

LG Mönchengladbach

Bestenliste

Männer	Stand: 12.1.08	Name	Jg	Datum	Ort
100 m	10,7 sec	Weyermanns, Adi	1952	30.7.1982	Willich
200 m	22,7 sec	Zmrzly, Dirk	1966	17.6.1988	Mönchengladb.
400 m	50,12 sec	Zmrzly, Dirk	1966	19.7.1986	Mönchengladb.
800 m	1:54,28 min	Moll, Harald	1962	2.5.1987	Mönchengladb.
1.000 m	2:27,3 min	Moll, Harald	1962	9.6.1987	Aachen
1.500 m	3:52,99 min	Moll, Harald	1962	5.6.1987	Aachen
3.000 m	8:20,1 min	Wade, Geoff	1959	30.7.1982	Willich
5.000 m	14:37,6 min	Wade, Geoff	1959	23.7.1982	Willich
10.000 m	30:46,1 min	Watson, Paul	1961	24.4.1982	Mönchengladb.
110 m Hü (1,067)	15,1 sec	Zmrzly, Maik	1966	30.5.1985	Mönchengladb.
400 m Hü (0,914)	69,46 sec	Coenen, Richard	1946	24.5.1987	Mönchengladb.
3.000 m Hind.	9:44,9 min	Kent, Russel	1954	24.6.1981	Mönchengladb.
4 x 100 m	43,78 sec	R. Zachert - M. Zmrzly - D. Zmrzly - R. Pullwitt		8.9.1984	Bonn
4 x 400 m	3:26,4 min	R. Pullwitt - D. Zmrzly - A. Taube - R. Zachert		26.5.1984	Krefeld
3 x 1.000 m	min				
10.000 m BG	min				
Hoch	1,96 m	Swet, Arnd	1958	9.5.1981	Königswinter
Stabhoch	4,60 m	Schäfer, Tobias	1987	24.6.2007	Mönchengladb.
Weit	7,12 m	Gasior, Jürgen	1957	4.5.1983	Mönchengladb.
Dreisprung	12,59 m	Gasior, Jürgen	1957	4.9.1985	Mönchengladb.
Kugel 7,26 kg	15,51 m	Storms, Günter	1947	6.9.1981	Königswinter
Diskus 2 kg	47,86 m	Storms, Günter	1947	24.6.1981	Mönchengladb.
Hammer 7,26 kg	33,30 m	Gotzes, Theo	1924	27.8.1993	Minden
Speer 800 g	49,04 m	Storms, Günter	1947	18.7.1981	Mönchengladb.
Dreikampf	1.912 P.	Weyermanns, Adi 11,0 - 6,50 - 9,10	1952	31.8.1982	Mönchengladb.
Dreikampf M	5.382 P.			31.8.1982	Mönchengladb.
	1.912 P.	Weyermanns, Adi	1952		
	1.842 P.	Heinen, Walter	1957		
	1.628 P.	Lipka, Manfred	1949		
Int. Fünfkampf	3.008 P.	Zmrzly, Maik 6,59 - 38,84 - 23,1 - 32,96 - 4:55,0	1966	29.9.1984	Mönchengladb.
Int. Fünfkampf M	6.999 P.			11.9.1982	Mönchengladb.
	2.517 P.	Lipka, Manfred	1949		
	2.266 P.	Pullwitt, Rainer	1959		
	2.216 P.	Conen, Richard	1946		
Zehnkampf	5.895 P.	Ingram, Geoffrey 11,68 - 6,47 - 8,99 - 1,74 - 52,14 17,04 - 31,08 - 3,35 - 45,98 - 4:38,66	1968	1./2.10.94	Mönchengladb.
Zehnkampf M	0 P.			11.9.1982	Mönchengladb.
	P.				

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

Männer	Stand: 12.1.08	Name	Jg	Datum	Ort
		P.			
		P.			
DMM-Landesliga	13.189 P.			16.5.1982	Mönchengladb.
DAMM M30 Gr.A	12.310 P.			26.6.1982	Dormagen
DAMM M40 Gr.A	6.773 P.			16.5.1982	Mönchengladb.
DAMM M50 Gr.A	10.495 P.			18.6.1982	Mönchengladb.
10 km Straße	30:51,3 min	McBrien, Terence	1953	17.4.1982	Mönchengladb.
10 km Straße	1:35:37 Std			6.3.1985	Mönchengladb.
	31:02 min	Jansen, Korst	1954		
	32:11 min	Tucker, Brian	1946		
	32:24 min	Pullwitt, Rainer	1955		
Halbmarathon	1:10:43 Std	Stein, Luitger v.d.	1954	31.1.1993	Wegberg
Halbmarathon M	3:41:20 Std			31.1.1993	Wegberg
	1:10:43 Std	Stein, Luitger v.d.	1954		
	1:12:11 Std	Kunz, Martin	1971		
	1:18:26 Std	Jansen, Hans	1961		
Marathon	2:25:07 Std	Barber, Kenneth	1952	26.9.1982	Berlin
Marathon M	7:47:55 Std			25.10.1986	Essen
	2:29:54 Std	Küppers, Wolfgang	1950		
	2:31:43 Std	Stein, Luitger v.d.	1954		
	2:46:18 Std	Mädler, Werner	1949		
100 km Straße	8:15:18 Std	Hommers, Manfred	1951	22.4.1989	Rodenbach
100 km Str. M	27:33:51 Std			9.9.1989	Winschoten/NL
	8:32:51 Std	Lennartz, Heinz	1926		
	9:23:00 Std	Handtke, Walter	1941		
	9:38:00 Std	Hommers, Manfred	1951		
10 km G		min			
20 km G		min			

Hallen-Wettbewerbe

60 m	6,8 sec	Weyermanns, Adi	1952	7.2.1982	Dortmund
200 m	23,43 sec	Schäfer, Tobias	1987	7.1.2007	Dortmund
400 m	50,40 sec	Zmrzly, Dirk	1966	17.1.1988	Düsseldorf
800 m	1:58,81 min	Taube, Armin	1962	10.1.1987	Düsseldorf
1.000 m	2:45,9 min	Sindern, Rudi	1949	23.1.1983	Dortmund
1.500 m	4:16,0 min	Sindern, Rudi	1949	2.1.1983	Dortmund
3.000 m	8:46,23 min	Moll, Harald	1962	13.12.1987	Düsseldorf
60 m Hü (1,067)	9,54 sec	Sonnenburg, Fabian	1986	5.2.2006	Dortmund
3 x 1.000 m	7:56,47 sec	D. Zmrzly - A. Taube K. Hoffmann		13.2.1987	Düsseldorf
Hoch	1,83 m	Schäfer, Tobias	1987	12.1.2008	Dormagen
Stabhoch	4,20 m	Schäfer, Tobias	1987	12.1.2008	Dormagen
Weit	6,52 m	Ingram, Geoffrey	1968	22.1.1995	Dortmund
Kugel 7,26 kg	14,91 m	Storms, Günter	1947	7.3.1981	Düsseldorf

Älteste Vereinsbestleistung:

7.3.1981

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

Junioren	Stand: 17.5.08	Name	Jg	Datum	Ort
100 m	11,73 +0,8	Schäfer, Tobias	1987	9.6.2007	Wesel
200 m	23,32 +0,7	Schäfer, Tobias	1987	26.5.2007	Dormagen
400 m	50,12 sec	Zmrzly, Dirk	1966	19.7.1986	Mönchengladb.
800 m	1:55,99 min	Zmrzly, Dirk	1966	9.8.1986	Mönchengladb.
1.000 m	2:29,33 min	Zmrzly, Dirk	1966	15.7.1986	Essen
1.500 m	4:02,23 min	Hoffmann, Klaus	1964	25.7.1985	Dormagen
3.000 m	8:29,0 min	Watson, Paul	1961	18.5.1982	Mönchengladb.
5.000 m	14:46,5 min	Watson, Paul	1961	15.5.1982	Mönchengladb.
10.000 m	30:46,1 min	Watson, Paul	1961	24.4.1982	Mönchengladb.
110 m Hü (1,067)	15,1 sec	Zmrzly, Maik	1966	30.5.1985	Krefeld
400 m Hü (0,914)	sec				
3.000 m Hindf.	10:03,6 min	Taube, Armin	1962	24.6.1981	Mönchengladb.
4 x 100 m	sec				
4 x 400 m	min				
3 x 1.000 m	min				
3.000 m BG	min				
Hoch	1,86 m	Schäfer, Tobias	1987	29.4.2007	Kaarst
Stabhoch	4,60 m	Schäfer, Tobias	1987	24.6.2007	Mönchengladb.
Weit	6,46 m	Schäfer, Tobias	1987	17.5.2008	St. Tönis
Dreisprung	m				
Kugel 7,26 kg	10,19 m	Schäfer, Tobias	1987	9.6.2007	Wesel
Diskus 2 kg	32,96 m	Zmrzly, Maik	1966	29.9.1984	Mönchengladb.
Hammer 7,26 kg	m				
Speer 800 g	41,10 m	Schäfer, Tobias	1987	28.4.2007	Mönchengladb.
Dreikampf	1.658 P.	Sonnenburg, Fabian 11,9 - 5,91 - 9,69	1986	25.5.2006	Willich
Int. Fünfkampf	3.008 P.	Zmrzly, Maik 6,59 - 38,84 - 23,1 - 32,96 - 4:55,0	1966	29.9.1984	Mönchengladb.
Zehnkampf	5.514 P.	Schäfer, Tobias 11,94 - 6,04 - 9,28 - 1,78 - 52,60 18,30 - 25,58 - 4,40 - 39,53 - 5:17,26	1987	5./6.5.2007	Krefeld
10 km Straße	min				
Halbmarathon	1:12:11 Std	Kunz, Martin	1971	31.1.1993	Wegberg
Marathon	Std				
10 km G	min				
Hallen-Wettbewerbe					
60 m	7,74 sec	Schäfer, Tobias	1987	6.1.2008	Dortmund
200 m	23,43 sec	Schäfer, Tobias	1987	7.1.2007	Dortmund
400 m	sec				
60 m Hü (1,067)	9,54 sec	Sonnenburg, Fabian	1986	5.2.2006	Dortmund
Hoch	1,83 m	Schäfer, Tobias	1987	12.1.2008	Dormagen
Stabhoch	4,20 m	Schäfer, Tobias	1987	12.1.2008	Dormagen
Weit	6,08 m	Schäfer, Tobias	1987	6.1.2008	Dortmund

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

Junioren	Stand: 17.5.08	Name	Jg	Datum	Ort
Kugel 7,26 kg	10,00 m	Sonnenburg, Fabian	1986	5.2.2006	Dortmund

Älteste Vereinsbestleistung:

24.6.1981

LG Mönchengladbach

Bestenliste

männl. Jgd. A	Stand: 29.4.07	Name	Jg	Datum	Ort
100 m	11,1 sec	Zmrzly, Maik	1966	27.6.1984	Viersen
200 m	22,9 sec	Zachert, Rüdiger	1965	2.6.1984	Mönchengladb.
400 m	51,0 sec	Zmrzly, Dirk	1966	23.9.1984	Willich
800 m	1:53,85 min	Zmrzly, Dirk	1966	11.6.1984	Kevelaer
1.000 m	2:29,4 min	Zmrzly, Dirk	1966	18.6.1985	Aachen
1.500 m	4:01,10 min	Schouren, Frank	1971	2.7.1989	Essen
3.000 m	8:44,00 min	Schouren, Frank	1971	24.6.1989	Mönchengladb.
5.000 m	15:22,92 min	Kunz, Martin	1971	2.6.1989	Köln
10.000 m	min				
110 m Hü (0,991)	14,6 sec	Zmrzly, Maik	1966	19.5.1984	Mönchengladb.
110 m Hü (1,067)	sec				
400 m Hü (0,914)	59,80 sec	Zmrzly, Maik	1966	1.5.1984	Bonn
2.000 m Hind.	6:34,38 min	Wolfs, Ralf	1963	5.7.1981	Mönchengladb.
3.000 m Hind.	10:20,8 min	Taube, Armin	1962	22.7.1980	Dormagen
4 x 100 m	44,0 sec	C. Reich - D.Winkens (TVO) T. Meuser - B. Sahin		11.6.2006	Mönchengladb.
4 x 400 m	3:32,3 min	R. Zachert - D. Zmrzly - M. Zmrzly - K. Gunkel		29.5.1983	Mönchengladb.
3 x 1.000 m	7:50,29 min	M. Kunz - E. Kunz - F. Schouren		12.8.1989	Hamburg
5.000 m BG	min				
10.000 m BG	min				
Hoch	1,86 m	Bensberg, Marcel	1988	29.4.2007	Kaarst
Stabhoch	4,40 m	Schäfer, Tobias	1987	26.6.2005	Mönchengladb.
Weit	6,85 m	Zmrzly, Maik	1966	17.6.1984	Viersen
Dreisprung	12,50 m	Metzger, Hermann	1963	24.6.1981	Mönchengladb.
Kugel 6 kg	11,98 m	Zmrzly, Maik	1966	6.5.1984	Mönchengladb.
Kugel 7,26 kg	m				
Diskus 1,75 kg	36,46 m	Zmrzly, Maik	1966	11.8.1984	Mönchengladb.
Diskus 2 kg	29,22 m	Schäfer, Tobias	1987	18.9.2005	Kreuztal
Hammer 6 kg	22,54 m	Bensberg, Marcel	1988	22.10.2006	Mönchengladb.
Speer 800 g	44,18 m	Zmrzly, Maik	1966	15.9.1984	Mönchengladb.
Dreikampf	1.737 P.	Sonnenburg, Fabian	1986	29.4.2004	Mönchengladb.
		12,1 - 6,06 - 11,08			
Fünfkampf	3.307 P.	Zmrzly, Maik	1966	6.5.1984	Krefeld
		11,4 - 6,69 - 11,98 - 1,70 - 2:57,0			
Zehnkampf	6.155 P.	Zmrzly, Maik	1966	6/7.5.1984	Krefeld
		11,4 - 6,69 - 11,98 - 1,70 - 2:57,0			
		15,8 - 34,72 - 3,50 - 42,00 - 54,6			
Zehnkampf M	P.				
	P.				
	P.				
	P.				
DJMM	14.507 P.	LGM: M. Bensberg, C. Reich, F. Rukes,		10./11.6.2006	Mönchengladb.
Gruppe 1		T. Schäfer, P. Wendtland, N. Fuchs,			

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

männl. Jgd. A	Stand: 29.4.07	Name	Jg	Datum	Ort
		T. Meuser, B. Sahin, A. Kempin			
		M-T. Zech, P-R. Zech			
		TVO: D. Winkens, C. Woywod			
10 km Straße	34:26 min	Hanisch, David	1982	12.3.2000	Leverkusen
10 km Straße M	1:53:37 Std			28.2.1981	Mönchengladb.
	36:47 min	Wolfs, Ralf	1963		
	36:55 min	Gerhards, Rainer	1966		
	39:55 min	Zmrzly, Dirk	1966		
Halbmarathon	Std				
Marathon	Std				
10 km G	min				

Hallen-Wettbewerbe

60 m	7,1 sec	Nusselein, Norbert	1967	6.1.1985	Dortmund
200 m	23,1 sec	Zachert, Rüdiger	1965	18.12.1983	Dortmund
400 m	52,59 sec	Schäfer, Tobias	1987	5.2.2006	Dortmund
800 m	min				
1.000 m	2:37,4 min	Hoffmann, Klaus	1964	12.12.1982	Düsseldorf
1.500 m	4:05:34 min	Schouren, Frank	1971	22.1.1989	Dortmund
3.000 m	8:46:24 min	Schouren, Frank	1971	13.1.1989	Düsseldorf
60 m Hü (0,991)	8,6 sec	Zmrzly, Maik	1966	19.2.1984	Dortmund
60 m Hü (1,067)	sec				
4 x 200 m	1:33,38 min	B. Sahin - T. Meuser M. Bensberg - T. Schäfer		18.2.2006	Leipzig
Hoch	1,85 m	Bensberg, Marcel	1988	7.1.2007	Dortmund
Stabhoch	4,20 m	Schäfer, Tobias	1987	18.12.2005	Düsseldorf
Weit	6,57 m	Schäfer, Tobias	1987	17.12.2006	Düsseldorf
Kugel 6 kg	11,60 m	Sonnenburg, Fabian	1986	9.1.2005	Dortmund

Ältteste Vereinsbestleistung:

28.2.1981

LG Mönchengladbach

Bestenliste

männl. Jgd. B	Stand: 14.1.07	Name	Jg	Datum	Ort
100 m	11,0 sec	Nusselein, Norbert	1967	2.6.1984	Mönchengladb.
200 m	22,6 sec	Nusselein, Norbert	1967	19.5.1984	Mönchengladb.
400 m	51,1 sec	Sahin, Burak	1990	11.6.2006	Mönchengladb.
800 m	1:58,46 min	Zmrzly, Dirk	1966	3.7.1983	Krefeld
1.000 m	2:33,7 min	Zmrzly, Dirk	1966	15.7.1983	Krefeld
1.500 m	4:18,1 min	Zmrzly, Dirk	1966	7.7.1982	Mönchengladb.
3.000 m	9:27,7 min	Zmrzly, Dirk	1966	22.9.1982	Willich
5.000 m	min				
110 m Hü (0,914)	15,36 sec	Cieplik, Michael	1976	17.5.1992	Bergisch-Gladb.
110 m Hü (0,991)	16,12 sec	Sahin, Burak	1990	8.6.2006	Erkelenz
400 m Hü (0,84)	sec				
2.000 m Hind.	9:27,7 min	Zmrzly, Dirk	1966	22.9.1982	Willich
4 x 100 m	44,47 sec	D. Strauss - D. Winkens,TVO - F. Rukes - T. Schäfer		2.7.2004	Jena
3 x 1.000 m	8:45,64 min	R. Haigh - G. Stolte - U. Hansen		16.5.1985	Kevelaer
5.000 m BG	min				
Hoch	1,85 m	Schäfer, Tobias	1987	26.9.2004	Kevelaer
Stabhoch	4,00 m	Schäfer, Tobias	1987	22.6.2004	Krefeld
Weit	6,62 m	Meuser, Tobias	1990	10.9.2006	Düsseldorf
Dreisprung	m				
Kugel 5 kg	12,58 m	Neuwald, Hartmut	1969	15.9.1985	Aachen
Diskus 1,5 kg	37,12 m	Zmrzly, Thomas	1969	17.6.1984	Viersen
Diskus 1,75 kg	32,41 m	Schäfer, Tobias	1987	2.5.2004	Leverkusen
Hammer 5 kg	30,24 m	Schaffrath, Mario	1976	4.10.1992	Mönchengladb.
Speer 700 g	43,81 m	Bensberg, Marcel	1988	26.9.2004	Kevelaer
Speer 800 g	39,16 m	Schäfer, Tobias	1987	1.5.2005	Leverkusen
Dreikampf	1.909 P.	Sahin, Burak	1990	25.5.2006	Willich
		11,2 - 6,40 - 9,73			
Fünfkampf	3.297 P.	Schäfer, Tobias	1987	15.5.2004	Wesel
		11,97 - 6,18- 12,35 - 1,84 - 51,99			
Fünfkampf M	14.031 P.			15.5.2004	Wesel
	3.297 P.	Schäfer, Tobias	1987		
	2.908 P.	Winkens, Dominik - TVO	1988		
	2.875 P.	Reich, Christoph - TVO	1987		
	2.582 P.	Bensberg, Marcel	1988		
	2.369 P.	Rukes, Frédéric	1988		
Zehnkampf	6.163 P.	Schäfer, Tobias	1987	15./16.5.2004	Wesel
		11,97 - 6,18- 12,35 - 1,84 - 51,99			
		16,95- 33,48 - 3,70 - 43,61 - 4:41,05			
Zehnkampf M	15.360 P.			15./16.5.2004	Wesel
	6.163 P.	Schäfer, Tobias	1987		

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

männl. Jgd. B	Stand: 14.1.07	Name	Jg	Datum	Ort
	4.981 P.	Bensberg, Marcel	1988		
	4.216 P.	Rukes, Frédéric	1988		

DJMM Gruppe 2	8.315 P.	LGM: T. Meuser, F. Rukes, M. Bensberg, B. Sahin, P. Wendtland, L. Riecks, M-T. Zech, TVO: D. Winkens, C. Woywod, 1. FC: A. Böhm		11.9.2005	Bonn
------------------	----------	--	--	-----------	------

10 km Straße	min
15 km Straße	min
Halbmarathon	min
Marathon	min
5 km G	min

Hallen-Wettbewerbe

60 m	7,38 sec	Sahin, Burak	1990	19.3.2006	Düsseldorf
200 m	22,97 sec	Meuser, Tobias	1990	13.1.2007	Leverkusen
400 m	54,5 sec	Zmrzly, Maik	1966	7.3.1982	Dortmund
800 m	1:59,64 min	Zmrzly, Dirk	1966	31.1.1983	Dortmund
1.500 m	min				
60 m Hü (0,914)	8,68 sec	Sonnenburg, Fabian	1986	21.12.2003	Dortmund
4 x 200 m	1:36,7 min	T. Schäfer - D. Strauss - F. Rukes - C. Reich,TVO		29.2.2004	Düsseldorf
Hoch	1,75 m	Bensberg, Marcel	1988	23.1.2005	Dortmund
Stabhoch	3,80 m	Bensberg, Marcel	1988	15.1.2005	Leverkusen
Weit	6,59 m	Sahin, Burak	1990	14.1.2007	Leverkusen
Kugel 5 kg	11,88 m	Schäfer, Tobias	1987	15.12.2004	Dortmund

Älteste Vereinsbestleistung: 7.7.1982

LG Mönchengladbach

Bestenliste

M 15	Stand: 2.6.07	Name	Jg	Datum	Ort
100 m	11,7 sec	Meuser, Tobias	1990	18.6.2005	Mönchengladb.
200 m	26,09 sec	Rukes, Frédéric	1988	13.9.2003	Essen
300 m	41,54 sec	Beyer, Nion	1991	14.5.2006	Willich
1.000 m	2:46,0 min	Zmrzly, Dirk	1966	11.7.1981	Mönchengladb.
1.500 m	min				
2.000 m	6:59,3 min	Gerhards, Rainer	1966	4.7.1980	Huchem-Stamm.
3.000 m	9:47,6 min	Gerhards, Rainer	1966	1.5.1981	Viersen
80 m Hü (0,840)	11,73 sec	Cieplik, Michael	1976	22.9.1991	Wipperfürht
300 m Hü (0,840)	47,5 sec	Rukes, Frédéric	1988	3.10.2002	Mönchengladb.
4 x 100 m	52,28 sec	D. Weiß - N. Beyer B. Schulte - K. Cremers		14.5.2006	Willich
3 x 1.000 m	min				
3.000 m BG	min				
Hoch	1,76 m	Cieplik, Michael	1976	23.6.1991	Rhede
Stabhoch	3,33 m	Bensberg, Marcel	1988	2.8.2003	Wesel
Weit	6,15 m	Sahin, Burak	1990	12.6.2005	Krefeld
Dreisprung	m				
Kugel 4 kg	11,82 m	Cieplik, Michael	1976	22.9.1991	Wipperfürht
Kugel 5 kg	9,10 m	Weiß, Daniel	1992	17.5.2007	Köln
Diskus 1 kg	37,12 m	Zmrzly, Thomas	1969	17.6.1984	Viersen
Diskus 1,5 kg	27,42 m	Weiß, Daniel	1992	17.5.2007	Köln
Hammer 4 kg	36,18 m	Weiß, Daniel	1992	2.6.2007	Bottrop
Speer 600 g	43,28 m	Neuwald, Hartmut	1969	17.6.1984	Viersen
Speer 700 g	23,95 m	Osvath, Christoph	1991	24.9.2006	Düsseldorf
Ballwurf 200 g	56,50 m	Müller, Kay-Peter	1979	12.7.1994	Osterholz
Dreikampf	1.449 P.	Bensberg, Marcel 13,1 - 5,47 - 55,00	1988	17.7.2003	Mönchengladb.
Vierkampf	2.179 P.	Meuser, Tobias 11,7 - 5,50 - 1,64 - 10,47	1990	18.6.2005	Mönchengladb.
Achtkampf	4.181 P.	Sahin, Burak 12,10 - 5,78 - 9,15 - 1,72 26,55 - 2,70 - 38,19 - 3:04,77	1990	21./22.5.2005	Wesel
Achtkampf M	0 P.				
	P.				
	P.				
	P.				
Block-WK S	2.293 P.	Strauss, Dimitri 13,12 - 13,94 - 5,19 - 1,48 - 17,58	1987	22.6.2002	Wesel
Block-WK L	P.				
Block-WK W	P.				

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 15	Stand: 2.6.07	Name	Jg	Datum	Ort
DSMM Gruppe 2	8.310 P.	LGM: T. Schäfer, D. Strauss, F. Rukes M. Bensberg, P. Wendtland, M-T. Zech TVO: C. Reich, D. Winkens, D. Neeten J. Baumeister		5.7.2002	Mönchengladb.
5 km Straße	25:33 min	Hanisch, David	1982	8.2.1997	Mönchengladb.
10 km Straße	min				
5 km G	min				
Hallen-Wettbewerbe					
60 m	7,3 sec	Sahin, Burak	1990	6.3.2005	Düsseldorf
200 m	23,64 sec	Sahin, Burak	1990	18.12.2005	Dortmund
800 m	2:17,2 min	Rukes, Frédéric	1988	5.1.2003	Dortmund
1.000 m	3:00,7 min	Peitz, Tjark	1980	29.1.1995	Düsseldorf
60 m Hü (0,840)	9,01 sec	Sahin, Burak	1990	13.3.2005	Leverkusen
4 x 100 m	52,5 sec	M. Cieplik - M. Wildt - D. Conde - D. Crnkovic		29.1.1989	Düsseldorf
Hoch	1,59 m	Schäfer, Tobias	1987	24.2.2002	Düsseldorf
Stabhoch	2,60 m	Bensberg, Marcel	1988	9.2.2003	Düsseldorf
Weit	5,97 m	Schäfer, Tobias	1987	15.12.2002	Dortmund
Kugel 4 kg	10,62 m	Crnkovic, Daniel	1974	29.1.1989	Düsseldorf
Älteste Vereinsbestleistung:				1.5.1981	

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 14	Stand: 26.4.07	Name	Jg	Datum Ort
100 m	12,5 Sec	Rukes, Frédéric	1988	5.7.2002 Mönchengladb.
300 m	44,44 sec	Cremers, Knuth	1992	14.5.2006 Willich
1.000 m	3:01,1 min	Gerhards, Rainer	1966	28.9.1980 Krefeld
2.000 m	6:59,3 min	Gerhards, Rainer	1966	4.7.1980 Huchem-Stamm.
3.000 m	10:09,3 min	Riecks, Lukas	1989	22.6.2003 Kevelaer
80 m Hü (0,840)	12,94 sec	Schmitz, Sven	1980	11.6.1994 Mönchengladb.
300 m Hü (0,840)	sec			
3.000 m BG	min			
Hoch	1,56 m	Schäfer, Tobias	1987	9.6.2001 Mönchengladb.
Stabhoch	2,70 m	Beyer, Nion	1991	26.6.2005 Mönchengladb.
Weit	5,50 m	Mohnen, Ralf	1969	28.8.1983 Mönchengladb.
Kugel 4 kg	12,38 m	Zeleznik, Peter	1968	8.7.1982 Mönchengladb.
Diskus 1 kg	35,90 m	Zmrzly, Maik	1969	15.9.1983 Korschenbroich
Hammer 4 kg	21,42 m	Weiß, Daniel	1992	25.3.2006 Mönchengladb.
Speer 600 g	42,06 m	Mohnen, Ralf	1969	12.10.1983 Viersen
Ballwurf 200 g	63,00 m	Mohnen, Ralf	1969	8.5.1983 Mönchengladb.
	63,00 m	Langen, Thomas	1969	15.6.1983 Mönchengladb.
Dreikampf	1.222 P.	Feinendegen, Frederic 13,4 - 4,32 - 40,50	1993	26.4.2007 Mönchengladb.
Vierkampf	1.852 P.	Schäfer, Tobias 13,2 - 4,83 - 1,56 - 8,60	1987	9.6.2001 Mönchengladb.
Achtkampf	3.456 P.	Bensberg, Marcel 14,32 - 4,19 - 1,46 - 7,80 21,14 - 2,40 - 31,96 - 3:27,31	1988	28./29.9.2002 Krefeld
Block-WK S	2.211 P.	Rukes, Frédéric 12,98 - 13,75 - 5,00 - 1,40 - 14,26	1988	22.6.2002 Wesel
Block-WK L	P.			
Block-WK W	2.220 P.	Schäfer, Tobias 13,32 - 14,38 - 4,95 - 8,69 - 22,20	1987	20.5.2001 Krefeld
5 km Straße	18:46 min	Riecks, Lukas	1989	1.3.2003 Kempen
10 km Straße	min			
5 km G	min			
Hallen-Wettbewerbe				
60 m	8,08 sec	Wildt, Mark	1975	5.3.1989 Düsseldorf
300 m	40,07 sec	Rukes, Frédéric	1988	3.3.2002 Dortmund
1.000 m	3:17,8 min	Conde, Daniel	1975	29.1.1989 Düsseldorf
60 m Hü (0,840)	10,04 sec	Mohnen, Ralf	1969	23.1.1983 Düsseldorf
Hoch	1,60 m	Schäfer, Tobias	1987	22.12.2001 Dortmund
Weit	5,13 m	Mohnen, Ralf	1969	23.1.1983 Düsseldorf
Kugel 4 kg	10,56 m	Schmitz, Sven	1980	0.1.1994 Düsseldorf
Älteste Vereinsbestleistung:				4.7.1980

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 13	Stand: 25.8.07	Name	Jg	Datum	Ort
75 m	10,16 sec	Sisay, Caleb	1994	28.5.2007	Mönchengladb.
100 m	sec				
1.000 m	3:03,5 min	Fernandez, Daniel	1972	21.5.1985	Mönchengladb.
2.000 m	6:58,4 min	Fernandez, Daniel	1972	29.9.1985	Krefeld
3.000 m	10:55,1 min	Helten, Frank	1971	12.5.1984	Mönchengladb.
60 m Hü (0,762)	9,69 sec	Schmitz, Sven	1980	5.6.1993	Remscheid
4 x 75 m	43,4 sec	L. Hackstein - Berg - J. Bauß - J. Maaß		5.6.1982	
3 x 1.000 m	10:14,6 min	D. Wreschniok - M. Heck - S. Schmitz		15.5.1993	Mönchengladb.
2.000 m BG	min				
Hoch	1,64 m	Fernandez, Daniel	1972	29.9.1985	Krefeld
Stabhoch	m				
Weit (Zone)	5,00 m	Cieplik, Michael	1976	30.8.1989	Mönchengladb.
Kugel 3 kg	11,43 m	Schmitz, Sven	1980	7.10.1993	Mönchengladb.
Diskus 750 g	29,01 m	Schäfer, Tobias	1987	23.9.2000	Krefeld
Hammer 3 kg	m				
Speer 400 g	30,16 m	Schmitz, Sven	1980	7.10.1993	Mönchengladb.
Ballwurf 200 g	54,50 m	Schmitz, Sven	1980	18.9.1993	Mönchengladb.
Dreikampf	1.307 P.	Sisay, Caleb 10,28 - 4,94 - 37,50	1994	25.8.2007	Mönchengladb.
Vierkampf	1.796 P.	Sisay, Caleb 10,28 - 4,94 - 1,52 - 37,50	1994	25.8.2007	Mönchengladb.
Block-WK S	P.				
Block-WK L	1.912 P.	Bensberg, Marcel 11,34 - 12,14 - 4,51 - 38,50 - 3:37,30	1988	23.9.2001	Krefeld
Block-WK W	2.320 P.	Schäfer, Tobias 10,80 - 10,40 - 4,59 - 9,65 - 29,01	1987	23.9.2000	Krefeld
5 km Straße	18:48,0 min	Riecks, Lukas	1989	16.3.2002	Nettetal
2 km G	min				
Hallen-Wettbewerbe					
60 m	8,59 sec	Cremers, Knuth	1992	18.12.2005	Düsseldorf
1.000 m	3:24,07 min	Cremers, Knuth	1992	18.12.2005	Düsseldorf
60 m Hü (0,762)	11,90 sec	Richter, Guido	1983	0.1.1996	
4 x 100 m	57,39 sec	B. Schlebusch - M. Cieplik - Th. Schiffer - A. Heinen		24.1.1988	Düsseldorf
Hoch	1,40 m	Schäfer, Tobias	1987	10.12.2000	Dortmund
Weit (Zone)	4,98 m	Schäfer, Tobias	1987	10.12.2000	Dortmund
Kugel 3 kg	10,71 m	Weiß, Daniel	1992	18.12.2005	Düsseldorf
Älteste Vereinsbestleistung:				5.6.1982	

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 12	Stand: 25.3.07	Name	Jg	Datum	Ort
75 m	10,1 sec	Hackstein, Lutz	1970	15.5.1982	Mönchengladb.
1.000 m	3:13,4 min	Conde, Michael	1977	4.10.1989	Mönchengladb.
2.000 m	7:06,4 min	Riecks, Lukas	1989	24.8.2001	Mönchengladb.
60 m Hü (0,762)	10,9 sec	Fernandez, Daniel	1972	1.6.1984	Mönchengladb.
2.000 m BG	min				
Hoch	1,53 m	Fernandez, Daniel	1972	26.5.1984	Mönchengladb.
Stabhoch	m				
Weit (Zone)	4,91 m	Schlebusch, Bastian	1976	12.6.1988	Mönchengladb.
Kugel 3 kg	8,46 m	Mura, Marcus	1972	7.4.1984	Mönchengladb.
Diskus 750 g	24,77 m	Schäfer, Tobias	1987	18.9.1999	Willich
Hammer 3 kg	10,65 m	Zech, Maurice-Philipp	1991	5.10.2003	Mönchengladb.
Speer 400 g	27,52 m	Busch, Felix	1984	23.9.1995	Aachen
Ballwurf 200 g	48,00 m	Eßer, Oliver	1970	5.6.1982	Mönchengladb.
Dreikampf	1.102 P.	Skora Marcel 11,6 - 4,00 - 44,00	1991	20.7.2003	Mönchengladb.
Vierkampf	1.426 P.	Larmann, Daniel 11,0 - 4,10 - 1,24 - 32,00	1990	6.7.2002	Mönchengladb.
Block-WK S	P.				
Block-WK L	P.				
Block-WK W	P.				
5 km Straße	19:04 min	Riecks, Lukas	1989	24.2.2001	Mönchengladb.
2 km G	min				
Hallen-Wettbewerbe					
60 m	9,51 sec	Schwarz, Yannick	1995	25.3.2007	Düsseldorf
1.000 m	3:24,4 min	Riecks, Lucas	1989	28.1.2001	Düsseldorf
60 m Hü (0,762)	sec				
Hoch	1,26 m	Vohsen, Maximilian	1987	28.2.1999	Düsseldorf
Weit (Zone)	4,51 m	Schlebusch, Bastian	1976	24.1.1988	Düsseldorf
Kugel 3 kg	7,67 m	Mura, Marcus	1972	26.2.1984	Düsseldorf

Älteste Vereinsbestleistung:

15.5.1982

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 11	Stand: 20.7.03	Name	Jg	Datum	Ort
50 m	7,62 sec	Portz, Philip	1992	13.7.2003	Kempem
1.000	3:09,8 min	Moffat, Kevin	1973	26.5.1984	Krefeld
2.000 m	7:03,4 min	Moffat, Kevin	1973	12.5.1984	Mönchengladb.
4 x 50 m	30,6 sec	M. Conde - A. Cremer D. Fasters - T. Bartels		1.10.1988	Mönchengladb.
3 x 1.000 m	11:03,4 min	G. Schneider - D. Parnitzke - C. Mayer		15.5.1993	Schwalmtal
1.000 m BG	min				
Hoch	1,42 m	Fernandez, Daniel	1972	1.10.1983	Mönchengladb.
Weit (Zone)	4,74 m	Schlebusch, Daniel	1976	17.5.1987	Mönchengladb.
Schlagb. 80 g	52,00 m	Skora, Marcel	1991	22.9.2002	Kempem
Dreikampf	1.083 P.	Portz, Philip 7,6 - 4,20 - 37,00	1992	20.7.2003	Mönchengladb.
Vierkampf	1.390 P.	Portz, Philip 7,91 - 3,98 - 1,32 - 33,50	1992	25.5.2003	Viersen
Vierkampf M	5.422 P.			10.9.1994	Mönchengladb.
	1.330 P.	Kempken, Christian	1983		
	1.148 P.	Schneider; Gregor	1983		
	1.065 P.	Busch, Felix	1984		
	974 P.	Hilgers, Moritz	1983		
	905 P.	Hilgers, Tim	1984		
5 km Straße 1 km G	19:33 min min	Riecks, Lucas	1989	7.10.2000	Waldniel

Hallen-Wettbewerbe

50 m	7,91 sec	Mayer, Carsten	1982	7.3.1993	Düsseldorf
1.000 m	3:19,5 min	Moffat, Kevin	1973	26.2.1984	Düsseldorf
Weit (Zone)	3,96 m	Schäfer, Tobias	1987	29.11.1998	Düsseldorf
Hoch	1,25 m	Vohsen, Maximilian	1987	29.11.1998	Düsseldorf

Älteste Vereinsbestleistung:

1.10.1983

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 10	Stand: 15.9.02	Name	Jg	Datum	Ort
50 m	7,4 sec	Schlebusch, Bastian	1976	13.7.1986	Kaarst
1.000 m	3:15,7 min	Moffat, Kevin	1973	30.7.1983	Viersen
2.000 m	7:41,1 min	Weenen, Torsten	1972	25.9.1982	Krefeld
1.000 m BG	min				
Hoch	1,30 m	Schlebusch, Bastian	1976	29.6.1986	Mönchengladb.
Weit (Zone)	4,23 m	Portz, Philip	1992	15.9.2002	Euskirchen
Schlagb. 80 g	57,00 m	Eßer, Oliver	1970	13.9.1980	Mönchengladb.
Dreikampf	1.087 P.	Schlebusch, Bastian	1976	2.8.1986	Viersen
		8,0 - 4,04 - 46,50			
Vierkampf	1.291 P.	Mura, Marcus	1972	24.9.1982	Mönchengladb.
		8,6 - 3,86 - 1,16 - 45,00			
5 km Straße	20:52 min	Lowery, Jason	1977	31.3.1987	Nettetal
1 km G	min				

Hallen-Wettbewerbe

50 m	8,2 sec	Zech, Pascal-René	1990	19.3.2000	Düsseldorf
Weit (Zone)	3,45 m	Zech, Pascal-René	1990	19.3.2000	Düsseldorf
1.000 m	4:10,3 min	Vohsen, Johannes	1987	24.1.1999	Düsseldorf

Älteste Vereinsbestleistung:

24.9.1982

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 9	Stand: 10.5.03	Name	Jg	Datum	Ort
50 m	7,6 sec	Schlebusch, Bastian	1976	25.8.1985	Mönchengladb.
1.000 m	3:38,7 min	Reuen, Jonas	1994	10.5.2003	Dülken
4 x 50 m	sec				
Weit (Zone)	4,21 m	Schlebusch, Bastian	1976	30.8.1985	Jüchen
Schlagb. 80 g	41,00 m	Schlebusch, Bastian	1976	9.5.1985	Viersen
Dreikampf	1.019 P.	Reuen, Jonas 8,17 - 3,75 - 40,50	1994	20.9.2003	Euskirchen
Dreikampf M	3.178 P.			3.4.2003	Mönchengladb.
	935 P.	Reuen, Jonas	1994		
	796 P.	Kapell, René	1994		
	662 P.	Meuser, Steffen	1994		
	558 P.	Hemmelrath, Johannes	1994		
	227 P.	Bolzenius, Beda	1994		
3 km Straße	min				
M 8					
50 m	8,59 sec	Reuen, Jonas	1994	22.9.2002	Kempen
1.000 m	3:57,8 min	Reuen, Jonas	1994	4.10.2002	Mönchengladb.
Weit (Zone)	3,40 m	Peitz, Tjark	1980	18.6.1988	Mönchengladb.
Schlagb. 80 g	40,00 m	Reuen, Jonas	1994	15.9.2002	Willich
Dreikampf	849 P.	Peitz, Tjark 8,6 - 3,40 - 32,50	1980	18.6.1988	Mönchengladb.
3 km Straße	min				
Älteste Vereinsbestleistung:				9.5.1985	

LG Mönchengladbach**Bestenliste**

M 7	Stand: 25.8.07	Name	Jg	Datum	Ort
50 m	8,57 sec	Reuen, Jonas	1994	30.9.2001	Euskirchen
1.000 m	4:28,9 min	Hahnfeldt, Henry	1995	4.10.2002	Mönchengladb.
Weit (Zone)	3,37 m	Fuchs, Andreas	1980	6.9.1987	Mönchengladb.
Schlagb. 80 g	26,50 m	Peitz, Tjark	1980	6.9.1987	Mönchengladb.
Dreikampf	755 P.	Fuchs, Andreas	1980	6.9.1987	Mönchengladb.
		8,7 - 3,37 - 23,00			
3 km Straße	min				

M 6					
50 m	9,8 sec	Mayer, Carsten	1982	4.6.1988	Willich
Weit (Zone)	2,70 m	Mayer, Carsten	1982	22.8.1988	Mönchengladb.
Schlagb. 80 g	13,50 m	Tenner, Dominik	1982	18.6.1988	Mönchengladb.
Dreikampf	144 P.	Thanh Son, Dennis	2001	25.8.2007	Mönchengladb.
		12,36 - 1,91 - 8,00			

M 5		Name	Jg	Datum	Ort
50 m	10,8 sec	Riedel, Björn	1984	28.8.1989	Mönchengladb.
Weit (Zone)	2,46 m	Wehres, Meik	1977	15.5.1982	Mönchengladb.
Schlagb. 80 g	14,00 m	Wehres, Meik	1977	3.9.1982	Mönchengladb.
Dreikampf	263 P.	Wehres, Meik	1977	15.5.1982	Mönchengladb.
		13,1 - 2,46 - 13,00			

Älteste Vereinsbestleistung: 15.5.1982