

	m J A	M Jgd U20	Stand:	16.09.2024
100 m	11,3	Dennis Fengkohl	Emden	20.09.2009
200 m	23,3o	Thilo Schüler	Zeven	05.06.2022
400 m	50,89	Thilo Schüler	Rostock	10.09.2022
800 m	2:06,9	Bodo Schröder	Hinte	10.10.1985
1000 m	2:46,5	Rolf Uphoff	Aurich	30.04.1989
1500 m	4:17,8	Jörg Zeeden	Leer	12.09.1997
3000 m	9:49,92	Jan Pfluger	Stuhr	25.09.1999
5000 m	17:11,6	Jörg Zeeden	Aurich	23.08.1986
10.000 m	37:11,1	Jörg Zeeden	Aurich	19.08.1987
30 Minuten	7 125	Sygurd Müller	Norden	12.04.1980
Stundenlauf	15 150	Jörg Zeeden	Norden	18.11.1986
5 km-Str.	18:45	Jens Buttjer	Schortens	17.08.1996
10 km-Str.	40:16,0	Jan Pfluger	Marienhafte	14.06.2001
110 m Hü	15;7	Michael Brüggemann	Hinte	04.06.1988
400 m Hü	63;9	Detlef Hillers	Aurich	20.05.1988
2000m Hi	6:43,73	Jörg Zeeden	Holzminden	22.06.1986
4 x 100m	46;42	D. Fengkohl-R. Broer- S. Bracklo-C. Galetzka	Papenburg	15.07.2007
4 x 400m	3:56,7	B. Schröder-R. Uphoff- J. Zeeden-H. Briese	Remels	16.05.1985
3x1000m	8:26,0	Fr. Schut-J. Zeeden- B. Schröder	Lingen	08.05.1986
Hoch	1,88	Thilo Schüler	Oldenburg	22.05.2022
Stab	3,30	Knut Schröder	Ihlow	26.07.1982
Weit	6;61	Bodo Schröder	Aurich	15.08.1987
Drei	12,9	Marek Pabst	Papenburg	22.09.2017
Kugel	13;11	Kai Gemblor	Wirdum	24.04.1992
Diskus	41;92	Stephan Janssen	Georgsheil	03.08.1983
Hammer	37,97	Enno Dirks	Aurich	12.09.2024
Speer	49;18	Bodo Schröder	Wilhelmshaven	10.06.1987
Fünfkampf	3 189	Bodo Schröder	Aurich	02.05.1987
Fünfk.-Ma	12 468	12,0-6,45-11,39-1,74-2:51,2 D. Hillers 2731 M.Brüggemann 2703 R. Uphoff 2435 J. Beier 2416 H. Briese 2183	Wilhelmshaven	23.05.1988
Zehnk.	5 588	Bodo Schröder	Aurich	02./03.05.87
Zehnk.-Ma	14 479	12,0-6,45-11,39-1,74-2:51,2 17,9-28,62-2,80-44,82-54,1 Knut Schröder 5355 Stephan Janssen 5340 Axel Schönian 3784	Ihlow	15./16.6.83