE - M 30</b>	<b>Stand:</b> 31.12.2009
------------------------------	--------------------------

### 100 m

13,0	Johann Wolterink	Wirdum	05.10.74
12,5	Johann Wolterink	Wirdum	02.10.75
12,2	Johann Wolterink	Warsingsfehn	12.08.77
11,9	Udo Alberts-Tammena	Oldenburg	30.06.01
11,7	Udo Alberts-Tammena	Emden	22.09.01

### 200 m

26,0	Johann Wolterink	Norden	16.05.76
25,10	Udo Alberts-Tammena	Delmenhorst	04.08.02
24,78	Udo Alberts-Tammena	Dörpen	29.09.02

### 400 m

64,0	Johann Wolterink	Norden	26.05.84
60,52	Bernd Buttjer	Delmenhorst	01.08.93
59,63	Bernd Buttjer	Leer	14.09.96

### 800 m

2:28,7	Bernd Buttjer	Brake	03.09.97
--------	---------------	-------	----------

### 1000 m

3:08,1	Bernd Buttjer	Marienhaf	29.08.92
--------	---------------	-----------	----------

### 1500 m

6:05,2	Johann Wolterink	Norden	27.05.84
5:13,2	Bernd Buttjer	Leer	14.09.91
5:09,34	Frank Schut	Delmenhorst	01.09.01
4:57,2	Dirk Fischer	Oldenburg	10.08.02

### 1 Meile

6:03,6	Karl-Heinz Szczesny	Emden	23.08.09
--------	---------------------	-------	----------

### 3000 m

13:11,0	Gretus Rewerts	Marienhaf	28.08.97
11:50,0	Hinrich Saathoff	Marienhaf	29.06.98
10:17,4	Franz Wouk	Aurich	16.06.00

### 5000 m

18:31,8	Franz Wouk	Aurich	29.06.98
---------	------------	--------	----------

### 10.000 m

42:20,8	Johann Barkhoff	Warsingsfehn	28.04.01
41:45,2	Johann Barkhoff	Aurich	12.04.02
40:52,8	Martin Rausch	Warsingsfehn	29.08.07

### Stundenlauf

10.225	Johann Wolterink	Norden	22.11.78
12.998	Karl-Heinz Szczesny	Emden	02.11.08

## Vereinsrekorde M 30

### 5 km-Str.

22:02	Hinrich Saathoff	Schortens	21.08.99
20:16	Johann Barkhoff	Oldenburg	20.10.02
19:20	Uwe Frühling	Emden	02.06.07
19:14	Martin Rausch	Norden	18.04.09

### 10 km-Str.

40:10	Franz Wouk	Marienhafte	08.04.96
37:27	Franz Wouk	Leer	31.08.96
36:07	Franz Wouk	Esens	07.08.98

### Halbmarathon

1:26:01	Franz Wouk	Marienhafte	26.07.98
1:22:51	Franz Wouk	Leer	29.08.99
1:19:31	Franz Wouk	Stapelmoor	17.09.00

### Marathon

3:21:46	Franz Wouk	Berlin	24.09.95
3:17:49	Franz Wouk	Berlin	29.09.96
3:13:44	Dirk Fischer	Berlin	26.09.99
3:11:34	Dirk Fischer	Berlin	10.09.00
3:10,36	Dirk Fischer	Berlin	29.09.02

### 110 m Hü

22,5	Johann Wolterink	Warsingsfehn	26.05.77
19,04	Udo Alberts-Tammena	Aurich	12.05.02

### Hochsprung

1,52	Johann Wolterink	Norden	01.06.75
1,59	Johann Wolterink	Esens	08.07.76
1,60	Johann Wolterink	Esens	04.06.78
1,69	Michael Brüggemann	Oldenburg	30.06.01
1,71	Bernd Giesselmann	Oldenburg	28.06.03
1,74	Bernd Giesselmann	Papenburg	16.05.04
1,75	Bernd Giesselmann	Aurich	06.07.04
1,82	Bernd Giesselmann	Dörpen	13.08.04
1,83	Bernd Giesselmann	Dörpen	22.08.04
1,84	Bernd Giesselmann	Delmenhorst	08.06.08

### Stabhochsprung

2,40	Johann Wolterink	Ihlow	09.10.82
2,80	Johann Wolterink	Norden	06.08.83
2,90	Johann Wolterink	Dörpen	22.09.89
2,90	Bernd Giesselmann	Osnabrück	04.04.03
3,20	Bernd Giesselmann	Leer	29.04.06

### Weitsprung

5,00	Johann Wolterink	Wirdum	05.10.74
5,09	Johann Wolterink	Norden	01.06.75
5,67	Johann Wolterink	Emden	11.05.76
5,73	Johann Wolterink	Leer	25.06.77

## Vereinsrekorde M 30

5,82	Udo Alberts-Tammena	Oldenburg	30.06.01
5,93	Udo Alberts-Tammena	Emden	22.09.01
5,95	Udo Alberts-Tammena	Delmenhorst	04.08.02

### Dreisprung

11,57	Johann Wolterink	Georgsheil	23.07.76
11,83	Johann Wolterink	Georgsheil	19.08.76
11,92	Johann Wolterink	Emden	30.08.77

### Kugelstoß (7,25kg)

8,25	Johann Wolterink	Wirdum	05.10.74
8,90	Johann Wolterink	Pewsum	06.04.75
10,50	Walter Kruse	Wirdum	06.07.87
10,65	Artur de Vries	Wirdum	29.06.92
10,73	Bernd Giesselmann	Wirdum	11.10.03
10,90	Bernd Giesselmann	Marienhafe	26.05.04
10,91	Bernd Giesselmann	Marienhafe	01.09.04
10,94	Bernd Giesselmann	Wirdum	03.10.05
10,99	Bernd Giesselmann	Wirdum	21.04.06
11,23	Bernd Gieselmann	Wirdum	07.10.07
11,27	Bernd Giesselmann	Wirdum	29.03.08

### Diskuswurf (2kg)

24,30	Johann Wolterink	Wirdum	16.05.76
25,20	Johann Wolterink	Wirdum	20.04.83
27,08	Johann Wolterink	Wirdum	16.10.87
27,44	Artur de Vries	Wirdum	29.08.92
29,51	Martin Rausch	Oldenburg	30.06.01
29,51	Jens Wolterink	Oldenburg	30.06.01
29,52	Bernd Giesselmann	Wirdum	12.10.02
29,96	Bernd Giesselmann	Wirdum	14.04.03
30,34	Heiko Briese	Oldenburg	28.06.03
31,67	Bernd Giesselmann	Marienhafe	08.07.03
32,00	Bernd Giesselmann	Zeven	14.09.03
33,50	Bernd Giesselmann	Wirdum	11.10.03
34,73	Bernd Giesselmann	Wirdum	16.04.04
36,20	Bernd Giesselmann	Wirdum	11.06.04

### Hammerwurf (7,25 kg)

16,40	Johann Wolterink	Wirdum	08.05.91
17,18	Jürgen de Boer	Wirdum	03.10.01
18,56	Jürgen de Boer	Wirdum	12.10.02
20,59	Bernd Giesselmann	Marienhafe	08.07.03
22,97	Bernd Giesselmann	Wirdum	10.10.04
23,07	Bernd Giesselmann	Marienhafe	06.07.05
28,13	Bernd Giesselmann	Wirdum	08.10.05
29,16	Bernd Giesselmann	Wirdum	11.10.08

### Speerwurf (800g)

29,95	Johann Wolterink	Wirdum	04.08.76
31,05	Johann Wolterink	Marienhafe	28.07.77

## Vereinsrekorde M 30

31,52	Johann Wolterink	Norden	05.10.78
36,97	Martin Rausch	Oldenburg	30.06.01
37,78	Bodo Schröder	Emden	22.09.01
38,00	Bodo Schröder	Oldenburg	10.08.02
40,35	Udo Alberts-Tammena	Dörpen	29.09.02
40,72	Udo Alberts-Tammena	Oldenburg	28.06.03
44,59	Bernd Giesselmann	Dörpen	13.08.04

### Fünfkampf

2.567	Udo Alberts-Tammena 5,95-40,35-24,78-29,05-5:15,68	Dörpen	29.09.02
-------	---	--------	----------

### Zehnkampf

3.291	Johann Wolterink 12,6-5,05-8,51-1,44-64,0- 23,0-23,30-2,70-27,92-6:05,2	Norden	26./27.5.84
3.691	Bernd Giesselmann 13,26-5,22-9, -1,60-62,00- 21,87-27,47-2,90-31, -5:47,	Osnabrück	03./04.05.03
3.968	Bernd Giesselmann 12,93-5,43-10,21-1,64-64,15- 20,79-32,00-2,80-35,20-5:58,82	Zeven	13./14.09.03

---

### 4 x 100 m

49,2	Jens Wolterink-Michael Brüggemann- Martin Rausch-Udo Alberts-Tammena	Oldenburg	30.06.01
------	---	-----------	----------

### 4x400 m

4:57,1	Johann Barkhoff-Hinrich Saathoff Jürgen Drostens-Johann Wolterink	Moorhusen	31.08.03
4:19,9	Johann Barkhoff-Bernd Giesselmann- Holger Peters-Gerhard Fleetjer	Moorhusen	28.08.05

### 3 x 1000 m

10:20,9	Hinrich Saathoff-Bernd Buttjer- Johann Barkhoff	Remels	08.05.99
9:43,3	Martin Rausch-Frank Schut- Bernd Giesselmann	Remels	10.05.03

### 5 x 10 km

3:51:41	Friso Alberts-Tammena- Martin Rausch-Jürgen Drostens- Johann Barkhoff- Hinrich Saathoff	Oldenburg	26.06.04
---------	---	-----------	----------

### 10 km - Straße- Mannsch.

2:09:44	Franz Wouk Hinrich Saathoff Johann Barkhoff	38:42 44:55 46:17	Marienhafes	05.04.99
2:01:35	Franz Wouk Johann Barkhoff	37:14 42:06	Marienhafes	24.04.00

## Vereinsrekorde M 30

Hinrich Saathoff 42:15

### **Fünfkampf- Mannschaft**

5 956	Udo Alberts-Tammena	2567	Dörpen	29.09.02
	Bodo Schröder	1704		
	Bernd Giesselmann	1685		
6 173	Udo Alberts-Tammena	2267	Osnabrück	18.09.05
	Bernd Giesselmann	2195		
	Holger Peters	1711		

### **D A M M - Gruppe A**

10.250	Jens Wolterink-Martin Rausch- Udo Alberts-Tammena-Dirk Fischer- Jann Müller- Michael Brüggemann-Peter Damm- Helmut Brust-Erwin Hoffmann- Suntke Damm	Oldenburg	30.06.01
--------	---	-----------	----------