

100 M

16,4	Helga Bents	Wirdum	10.08.74
14,0	Giesela Arjes	Wirdum	05.10.74
14,0	Sylke Schoolmann	Stapel	17.06.76
12,9	SYLKE SCHOOLMANN	WARSINGSFEHN	30.06.77
12,8	Anna Barkhoff	Aurich	08.06.01

200 M

28,2	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	25.05.81
------	---------------------	-------	----------

400 M

65,3	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	28.05.81
------	---------------------	-------	----------

800 M

3:10,5	Karin Geerdsen	Brinkum	29.06.74
2:30,0	ANNABELLA WOHLTMANN	OLDENBURG	09.05.81
2:27,7	Talea Pfluger	Moorhusen	30.06.22
2:26,74	Talea Pfluger	Oldenburg	13.07.22
2:22,08	Talea Pfluger	Hannover	09.06.24
2:21,2	Talea Pfluger	Emden	18.06.24

1000 M

3:59,0	Regina Gerken	Marienhafe	15.06.11
--------	---------------	------------	----------

1.500 M

5:25,8	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	28.05.81
5:19,36	Marina Barkhoff	Delmenhorst	08.08.03
5:16,98	Marina Barkhoff	Papenburg	16.05.04

2.000 M

9:17,8	Regina Gerken	Marienhafe	05.08.10
--------	---------------	------------	----------

3.000 M

11:48,9	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	25.04.81
11:22,9	Marina Barkhoff	Aurich	25.07.03
11:08,54	Talea Pfluger	Delmenhorst	04.08.23

5.000 m

19:44,8	Marina Barkhoff	Aurich	09.07.04
---------	-----------------	--------	----------

30 Minuten

6 200	Annabella Wohltmann	Norden	12.04.80
-------	---------------------	--------	----------

Stundenlauf

10 310	Silke Janssen	Norden	22.11.78
10 400	Regina Hoffmann	Norden	20.11.85

5 km-Str.

20:01	Marina Barkhoff	Schortens	17.08.02
19:25	Talea Pfluger	Münkeboe	26.08.22
19:15	Talea Pfluger	Münkeboe	25.08.23

10 km-Straße

43:09 Marina Barkhoff Oldenburg 16.10.05

Halbmarathon

2:11:00 Heide Broer Dunum 25.03.06

2:03:08 Regina Gerken Duisburg 30.05.10

1:58:24 Regina Gerken Dunum 09.04.11

1:57,56 Jule Endrulat Oldenburg 20.10.24

Marathon

4:48:03 Heide Broer Köln 03.10.09

4 x 100 m

63,8 Elke Georgs-Anja Sinning- Emden 22.09.01
Hedda Oldewurtel-

58,1 Gerlinde Janssen Moorhusen 20.09.02
Angelina Janßen-Anna

55,4 Barkhoff-Antke Schmidt- Emden 21.09.02
Marina Barkhoff

53,68 Anna Barkhoff-Antke Delmenh. 05.06.06
Schmidt-Katja Poppinga-
Sandra Ellßel

Anja Riemeyer-Sabine Habben
Sabine Szczesny-Mareke Heyken

3 x 800 M

8:15,2 Christina Wolterink- Remels 26.04.86
Daniela Brandt-

8:00,6 Regina Hoffmann Remels 10.05.03
Angelina Janßen-

Lena Bohlken-
Marina Barkhoff

HOCHSPRUNG

1,19 Helga Bents Wirdum 21.06.75

1,20 Sylke _Schoolmann Stapel 29.05.76

1,33 Sylke Schoolmann Norden 08.05.77

1,35 Sylke Schoolmann Stapel 19.05.77

1,40 Sylke Schoolmann Stapel 04.06.77

1,44 SYLKE SCHOOLMANN MARIENHAFE 28.07.77

1,44 ASTRID AHREND S AURICH 02.05.87

1,44 Valeska Schäfers Norden 26.05.90

1,45 Anke Trei Emden 07.09.96

1,48 Anke Trei Schortens 06.09.97

1,48 Anna Barkhoff Emden 13.05.00

1,48 Lena Bohlken Marienhafe 22.05.05

1,48 Lena Sinning Zeven 08.07.06

1,56 Lena Sinning Braunschweig 04.07.07

1,60 Lena Sinning Leer 06.09.08

STABHOCHSPRUNG

1,60 SIGRID VIENNA AURICH 06.10.89

1,70 Hanna Lengert Aurich 24.09.92

2,00	Hanna Lengert	Papenburg	18.09.94
2,15	Hanna Lengert	Marienhafe	11.08.95
2,30	Hanna Lengert	Hameln	27.08.95

WEITSPRUNG

3,35	Sylke Schoolmann	Norden	12.05.73
3,40	Sylke Schoolmann	Brinkum	23.05.74
3,49	Sylke Schoolmann	Brinkum	29.06.74
3,60	Margot Fokker	Wirdum	05.10.74
3,76	Johanne Jungmann	Wirdum	21.06.75
4,36	Sylke Schoolmann	Wirdum	02.10.75
4,62	Sylke Schoolmann	Leer	09.10.76
4,83	Sylke Schoolmann	Großheide	07.05.77
5,09	SYLKE SCHOOLMANN	LEER	25.06.77

DREISPRUNG

8,26	Anke Trei	Marienhafe	01.10.94
9,42	Anke Trei	Marienhafe	11.08.95
9,62	Lena Bohlken	Marienhafe	09.06.04
9,74	Lena Bohlken	Leer	30.04.05
9,76	Lena Bohlken	Marienhafe	25.05.05
10,25	Sabine Habben	Marienhafe	17.05.06
10,31	Laura Hellmann	Göttingen	23.06.19
10,41	Janna Dirks	Marienhafe	25.06.19

KUGELSTOSS (4 kg)

5,92	Beate Wagenaar	Pewsum	06.04.75
6,19	Beate Wagenaar	Norden	01.06.75
6,64	Anja Boomgaarden	Wirdum	21.07.80
7,00	Annabella Wohltmann	Ihlow	03.05.81
7,72	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	17.09.81
8,33	REGINA HOFFMANN	HINTE	24.05.87
8,33	DANIELA GRAN	MARIENHAFE	03.05.88
8,75	DANIELA GRAN	WIRDUM	29.07.88
8,81	Sigrid Vienna	Leer	15.09.90
9,45	Astrid Ahrends	Wirdum	22.05.91
9,70	Kerstin Vienna	Hesel	22.04.95
10,28	Lena Sinning	Wirdum	12.04.08
11,04	Lena Sinning	Wilhelmshaven	21.06.09

DISKUSWURF (1 kg)

11,48	Katrin Beer	Emden	11.09.79
13,64	Anja Boomgaarden	Wirdum	21.07.80
16,78	Ilona Lücht	Wirdum	17.06.81
18,02	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	30.03.82
20,92	DANIELA GRAN	WIRDUM	06.06.84
22,04	DANIELA GRAN	MARIENHAFE	05.07.84
24,50	DANIELA GRAN	MARIENHAFE	27.08.85
25,38	REGINA HOFFMANN	MARIENHAFE	08.07.86
26,54	REGINA HOFFMANN	WIRDUM	18.10.86
27,04	REGINA HOFFMANN	WIRDUM	18.04.87
27,50	ASTRID AHRENDIS	WIRDUM	06.07.87
28,10	REGINA HOFFMANN	PAPENBURG	12.05.88

28,60	REGINA HOFFMANN	HINTE	05.06.88
29,86	Kerstin Vienna	Papenburg	01.10.93
32,50	Kerstin Vienna	Wirdum	19.04.95
35,16	Kerstin Vienna	Hesel	22.04.95
35,44	Lena Sinning	Wirdum	03.10.13

Hammerwurf (4kg)

16,11	Inka Barkhoff	Wirdum	03.10.99
20,94	Elke Georgs	Wirdum	12.04.00
21,30	Elke Georgs	Wirdum	03.10.00
22,04	Elke Georgs	Wirdum	31.03.01
22,94	Elke Georgs	Marienhafe	09.07.03
37,79	Amke Dirks	Wirdum	12.08.20
44,68	Amke Dirks	Sindelfingen	19.02.22
47,88	Heike Schwitters	Lingen	12.06.22
48,06	Heike Schwitters	Verden	11.06.23
48,58	Heike Schwitters	Aurich	27.07.23
51,45	Heike Schwitters	Hannover	09.06.24
52,59	Heike Schwitters	Lübeck	14.07.24
53,24	Heike Schwitters	Halle	15.02.25

SPEERWURF (600 g)

18,40 S	YLKE SCHOOLMANN	NORDEN	08.07.77
18,88	CHRISTINA WOLTERINK	IHLOW	07.07.86
19,70	REGINA HOFFMANN	MARIENHAFFE	18.09.86
19,70	ASTRID AHREND S	WIRDUM	06.07.87
21,00	ASTRID AHREND S	MARIENHAFFE	03.08.87
22,98	DANIELA GRAN	MARIENHAFFE	29.07.88
23,27	Anna Barkhoff	Delmenhorst	29.07.01
26,31	Anna Barkhoff	Hinte	24.05.01
28,38	Anna Barkhoff	Papenburg	09.09.01
29,66	Anna Barkhoff	Marienhafe	29.09.01

DREIKAMPF (100 m-Weit-Kugel)

1.376	Annabella Wohltmann	Ihlow	19.09.81
	13,5-4,18-7,72		

Fünfkampf (100m-Weit-Kugel-Hoch-800 m)

1.393	Michaela Giesselmann	Hannover	17.09.06
	16,24-3,84-7,56-1,24-3:36,79		
2.161	Lena Sinning	Moorhusen	04.07.11
	14,6-3,90-10,29-1,48-3:13,3		
2.272	Sabine Habben	Moorhusen	15.07.12
	13,7-4,58-7,12-1,39-2:59,8		

D M M / Landesliga

4.934	Carina Freimuth-Anke Trei	Emden	21.09.02
	Anja Sinning-Elke Georgs- Hedda Oldewurtel-Christine Wolterink-Christine Trei		
5.899	Sabine Habben, Lena Sinning	Emden	25.09.11
	Anja Riemeyer, Mareke Heyken		

D M M / Bezirksliga

2.913 Anja Sinning-Elke Georgs- Emden 22.09.01
Hedda Oldewurtel-Antje Dieken

Fünfkampf Mannschaft

6032 Lena Bohlken
Lena Sinning- Sabine Habben Moorhusen 04.07.11

6504 Lena Bohlken-Lena Sinning Moorhusen 15.07.12
Sabine Habben