

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
4:20,22	Jule Endrulat	Hamburg	27.04.25

4 x 100 m

63,8	Elke Georgs-Anja Sinning- Hedda Oldewurtel- Gerlinde Janssen	Emden	22.09.01
58,1	Angelina Janßen-Anna Barkhoff-Antke Schmidt- Marina Barkhoff	Moorhusen	20.09.02
55,4	Anna Barkhoff-Antke Schmidt-Katja Poppinga- Sandra Ellßel	Emden	21.09.02
53,68	Anja Riemeyer-Sabine Habben Sabine Szczesny-Mareke Heyken	Delmenh.	05.06.06

3 X 800 M

8:15,2	Christina Wolterink- Daniela Brandt- Regina Hoffmann	Remels	26.04.86
8:00,6	Angelina Janßen- Lena Bohlken- Marina Barkhoff	Remels	10.05.03

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	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	Marienhafen	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	Marienhafte	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	Marienhafte	01.10.94
9,42	Anke Trei	Marienhafte	11.08.95
9,62	Lena Bohlken	Marienhafte	09.06.04
9,74	Lena Bohlken	Leer	30.04.05
9,76	Lena Bohlken	Marienhafte	25.05.05
10,25	Sabine Habben	Marienhafte	17.05.06
10,31	Laura Hellmann	Göttingen	23.06.19
10,41	Janna Dirks	Marienhafte	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	MARIENHAFTE	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 (1kg)

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	MARIENHAFTE	05.07.84
24,50	DANIELA GRAN	MARIENHAFTE	27.08.85
25,38	REGINA HOFFMANN	MARIENHAFTE	08.07.86
26,54	REGINA HOFFMANN	WIRDUM	18.10.86
27,04	REGINA HOFFMANN	WIRDUM	18.04.87

27,50	ASTRID AHREND	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	Marienhaf	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	MARIENHAF	18.09.86
19,70	ASTRID AHREND	WIRDUM	06.07.87
21,00	ASTRID AHREND	MARIENHAF	03.08.87
22,98	DANIELA GRAN	MARIENHAF	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	Marienhaf	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		

Anja Riemeyer, Mareke Heyken	Emden	25.09.11
------------------------------	-------	----------

D M M / Bezirksliga

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

Fünfkampf Mannschaft

6032	Lena Bohlken Lena Sinning- Sabine Habben	Moorhusen	04.07.11
6504	Lena Bohlken-Lena Sinning Sabine Habben	Moorhusen	15.07.12