

Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
100 Meter				
11,37 +1,5	Schirdewan, Patrick	2002	Aurich	29.06.2018
11,44 +0,3	Heeren, Jeremias	2004	Oldenburg	22.05.2022
11,55 +0,0	Saathoff, Tim	1993	Verden	25.09.2011
11,7	Hoogestraat, Nils	1990	Leer	29.04.2006
11,98 +0,3	Becker, Nils	1994	Zeven	26.05.2012
11,8	Peters, Stefan	1979	Emden	21.07.1997
12,27 -0,1	Schneider, Finn	2003	Stuhr	05.05.2019
12,65 -1,1	Schnackenberg, Tom	1998	Garbsen	01.05.2014
12,70 +0,2	Hummerich, Niklas	1995	Delmenhorst	13.05.2012
12,79 -1,2	Grebener, Jann	1994	Papenburg	22.05.2011
12,92 +0,0	Niehues, Marten	1998	Papenburg	27.09.2013
13,19 -0,2	Diekmann, Sascha	1995	Delmenhorst	13.05.2012
13,22 +0,0	Eden, Jan-Luka	1998	Papenburg	27.09.2013
13,27 +1,5	Huang, Phi-Tam	2002	Verden	29.04.2017
13,8	Janssen, Peter		Emden	08.06.1991
14,7	Schuchardt, Reiner		Emden	08.06.1991
200 Meter				
23,10 +0,0	Saathoff, Tim	1993	Verden	28.04.2012
23,22 +0,6	Schirdewan, Patrick	2002	Zeven	20.05.2018
23,96 +1,5	Becker, Nils	1994	Verden	30.04.2011
23,99 -1,4	Heeren, Jeremias	2004	Oldenburg	22.05.2022
24,82 +0,0	Schneider, Finn	2003	Verden	27.04.2019
25,00 +1,4	Hummerich, Niklas	1995	Zeven	27.05.2012
25,30 +1,3	Schnackenberg, Tom	1998	Garbsen	01.05.2014
26,76 +1,4	Diekmann, Sascha	1995	Zeven	27.05.2012
28,39 -1,8	Klus-Brauner, Michael	1971	Meppen	20.07.2014
31,18	Wiegandt, Helmut	1944	Hannover	27.06.2004
400 Meter				
49,48	Saathoff, Tim	1993	Zeven	11.06.2011
53,91	Schirdewan, Patrick	2002	Leer	01.09.2018
54,16	Becker, Nil	1994	Osnabrück	16.05.2012
800 Meter				
1:58,09	Saathoff, Tim	1993	Delmenhorst	13.05.2012
2:01,88	Ebel, Felix	2003	Hamburg	29.06.2019
2:05,53	Grebener, Jann	1994	Verden	28.04.2012
2:08,20	Steffens, Derk	2001	Oldenburg	21.05.2017
2:08,64	Schneider, Finn	2003	Zeven	20.05.2018
2:14,81	Weermann, Fabian	2005	Oldenburg	22.05.2022
2:14,97	Schnackenberg, Tom	1998	Celle	30.06.2012
2:11,80	Sandersfeld, Marius	2004	Braunschweig	20.06.2019

Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
800 Meter				
2:21,64	Hummerich, Niklas	1995	Zeven	12.06.2011
2:21,5	Ghafari, Omid	1999	Emden	04.04.2017
2:23,3	Boomgaarden, Timo	1992	Emden	22.09.2006
2:24,88	Diekmann, Sascha	1995	Verden	27.04.2013
2:41,22	Wermerßen, Lars	2002	Leer	11.06.2016
2:42,19	Fritzen, Jakob	2009	Oldenburg	18.09.2022
2:52,8	Doden, Johann	1959	Emden	03.09.2013
2:54,7	Concheiro, Kai	1985	Emden	04.04.2017
1.000 Meter				
2:42,31	Steffens, Derk	2001	Oldenburg	21.06.2017
2:44,61	Schnackenberg, Tom	1998	Papenburg	25.09.2015
2:45,50	Saathoff, Tim	1993	Verden	25.04.2011
2:48,16	Ebel, Felix	2003	Lingen	26.04.2019
2:49,78	Grebener, Jann	1994	Verden	25.09.2011
2:51,65	Schneider, Finn	2003	Papenburg	22.09.2017
2:56,95	Köhler, Jan-Aiko	1997	Papenburg	28.09.2012
3:03,06	Niehues, Marten	1998	Papenburg	27.09.2013
3:03,40	Weermann, Fabian	2005	Papenburg	25.09.2020
3:05,3	Eickholt, Matthias	1986	Emden	14.04.2014
3:11,8	Peters, Fritz	1953	Dörpen	02.08.1996
3:12,64	Steffens, Derk	2001	Papenburg	25.09.2015
3:20,3	Klus-Brauner, Michael	1971	Dörpen	02.08.1996
3:36,9	Brem, Thomas	1971	Emden	14.04.2014
3:39,7	Diekmann, Sascha	1995	Aurich	29.05.2009
3:42,8	Danneker, Michael	1970	Emden	14.04.2014
1.500 Meter				
3:53,28	Ebel, Felix	2003	Karlsruhe	21.05.2022
4:12,54	Steffens, Derk	2001	Berlin	25.06.2017
4:26,31	Grebener, Jann	1994	Stuhr	05.05.2012
4:30,8	Wilken, Klaus	1974	Leer	10.09.1994
4:45,31	Miege, Rouven-Manuel	2001	Oldenburg	12.05.2019
4:49,48	Peters, Fritz	1953	Delmenhorst	11.08.1996
4:59,43	Klus-Brauner, Michael	1971	Meppen	20.07.2014
5:06,93	Hummerich, Niklas	1995	Zeven	11.06.2011
1 Meile				
4:46,7	Harms, Stephan	1970	Emden	10.09.2004
4:56,8	Menz, Jan	1979	Emden	09.09.2005
4:58,6	Brauner, Michel	1971	Emden	10.09.2004
5:05,1	Jürrens, Harry	1957	Emden	10.08.2001
5:07,94	Eickholt, Matthias	1986	Emden	04.06.2014
5:15,1	Schmedding, Dominik	1966	Emden	12.09.2003



Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
1 Meile				
5:16,1	Mertins, Dirk	??	Emden	04.09.1998
5:17,1	Ehrlich, Heinz	1961	Emden	25.08.2000
5:17,9	Krawietz, Leander	1971	Emden	12.08.2009
5:19,7	Dietz, Ralf	1952	Emden	25.08.2000
5:21,1	Becker, Axel	1960	Emden	04.09.1998
5:21,4	Frerichs, Manfred	1958	Emden	21.09.2007
5:22,4	Büttner, Volker	1970	Emden	09.08.2002
5:23,7	Bednorz, Karl-Heinz	1963	Emden	12.09.2003
5:24,4	Beckmann, Rolf	1960	Emden	25.08.2000
5:25,7	Voß, Hermann	1953	Emden	03.09.1999
5:28,6	Peters, Carsten	1961	Emden	09.08.2002
5:32,0	ter Jung, Frank	1960	Emden	09.08.2002
5:34,2	Sweers, Siegfried	1955	Emden	03.09.1999
5:38,3	Peters, Hans-Wilhelm	1954	Emden	25.08.2000
3.000 Meter				
8:28,39	Ebel, Felix	2003	Pfungstadt	29.05.2021
8:58,1	Harwardt, Valentin	1977	Aurich	30.06.1995
9:24,9	Wilken, Klaus	1974	Aurich	30.06.1995
9:26,0	Schulz, Martin	1969	Alfeld	09.06.1992
9:32,8	Ibrahim, Mahmud	1993	Emden	18.06.2019
9:33,0	Fleißner, Hermann	1974	Aurich	13.07.2007
9:33,54	Steffens, Derk	2001	Göttingen	11.06.2017
9:35,4	Janssen, Ingo	1985	Emden	20.03.2013
9:39,9	Brauner, Michael	1971	Aurich	23.07.2004
9:45,0	Melles, Thorsten	1972	Delmenhorst	11.08.1996
9:46,69	Jürrens, Harry	1957	Oldenburg	26.08.2001
9:47,2	Grebener, Jann	1994	Warsingsfehn	20.08.2013
9:52,4	Eickholt, Matthias	1986	Suderburg	03.09.2014
9:58,1	Fisser, Manfred	1950	Aurich	16.08.1991
9:59,7	Bergmann, Martin	1987	Emden	18.06.2019
10:01,0	Schmidt, Gernot	1946	Aurich	31.07.1992
10:04,69	Weermann, Fabian	2005	Oldenburg	21.07.2021
10:09,2	Dannehl, Richard	1945	Aurich	31.07.1992
10:09,6	Köhler, Jan-Aiko	1997	Emden	19.03.2004
10:13,5	Peters, Fritz	1953	Aurich	16.08.1991
10:14,31	Sandersfeld, Marius	2004	Verden	02.09.2017
10:20,2	Strunz, Enrico	1952	Aurich	16.08.1991
10:20,3	Krawietz, Leander	1971	Emden	18.03.2011
10:26,3	Schmidt-Dannehl, Markus	1973	Emden	19.03.2014
10:28,1	Dietz, Ralf	1952	Aurich	19.08.1998
10:42,3	Kockelmann, Alfons	1956	Aurich	24.06.1994
10:43,2	Meyer, Edo	1951	Aurich	24.06.1994

Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
3.000 Meter				
10:43,8	Bartsch, Frank	1972	Aurich	23.07.2004
10:57,1	Rohlfs, Holger	1967	Emden	18.06.2019
5.000 Meter				
14:53,22	Ebel, Felix	2003	Rostock	30.07.2021
15:18,8	Harwardt, Valentin	1977	Aurich	27.06.1997
16:14,33	Janssen, Ingo	1985	Papenburg	27.09.2013
16:14,99	Ibrahim, Mahmud	1993	Papenburg	27.09.2019
16:16,04	Wilken, Klaus	1974	Papenburg	30.09.1994
16:27,6	Brauner, Michael	1971	Aurich	09.07.2004
16:31,3	Jürrens, Harry	1957	Leer	08.09.2001
16:33,82	Schulz, Martin	1969	Leer	13.06.1995
16:34,8	Harms, Stephan	1970	Aurich	22.07.2005
16:43,4	Melles, Thorsten	1972	Aurich	05.07.1996
16:52,81	Bergmann, Martin	1987	Papenburg	27.09.2019
16:53,20	Berg, Michael	1968	Emden	07.09.1996
16:53,7	Schmidt, Gernot	1946	Leer	20.03.1993
16:54,7	Steffens, Derk	2001	Emden	04.04.2017
16:56,8	Fleißner, Hermann	1974	Aurich	21.07.2006
17:02,90	Laade, Carsten	1968	Emden	07.09.1996
17:02,7	Frerichs, Johann	1966	Aurich	09.08.1991
17:04,0	Fisser, Manfred	1950	Leer	30.03.1991
17:25,8	Miege, Rouven-Manuel	2001	Emden	26.04.2022
17:34,01	Köhler,Jan-Aiko	1997	Papenburg	26.09.2014
17:35,6	Strunz, Enrico	1952	Aurich	09.08.1991
17:36,6	Dannehl, Richard	1945	Aurich	07.08.1992
17:39,9	Peters, Fritz	1953	Leer	14.09.1991
17:41,1	Zakobielski, Uwe	1961	Leer	20.04.1991
17:50,9	Busse, Peter	1965	Emden	17.07.2012
17:53,1	Schmidt-Dannehl, Markus	1973	Emden	17.07.2012
10.000 Meter				
32:03,0	Harwardt, Valentin	1977	Wars'fehn	22.08.1999
33:30,37	Ibrahim, Mahmud	1993	Wars'fehn	03.09.2019
33:39,2	Wilken, Klaus	1974	Remels	02.09.1994
33:39,5	Janssen, Ingo	1985	Wars'fehn	20.08.2013
34:00,8	Harms, Stephan	1970	Wars'fehn	18.08.2004
34:01,4	Menz, Jan	1979	Aurich	02.04.2005
34:47,8	Jürrens, Harry	1957	Aurich	12.04.2002
34:59,0	Melles, Thorsten	1972	Aurich	12.07.1996
35:13,9	Fleißner, Hermann	1974	Aurich	08.04.2006
35:46,2	Eickholt, Matthias	1986	Wars'fehn	29.07.2014
35:48,16	Köhler,Jan-Aiko	1997	Wars'fehn	21.08.2018

Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
10.000 Meter				
35:49,1	Fisser, Manfred	1950	Bunde	06.09.1991
35:51,0	Schmidt, Gernot	1946	Aurich	14.08.1992
35:54,4	Strunz, Enrico	1952	Bunde	06.09.1991
35:57,6	Schulz, Martin	1969	Aurich	30.07.1993
36:18,04	Bergmann, Martin	1987	Wars'fehn	21.08.2018
36:48,0	Peters, Fritz	1953	Bunde	06.09.1991
36:51,9	Krawietz, Leander	1971	Wars'fehn	10.08.2010
36:53,8	Busse, Peter	1965	Wars'fehn	10.08.2010
37:03,5	Kirschke, Helmut	1953	Wars'fehn	25.03.1995
37:05,8	Dannehl, Richard	1945	Aurich	30.07.1993
37:17,0	Voß, Hermann	1953	Bunde	06.09.1991
38:03,1	Schmedding, Dominik	1966	Emden	29.10.2006
38:09,7	Dietz, Ralf	1952	Ihlow	06.09.1996
38:16,13	Rohlf, Holger	1967	Wars'fehn	01.09.2020
5 km Lauf				
17:09	Ibrahim, Mahmud	1993	Emden	28.05.2022
17:11	Bergmann, Martin	1987	Marienhaf	18.04.2022
17:27	Steffens, Derk	2001	Norden	23.04.2016
17:33	Miege, Rouven-Manuel	2001	Emden	28.05.2022
17:52	Ebel, Felix	2003	Garrel	15.09.2018
17:52	Weermann, Fabian	2005	Papenburg	24.04.2022
18:00	Köhler, Jan-Aiko	1997	Münkeboe	24.08.2012
18:04	Sandersfeld, Marius	2004	Lingen	26.04.2019
18:09	Eickholt, Matthias	1986	Gristede	01.05.2022
18:10	Mennenga, Ralf	1976	Emden	28.05.2022
10 km Lauf				
31:01	Ebel, Felix	2003	Hannover	03.04.2022
31:45	Harwardt, Valentin	1977	Oldenburg	08.03.1997
32:58	Menz, Jan	1979	Otterndorf	20.03.2005
33:05	Ibrahim, Mahmud	1995	Garrel	14.09.2019
33:29	Janssen, Ingo	1985	Emden	01.06.2013
33:44	Eiben, Reinke	1985	Emden	02.06.2018
33:47	Harms, Stephan	1970	Norden	30.04.2005
34:31	Fleißner, Hermann	1974	Upjever	24.08.2007
34:34	Steffens, Derk	2001	Essen	25.11.2017
34:37	Brauner, Michael	1971	Emden	12.06.2004
34:38	Ibrahim, Mahmud	1993	Oldenburg	21.10.2018
34:40	Jürrens, Harry	1957	Emden	01.06.2002
34:57	Eickholt, Matthias	1986	Norden	13.04.2013
35:08	Bergmann, Martin	1987	Oldenburg	08.03.2020
35:16	Köhler, Jan-Aiko	1997	Norden	23.04.2016



Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
10 km Lauf				
35:19	Ringering, Onno	1968	Ofen	03.10.2008
35:47	Wilken, Klaus	1974	Wilhelmshaven	16.05.1996
35:54	Fisser, Manfred	1950	Wilhelmshaven	16.05.1996
36:00	van Laaaten, Jan-Hendrik	1979	Appingedam/NED	29.06.2013
36:19	Schmedding, Dominik	1966	Marienhafe	12.04.2004
10 km Str. Mannschaft				
01:47:35	Ender LG		Oldenburg	08.03.2020
33:15:00	Ibrahim, Mahmud	1993		
35:08:00	Bergmann, Martin	1987		
39:12:00	Rohlf, Holger	1967		
01:48:49	Ender LG		Oldenburg	08.03.2015
35:59:00	Janssen, Ingo	1985		
36:16:00	Köhler, Jan-Aiko	1997		
36:34:00	van Laaten, Jan-Hendrik	1979		
Halbmarathon				
1:11:52	Harwardt, Valentin	1977	Emmerthal	11.05.1997
1:15:06	Janssen, Ingo	1985	Dunum	06.04.2013
1:15:12	Wilken, Klaus	1974	Dunum	09.10.1994
1:16:01	Berg, Michael	1968	Kaiserslautern	30.03.1996
1:16:18	Ibrahim, Mahmud	1993	Bremen	07.10.2018
1:17:01	Harms, Stephan	1970	Löningen	25.06.2005
1:17:41	Eickholt, Matthias	1986	Dunum	06.04.2013
1:17:57	Fisser, Manfred	1950	Rheinzabern	08.04.1995
1:18:06	Bergmann, Martin	1987	Dunum	19.06.2022
1:18:09	Fleißner, Hermann	1974	Dunum	31.03.2007
1:18:31	Köhler, Jan-Aiko	1997	Hannover	07.04.2019
1:18:42	Jürrens, Harry	1957	Zeven	04.10.2007
1:19:53	van Laaten, Jan-Hendrik	1979	Zeven	29.03.2015
1:20:34	Schmedding, Dominik	1966	Westerstede	22.05.2004
1:21:04	Schmidt, Gernot	1946	Schortens	10.10.1993
1:21:32	Schulz, Martin	1969	Dunum	22.10.1995
1:21:41	Kirschke, Helmut	1953	Dunum	11.10.1993
1:21:44	Ringering, Onno	1968	Dunum	25.03.2006
1:22:10	Peters, Carsten	1961	Dunum	15.09.2001
1:22:22	Peters, Fritz	1953	Dunum	11.10.1993
Halbmarathon - Mannschaft				
03:55:03	Ender LG Harwardt / Fisser / Voß		Löningen	27.10.1996
04:10:31	Ender LG Bergmann / de Vries,.....		Hannover	07.04.2019

Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
Marathon				
2:36:50	Eiben, Reinke	1985	Bremen	01.10.2017
2:43:05	Ibrahim, Mahmud	1993	Bremen	06.10.2019
2:44:33	Harms, Stephan	1970	Bremen	25.09.2005
2:44:35	Jürrens, Harry 1957	1957	Berlin	30.09.2001
2:44:57	Berg, Michael	1968	Hasede	16.06.1996
2:48:53	Köhler, Jan-Aiko	1997	Hamburg	28.04.2019
2:50:43	Mennenga, Ralf	1976	Hamburg	17.04.2016
2:51:20	Strunz, Enrico	1952	Hamburg	24.04.1994
2:52:35	Schulz, Martin	1969	Hamburg	30.04.1995
2:52:37	Fleißner, Hermann	1974	Bremen	24.09.2006
2:54:14	Ringering, Onno	1968	Köln	07.10.2007
2:54:25	Schmidt, Gernot	1946	Hannover	12.04.1992
2:54:53	Schmedding, Dominik	1966	München	14.10.2007
2:55:04	Bergmann, Martin	1987	Hamburg	28.04.2019
2:56:47	Eickholt, Matthias	1986	Bremen	05.10.2014
2:58:29	Voß, Hermann	1953	Herzlake	31.10.1993
2:59:32	Peters, Fritz	1953	Herzlake	31.10.1993
3:00:01	Peters, Carsten	1961	Steinfurt	17.03.2001
3:00:13	Beckmann, Rolf	1960	Hamburg	27.04.2003
3:01:33	Klüver, Gerhard	1960	Hamburg	24.04.2005
100 km Lauf				
12:08:36	Buffen, Ferdinand	1938	Rheine-Elte	04.09.1993
Stundenlauf				
17.325m	Harms, Stephan	1970	Emden	31.10.2004
16.933m	Jürrens, Harry	1957	Emden	28.10.2001
16.890m	Janssen, Ingo	1985	Emden	30.10.2016
16.260m	Ibrahim, Mahmud	1993	Emden	24.10.2021
16.190m	Eickholt, Matthias	1986	Emden	28.10.2012
16.061m	Köhler, Jan-Aiko	1997	Emden	30.10.2016
16.035m	Zakobielski, Uwe	1961	Leer	08.05.1991
15.980m	Krawietz, Leander	1971	Emden	31.10.2010
15.756m	Schmedding, Dominik	1966	Emden	26.10.2003
15.290m	Füllgraf, Bernd	1959	Leer	08.05.1991
15.186m	Brandenburg, Matthias	1961	Emden	31.10.1999
15.109m	Rohlfs, Holger	1967	Emden	24.10.2021
15.100m	Frerichs, Johann	1966	Marienhaf	05.07.1991
15.030m	Peters, Carsten	1961	Emden	27.10.2002



Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
Stundenlauf				
14.990m	Peters, Fritz	1953	Leer	08.05.1991
14.990m	Schmidt-Dannehl, Markus	1973	Emden	03.11.2013
14.850m	Schröder, Frank	1970	Emden	31.10.2010
14.720m	Busse, Peter	1965	Emden	29.10.2006
14.622m	Frerichs, Manfred	1958	Emden	31.10.2004
14.620m	Peters, Hans-Wilhelm	1954	Emden	29.10.2000
5 x 10 km - Staffel				
03:08:32	Ender LG (Dietz / Strunz / Voss / Ehrlich / Harwardt)		Oldenburg	26.06.1999
400 Meter Hürden				
58,79	Saathoff, Tim	1993	Leer	09.06.2012
60,13	Becker, Nils	1994	Zeven	27.05.2012
Weitsprung				
6,52m +1,0	Karsten, Jonah	2000	Göttingen	22.04.2019
5,48m +0,4	Heeren, Jeremias	2004	Stuhr	05.05.2019
5,28m	Hoogestraat, Nils	1990	Leer	29.04.2006
5,27m	Schneider, Finn	2003	Emden	25.04.2018
5,02m +0,0	Hummerich, Niklas	1995	Papenburg	30.09.2015
5,02m +0,2	Klus-Brauner, Michael	1971	Meppen	20.07.2014
4,62m +0,0	Huang, Phi-Tam	2002	Verden	29.04.2017
4,46m -1,4	Schnackenberg, Tom	1998	Wehdel	01.05.2012
4,38m	Ebel, Felix	2003	Leer	11.06.2016
4,36m +0,7	Wermerßen, Lars	2002	Leer	11.06.2016
3,72m	Meiners, Dajo	2003	Borkum	18.07.2015
3,65m +0,0	Behrens, Mattis	2009	Papenburg	12.09.2021
3,63m	Klein, Thorben	2004	Papenburg	11.09.2016
3,37m +0,0	Diekmann, Sascha	1995	Leer	25.04.2009
3,34m +0,0	Caldarelli, Giorgio	2001	Papenburg	13.09.2015
Hochsprung				
1,48m	Schnackenberg, Tom	1998	Leer	09.06.2012
Dreisprung				
11,95m +0,0	Saathoff, Tim	1993	Papenburg	30.09.2011
10,95m +0,0	Becker, Nils	1994	Papenburg	30.09.2011
Kugelstoß				
7,80m	Schuchardt, Reiner		Emden	08.06.1991



Ergebnis	Name	Jg.	Veranstaltungsort	Datum
Diskus				
19,91m	Klus-Brauner, Michael	1971	Meppen	20.07.2014
Speer				
31,53m	Klus-Brauner, Michael	1971	Meppen	20.07.2014
Fünfkampf				
2.233 Punkte	Klus-Brauner, Michael	1971	Meppen	20.07.2014