



**Jahrbuch 2023**

**Leichtathletik**

## Trainingslager 2023

Zwei trainingsreiche Osterwochen liegen hinter den SLC Athletinnen und Athleten. In der ersten Woche ging es für 10 Trainingsfleißige der Gruppe von Detlef Steigerwald wie in den letzten Jahren ins Niedersächsische Westerstede.

Bei kaltem aber fast ausschließlich sonnigem Wetter wurden etliche Einheiten im Hössensportzentrum absolviert. Neben den klassischen „Schokorunden“ zum Einlaufen, durfte natürlich auch der Besuch eines Wellness-Bades am Trainingsfreien Nachmittag nicht fehlen.



## Trainingslager Norderney und Wipperfürth

Auch auf Norderney ging es in der zweiten Ferienwoche in 11 Trainingseinheiten für die U14 um Amélie Steins und Susanne Looschen (+ als weitere Betreuerin Nicole Löcher) und die U16 um Sebastian Thelen sportlich ans Eingemachte.

Neben den Technikeinheiten im Stadion des TuS Norderneys, waren natürlich vor allem die Trainingseinheiten am Strand sehr spaßig und eine gute Abwechslung zum normalen Training. In den Pausen wurden etliche Beach Volleyball Matches und Kicker Turniere ausgetragen. Auch das Eis in der Stadt oder ein abendlicher Strandspaziergang oder eine Runde Tabata durften natürlich nicht fehlen.



Ein großes Lob gab es am Ende für alle 29 Athletinnen und Athleten, die bis zum Ende das Training durchgezogen haben!

Für die U12 ging es 2023 wie im Vorjahr für ein langes Wochenende nach Wipperfürth. Unter der Leitung von Thorsten Schwab und Nicole Löcher bereiteten sich die Kinder auf die ersten Wettkämpfe vor, aber auch der Spaß kam mit vielen Spielen nicht zu kurz.

## Durchgeführte SLC Veranstaltungen 2023

- 05.03. – 17. KiLA-Sportfest (Halle)
- 15.04. – Rund um Solingen
- 29.04. – 18. KiLA-Sportfest
- 06.05. – 5. Klingensportfest
- 16.06. – 35. Klingenlauf
- 02.09. – Nordrhein Finale Jochen Appenroth Pokal U12
- 22.09. – SLC-Vereinsmeisterschaften
- 22.10. – 48. Müngstener Brückenlauf
- 03.12. – 47. Nikolaus Freundschaftslauf

## Meisterschafts Statistiken (Halle)

### **NRW Senioren Hallenmeisterschaften in Düsseldorf:**

**Bronze:** Britta Röhrig (Kugelstoßen)

### **Nordrhein Hallenmeisterschaften U18-M/F in Leverkusen:**

**Gold:** Jan Garweg (400m)

Finale: Nils Brandenburger (7./400m)

### **Regions Hallenmeisterschaften U16, U18, U20, M/F in Düsseldorf:**

**Gold:** Luis Kauermann (60m, 60mHü, Hochsprung), Josie Wegmann (Weit), Tim Kaiser (60m)  
Nils Heuser (800m), mU16 4x200m Staffel (Kauermann – Petscheleit – Gehrmann – Kaiser)

**Bronze:** Kai Gehrmann (Kugel)

Finale: Nils Petscheleit (4./800m), Sebastian Thelen (4./200m), Luca Vogel (5./200m), Luis Kauermann (5./Weit), Evamaria Mühlenbeck (5./Hochsprung), Carolina Looschen (6./60mHü + 8./Kugel), Jan Garweg (7./200m)

### **Regions Hallenmeisterschaften U14 in Düsseldorf:**

**Gold:** Eva Veit (Hochsprung), Lukas Löcher (60mHü), Florian Bali (Hochsprung), Simon Soßnitza (Kugel)  
**Silber:** Lena Wester (Hochsprung), Phil Heppel (Hochsprung), Florian Bali (60mHü + Kugel), 4xhalbe  
Runde Staffel (Gehring – Soßnitza – Heppel – Löcher)

**Bronze:** Phil Heppel (800m)

Finale: Enno Gehring (4./60mHü + 8./60m), Lukas Löcher (4./Weit + 7./60m), Sophie Pesch (5./800m + 8./60m), Julian Löcher (5./60m + 5./Weit), Simon Soßnitza (5./60m), Florian Bali (6./Weit), Marie Verrieth (7./800m), Emma Römer (7./Kugel), Emily Mintert (8./Weit), Maxi Jansen (8./Kugel)

### **Nordrhein Hallenmeisterschaften U16 in Düsseldorf:**

**Silber:** Tim Kaiser (60m)

Finale: Josie Wegmann (5./Weit + 5./60m), Luis Kauermann (5./60mHürden)

## Meisterschafts Statistiken (Freiluft)

### **Regionsmeisterschaften Langstaffel in Bottrop:**

**Gold:** Männer 4x400m Staffel (Thelen-Deinet-Vogel-Garweg)

**Silber:** mU18 3x1000m Staffel (Schrinner-Dall-Röhrig)

### **Regionsmeisterschaften Blockmehrkämpfe in Remscheid:**

**Gold:** Luis Kauermann (BL), Julian Löcher (BL), Lukas Löcher (BSS), Simon Soßnitza (BW)

**Bronze:** Florian Bali (BSS)

Finale: Philemon Heppel (4./BSS), Enno Gehring (5./BSS), Emily Mintert (5./BSS), Lena Wester (7./BSS), Liv Kuster (8./BSS)

### **Bergische Meisterschaften U12 in Remscheid:**

**Gold:** Ole Clauberg (800m), Jonas Hofmann (50mHü+Hochsprung), Emilia Ruano da Silva (50mHü+Hochsprung), Liselotte Truß (Ballwurf), Mathilda Höltken (50mHü)

**Silber:** 4x50m (Mertens-Hofmann-Clauberg-Lippert), Jonas Hofmann (800m), Liam Lippert (50mHü), Ole Clauberg (Hochsprung), Julius Merten (4-K), Lennard Schulz (50mHü), Tom Meyer (Hochsprung), Liselotte Truß (3-K), Emilia Ruano da Silva (4-K), Nele Golaszewski (50mHü)

**Bronze:** Ole Clauberg (50m), Liam Lippert (800m), Jonas Hofmann (4-K), Jelle Gehring (50mHü), Tom Meyer (50mHü+4-K), Liselotte Truß (800m), Frida Fendrich (50mHü+Ballwurf), Linn Schmidt (50mHü)

### **Regionsmeisterschaften Langstrecke und Langhürde in Solingen:**

**Gold:** Nils Heuser (3000m)

**Silber:** Eva Veit (2000m)

**Bronze:** Luis Kauermann (300mHü), Leon Röhrig (3000m)

Finale: Liv Kuster (4./2000m), Ella Krebs (5./2000m), Mia Veit (5./3000m), Bisrat Franke (5./2000m), Lauritz Flabb (5./3000m)

### **Regionsmeisterschaften Einzel U16-M/F in Uerdingen:**

**Gold:** Tim Kaiser (100m), Luis Kauermann (80mHü + 100m), Jan Garweg (400m)

**Silber:** Jonathan Mühlenbeck (Speer), Nils Brandenburger (400m)

**Bronze:** Gehrman-Kaiser-Franke-Kauerm. (4x100m), Luis Kauermann (Speer), Leonie Märkel (Diskus)

Finale: Bisrat Franke (4./800m + 6./Speer), Nils Heuser (4./800m), Kai Gehrman (4./Speer)

Evi Mühlenbeck (5./Hochsprung + 6./Speer), Sebastian Thelen (6./200m), Leon Röhrig (7./1500m)

### **Regionsmeisterschaften Einzel U14 in Essen:**

**Gold:** Simon Soßnitza (Diskus + Speer), Lukas Löcher (Hochsprung), Florian Bali (Kugel), Löcher-Gehring-Looschen-Löcher (4x75m)

**Silber:** Lena Wester (Hochsprung), Lukas Löcher (Speer), Simon Soßnitza (Ball + Kugel), Julian Löcher (Hochsprung + 800m), Florian Bali (Hochsprung)

**Bronze:** Eva Veit (Hochsprung), Enno Gehring (60mHü), Leonard Looschen (Ball), J. Löcher (Hoch)

Finale: Lukas Löcher (4./Weit+75m + 6./Ball + 7./60mHü), Marie Verrieth (4./Kugel + 5./800m +

8./Hochsprung), Felicitas Pakebusch (5./Hochsprung + 7. Ball), Leonard Looschen (4./800m +

5./75m), Julian Löcher (5./Weitsprung), Simon Soßnitza (5./75m), Florian Bali (5./Ball), Alessandra

Maus (6./Hochsprung), Liv Kuster (6./Hochsprung + 8./Kugel + 8./Speer), Enno Gehring (7./Speer +

8./Weitsprung), Zoe Gwozdz (7./Kugel), Eva Veit (7./800m), Paula Hopt (8./Speer), Pesch-Pesch-

Schöppy-Wester (8./4x75m)

### **Nordrhein Jugend Meisterschaften U16-U20 in Duisburg:**

**Gold:** Jonathan Mühlenbeck (Speer)

**Bronze:** Tim Kaiser (100m)

Finale: Josie Wegmann (4./Speer), Leon Röhrig (5./3000m), Nils Heuser (6./800m), Leonie Märkel (6./Diskus), Luis Kauermann (7./Speer + 8./80m Hürden)

### **Nordrhein Senioren Meisterschaften in Mönchengladbach**

**Gold:** Britta Röhrig (Speer W50), Sebastian Thelen (100m+200m M30)

Finale: Britta Röhrig (5./Kugel W50), Andreas Röhrig (6./100m M50)

### **Regionsmeisterschaften Dreikampf/Vierkampf U14 in Viersen:**

**Gold:** Julian Löcher (4-Kampf)

**Silber:** Julian Löcher (3-Kampf)

**Bronze:** Janka Schöppy (3-Kampf)

Finale: Marie Verrieth (8./4-Kampf)

### **Deutsche Meisterschaften Masters in Mönchengladbach:**

Finale: Britta Röhrig (6./Speer W50)

### **Nordrhein Meisterschaften U14 + Männer in Essen:**

**Gold:** Simon Soßnitza (Diskus + Speer), Lena Wester (Hochsprung)

**Silber:** Julian Löcher (Hoch), Lukas Löcher (Speer), Florian Bali (Kugel), Nils Brandenburger (400m), E.Gehring-L.Löcher-L.Looschen-J.Löcher (4x75m Staffel)

**Bronze:** Julian Löcher (Weit), Mintert-Wester-Pesch-Pesch (4x75m), Phil Heppel (Speer)

Finale: Lukas Löcher (4./60mHü), Leonard Looschen (7./75m), Enno Gehring (8./60mHü), Lena Wester (8./75m)

### **Nordrhein Meisterschaften Vierkampf U14 in Rhede:**

**Gold:** Julian Löcher (4-Kampf)

**Bronze:** Simon Soßnitza (4-Kampf)

Finale: Lena Wester (6./4-Kampf)

### **Nordrhein Team Endkampf (DJMM 2) in Neuss:**

Finale: U16 Team (Kaiser-Kauermann-Mühlenbeck-Küster-Franke-Petscheleit-Gehrmann/4.)

### **Regionsmeisterschaften Mehrkampf ab U16 in Euskirchen:**

**Bronze:** Josie Wegmann (4-Kampf)

Finale: Evamaria Mühlenbeck (4./4-Kampf)

### **Nordrhein Vergleichswettkämpfe in Rhede:**

Nominiert für die Region Mitte: Josie Wegmann, Sophie Pesch, Lena Wester, Tim Kaiser, Luis Kauermann, Julian Löcher, Lukas Löcher, Philemon Heppel, Leonard Looschen, Simon Soßnitza

## SLC Bestenliste 2023 (weiblich)

**VR** = Vereinsrekord SLC

\*=handgestoppt

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U12</b>				
50m	8,44s	Emilia Ruano da Silva	2012	Remscheid
	8,47s	Liselotte Truß	2012	Remscheid
	8,5s*	Frida Fendrich	2012	BM Remscheid
	8,73s	Marlene Looschen	2012	Mönchengladbach
	8,74s	Lotta Puckelsheim	2013	Solingen
	8,7s*	Nele Golaszewski	2013	BM Remscheid
	8,9s*	Mathilda Höltken	2013	BM Remscheid
	8,9s*	Lina Fink	2012	BM Remscheid
	9,94s	Linn Schmidt	2013	Solingen
4x50m	33,18s	Puckelsheim-Looschen-Truß-Ruano d.S.	U12	Solingen
	35,3s*	Ruano da Silva-Truß-Golaszewski-Fink	U12	BM Remscheid
	37,42s	Höltken-Schmidt-Fink-Fendrich	U12	Solingen
800m	3:12,4 Min.	Liselotte Truß	2012	BM Remscheid
	3:14,5 Min.	Emilia Ruano da Silva	2012	BM Remscheid
	3:17,5 Min.	Frida Fendrich	2012	BM Remscheid
	3:19,0 Min.	Nele Golaszewski	2013	BM Remscheid
	3:25,0 Min.	Mathilda Höltken	2013	BM Remscheid
50m Hürden	9,58s	Emilia Ruano da Silva	2012	Remscheid
	9,68s	Liselotte Truß	2012	Remscheid
	11,3s*	Frida Fendrich	2012	BM Remscheid
	11,4s*	Lina Fink	2012	BM Remscheid
	11,6s*	Mathilda Höltken	2013	BM Remscheid
	11,6s*	Nele Golaszewski	2013	BM Remscheid
	12,1s*	Linn Schmidt	2013	BM Remscheid
Weitsprung (Zone)	4,00m	Liselotte Truß	2012	Remscheid
	3,85m	Emilia Ruano da Silva	2012	Remscheid
	3,20m	Marlene Looschen	2012	Mönchengladbach
	3,06m	Frida Fendrich	2012	BM Remscheid
	2,96m	Nele Golaszewski	2013	BM Remscheid
	2,88m	Lina Fink	2012	BM Remscheid
	2,94m	Mathilda Höltken	2013	BM Remscheid
Hochsprung	1,24m	Emilia Ruano da Silva	2012	Remscheid
	1,17m	Liselotte Truß	2012	Leichlingen
	1,05m	Marlene Looschen	2012	Remscheid
Ballwurf (80g)	34,5m	Liselotte Truß	2012	Remscheid
	22,0m	Frida Fendrich	2012	BM Remscheid
	22,0m	Marlene Looschen	2012	Mönchengladbach
	20,5m	Lotta Puckelsheim	2013	Solingen

	18,5m	Emilia Ruano da Silva	2012	Solingen
	15,5m	Lina Fink	2012	Solingen
	14,0m	Linn Schmidt	2013	Solingen
		Rosa Holz	2012	
3-Kampf	1083 Punkte	Liselotte Truß	2012	BM Remscheid
	966 Punkte	Emilia Ruano da Silva	2012	BM Remscheid
	876 Punkte	Frida Fendrich	2012	BM Remscheid
4-Kampf	1268 Punkte	Emilia Ruano da Silva	2012	BM Remscheid

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U14</b>				
75m	10,21s	Lena Marie Wester	2010	LVN Vgl. Rhede
	10,63s	Lena Pesch	2010	Mönchengladbach
	10,80s	Sophie Pesch	2010	LVN Essen
	10,95s	Janka Schöppy	2011	Remscheid
	11,25s	Emily Mintert	2010	RM Block Remscheid
	11,40s	Marie Verrieth	2011	LVN Mehrkampf Rhede
	11,51s	Kira Bernau	2010	Solingen
	11,64s	Eva Veit	2010	LVN Essen
	11,68s	Zoe Gwozdz	2011	Mönchengladbach
	11,70s	Liv Kuster	2011	Mönchengladbach
	11,71s	Emma Römer	2011	Solingen
	11,77s	Felicitas Pakebusch	2010	Remscheid
	11,90s	Paula Hopt	2010	LVN Essen
	11,91s	Alessandra Maus	2010	Solingen
	12,09s	Ella Krebs	2011	RM Essen
4x75m	<b>39,71s (VR)</b>	Pesch-Pesch-Schöppy-Wester	U14	RM Essen
	40,85s	Mintert-Wester-Pesch-Pesch	U14	LVN Essen
	41,96s	Mintert-Schöppy-Pesch-Pesch	U14	Solingen
	43,70s	Verrieth-Veit-Hopt-Wester	U14	Solingen
	45,47s	Römer-Gwozdz-Krebs-Kuster	U14	Solingen
	45,68s	Kuster-Krebs-Hopt-Veit	U14	Remscheid
60m Hürden	11,22s	Emily Mintert	2010	Mönchengladbach
	11,34s	Sophie Pesch	2010	Remscheid
	11,47s	Eva Veit	2010	Remscheid
	12,04s	Alexandra Ahrens	2010	Mönchengladbach
	12,77s	Lena Marie Wester	2010	RM Block Remscheid
	13,13s	Marie Verrieth	2011	RM Block Remscheid
	13,52s	Liv Kuster	2011	RM Block Remscheid
800m	2:44,80 Min.	Sophie Pesch	2010	LVN Vgl. Rhede

	2:55,47 Min.	Marie Verrieth	2011	RM Block Remscheid
	2:58,70 Min.	Ella Krebs	2011	Remscheid
	3:00,54 Min.	Eva Veit	2010	RM Essen
	3:12,39 Min.	Liv Kuster	2011	Mönchengladbach
2000m	9:08,23 Min.	Eva Veit	2010	Solingen
	9:20,40 Min.	Ella Krebs	2011	LVN Essen
	9:38,87 Min.	Liv Kuster	2011	Solingen
	9:49,76 Min.	Emma Römer	2011	LVN Essen
Weitsprung (Zone)	4,74m	Lena Marie Wester	2010	Remscheid
	4,50m	Janka Schöppy	2011	Remscheid
	4,35m	Lena Pesch	2010	Remscheid
	4,30m	Emily Mintert	2010	Solingen
	4,22m	Kira Bernau	2010	Solingen
	4,16m	Eva Veit	2010	Remscheid
	4,12m	Felicitas Pakebusch	2010	Remscheid
	4,10m	Liv Kuster	2011	Mönchengladbach
	4,00m	Marie Verrieth	2011	LVN Mehrkampf Rhede
	3,94m	Zoe Gwozdz	2011	Solingen
	3,90m	Sophie Pesch	2010	Solingen
	3,87m	Alessandra Maus	2010	Solingen
	3,79m	Paula Hopt	2010	Solingen
	3,64m	Emma Römer	2011	RM Mehrkampf Viersen
	3,61m	Ella Krebs	2011	Solingen
Hochsprung	<b>1,53m (VR)</b>	<b>Lena Marie Wester</b>	<b>2010</b>	<b>LVN Essen</b>
	1,39m	Eva Veit	2010	RM Essen
	1,31m	Felicitas Pakebusch	2010	RM Essen
	1,28m	Emily Mintert	2010	RM Block Remscheid
	1,27m	Alessandra Maus	2010	RM Essen
	1,24m	Marie Verrieth	2011	RM Mehrkampf Viersen
	1,22m	Liv Kuster	2011	RM Essen
	1,20m	Alexandra Ahrens	2010	Mönchengladbach
Ballwurf (80g)	32,5m	Felicitas Pakebusch	2010	RM Essen
	26,0m	Lena Marie Wester	2010	LVN Mehrkampf Rhede
	25,0m	Marie Verrieth	2011	RM Block Remscheid
	25,0m	Janka Schöppy	2011	RM Mehrkampf Viersen
	24,0m	Emily Mintert	2010	RM Mehrkampf Viersen
	23,5m	Lena Pesch	2010	RM Essen
	21,5m	Sophie Pesch	2010	RM Essen
	20,5m	Elina Lovison	2010	RM Essen
	17,5m	Zoe Gwozdz	2011	RM Essen
Kugel	7,64m	Lena Marie Wester	2010	Mönchengladbach
	6,83m	Janka Schöppy	2011	Remscheid
	6,69m	Alessandra Maus	2010	RM Essen
	6,66m	Marie Verrieth	2011	LVN Essen



	3,64m	Julia Voronova	2008	VM Solingen
	3,17m	Noemi Scacciaferro	2008	VM Solingen
	3,02m	Maja Kern	2009	VM Solingen
Hochsprung	1,42m	Evamaria Mühlenbeck	2008	RM Uerdingen
	1,40m	Josie Wegmann	2008	Euskirchen
Kugelstoß (4kg)	8,62m	Josie Wegmann	2008	VM Solingen
	7,89m	Ela Cakmak	2008	VM Solingen
	7,86m	Carolina Looschen	2008	Solingen
	6,54m	Evamaria Mühlenbeck	2008	VM Solingen
	5,95m	Julia Voronova	2008	VM Solingen
	4,70m	Valentina Fußy	2008	VM Solingen
	4,54m	Noemi Scacciaferro	2008	VM Solingen
	4,05m	Maja Kern	2009	VM Solingen
Speerwurf (500g)	31,09m	Josie Wegmann	2008	Aachen
	21,57m	Evamaria Mühlenbeck	2008	RM Block Remscheid
4-Kampf	1829 Punkte	Josie Wegmann	2008	Euskirchen
	1653 Punkte	Evamaria Mühlenbeck	2008	Euskirchen
Block Sprint/Spr.	1796 Punkte	Evamaria Mühlenbeck	2008	RM Block Remscheid
<b>AK / Disziplin</b>	<b>Leistung</b>	<b>Name</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Ort</b>
<b>U18</b>				
100m	15,46s	Marlene Weichsel	2007	RM Uerdingen
3000m	13:04,18 Min.	Mia Veit	2007	Solingen
Diskus (1kg)	23,90m	Leonie Märkel	2006	LVN Duisburg

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>Frauen/Senioren</b>				
Kugel (3-4kg)	9,08m (3kg)	Britta Röhrig	W50	Leichlingen
Speer (500-600g)	29,59m (500g)	Britta Röhrig	W50	Köln

## SLC Bestenliste 2023 (männlich)

**VR** = Vereinsrekord SLC

\*=handgestoppt

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U12</b>				
50m	8,1s*	Lennard Schulz	2013	BM Remscheid
	8,1s*	Ole Clauberg	2012	BM Remscheid
	8,34s	Julius Merten	2012	Solingen
	8,2s*	Liam Lippert	2012	BM Remscheid
	8,41s	Jelle Gehring	2013	Mönchengladbach
	8,42s	Tom Meyer	2013	Mönchengladbach
	8,49s	Dario Viola	2013	Mönchengladbach
	8,4s*	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	8,94s	Laurin Tretschok	2013	Remscheid
	8,8s*	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
	8,9s*	Justus Hopt	2013	BM Remscheid
	8,9s*	Moritz Leiding	2013	BM Remscheid
	9,1s*	Julius Höltken	2013	BM Remscheid
	9,1s*	Nevio Quintiero	2013	BM Remscheid
4x50m	32,00s	Schulz-Tretschok-Gehring-Merten	U12	Remscheid
	32,71s	Clauberg-Lippert-Gehring-Schulz	U12	Solingen
	33,1s*	Merten-Hofmann-Clauberg-Lippert	U12	BM Remscheid
	33,57s	Merten-Beller-Meyer-Hofmann	U12	Solingen
	34,7s*	Hopt-Höltken-Schulz-Tretschok	U12	BM Remscheid
	35,2s*	Gehring-Leiding-Meyer-Norbistrath	U12	BM Remscheid
800m	2:57,8 Min.*	Ole Clauberg	2012	BM Remscheid
	3:02,49 Min.	Jelle Gehring	2013	Remscheid
	3:06,3 Min.*	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	3:08,7 Min.*	Liam Lippert	2012	BM Remscheid
	3:17,9 Min.*	Julius Höltken	2013	BM Remscheid
	3:20,1 Min.*	Felix Beller	2012	BM Remscheid
	3:23,13 Min.	Dario Viola	2013	Mönchengladbach
	3:25,32 Min.	Lennard Schulz	2013	Remscheid
	3:37,5 Min.*	Nevio Quintiero	2013	BM Remscheid
	3:39,7 Min.*	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
	3:46,48 Min.	Tom Meyer	2013	Mönchengladbach
50m Hürden	9,83s	Lennard Schulz	2013	Remscheid
	9,85s	Jelle Gehring	2013	Remscheid
	10,04s	Tom Meyer	2013	Remscheid
	10,07s	Julius Merten	2012	Remscheid
	10,4s*	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	10,5s*	Moritz Leiding	2013	BM Remscheid
	10,5s*	Liam Lippert	2012	BM Remscheid
	10,8s*	Julius Höltken	2013	BM Remscheid
	11,1s*	Justus Hopt	2013	BM Remscheid

	11,2s*	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
Weitsprung (Zone)	3,99m	Tom Meyer	2013	Remscheid
	3,83m	Julius Merten	2012	Leichlingen
	3,63m	Lennard Schulz	2013	Remscheid
	3,59m	Ole Clauberg	2012	BM Remscheid
	3,56m	Moritz Leiding	2013	BM Remscheid
	3,50m	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	3,44m	Jelle Gehring	2013	Remscheid
	3,38m	Liam Lippert	2012	BM Remscheid
	3,35m	Laurin Tretschok	2013	Remscheid
	3,23m	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
	3,19m	Justus Hopt	2013	BM Remscheid
	3,13m	Dario Viola	2013	Mönchengladbach
	3,04m	Felix Beller	2012	BM Remscheid
	2,98m	Alexander Clauberg	2012	BM Remscheid
	2,96m	Julius Höltken	2013	BM Remscheid
	2,78m	Nevio Quintiero	2013	BM Remscheid
Hochsprung	<b>1,30m (VR)</b>	Tom Meyer	2013	Remscheid
	1,18m	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	1,18m	Julius Merten	2012	Remscheid
	1,10m	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
	1,10m	Ole Clauberg	2012	BM Remscheid
	1,06m	Jelle Gehring	2013	BM Remscheid
	1,05m	Lennard Schulz	2013	Remscheid
Schlagballwurf	35,0m	Tom Meyer	2013	BM Remscheid
	30,5m	Julius Merten	2012	Remscheid
	29,5m	Lennard Schulz	2013	Remscheid
	29,0m	Jonas Hofmann	2012	Solingen
	28,0m	Nevio Quintiero	2013	BM Remscheid
	27,5m	Laurin Tretschok	2013	Remscheid
	26,0m	Alexander Clauberg	2012	BM Remscheid
	26,0m	Jelle Gehring	2013	Solingen
	25,0m	Dario Viola	2013	BM Remscheid
	25,0m	Liam Lippert	2012	BM Remscheid
	24,0m	Felix Beller	2012	BM Remscheid
	23,0m	Ole Clauberg	2012	Solingen
	22,5m	Justus Hopt	2013	BM Remscheid
	22,0m	Moritz Leiding	2013	BM Remscheid
	16,0m	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
3-Kampf	894 Punkte	Julius Merten	2012	BM Remscheid
	855 Punkte	Tom Meyer	2013	BM Remscheid
	849 Punkte	Lennard Schulz	2013	BM Remscheid
	844 Punkte	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	823 Punkte	Liam Lippert	2012	BM Remscheid
	818 Punkte	Ole Clauberg	2012	BM Remscheid

	795 Punkte	Jelle Gehring	2013	BM Remscheid
	734 Punkte	Moritz Leiding	2013	BM Remscheid
	709 Punkte	Justus Hopt	2013	BM Remscheid
	709 Punkte	Dario Viola	2013	BM Remscheid
	688 Punkte	Nevio Quintiero	2013	BM Remscheid
	684 Punkte	Laurin Tretschok	2013	BM Remscheid
	656 Punkte	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
4-Kampf	1161 Punkte	Tom Meyer	2013	BM Remscheid
	1153 Punkte	Julius Merten	2012	BM Remscheid
	1150 Punkte	Jonas Hofmann	2012	BM Remscheid
	1077 Punkte	Ole Clauberg	2012	BM Remscheid
	1035 Punkte	Lennard Schulz	2013	BM Remscheid
	1030 Punkte	Jelle Gehring	2013	BM Remscheid
	915 Punkte	Lasse Norbistrath	2013	BM Remscheid
	684 Punkte	Laurin Tretschok	2013	BM Remscheid

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U14</b>				
75m	10,27s	Leonard Looschen	2010	Mönchengladbach
	10,28s	Julian Löcher	2010	LVN Mehrkampf Rhede
	10,65s	Simon Soßnitza	2011	Mönchengladbach
	10,70s	Lukas Löcher	2011	Mönchengladbach
	11,01s	Enno Gehring	2011	Mönchengladbach
	11,18s	Theo Fendrich	2011	Solingen
	11,29s	Philemon Heppel	2010	RM Block Remscheid
	11,72s	Florian Bali	2011	Solingen
4x75m	41,06s	Gehring-L.Löcher-Looschen-J.Löcher	U14	LVN Essen
	41,14s	L.Löcher-Gehring-Looschen-J.Löcher	U14	RM Essen
60m Hürden	10,68s	Julian Löcher	2010	Mönchengladbach
	10,75s	Lukas Löcher	2011	RM Essen
	10,88s	Leonard Looschen	2010	Mönchengladbach
	11,01s	Enno Gehring	2011	Remscheid
	11,04s	Simon Soßnitza	2011	Mönchengladbach
	11,49s	Florian Bali	2011	Mönchengladbach
	11,84s	Philemon Heppel	2010	RM Block Remscheid
800m	2:29,56 Min.	Leonard Looschen	2010	Remscheid
	2:31,13 Min.	Julian Löcher	2010	RM Essen
Weitsprung (Zone)	5,13m	Julian Löcher	2010	LVN Vgl. Rhede
	4,57m	Lukas Löcher	2011	Mönchengladbach
	4,49m	Florian Bali	2011	Mönchengladbach
	4,45m	Leonard Looschen	2010	Solingen

	4,31m	Simon Soßnitza	2011	LVN Mehrkampf Rhede
	4,22m	Enno Gehring	2011	Remscheid
	4,14m	Philemon Heppel	2010	RM Block Remscheid
	3,77m	Theo Fendrich	2011	Solingen
Hochsprung	<b>1,60m</b>	<b>Julian Löcher</b>	<b>2010</b>	<b>LVN Vgl. Rhede</b>
	1,43m	Lukas Löcher	2011	RM Essen
	1,40m	Philemon Heppel	2010	LVN Essen
	1,40m	Leonard Looschen	2010	Remscheid
	1,39m	Florian Bali	2011	RM Essen
	1,36m	Simon Soßnitza	2011	LVN Mehrkampf Rhede
Ballwurf	51,5m	Julian Löcher	2010	LVN Mehrkampf Rhede
	47,0m	Leonard Looschen	2010	RM Essen
	45,0m	Simon Soßnitza	2011	LVN Mehrkampf Rhede
	38,5m	Florian Bali	2011	RM Essen
	38,0m	Lukas Löcher	2011	RM Essen
Kugel (3kg)	8,91m	Julian Löcher	2010	Mönchengladbach
	8,55m	Simon Soßnitza	2011	Mönchengladbach
	7,99m	Florian Bali	2011	LVN Essen
	7,22m	Lukas Löcher	2011	Remscheid
	6,70m	Theo Fendrich	2011	Solingen
	6,04m	Leonard Looschen	2010	Solingen
	5,98m	Enno Gehring	2011	Solingen
Speerwurf (400g)	34,65m	Simon Soßnitza	2011	LVN Essen
	34,05m	Philemon Heppel	2010	LVN Essen
	33,45m	Lukas Löcher	2011	Remscheid
	17,14m	Florian Bali	2011	RM Block Remscheid
	16,62m	Enno Gehring	2011	RM Essen
Diskuswurf (750g)	<b>25,75m (VR)</b>	<b>Simon Soßnitza</b>	<b>2011</b>	<b>LVN Vgl. Rhede</b>
3-Kampf	1365 Punkte	Julian Löcher	2010	RM Mehrkampf Viersen
	808 Punkte	Leonard Looschen	2010	RM Mehrkampf Viersen
4-Kampf	1856 Punkte	Julian Löcher	2010	LVN Mehrkampf Rhede
	1225 Punkte	Leonard Looschen	2010	RM Mehrkampf Viersen
	1633 Punkte	Simon Soßnitza	2011	LVN Mehrkampf Rhede
Block Sprint/Sprung	<b>2166 P (VR)</b>	<b>Lukas Löcher</b>	<b>2011</b>	<b>RM Block Remscheid</b>
	2000 Punkte	Philemon Heppel	2010	RM Block Remscheid
	1897 Punkte	Florian Bali	2011	RM Block Remscheid

	1484 Punkte	Enno Gehring	2011	RM Block Remscheid
Block Lauf	<b>2167 P (VR)</b>	<b>Julian Löcher</b>	<b>2010</b>	<b>RM Block Remscheid</b>
Block Wurf	1874 Punkte	Simon Soßnitzza	2011	RM Block Remscheid
Block Mannschaft	<b>10.104 P (VR)</b>	J.Löcher-L.Löcher-Heppel-Soßnitzza-Bali	U14	RM Block Remscheid
<b>U16</b>				
100m	<b>11,77s (VR)</b>	Tim Kaiser	2009	LVN Vgl. Rhede
	12,17s	Luis Kauermann	2008	LVN Team Neuss
	12,85s	Fynn Küster	2008	LVN Team Neuss
80m Hürden	11,33s	Luis Kauermann	2008	LVN Vgl. Rhede
	15,12s	Kai Gehrmann	2009	LVN Team Neuss
300m	40,29s	Luis Kauermann	2008	LVN Vgl. Rhede
300m Hürden	44,52s	Luis Kauermann	2008	Solingen
800m	2:27, Min.	Nils Petscheleit	2008	LVN Duisburg
	2:33,70 Min.	Bisrat Franke	2009	RM Uerdingen
2000m	8:00,63 Min.	Bisrat Franke	2009	Solingen
	8:09,93 Min.	Luis Kauermann	2008	RM Block Remscheid
4x100m	51,49s	Gehrmann-Kaiser-Franke-Kauermann	U16	RM Uerdingen
Weitsprung	4,96m	Jonathan Mühlenbeck	2008	Solingen
	4,83m	Tim Kaiser	2008	LVN Team Neuss
	4,56m	Luis Kauermann	2008	RM Block Remscheid
	4,55m	Bisrat Franke	2009	LVN Team Neuss
	3,97m	Kai Gehrmann	2009	LVN Team Neuss
Hochsprung	1,56m	Jonathan Mühlenbeck	2008	LVN Team Neuss
	1,52m	Luis Kauermann	2008	LVN Team Neuss
Kugelstoßen (4kg)	10,14m	Nils Petscheleit	2008	LVN Team Neuss
	10,11m	Tim Kaiser	2009	Remscheid
	9,48m	Jonathan Mühlenbeck	2008	Solingen
	9,00m	Fynn Küster	2008	LVN Team Neuss
	6,74m	Kai Gehrmann	2009	Solingen
Ballwurf (200g)	52,5m	Luis Kauermann	2008	RM Block Remscheid
Speerwurf (600g)	42,53m	Jonathan Mühlenbeck	2008	LVN Duisburg
	34,17m	Luis Kauermann	2008	LVN Duisburg

	28,49m	Fynn Küster	2008	LVN Team Neuss
	27,15m	Kai Gehrman	2009	LVN Team Neuss
	24,90m	Bisrat Franke	2009	RM Uerdingen
Block Lauf	2328 Punkte	Luis Kauermann	2008	RM Block Remscheid
<b>U18</b>				
400m	55,38s	Nils Heuser	2006	Mönchengladbach
800m	2:02,21 Min.	Nils Heuser	2006	LVN Duisburg
1500m	4:42,29 Min.	Leon Röhrig	2006	Bergisch Gladbach
3000m	9:59,84 Min.	Nils Heuser	2006	Solingen
	10:24,75 Min.	Leon Röhrig	2006	Solingen

<b>U20</b>				
100m	12,13s	Luca Vogel	2005	Solingen
200m	24,27s	Luca Vogel	2005	Solingen

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>Männer</b>				
100m	11,44s	Sebastian Thelen	M30	Essen
	11,54s	Jan Garweg	2002	Solingen
	12,35s	Matthias Berenz	M35	Solingen
	14,59s	Andreas Röhrig	M50	LVN Mönchengladbach
	16,30s	Owe Martens	M75	Hilden
200m	22,72s	Jan Garweg	2002	Solingen
	22,94s	Sebastian Thelen	1993	LVN Mönchengladbach
	25,00s	Matthias Berenz	1988	Solingen
400m	50,16s	Jan Garweg	2002	Mönchengladbach
	51,60s	Nils Brandenburger	2002	RM Uerdingen
2000m	7:35,10 Min.	Jan Garweg	2002	Dieburg
5000m	26:01,33 Min.	Bernd Schabert	M70	LVN Mönchengladbach
4x400m	3:38,59 Min.	Thelen-Deinet-Vogel-Garweg	M	Bottrop

Weit	6,14m	Jan Garweg	2002	Dieburg
Kugel (7,26kg)	10,49m	Jan Garweg	2002	Dieburg
Speer	33,74m	Christian Märkel	M45	Köln