



# Bestenliste 2003

## Mönchengladbacher LG



**Hinweis:** Diese Liste wurde Anhand der uns zur Verfügung gestellten Ergebnislisten erstellt. Fehlt eine Leistung? Ist eine Falsch? Name falsch geschrieben? Bitte eine Nachricht an Euren Trainer oder an Hildegard Gathen. Ein Auszug der Ergebnisliste oder Kopie der Urkunde wäre wünschenswert. Laufzeiten mit zwei Stellen hinter dem Komma sind elektronisch gestoppte Zeiten. Diese sind von 50 m bis 200 m um 0,24 sec., bei 400 m um 0,14 sec. höher einzustufen als Handzeiten.

Inhalt: **Freiluft**

## Frauen

<b>100 m</b>	<i>14,7 Granderath, Andrea</i>	<i>74 MLG ( TVO )</i>	<i>08.10.2002</i>
	14,9 Granderath, Andrea	74 MLG ( TVO )	03.06.2003 MG-Giesenkirchen
	15,38 Vogt, Sandra	80 MLG	19.07.2003 Essen
<b>3.000 m</b>			
	11:40,3 Kanditt, Katja	77 MLG	10.10.2003 MG-Rheydt
<b>5 km</b>	<i>25:25 Adolf, Sabine</i>	<i>77 MLG</i>	<i>02.09.2002</i>
	20:44 Kanditt, Katja	77 MLG	06.04.2003 Korschenbroich
<b>10 km</b>	<i>42:33,43 Szczepanski, Katrin</i>	<i>78 MLG ( 1.FC )</i>	<i>21.06.2002</i>
	45:47 Kanditt, Katja	77 MLG	29.06.2003 MG-Rheydt
<b>10 Meilen</b>	<i>1:12:47 Szczepanski, Katrin</i>	<i>78 MLG ( 1.FC )</i>	<i>13.04.2002</i>
	1:12:52 Szczepanski, Katrin	78 MLG ( 1.FC )	05.04.2003 Brüggen
<b>Marathon</b>	<i>3:48:30 Szczepanski, Katrin</i>	<i>78 MLG ( 1.FC )</i>	<i>29.09.2002</i>
	3:48:35 Szczepanski, Katrin	78 MLG ( 1.FC )	11.05.2003 Bochum/Dortmund
	4:32:29 Adolf, Sabine	77 MLG	04.05.2003 Düsseldorf
<b>Weitsprung</b>	<i>4,52 Granderath, Andrea</i>	<i>74 MLG ( TVO )</i>	<i>08.10.2002</i>
	4,25 Granderath, Andrea	74 MLG ( TVO )	03.06.2003 MG-Giesenkirchen
<b>Kugelstoß 4,0 kg</b>	<i>10,28 Granderath, Andrea</i>	<i>74 MLG ( TVO )</i>	<i>08.10.2002</i>
	10,27 Granderath, Andrea	74 MLG ( TVO )	10.10.2003 MG-Rheydt
	8,95 Vogt, Sandra	80 MLG	22.03.2003 MG-Rheydt
<b>Diskuswurf 1,0 kg</b>			
	29,91 Granderath, Andrea	74 MLG ( TVO )	10.10.2003 MG-Rheydt
	25,22 Vogt, Sandra	80 MLG	19.07.2003 Essen
<b>Speerwurf 600 gr.</b>	<i>36,84 Granderath, Andrea</i>	<i>74 MLG ( TVO )</i>	<i>27.04.2002</i>
	32,35 Granderath, Andrea	74 MLG ( TVO )	10.10.2003 MG-Rheydt
<b>Hammerwurf 4,0 kg</b>	<i>32,13 Vogt, Sandra</i>	<i>80 MLG</i>	<i>07.06.2002</i>
	33,63 Vogt, Sandra	80 MLG	06.06.2003 MG-Rheydt
<b>Mehrkampf 100 /W</b>	<i>1.446 Granderath, Andrea</i>	<i>74 MLG ( TVO )</i>	<i>08.10.2002</i>
	1.315 Granderath, Andrea	74 MLG ( TVO )	03.06.2003 MG-Giesenkirchen
	14,9 - 4,25 - 9,71		

## W 30

## W 35

<b>1.500 m</b>	<i>4:58,70 Brauckmann, Birgit</i>	<i>67 MLG ( LGM )</i>	<i>01.05.2002</i>
	4:56,55 Brauckmann, Birgit	67 MLG ( LGM )	19.06.2003 Aachen
<b>5.000 m</b>	<i>17:46,70 Brauckmann, Birgit</i>	<i>67 MLG ( LGM )</i>	<i>03.08.2002</i>
	18:16,78 Brauckmann, Birgit	67 MLG ( LGM )	01.05.2003 Dülken

<b>5 km</b>	18:23 Brauckmann, Birgit 31:11 Joereßen, Birgit	67 MLG ( LGM ) 65 MLG ( 1.FC )	06.04.2003 Korschenbroich 29.06.2003 MG-Rheydt
<b>10 km</b>	<i>36:24 Brauckmann, Birgit</i> 37:30 Brauckmann, Birgit 43:51 Bröer, Renate	67 MLG ( LGM ) 67 MLG ( LGM ) 64 MLG	09.02.2002 01.03.2003 MG-Hardt 12.01.2003 MG-Giesenkirchen
<b>Marathon</b>	3:33:51 Smeets, Ursula 4:04:18 Brauckmann, Birgit	65 MLG 67 MLG ( LGM )	06.04.2003 Bonn 28.09.2003 Berlin

## W 40

<b>100 m</b>	<i>14,6 Kaiser, Anita</i> 14,18 Gathen, Hildegard	59 MLG ( TVO ) 63 MLG ( 1.FC )	08.10.2002 19.06.2003 Aachen
<b>200 m</b>	29,34 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	11.06.2003 Oedt
<b>400 m</b>	63,76 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	16.08.2003 Celle
<b>800 m</b>	2:27,06 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	15.08.2003 Celle
<b>1.500 m</b>	5:18,16 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	20.09.2003 Viersen
<b>3.000 m</b>	11:34,8 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	10.10.2003 MG-Rheydt
<b>5.000 m</b>	20:05,5 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	10.05.2003 Dülken
<b>5 km</b>	<i>21:35 Sindern, Gudrun</i> 20:26 Gathen, Hildegard 22:41 Sindern, Gudrun 26:57 Klepacz, Andrea 26:57 Payne, Karen	59 MLG ( LGM ) 63 MLG ( 1.FC ) 59 MLG ( LGM ) 61 MLG 62 MLG ( 1.FC )	13.01.2002 29.06.2003 MG-Rheydt 12.01.2003 MG-Giesenkirchen 29.06.2003 MG-Rheydt 07.09.2003 Heerlen/NL
<b>10 km</b>	43:24 Gathen, Hildegard 48:05 Payne, Karen	63 MLG ( 1.FC ) 62 MLG ( 1.FC )	04.10.2003 Waldniel 04.10.2003 Waldniel
<b>Marathon</b>	<i>4:33:22 Mauer, Inge</i> 4:54:33 Mauer, Inge	60 MLG 60 MLG	06.10.2002 04.05.2003 Düsseldorf
<b>Weitsprung</b>	<i>4,20 Kaiser, Anita</i> 4,39 Gathen, Hildegard	59 MLG ( TVO ) 63 MLG ( 1.FC )	08.10.2002 19.06.2003 Aachen
<b>Kugelstoß 4,0 kg</b>	<i>7,59 Kaiser, Anita</i> 8,28 Gathen, Hildegard	59 MLG ( TVO ) 63 MLG ( 1.FC )	08.10.2002 17.07.2003 Mönchengladbach

<b>Diskuswurf</b> 1,0 kg	21,06 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	10.10.2003 MG-Rheydt
<b>Speerwurf</b> 600 gr.	45,66 Thirtey, Ursula	62 MLG ( TVB )	19.06.2003 Aachen
	26,19 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	22.03.2003 MG-Rheydt
<b>Hammerwurf</b> 4,0 kg	19,80 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	06.06.2003 MG-Rheydt
<b>Mehrkampf</b> 100 /W	<i>1.207 Kaiser, Anita</i>	<i>59 MLG ( TVO )</i>	<i>08.10.2002</i>
	1.525 Gathen, Hildegard	63 MLG ( 1.FC )	17.07.2003 Mönchengladbach
	15,2 - 4,33 - 8,28		

### W 45

<b>5 km</b>	<i>22:21 Ziegler, Barbara</i>	<i>54 MLG ( LGM )</i>	<i>02.09.2002</i>
	24:22 Lipka, Inge	55 MLG	01.03.2003 MG-Hardt
<b>10 km</b>	<i>51:45 Lipka, Inge</i>	<i>55 MLG</i>	<i>23.11.2002</i>
	55:44 Kamps, Petra	58 MLG	29.06.2003 MG-Rheydt

### W 50

<b>200 m</b>	32,33 Link, Käthe	52 MLG ( LGM )	19.06.2003 Aachen
<b>400 m</b>	<i>71,56 Link, Käthe</i>	<i>52 MLG ( LGM )</i>	<i>19.08.2002</i>
	73,27 Link, Käthe	52 MLG ( LGM )	19.06.2003 Aachen
<b>5 km</b>	<i>32:40 Hendelkens, Christa</i>	<i>49 MLG</i>	<i>02.09.2002</i>
	22:22 Link, Käthe	52 MLG ( LGM )	06.04.2003 Korschenbroich
<b>10 km</b>	48:39 Deußen, Helga	50 MLG	29.11.2003 Süchteln
<b>Marathon</b>	4:04:18 Link, Käthe	52 MLG ( LGM )	28.09.2003 Berlin

