



**Jahrbuch 2024**

**Leichtathletik**

## Trainingslager 2024

Die beiden Gruppen von Detlef Steigerwald (U18-M/F) und Sebastian Thelen (U16) fuhren mit 3 gemieteten 9-Sitzern und 24 Athlet\*innen, aufgrund der sehr frühen Osterferien, erstmals seit vielen Jahren ins Trainingslager nach Italien.



Im Sporthotel „Bella Italia“ in Lignano an der Adria untergebracht, machten die Gruppen über die Woche verteilt 12 Einheiten im angrenzenden

Stadion, im gut ausgestatteten Krafraum, sowie am Strand. Ebenso gab es eine Theorieeinheit über Sprinttechnik, als auch Videoanalysen von den gemachten Läufen, die die Athleten sehr interessiert aufnahmen.

Bis auf einen sehr regenreichen Mittwoch, war das Wetter gut und bei T-Shirt Wetter zwischen 15-19 Grad konnten sowohl an den Grundlagen, als auch schon an ersten Disziplintechnischen Einheiten gefeilt werden. Fast alle Athlet\*innen trauten sich sogar ins Meer, für das es noch ein paar Grad hätte wärmer sein können.

Zwischen den Einheiten gab es Frühstück und zwei warme Mahlzeiten, zu denen an jedem Tag Nudeln in verschiedensten Ausführungen gereicht wurden (was sich schnell zu einem Running Gag entwickelte, da es leider sehr wenig Abwechslung beim Essen gab).

Wie immer kam auch der Spaß nicht zu kurz. So wurde am Strand ein Beachvolleyball Turnier gegen die LG Remscheid gespielt und am Abend gab es Spieleabende oder wilde Tanzeinlagen beim Nintendo Klassiker „Just Dance“. Ein Teil der Gruppe besuchte an einem Trainingsfreien Nachmittag die Stadt Venedig und am letzten Abend gab es für alle eine leckere Pizza (keiner wollte Pasta...) in Lignano.

Sowohl Trainer als auch Athleten waren am Ende einer anstrengenden und trainingsreichen Woche kaputt, aber dennoch stolz, die Trainingswoche geschafft zu haben. Das Trainingslager in Italien wird allen sicherlich noch lange im Gedächtnis bleiben.

### **Für die U12 und U14 ging es nach Wipperfürth**

Für die U12 und U14 ging es für ein langes Wochenende ins Trainingslager nach Wipperfürth. Unter der Leitung von Thorsten Schwab, Nicole Löcher und Susanne Looschen bereiteten sich die Kinder auf die ersten Wettkämpfe vor, aber auch der Spaß kam mit vielen Spielen nicht zu kurz.

## SLCer besuchen die Olympischen Spiele

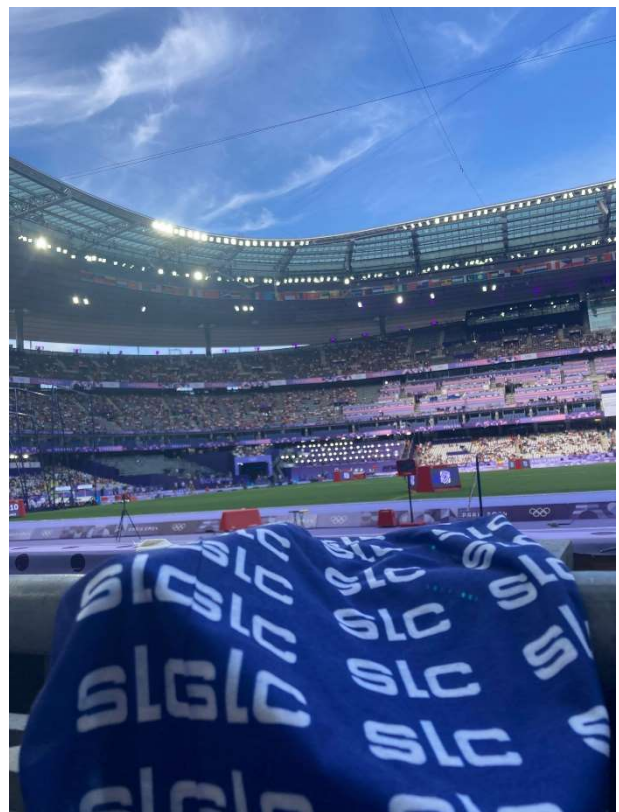
Über 30 SLCer besuchten die Olympischen Spiele in Paris und konnten eine tolle Atmosphäre der Sportstätten und Stadt aufsaugen. Während die älteren Athleten teils auf eigene Faust für mehrere Tage nach Paris reisten, reisten rund 30 Athleten der U10-U16 inklusive Familie für einen Tag mit dem Bus nach Paris.

Möglich gemacht wurde dieses tolle Erlebnis durch den Gewinn einer Förderung von 3000€, die unser Top Athlet Maximilian Kremser gewonnen hatte. Abteilungsleiter Joachim Kremser und Trainer Thorsten Schwab organisierten kurzerhand die Busreise über einen Reiseveranstalter.

Auch wenn es schon mitten in der Nacht losging, genossen die SLCer jede einzelne Minute in der Weltstadt Paris. So viele sportbegeisterte Menschen in einer Stadt zu erleben, die Sportstätten zu sehen, oder einfach nur Sightseeing ließen den Tag wie im Flug vergehen. Ein Highlight war sicherlich der Besuch des Deutschen Hauses, bei dem die Solinger\*innen den Sportstars des „Team D“ ganz nah kommen konnten und einige Selfies und Autogramme abstauben konnten.

Diejenigen die mehrere Tage in Paris Vorort waren, besuchten sogar die Wettkämpfe in der Leichtathletik oder auch in anderen Sportarten und bekamen eine unvergleichliche Atmosphäre in den Stadien hautnah mit.

Ein Erlebnis das allen die in Paris waren sicherlich noch lange im Gedächtnis bleiben wird.



## Durchgeführte SLC-Veranstaltungen 2024

24.02. – 19. KiLA-Sportfest (Halle)	13.04. – Rund um Solingen
26.05. – 6. Klingensportfest	30.05. – 36. Klingenlauf
15.06. – 20. KiLA-Sportfest	20.09. – SLC-Vereinsmeisterschaften
22.10. – 49. Müngstener Brückenlauf	08.12. – 48. Nikolaus Freundschaftslauf

## Meisterschafts Statistiken (Halle)

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

**Gold:** Tim Kaiser (60m), Julian Löcher (Weitsprung + Hochsprung), Jan Garweg (400m)

**Silber:** Tim Kaiser (Kugel), Julian Löcher (Kugel)

**Bronze:** Phil Heppel (Hochsprung), Luis Kempe (800m), Bisrat Franke (800m), Nils Heuser (800m), Sebastian Thelen (200m)

Finale: Eva Veit (4./Hochsprung), Phil Heppel (4./800m), Julian Löcher (4./60mHü), Luis Kauermann (4./60m + 4./200m), Kai Gehrmann (5./Kugel), Leon Röhrig (5./1500m), Bisrat Franke (7./Weitsprung), Lena Wester (8./Hochsprung + B-Finale/60m), Kira Bernau (B-Finale/60m)

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

**Gold:** Jonathan Mühlenbeck (Speer)

Finale: Leon Röhrig (4./1500m), Josie Wegmann (6./Speer), Luis Kauermann (8./60m)

### **Regions Hallenmeisterschaften U14 und Regions Hallenwettkampf U12 in Düsseldorf:**

**Gold:** Simon Soßnitza (Kugel)

**Silber:** Simon Soßnitza (60mHü), 4xhalbe Runde Staffel Mixed (Gehring-Verrieth-Schöppy-Soßnitza)

**Bronze:** Simon Soßnitza (60m)

Finale: Enno Gehring (6./60mHü), Janka Schöppy (6./Kugel, 7./60m), Liselotte Truß (6./800m, 8./Weit, C-Finale/60m), Marouan Boussouf (8./800m)

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

**Silber:** Lena Wester (Hochsprung)

**Bronze:** Julian Löcher (Kugel + Hochsprung)

Finale: Lena Wester (4./60m), Tim Kaiser (6./60m), Julian Löcher (7./Weitsprung), Emily Mintert (Finale/60mHü), Sophie Pesch (Finale 60mHü), Kira Bernau (Finale 60m)

### **Nordrhein Senioren Hallenmeisterschaften in Düsseldorf:**

**Gold:** Britta Röhrig (Speer), Sebastian Thelen (200m)

**Silber:** Britta Röhrig (Kugel), Owe Martens (60m)

**Bronze:** Christian Märkel (Speer)

### **Deutsche Senioren Winterwurf Meisterschaften in Baunatal:**

Finale: Britta Röhrig (4./Speer),

### **Nordrhein Hallenmeisterschaften U14 in Düsseldorf:**

**Silber:** Simon Soßnitza (60m Hürden),

**Bronze:** Simon Soßnitza (Kugel + 60m), Lukas Löcher (60m Hürden + Hochsprung)

Finale: Janka Schöppy (8./Kugel, B-Finale/60m), Enno Gehring (B-Finale/60m), Julius Merten (B-Finale/60m)

## Meisterschafts Statistiken (Freiluft)

### **Regionsmeisterschaften Langstrecke in Korschenbroich:**

**Silber:** Phil Heppel (2000m), Leon Röhrig (3000m)

### **Regionsmeisterschaften Blockmehrkampf in Ratingen:**

**Gold:** Julian Löcher (Block Sprint/Sprung)

**Silber:** Tim Kaiser (Block Wurf)

Finale: Liselotte Truß (Block Lauf)

### **Nordrhein Langstaffel in Bottrop:**

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

Finale: mU18 3x1000m Staffel (Heuser-Röhrig-Flabb)

### **Regionsmeisterschaften U14 mit Regionswettkampf U12 in Neuss:**

**Gold:** Simon Soßnitza (Speer + Kugel), Lukas Löcher (60mHü), Kilian Krings (Weitsprung), mU14: Gehring-Löcher-Krings-Soßnitza (4x75m)

**Silber:** Liselotte Truß (Ballwurf), Kilian Krings (75m), Enno Gehring (60mHü)

**Bronze:** Marlene Looschen (Diskus), Simon Soßnitza (Diskus), Lukas Löcher (Speer)

Finale: Janka Schöppy (4./Ballwurf+A-Finale 75m), Simon Soßnitza (5./75m), Lukas Löcher (5./Kugel), Enno Gehring (6./Weitsprung), Emilia Ruano da Silva (8./60mHü)

### **Regionsmeisterschaften U16-Männer/Frauen in Dormagen:**

**Gold:** Phil Heppel (Speer)

**Silber:** Tim Kaiser (100m + Kugel), Leif Deinet (200m), Bisrat Franke (800m), Nils Heuser (800m), Leon Röhrig (1500m)

**Bronze:** Nils Petscheleit (Kugel), Luis Kauermann (200m)

Finale: Josie Wegmann (4./Speer), Luis Kempe (4./800m), Lauritz Flabb (4./1500m), Sophie Pesch (7./80mHü + B-Finale/100m), Eva Veit (7./Hochsprung), Sebastian Thelen (7./200m), Lena Wester (8./Hochsprung), Jan Garweg (8./200m), Veit-Mintert-Kern-Pesch (8./4x100m)

### **Nordrhein Meisterschaften Blockmehrkampf in Aachen:**

**Gold:** Simon Soßnitza (Block Wurf)

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

**Silber:** Owe Martens (100m + 200m), Britta Röhrig (Kugel + Speer), Christian Märkel (Speer)

### **Nordrhein Meisterschaften Mehrkampf U16 in Leverkusen:**

**Silber:** Julian Löcher (9-Kampf)

### **Nordrhein Meisterschaften U14 + U18 in Krefeld:**

**Gold:** Simon Soßnitza (Speer)

**Silber:** Simon Soßnitza (Kugel + Diskus), Lukas Löcher (Speer), Kilian Krings (Weitsprung)

Finale: Lukas Löcher (4./Hochsprung), Kauermann-Schrinner-Küster-Kaiser (5./4x100m), Simon Soßnitza (Finale 75m), Kilian Krings (Finale 75m), Emilia Ruano Da Silva (Finale 60mHü), Enno Gehring (Finale 60mHü)

### **Deutsche Masters Meisterschaften in Erding:**

Finale: Britta Röhrig (4./Speer)

**Nordrhein Meisterschaften U16 + U20 in Troisdorf:**

**Gold:** Julian Löcher (Weitsprung + Hochsprung)

**Silber:** Tim Kaiser (Kugel), Simon Soßnitza (Speer)

**Bronze:** Julian Löcher (Diskus), Nils Heuser (800m)

Finale: Leonie Märkel (4./Diskus), Julian Löcher (4./Kugel), Tim Kaiser (4./100m), Leon Röhrig (4./1500m), Phil Heppel (5./Speer), Pesch-Bernau-Mintert-Wester (7./4x100m)

**Deutsche U16 Meisterschaften in Koblenz:**

Finale: Tim Kaiser (8./100m)

**Deutsche Mehrkampf Meisterschaften in Hannover:**

Finale: Julian Löcher (15./9-Kampf)

**Regionsmeisterschaften U14 Mehrkampf in Süchteln:**

**Silber:** Kilian Krings (3-Kampf), Lukas Löcher (4-Kampf)

**Bronze:** Lukas Löcher (3-Kampf)

Finale: Janka Schöppy (6./3-Kampf),

**Regionsmeisterschaften U16-M/F Mehrkampf in Euskirchen:**

**Silber:** Eva Veit (7-Kampf), Lena Wester (4-Kampf)

Finale: Eva Veit (5./4-Kampf), Emily Mintert (8./4- und 7-Kampf)

**U10 Cup in Haan:**

**Bronze:** SLC Team

**Nordrhein Meisterschaften Männer/Frauen in Euskirchen:**

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

Finale: Sebastian Thelen (4./200m) Team

**Nordrhein Meisterschaften Straßenlauf in Siegburg:**

**Bronze:** Bernd Scharbert (5km)

**Nordrhein Meisterschaften Cross in Köln:**

**Silber:** Müller - Märkel - Voigt-Krämer (5km Mannschaft)

**Bronze:** Bernd Scharbert (5km)

## SLC-Bestenliste 2024 (weiblich)

**VR** = Vereinsrekord SLC

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U12</b>				
50m	8,55s	Nele Golaszewski	2013	Solingen
	8,60s	Lilou Kamen	2015	Neuss
	8,60s	Romy Carlotta Seegert	2014	Leichlingen
	8,75s	Alexandra Kuchta	2014	Solingen
	8,92s	Leonie-Sarafina Guske	2014	Solingen
	9,09s	Fenja Heider	2014	Solingen
	9,19s	Mathilda Höltken	2013	Solingen
	9,23s	Lucy Dwyer	2014	Solingen
	9,43s	Margarete Truß	2015	Leichlingen
	9,45s	Carla Schmitz	2014	Remscheid
	9,47s	Maleen Hartkopf	2014	Solingen
	9,61s	Rafaela Kabouris	2014	Solingen
4x50m	34,85s	Seegert-Dwyer-Hartkopf-Guske	U12	Leichlingen
	34,95s	Kamen-Truß-Schmitz-Seegert	U12	Remscheid
800m	3:14,09 Min.	Margarete Truß	2015	Leichlingen
	3:17,68 Min.	Romy Carlotta Seegert	2014	Leichlingen
	3:23,36 Min.	Leonie-Sarafina Guske	2014	Leichlingen
	3:37,58 Min.	Carla Schmitz	2014	Remscheid
50m Hürden	10,78s	Romy Carlotta Seegert	2014	Remscheid
	10,92s	Alexandra Kuchta	2014	Remscheid
	11,62s	Carla Schmitz	2014	Remscheid
Weitsprung (Zone)	3,55m	Romy Carlotta Seegert	2014	VM Solingen
	3,36m	Lilou Kamen	2015	Neuss
	3,33m	Nele Golaszewski	2013	VM Solingen
	3,27m	Leonie-Sarafina Guske	2014	Leichlingen
	3,20m	Margarete Truß	2015	Neuss
	3,05m	Lucy Dwyer	2014	Solingen
	3,03m	Fenja Heider	2014	Solingen
	3,02m	Mathilda Höltken	2013	VM Solingen
	2,97m	Maleen Hartkopf	2014	Leichlingen
	2,96m	Carla Schmitz	2014	VM Solingen
	2,95m	Rafaela Kabouris	2014	Solingen
	2,89m	Alexandra Kuchta	2014	VM Solingen
Hochsprung	1,10m	Romy Carlotta Seegert	2014	Wuppertal
Ballwurf (80g)	30,0m	Romy Carlotta Seegert	2014	Leichlingen
	27,5m	Lilou Kamen	2015	VM Solingen
	27,0m	Leonie-Sarafina Guske	2014	Wuppertal
	23,5m	Margarete Truß	2015	Solingen

	20,5m	Fenja Heider	2014	Solingen
	20,5m	Carla Schmitz	2014	VM Solingen
	19,5m	Lucy Dwyer	2014	Solingen
	18,5m	Alexandra Kuchta	2014	VM Solingen
	17,0m	Rafaela Kabouris	2014	Solingen
	12,5m	Maleen Hartkopf	2014	Solingen
3-Kampf	1029 Punkte	Romy Carlotta Seegert	2014	Neuss
	1000 Punkte	Lilou Kamen	2015	Neuss
	928 Punkte	Leonie-Sarafina Guske	2014	Neuss
	871 Punkte	Margarete Truß	2015	Neuss
4-Kampf	1029 Punkte	Romy Carlotta Seegert	2014	Neuss

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U14</b>				
75m	10,66s	Janka Schöppy	2011	RM Neuss
	10,82s	Ella Krebs	2011	LVN Krefeld
	11,23s	Emma Römer	2011	Solingen
	11,58s	Zoe Gwozdz	2011	LVN Krefeld
	11,88s	Liselotte Truß	2012	Leichlingen
	11,96s	Liv Kuster	2011	RM Neuss
	12,04s	Luisa Jäger	2012	Solingen
	12,40s	Emilia Ruano da Silva	2012	RM Neuss
4x75m	42,92s	Römer- Krebs-Gwozdz-Schöppy	U14	Remscheid
	43,61s	Römer-Gwozdz-Krebs-Schöppy	U14	Leichlingen
	44,01s	Gwozdz-Ruano D.S.-Krebs-Schöppy	U14	LVN Krefeld
	44,64s	Truß-Kuster-Gwozdz-Schöppy	U14	RM Neuss
60m Hürden	11,57s	Emilia Ruano da Silva	2012	RM Neuss
	13,95s	Liselotte Truß	2012	RM Ratingen
	13,49s	Liv Kuster	2011	Remscheid
800m	2:43,79 Min.	Ella Krebs	2011	LVN Krefeld
	2:52,57 Min.	Marie Verrieth	2011	Solingen
	2:54,93 Min.	Liselotte Truß	2012	LVN Krefeld
	3:01,11 Min.	Emma Römer	2011	Solingen
Weitsprung (Zone)	4,46m	Janka Schöppy	2011	RM Neuss
	4,14m	Zoe Gwozdz	2011	RM Neuss
	4,04m	Marie Verrieth	2011	Solingen
	4,03m	Liv Kuster	2011	RM Neuss
	4,03m	Liselotte Truß	2012	Neuss
	4,03m	Ella Krebs	2011	Remscheid

	3,98m	Emilia Ruano da Silva	2012	Leichlingen
	3,97m	Emma Römer	2011	VM Solingen
	3,78m	Luisa Jäger	2012	Solingen
Hochsprung	1,25m	Emilia Ruano da Silva	2012	Leichlingen
	1,25m	Liv Kuster	2011	Leichlingen
	1,20m	Liselotte Truß	2012	Leichlingen
Ballwurf (80g)	33,5m	Janka Schöppy	2011	RM Süchteln
	33,0m	Liselotte Truß	2012	RM Süchteln
	29,5m	Emma Römer	2011	VM Solingen
	25,0m	Zoe Gwozdz	2011	VM Solingen
	22,0m	Marlene Looschen	2012	RM Neuss
	22,0m	Ella Krebs	2011	VM Solingen
Kugel (3kg)	7,24m	Janka Schöppy	2011	Leichlingen
	6,99m	Liv Kuster	2011	Remscheid
	6,89m	Marie Verrieth	2011	Solingen
	5,98m	Zoe Gwozdz	2011	RM Neuss
	5,59m	Emilia Ruano da Silva	2012	LVN Krefeld
Diskus (750g)	12,53m	Marlene Looschen	2012	RM Neuss
Speerwurf (400g)	22,20m	Janka Schöppy	2011	Remscheid
3-Kampf	1258 Punkte	Janka Schöppy	2011	RM Süchteln
	1189 Punkte	Liselotte Truß	2012	Neuss
	1015 Punkten	Zoe Gwozdz	2011	RM Süchteln
Block Sprint/Spr.	1882 Punkte	Liselotte Truß	2012	RM Ratingen
<b>U16</b>				
100m	13,36s	Lena Marie Wester	2010	Solingen
	13,62s	Kira Bernau	2010	LVN Troisdorf
	13,80s	Sophie Pesch	2010	RM Dormagen
	13,86s	Lena Pesch	2010	Köln
	14,25s	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
	14,58s	Emily Mintert	2010	Solingen
	15,08s	Maia Kern	2009	Solingen
4x100m	<b>51,99s (VR)</b>	Pesch-Bernau-Mintert-Wester	wU16	LVN Troisdorf
	53,35s	Veit-Bernau-Mintert-Wester	wU16	Solingen
	56,31s	Veit-Mintert-Kern-Pesch	wU16	RM Dormagen
80m Hürden	13,64s	Sophie Pesch	2010	RM Dormagen
	13,81s	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
	14,30s	Emily Mintert	2010	Köln

800m	2:44,70 Min.	Eva Veit	2010	Solingen
	3:12,99 Min.	Emily Mintert	2010	RM Euskirchen
Weitsprung	4,54m	Lena Pesch	2010	RM Dormagen
	4,32m	Eva Veit	2010	Solingen
	4,32m	Lena Marie Wester	2010	RM Euskirchen
	4,19m	Emily Mintert	2010	VM Solingen
	3,91m	Alexandra Ahrens	2010	VM Solingen
	3,68m	Maia Kern	2009	VM Solingen
	3,60m	Felicitas Pakebusch	2010	Solingen
	3,42m	Sophie Pesch	2010	VM Solingen
Hochsprung	1,48m	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
	1,44m	Lena Marie Wester	2010	RM Euskirchen
	1,28m	Emily Mintert	2010	RM Euskirchen
Stabhochsprung	<b>2,22m (VR)</b>	Eva Veit	2010	Remscheid
Kugelstoß (4kg)	8,15m	Lena Marie Wester	2010	RM Euskirchen
	7,22m	Emily Mintert	2010	RM Euskirchen
	6,62m	Alexandra Ahrens	2010	VM Solingen
	6,38m	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
	5,37m	Sophie Pesch	2010	VM Solingen
	5,20m	Maia Kern	2009	VM Solingen
	4,80m	Lena Pesch	2010	VM Solingen
Speerwurf (500g)	22,12m	Maia Kern	2009	Leichlingen
	20,25m	Emily Mintert	2010	Solingen
	19,93m	Paula Hopt	2010	Solingen
	13,72m	Felicitas Pakebusch	2010	Solingen
	12,71m	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
4-Kampf	1811 Punkte	Lena Marie Wester	2010	RM Euskirchen
	1698 Punkte	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
	1532 Punkte	Emily Mintert	2010	RM Euskirchen
7-Kampf	2877 Punkte	Eva Veit	2010	RM Euskirchen
	2457 Punkte	Emily Mintert	2010	RM Euskirchen
<b>AK / Disziplin</b>	<b>Leistung</b>	<b>Name</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Ort</b>
<b>U18</b>				
100m	13,68s	Josie Wegmann	2008	RM Dormagen
	14,08s	Carolina Looschen	2008	LVN Krefeld

Weit	4,96m	Josie Wegmann	2008	RM Dormagen
	4,59m	Carolina Looschen	2008	Leichlingen
Kugel (3kg)	8,53m	Carolina Looschen	2008	Solingen
Speer (500g)	30,93m	Josie Wegmann	2008	Leichlingen
<b>AK / Disziplin</b>	<b>Leistung</b>	<b>Name</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Ort</b>
<b>U20</b>				
Diskus (1kg)	26,18m	Leonie Märkel	2006	LVN Troisdorf

<b>AK / Disziplin</b>	<b>Leistung</b>	<b>Name</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Ort</b>
<b>Frauen/Senioren</b>				
10km Straße	38:45 Min.	Dinah Berghaus	Frauen	Dortmund
Halbmarathon	1:24:22 Std.	Dinah Berghaus	Frauen	Köln
Kugel (3-4kg)	9,02m (3kg)	Britta Röhrig	W50	LVN Mönchengladbach
Speer (500-600g)	29,08s	Katharina Schmitz	W30	Solingen
	29,13m (500g)	Britta Röhrig	W50	LVN Mönchengladbach

## SLC-Bestenliste 2024 (männlich)

**VR** = Vereinsrekord SLC

\*=handgestoppt

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U12</b>				
50m	8,22s	Tom Meyer	2013	Leichlingen
	8,24s	Felix Horst	2014	Leichlingen
	8,26s	Reas Klose	2014	Neuss
	8,37s	Lennard Schulz	2013	Solingen
	8,57s	Dario Viola	2013	Leichlingen
	8,66s	Marouan Boussouf	2014	Solingen
	8,66s	Laurin Tretschok	2013	Solingen
	8,77s	Mattia Scrudato	2014	Leichlingen
	8,78s	Jonas Löcher	2014	Solingen
	8,85s	Felix Düllberg	2014	Solingen
	9,09s	Elijah Merten	2014	Remscheid
4x50m	31,60s	Tretschok-Horst-Viola-Meyer	U12	Leichlingen
	33,22s	Viola-Tretschok-Löcher-Meyer	U12	Remscheid
800m	2:52,54 Min.	Felix Horst	2014	Leichlingen
	3:03,44 Min.	Marouan Boussouf	2014	Leichlingen
	3:04,53 Min.	Dario Viola	2013	Leichlingen
	3:10,43 Min.	Elijah Merten	2014	Remscheid
	3:10,46 Min.	Mattia Scrudato	2014	Leichlingen
50m Hürden	10,40s	Dario Viola	2013	Remscheid
Weitsprung (Zone)	4,33m	Tom Meyer	2013	Leichlingen
	3,79m	Mattia Scrudato	2014	Solingen
	3,64m	Reas Klose	2014	Neuss
	3,63m	Jonas Löcher	2014	VM Solingen
	3,54m	Felix Düllberg	2014	VM Solingen
	3,51m	Dario Viola	2013	Wuppertal
	3,39m	Moritz Leiding	2013	Wuppertal
	3,39m	Laurin Tretschok	2013	Leichlingen
	3,37m	Marouan Boussouf	2014	Neuss
	3,21m	Felix Horst	2014	Solingen
	3,16m	Elijah Merten	2014	VM Solingen
	3,03m	Nick Bangemann	2013	VM Solingen
	3,02m	Julius Höltken	2013	VM Solingen
	2,96m	Jonathan Simon	2013	VM Solingen
	2,96m	Theo Meyer	2015	VM Solingen
Hochsprung	<b>1,38m (VR)</b>	Tom Meyer	2013	Wuppertal
Schlagballwurf	42,5m	Tom Meyer	2013	Wuppertal
	42,5m	Jonas Löcher	2014	VM Solingen

	34,5m	Elijah Merten	2014	Remscheid
	32,0m	Laurin Tretschok	2013	Solingen
	31,5m	Julius Höltken	2013	VM Solingen
	30,0m	Dario Viola	2013	Leichlingen
	28,5m	Nick Bangemann	2013	VM Solingen
	28,0m	Reas Klose	2014	Solingen
	28,0m	Lennard Schulz	2013	Solingen
	27,5m	Felix Düllberg	2014	VM Solingen
	24,5m	Felix Horst	2014	Solingen
	24,0m	Theo Meyer	2015	VM Solingen
	23,5m	Marouan Boussouf	2014	Solingen
	22,5m	Moritz Leiding	2013	Wuppertal
	19,5m	Mattia Scudato	2014	Solingen
	17,0m	Jonathan Simon	2013	VM Solingen
Kugel (2kg)	5,30m	Dario Viola	2013	Wuppertal
3-Kampf	1053 Punkte	Tom Meyer	2013	Neuss
	882 Punkte	Reas Klose	2013	Neuss
	797 Punkte	Marouan Boussouf	2014	Neuss
4-Kampf	1448 Punkte	Tom Meyer	2013	Neuss

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>U14</b>				
75m	10,02s	Kilian Krings	2011	Remscheid
	10,09s	Simon Soßnitza	2011	LVN Krefeld
	10,82s	Enno Gehring	2011	Remscheid
	10,86s	Lukas Löcher	2011	RM Süchteln
	11,19s	Julius Merten	2012	Remscheid
	12,39s	Jonas Hofmann	2012	Solingen
4x75m	39,61s	Gehring-Löcher- Soßnitza-Krings	U14	Remscheid
	40,53s	Gehring-Löcher-Krings-Soßnitza	U14	Leichlingen
	40,79s	Gehring-Löcher-Krings-Soßnitza	U14	RM Neuss
60m Hürden	10,11s	Simon Soßnitza	2011	Remscheid
	10,45s	Lukas Löcher	2011	RM Neuss
	10,95s	Enno Gehring	2011	Remscheid
800m	2:38,78 Min.	Ole Clauberg	2012	Remscheid
	2:48,65 Min.	Jonas Hofmann	2012	Solingen
	2:50,51 Min.	Julius Merten	2012	Solingen
	3:10,62 Min.	Maximilian Jansen	2011	Remscheid

Weitsprung (Zone)	5,33m	Kilian Krings	2011	LVN Krefeld
	4,68m	Simon Soßnitza	2011	Solingen
	4,61m	Lukas Löcher	2011	Leichlingen
	4,37m	Emil Ingelberg	2011	VM Solingen
	4,22m	Enno Gehring	2011	RM Neuss
	4,03m	Julius Merten	2012	VM Solingen
	3,98m	Ole Clauberg	2012	Remscheid
	3,86m	Jonas Hofmann	2012	VM Solingen
	3,52m	Maximilian Jansen	2011	VM Solingen
Hochsprung	1,46m	Lukas Löcher	2011	RM Süchteln
	1,25m	Jonas Hofmann	2012	Leichlingen
Ballwurf	52,5m	Kilian Krings	2011	VM Solingen
	52,5m	Emil Ingelberg	2011	VM Solingen
	47,0m	Lukas Löcher	2011	RM Süchteln
	33,0m	Jonas Hofmann	2012	VM Solingen
	32,5m	Julius Merten	2012	VM Solingen
	29,0m	Maximilian Jansen	2011	VM Solingen
	28,0m	Ole Clauberg	2012	VM Solingen
Kugel (3kg)	<b>11,26m (VR)</b>	Simon Soßnitza	2011	Remscheid
	7,60m	Lukas Löcher	2011	RM Neuss
	7,15m	Enno Gehring	2011	Leichlingen
	5,43m	Julius Merten	2012	Solingen
Diskuswurf (750g)	27,07m	Simon Soßnitza	2011	LVN Krefeld
Diskuswurf (1kg)	<b>28,83 (VR)</b>	Simon Soßnitza	2011	Leichlingen
Speerwurf (400g)	<b>43,30m (VR)</b>	Simon Soßnitza	2011	Leichlingen
	36,25m	Lukas Löcher	2011	LVN Krefeld
	23,75m	Maximilian Jansen	2011	Remscheid
Speerwurf (600g)	<b>44,31m (VR)</b>	Simon Soßnitza	2011	LVN Vergleich Essen
3-Kampf	1352 Punkte	Kilian Krings	2011	RM Süchteln
	1269 Punkte	Lukas Löcher	2011	RM Süchteln
4-Kampf	1728 Punkte	Lukas Löcher	2011	RM Süchteln
Block Wurf	<b>2335 P. (VR)</b>	Simon Soßnitza	2011	LVN Aachen
<b>U16</b>				
100m	11,46s	Tim Kaiser	2009	DM Koblenz
	12,43s	Julian Löcher	2010	DM Hannover

80m Hürden	12,14s	Tim Kaiser	2009	RM Ratingen
	12,52s	Julian Löcher	2010	DM Hannover
800m	2:18,32 Min.	Luis Kempe	2010	RM Dormagen
	2:21,12 Min.	Bisrat Franke	2009	RM Dormagen
1000m	3:11,12 Min.	Julian Löcher	2010	LVN Leverkusen
2000m	7:22,88 Min.	Phil Heppel	2010	RM Korschenbroich
Weitsprung	<b>5,93m (VR)</b>	Julian Löcher	2010	LVN Troisdorf
	4,64m	Tim Kaiser	2008	RM Ratingen
	4,18m	Bisrat Franke	2009	VM Solingen
	4,10m	Luis Kempe	2010	VM Solingen
Hochsprung	1,66m	Julian Löcher	2010	RM Ratingen
Stabhochsprung	2,40m	Julian Löcher	2010	DM Hannover
Kugelstoßen (4kg)	12,94m	Tim Kaiser	2009	RM Dormagen
	11,78m	Julian Löcher	2010	VM Solingen
	7,86m	Bisrat Franke	2009	VM Solingen
	6,32m	Luis Kempe	2010	VM Solingen
Diskus (1kg)	<b>33,52m (VR)</b>	Julian Löcher	2010	LVN Leverkusen
	29,19m	Tim Kaiser	2009	RM Ratingen
Speer (600g)	37,52m	Julian Löcher	2010	Solingen
	33,23m	Phil Heppel	2010	RM Dormagen
		Kai Gehrmann	2009	
Block Sprint/Sprung	<b>2574 P. (VR)</b>	Julian Löcher	2010	RM Ratingen
Block Wurf	<b>2723 P. (VR)</b>	Tim Kaiser	2008	RM Ratingen
4-Kampf	<b>2220 P. (VR)</b>	Julian Löcher	2010	DM Hannover
9-Kampf	<b>4640 P. (VR)</b>	Julian Löcher	2010	DM Hannover
<b>U18</b>				
100m	12,06s	Luis Kauermann	2008	Remscheid
	12,59s	Fynn Küster	2008	Solingen
200m	24,15s	Luis Kauermann	2008	RM Dormagen

400m Hürden	62,02s	Luis Kauermann	2008	Wassenberg
800m	2:34,95 Min.	Lauritz Flabb	2007	Solingen
1500m	5:05,93 Min.	Lauritz Flabb	2007	RM Dormagen
4x100m	44,96s	Kauermann-Schrinner-Küster-Kaiser	U18	LVN Krefeld
	46,68s	Kauermann-Schrinner-Küster-Dall	U18	Bottrop
Kugel (5kg)	10,58m	Nils Petscheleit	2008	RM Dormagen
	8,45m	Jonathan Mühlenbeck	2008	Solingen
	7,91m	Fynn Küster	2008	Solingen
Speer (700g)	41,22m	Jonathan Mühlenbeck	2008	Solingen

<b>U20</b>				
200m	24,08s	Luca Vogel	2005	RM Dormagen
800m	2:05,08 Min.	Nils Heuser	2006	RM Dormagen
	2:17,94 Min.	Leon Röhrig	2006	Solingen
1500m	4:37,75 Min.	Leon Röhrig	2006	LVN Troisdorf
3000m	10:07,78 Min.	Leon Röhrig	2006	RM Korschenbroich
3x1000m	9:20,10 Min.	Heuser-Röhrig-Flabb	U20	LVN Langstaffel Bottrop

AK / Disziplin	Leistung	Name	Jahrgang	Ort
<b>Männer</b>				
100m	11,16s	Leif Deinet	2004	Solingen
	11,18s	Jan Garweg	2002	Bergisch Gladbach
	11,33s	Sebastian Thelen	M30	Leichlingen
	11,96s	Nils Brandenburger	2002	RM Dormagen
	12,68s	Matthias Berenz	M35	Solingen
	16,13s	Owe Martens	M75	LVN Mönchengladbach

200m	22,61s	Leif Deinet	2004	Solingen
	23,18s	Sebastian Thelen	1993	RM Dormagen
	23,24s	Jan Garweg	2002	RM Dormagen
	35,20s	Owe Martens	M75	LVN Mönchengladbach
400m	48,35s	Maximilian Kremser	2000	Solingen
	50,90s	Jan Garweg	2002	Solingen
	51,61s	Nils Brandenburger	2002	Solingen
2000m	7:30,9 Min.	Jan Garweg	2002	Bergisch Gladbach
4x400m	3:31,60 Min.	Thelen-Deinet-Vogel-Garweg	M	LVN Langstaffel Bottrop
Weit	6,10m	Jan Garweg	2002	Bergisch Gladbach
Kugel (7,26kg)	11,18m	Jan Garweg	2002	Bergisch Gladbach
Speer (800g)	38,79m	Christian Märkel	M45	Solingen