

Anmerkungen zur Bestenliste 2009

Wie in jedem Jahr habe ich versucht, die Bestenlisten möglichst vollständig zu erstellen. Auch in diesem Jahr werden wieder Leistungen fehlen, weil mir Ergebnislisten nicht zugesandt wurden bzw. diese nicht veröffentlicht wurden. Zudem kann es natürlich auch sein, dass ich Leistungen nicht erfasst habe, weil ich sie übersehen habe. Ich bitte diese Fehler zu entschuldigen.

Die Rekordlisten müssen noch überarbeitet werden. Deshalb bitte ich, mir Rekordleistungen, die in der Liste fehlen, mitzuteilen.

Harry Jürrens

Email: hjuerrens@t-online.de

Männer

100 m Lauf

| | | | | |
|------------|----------------------|----------------------|---------------|--------|
| 10,98 +1,6 | Goldenstein, Carsten | 88 TV Norden | Wilhelmshaven | 25.04. |
| 11,07 +0,9 | Eilers, Saarko | 89 TV Norden | Wilhelmshaven | 20.06. |
| 11,27 +0,2 | Onken, Jan-Gerhard | 88 VfL Germania Leer | Köln | 24.06. |
| 11,27 +2,0 | Karn, Julien | 86 TV Norden | Garbsen | 25.07. |
| 11,45 +1,2 | Scheutwinkel, Wilke | 89 TV Norden | Zeven | 30.05. |
| 11,56 +0,0 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Garbsen | 01.05. |
| 12,15 +0,0 | Tjarks, Enno | 86 VfL Germania Leer | Delmenhorst | 03.07. |
| 12,3 -0,3 | Alberts-Tammen, Udo | 68 Fortuna Wirdum | Emden | 20.09. |
| 12,75 -0,7 | Feldt, Frank | 84 LAC Emden/Aurich | Celle | 20.09. |
| 12,87 -0,5 | Moseev, Anton | 89 TV Norden | Delmenhorst | 17.05. |

200 m Lauf

| | | | | |
|------------|-----------------------|----------------------|---------------|--------|
| 22,26 +2,0 | Goldenstein, Carsten | 88 TV Norden | Wilhelmshaven | 25.04. |
| 22,40 +1,0 | Scheutwinkel, Wilke | 89 TV Norden | Delmenhorst | 05.06. |
| 22,76 +0,0 | Eilers, Saarko | 89 TV Norden | Wilhelmshaven | 21.06. |
| 22,78 +0,3 | Onken, Jan-Gerhard | 88 VfL Germania Leer | Wilhelmshaven | 21.06. |
| 23,23 +0,6 | Karn, Julien | 86 TV Norden | Lübeck | 19.07. |
| 23,35 +0,1 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Hannover | 06.09. |
| 24,51 +1,0 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Delmenhorst | 05.06. |
| 24,59 -0,5 | Tjarks, Enno | 86 VfL Germania Leer | Delmenhorst | 03.07. |
| 24,87 +0,0 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Hannover | 06.09. |
| 27,7 | Klus-Brauner, Michael | 71 VfL Germania Leer | Lingen | 15.08. |

400 m Lauf

| | | | | |
|-------|---------------------|----------------------|---------------|--------|
| 47,73 | Onken, Jan-Gerhard | 88 VfL Germania Leer | Cuxhaven | 22.07. |
| 54,78 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Wilhelmshaven | 20.06. |
| 55,25 | Onken, Heinz-Helmut | 87 VfL Germania Leer | Osnabrück | 07.07. |
| 55,80 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Delmenhorst | 17.05. |
| 58,16 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Celle | 20.09. |
| 58,7 | Peters, Holger | 75 Fortuna Wirdum | Emden | 20.09. |
| 61,2 | Bojunga, Sören | 88 Fortuna Wirdum | Aurich | 28.06. |
| 69,3 | Rausch, Martin | 65 Fortuna Wirdum | Aurich | 28.06. |
| 71,9 | Fleetjer, Gerhard | 75 Fortuna Wirdum | Emden | 20.09. |

800 m Lauf

| | | | | |
|---------|----------------------|---------------------------|------------|--------|
| 1:48,33 | Onken, Jan-Gerhard | 88 VfL Germania Leer | Leverkusen | 31.07. |
| 1:57,89 | Wiechmann, Steffen | 88 VfL Germania Leer | Hannover | 06.06. |
| 2:04,88 | Onken, Heinz-Helmut | 87 VfL Germania Leer | Zeven | 31.05. |
| 2:14,07 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Celle | 20.09. |
| 2:24,4 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Moorhusen | 24.06. |
| 2:24,7 | Vlaardingerbro, Kurt | 68 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen | 24.06. |
| 2:31,45 | Sigl, Holger | 70 LAC Emden/Aurich | Celle | 20.09. |
| 2:32,6 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen | 24.06. |
| 2:33,68 | Eden, Manfred | 59 TuS Eintracht Hinte | Leer | 05.09. |
| 2:33,9 | Christians, Borchard | 58 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen | 24.06. |

1500 m Lauf

| | | | | |
|---------|-----------------------|----------------------|-------------|--------|
| 4:01,47 | Wiechmann, Steffen | 88 VfL Germania Leer | Lübeck | 19.07. |
| 4:20,57 | Waschkau, Jan | 77 VfL Germania Leer | Köln | 24.05. |
| 4:31,72 | Klus-Brauner, Michael | 71 VfL Germania Leer | Köln | 24.05. |
| 4:56,87 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Hannover | 06.09. |
| 4:59,58 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Hannover | 06.09. |
| 4:59,88 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Hannover | 06.09. |
| 5:43,61 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Delmenhorst | 26.09. |

1 Meile

| | | | |
|--------|-----------------------|---------------------------|--------------|
| 5:08,2 | Klus-Brauner, Michael | 71 VfL Germania Leer | Emden 23.08. |
| 5:17,9 | Krawietz, Leander | 71 Emder Laufgemeinschaft | Emden 23.08. |
| 5:25,3 | Bojunga, Sören | 88 Fortuna Wirdum | Emden 23.08. |
| 5:37,5 | Sigl, Holger | 70 LAC Emden/Aurich | Emden 23.08. |
| 5:40,9 | Pelleter, Timo | 70 Emder Laufgemeinschaft | Emden 23.08. |
| 5:50,5 | Tjarks, Eduard | 54 Lauf-Gem. Ostfriesland | Emden 23.08. |
| 6:03,6 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Emden 23.08. |
| 6:35,2 | Scholz, Alfred | 53 Emder Laufgemeinschaft | Emden 23.08. |
| 7:13,6 | Kortylack, Michael | 48 Emder Laufgemeinschaft | Emden 23.08. |

3000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------------|---------------------------|------------------|
| 10:16,8 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Aurich 07.08. |
| 10:21,9 | Vlaardingerbro, Kurt | 68 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 10:27,5 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 10:48,2 | Christians, Borchard | 58 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 10:51,4 | Sigl, Holger | 70 LAC Emden/Aurich | Aurich 07.08. |
| 10:53,5 | Laufenberg, Josef | 65 TuS Aurich Ost | Aurich 07.08. |
| 11:30,2 | Tjarks, Eduard | 54 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 07.08. |
| 11:47,4 | Romanowski, Arnold | 46 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 12:08,3 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Aurich 07.08. |
| 12:26,8 | Janßen, Siegfried | 55 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |

5000 m Lauf

| | | | |
|----------|------------------------|----------------------|----------------------|
| 16:09,06 | Brinkmann, Max Philipp | 88 VfL Germania Leer | Köln 24.05. |
| 16:17,08 | Grigat, Holger | 73 VfL Germania Leer | Wilhelmshaven 20.06. |
| 16:20,75 | Wiechmann, Steffen | 88 VfL Germania Leer | Leer 05.09. |
| 16:24,82 | Meyer, Dennis | 89 VfL Germania Leer | Papenburg 25.09. |
| 17:09,7 | Klus-Brauner, Michael | 71 VfL Germania Leer | Aurich 19.06. |
| 17:20,72 | Steinke, Peter | 70 VfL Germania Leer | Köln 24.05. |
| 17:52,7 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Aurich 19.06. |
| 18:55,03 | Trebesch, Wolfgang | 57 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 18:59,3 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Aurich 19.06. |
| 19:04,03 | Sigl, Holger | 70 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |

10.000 m Lauf

| | | | |
|----------|----------------------|---------------------------|---------------------|
| 34:38,12 | Grigat, Holger | 73 VfL Germania Leer | Bremen 02.05. |
| 36:44,6 | Taube, Ralf | 69 VfL Germania Leer | Warsingsfehn 04.08. |
| 37:02,0 | Vlaardingerbro, Kurt | 68 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 37:10,4 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 37:22,3 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Warsingsfehn 04.08. |
| 37:25,6 | Sanders, Anton | 61 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 37:27,2 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 38:20,7 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Aurich 25.04. |
| 39:26,1 | Paul, Matthias | 61 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 39:39,0 | Grest, Jens-Peter | 71 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn 04.08. |

1 Stunde Lauf

| | | | |
|--------|----------------------|---------------------------|--------------|
| 15.910 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 15.715 | Krawietz, Leander | 71 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 14.975 | Busse, Peter | 65 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 14.560 | Sigl, Holger | 70 LAC Emden/Aurich | Emden 01.11. |
| 14.190 | Hallmann, Hermann | 62 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 14.060 | Becker, Axel | 60 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 13.895 | Schoneboom, Kevin | 92 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 12.630 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Emden 01.11. |

10 km Lauf

| | | | |
|-------|--------------------|----------------------|-------------------|
| 31:17 | Immega, Stephan | 84 LG Harlingerland | Oldenburg 18.10. |
| 32:31 | Groenhagen, Achim | 68 LG Harlingerland | Oldenburg 18.10. |
| 33:51 | Wiechmann, Steffen | 88 VfL Germania Leer | Ofen 03.10. |
| 34:00 | Grigat, Holger | 73 VfL Germania Leer | Emlichheim 29.05. |
| 34:17 | Waschkau, Jan | 77 VfL Germania Leer | Emden 06.06. |
| 34:39 | Menne, Jörn | 68 LG Harlingerland | Lingen 13.06. |
| 34:50 | Steinke, Peter | 70 VfL Germania Leer | Lemwerder 22.03. |
| 35:08 | Janssen, Ingo | 85 VfL Germania Leer | Aurich 21.08. |
| 36:05 | Wolzen, Gerd | 83 VfL Germania Leer | Ofen 03.10. |
| 36:25 | Dirksen, Jens | 85 VfL Germania Leer | Lemwerder 22.03. |

10 km Lauf

Mannschaft

| | | | |
|---------|--|--|------------------|
| 1:41:53 | LG Harlingerland I | | Hamburg 06.09. |
| | Immega, S. 84 -32:02; Groenhagen, A. 68 -33:04 | | |
| | Willms, W. 73 -36:47 | | |
| 1:46:39 | VfL Germania Leer II | | Ofen 03.10. |
| | Wiechmann, S. 88 -33:51; Wolzen, G. 83 -36:05 | | |
| | Klus-Brauner, M. 71 -36:43 | | |
| 1:48:03 | VfL Germania Leer | | Lemwerder 22.03. |
| | Steinke, P. 70 -34:50; Dirksen, J. 85 -36:25 | | |
| | Janssen, I. 85 -36:48 | | |
| 1:50:39 | LG Harlingerland | | Schortens 22.03. |
| | Menne, J. 68 -35:52; Willms, W. 73 -36:58 | | |
| | Weinberg, D. 68 -37:49 | | |
| 1:51:01 | Emder Laufgemeinschaft | | Aurich 21.08. |
| | Krawietz, . 71 -36:48; Jürrens, H. 57 -36:58 | | |
| | Busse, P. 65 -37:15 | | |

Halbmarathonlauf

| | | | |
|---------|-----------------------|---------------------------|-------------------|
| 1:12:08 | Groenhagen, Achim | 68 LG Harlingerland | Oldenburg 01.11. |
| 1:15:23 | Tammen, Marco | 75 SV Teutonia Stapelmoor | Zeven 04.10. |
| 1:18:42 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Zeven 04.10. |
| 1:19:07 | Sibum, Norbert | 75 TV Norden | Marienhafe 14.08. |
| 1:20:17 | Vlaardingerbro, Kurt | 68 Lauf-Gem. Ostfriesland | Dunum 28.03. |
| 1:20:55 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Marienhafe 14.08. |
| 1:20:59 | Sanders, Anton | 61 Lauf-Gem. Ostfriesland | Dunum 28.03. |
| 1:23:19 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Dunum 28.03. |
| 1:23:57 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Marienhafe 14.08. |
| 1:24:18 | Schmedding, Christoph | 63 TuS Weene | Zeven 04.10. |

Halbmarathonlauf

Mannschaft

| | | | |
|---------|---|--|------------------|
| 4:10:02 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland | | Dunum 28.03. |
| | Vlaardingerbro, K. 68 -1:20:17; Sanders, A. 61 -1:20:59 | | |
| | Tjarks, E. 54 -1:28:46 | | |
| 4:17:41 | TV Norden | | Dunum 28.03. |
| | Weidanz, . 69 -1:25:03; Hüls, . 63 -1:25:27 | | |
| | Poguntke, . 63 -1:27:11 | | |
| 4:34:35 | TuS Norderney | | Schortens 22.03. |
| | Mai, F. 55 -1:29:54; Kathmann, A. 53 -1:31:44 | | |
| | Heise, K. 54 -1:32:57 | | |
| 4:35:06 | Emder Laufgemeinschaft | | Zeven 04.10. |
| | Jürrens, H. 57 -1:18:42; Voss, H. 53 -1:30:19 | | |
| | Kirschke, H. 53 -1:46:05 | | |
| 4:53:49 | TV Norden | | Dunum 28.03. |
| | Siebelts, A. 67 -1:28:35; Eden, K. 58 -1:31:14 | | |
| | Meyer, A. 58 -1:54:00 | | |

Marathonlauf

| | | | |
|---------|---------------------|---------------------------|---------------------|
| 2:37:19 | Grigat, Holger | 73 VfL Germania Leer | Frankfurt 25.10. |
| 2:57:12 | Neitemeier, Ralf | 69 TuS Aurich Ost | Frankfurt 25.10. |
| 2:59:24 | Schmedding, Dominik | 66 Emder Laufgemeinschaft | Enschede/NED 26.04. |
| 3:02:03 | Sigl, Holger | 70 LAC Emden/Aurich | Münster 13.09. |
| 3:04:54 | Busse, Peter | 65 Emder Laufgemeinschaft | Frankfurt 25.10. |
| 3:06:25 | Rühle, Andreas | 62 LG Uplengen | Bremen 04.10. |
| 3:10:04 | Poguntke, Martin | 63 TV Norden | Münster 13.09. |
| 3:11:11 | Siebelts, Arnd | 67 TV Norden | Hamburg 26.04. |
| 3:11:45 | Wilts, Martin | 72 Lauf-Gem. Ostfriesland | Bremen 04.10. |
| 3:14:24 | Klüver, Dr. Gerhard | 60 Emder Laufgemeinschaft | Leipzig 19.04. |

Marathonlauf
Mannschaft

| | | |
|----------|---|---------------|
| 10:28:28 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland | Bremen 04.10. |
| | Wilts, M. 72 -3:11:45; Ludwig, R. 59 -3:16:46 | |
| | Meyerhoff, H. 62 -3:59:57 | |

110 m Hürden 1.067m

| | | | |
|------------|---------------------|----------------------|--------------------|
| 15,41 -0,1 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Köln 24.05. |
| 16,94 -0,6 | Tjarks, Enno | 86 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |
| 18,53 -0,3 | Pasenau, Maximilian | 84 TV Norden | Köln 24.05. |

400 m Hürden 0.914m

| | | | |
|-------|----------------------|--------------|-------------|
| 58,15 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Köln 24.05. |
| 62,19 | Goldenstein, Carsten | 88 TV Norden | Köln 24.05. |
| 65,82 | Moseev, Anton | 89 TV Norden | Köln 24.05. |

4 x 100 m Staffel

| | | |
|-------|---|---------------|
| 42,48 | StG TV Norden - VfL Leer | Köln 24.05. |
| | Goldenstein, C. 88; Scheutwinkel, W. 89; Eilers, S. 89; Nordmann, D. 90 | |
| 45,33 | StG TV Norden - VfL Leer II | Köln 24.05. |
| | Pasenau, M. 84; Vöhrs, S. 84; Karn, J. 86; Graventein, T. 90 | |
| 48,90 | LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| | Feldt, F. 84; Kaun, M. 91; Wolf, M. 76; Schobert, A. 91 | |
| 51,5 | Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| | Giesselmann, B. 68; Fleetjer, G. 75; Janssen, S. 79; Rausch, M. 65 | |
| 58,4 | Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| | Göken, . 85; De Boer, . 61; Szczeny, K. 56; Peters, H. 75 | |

4 x 400 m Staffel

| | | |
|---------|--|----------------------|
| 3:27,55 | StG TV Norden - VfL Leer | Wilhelmshaven 21.06. |
| | Goldenstein, C. 88; Onken, J. 88; Eilers, S. 89; Nordmann, D. 90 | |

3 x 1000 m Staffel

| | | |
|---------|--|---------------|
| 7:51,71 | VfL Germania Leer | Bremen 26.04. |
| | Wiechmann, S. 88; Onken, H. 87; Onken, J. 88 | |

Hochsprung

| | | | |
|------|---------------------|----------------------|--------------------|
| 1,99 | Tjarks, Enno | 86 VfL Germania Leer | Köln 24.05. |
| 1,89 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Garbsen 01.05. |
| 1,75 | Giesselmann, Bernd | 68 Fortuna Wirdum | Delmenhorst 17.05. |
| 1,60 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 1,50 | Alberts-Tammen, Udo | 68 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 1,48 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Wunstorf 24.05. |
| 1,43 | Fleetjer, Gerhard | 75 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 1,35 | Fengkohl, Frank | 60 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 1,25 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 1,25 | Wolterink, Johann | 42 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |

Stabhochsprung

| | | | |
|------|---------------------|-------------------|--------------------|
| 4,50 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Köln 24.05. |
| 4,20 | Pasenau, Maximilian | 84 TV Norden | Köln 24.05. |
| 2,10 | Wolterink, Johann | 42 Fortuna Wirdum | Delmenhorst 26.09. |

Weitsprung

| | | | |
|-----------|----------------------|----------------------|--------------------|
| 6,74 -0,3 | Karn, Julien | 86 TV Norden | Uslar 01.08. |
| 6,65 +0,2 | Goldenstein, Carsten | 88 TV Norden | Garbsen 01.05. |
| 6,02 +0,7 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 5,99 +0,3 | Tjarks, Enno | 86 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |
| 5,95 +0,0 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 5,85 +1,5 | Göken, Daniel | 85 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 5,54 +1,7 | Janssen, Sven | 79 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 5,53 +1,3 | Giesselmann, Bernd | 68 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 5,42 +0,0 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 5,30 +1,5 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Aurich 28.06. |

Dreisprung

| | | | |
|------------|---------------|----------------------|-------------|
| 13,62 -1,1 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Köln 24.05. |
| 13,36 +0,3 | Tjarks, Enno | 86 VfL Germania Leer | Köln 24.05. |

13,31 +0,3 Karn, Julien

86 TV Norden Lübeck 18.07.

Kugelstoss 7.26kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|----------------------|
| 14,36 | Schaa, Wilko | 82 SV Georgsheil | Wilhelmshaven 25.04. |
| 13,27 | Peters, Johannes | 83 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 12,51 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Wunstorf 25.04. |
| 12,34 | Zander, Robert | 68 TV Norden | Köln 24.05. |
| 12,15 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Alfeld 11.07. |
| 11,99 | Pfingsten, Patrick | 78 TV Norden | Köln 24.05. |
| 11,62 | Bergmann, Sven | 83 SV Georgsheil | Wilhelmshaven 25.04. |
| 11,12 | Giesselmann, Bernd | 68 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |
| 9,96 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 9,95 | Feldt, Frank | 84 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |

Diskuswurf 2 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|----------------------|
| 41,44 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Wilhelmshaven 20.06. |
| 40,30 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Meppen 16.08. |
| 39,84 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Delmenhorst 17.05. |
| 36,93 | Pfingsten, Patrick | 78 TV Norden | Köln 24.05. |
| 34,67 | Peters, Johannes | 83 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 31,97 | Feldt, Frank | 84 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 31,21 | Janssen, Stephan | 67 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |

| | | | |
|-------|--------------------|-------------------|-----------------|
| 31,09 | Giesselmann, Bernd | 68 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |
| 30,69 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 30,51 | Eilers, Ralf | 65 TV Norden | Wirdum 03.10. |

Hammerwurf 7.26kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|--------------------|
| 43,92 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Bremen 25.07. |
| 34,45 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Wirdum 21.03. |
| 34,30 | Peters, Johannes | 83 TV Norden | Köln 24.05. |
| 27,76 | Giesselmann, Bernd | 68 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |
| 22,51 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10. |
| 19,26 | Kleemann, Karl | 40 TV Norden | Köln 24.05. |
| 19,11 | Rausch, Martin | 65 Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06. |

Speerwurf 800 g

| | | | |
|-------|-----------------------|----------------------|----------------------|
| 47,92 | Zander, Robert | 68 TV Norden | Köln 24.05. |
| 46,69 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 45,88 | Schaa, Wilko | 82 SV Georgsheil | Wilhelmshaven 25.04. |
| 45,19 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Alfeld 11.07. |
| 42,09 | Adam, Tobias | 89 TuS Weener | Papenburg 09.05. |
| 41,04 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 40,83 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Garbsen 25.07. |
| 38,92 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Hannover 06.09. |
| 34,41 | Rausch, Martin | 65 Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06. |
| 32,83 | Klus-Brauner, Michael | 71 VfL Germania Leer | Lingen 15.08. |

Gewichtswurf

| | | | |
|-------|-----------------|---------------------|---------------|
| 12,58 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07. |
| 6,62 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Aurich 18.07. |

Fünfkampf

| | | | |
|-------|--|--------------|-----------------|
| 2.925 | Küter, Stefan | 85 TV Norden | Hannover 06.09. |
| | 5,95(+0.0)-46,69-24,87(+0.0)-38,31-4:59,58 | | |
| 2.807 | Vöhrs, Sören | 84 TV Norden | Hannover 06.09. |
| | 6,02(+0.7)-38,92-23,35(+0.1)-30,69-4:59,88 | | |
| 2.629 | Dittrich, Arne | 89 TV Norden | Hannover 06.09. |
| | 5,42(+0.0)-41,04-24,86(+0.1)-32,38-4:56,87 | | |

Fünfkampf
Mannschaft

| | | | |
|-------|--|--|-----------------|
| 8.361 | TV Norden | | Hannover 06.09. |
| | Küter, S. 85 -2.925; Vöhrs, S. 84 -2.807 | | |
| | Dittrich, A. 89 -2.629 | | |

Werfer-Fünfkampf

| | | | |
|-------|-------------------------------|---------------------|---------------|
| 2.914 | Arjes, Michael | 71 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07. |
| | 11,79-39,43-43,03-44,52-12,58 | | |
| 1.388 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Aurich 18.07. |
| | 9,30-25,87-20,81-14,59-6,62 | | |

DMM Bundesliga

| | | | |
|--------|--------------------------|--|-------------|
| 21.918 | StG TV Norden - VfL Leer | | Köln 24.05. |
|--------|--------------------------|--|-------------|

DMM Landesliga

| | | | |
|-------|-------------------|--|---------------|
| 9.677 | LAC Emden/Aurich | | Celle 20.09. |
| 8.613 | Fortuna Wirdum I | | Aurich 28.06. |
| 7.594 | Fortuna Wirdum II | | Aurich 28.06. |

Frauen

| | | | |
|------------|-----------------|---------------------|---------------|
| 100 m Lauf | | | |
| 12,6 | Esderts, Birgit | 89 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 16,4 | Thiele, Helmi | 52 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 18,0 | Gerken, Regina | 65 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

200 m Lauf

| | | | |
|------------|---------------|-------------------|-----------------|
| 35,90 +0,0 | Thiele, Helmi | 52 Fortuna Wirdum | Wunstorf 23.05. |
|------------|---------------|-------------------|-----------------|

800 m Lauf

| | | | |
|--------|----------------|-------------------|--------------|
| 3:21,6 | Gerken, Regina | 65 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 3:43,2 | Broer, Heide | 57 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

3000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|---------------------------|---------------|
| 13:43,0 | Fulfs, Juliane | 67 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 07.08. |
|---------|----------------|---------------------------|---------------|

5000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|---------------------------|---------------|
| 23:17,1 | Fulfs, Juliane | 67 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 19.06. |
| 25:04,1 | Schmidt, Karin | 60 TuS Aurich Ost | Aurich 19.06. |

10.000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|--------------------------|---------------------|
| 47:36,8 | Steinke, Hilde | 45 SV Concordia Neermoor | Warsingsfehn 04.08. |
| 51:24,0 | Schmidt, Karin | 60 TuS Aurich Ost | Warsingsfehn 04.08. |

10 km Lauf

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------------|-------------------|
| 38:46 | Brinkmann, Eva | 64 VfL Germania Leer | Otterndorf 12.09. |
| 39:43 | Lüken, Kerstin | 76 Emden Laufgemeinschaft | Hamburg 06.09. |
| 40:02 | Jürrens, Inga | 82 Emden Laufgemeinschaft | Oldenburg 18.10. |
| 41:21 | Mannsen, Andrea | 83 VfL Germania Leer | Otterndorf 12.09. |
| 41:22 | Hartmann, Irmgard | 62 TV Norden | Emden 06.06. |
| 41:38 | Klostermann, Waltraud | 60 TV Norden | Lemwerder 22.03. |
| 41:53 | Hoogestraat, Sonja | 76 LG Harlingerland | Garrel 19.09. |
| 42:30 | Bronn, Frauke | 89 VfL Germania Leer | Ofen 03.10. |
| 42:48 | Romberg, Petra | 70 LAC Emden/Aurich | Nordhorn 12.09. |
| 43:54 | Lübben, Astrid | 71 Lauf-Gem. Ostfriesland | Garrel 19.09. |

| | | | |
|--------------------------|--|--|-------------------|
| 10 km Lauf Mannschaft | | | |
| 2:02:47 | VfL Germania Leer | | Otterndorf 12.09. |
| | Brinkmann, E. 64 -38:46; Mannsen, A. 83 -41:21 Bronn, F. 89 -42:40 | | |
| 2:12:04 | TV Norden | | Lemwerder 22.03. |
| | Klostermann, W. 60 -41:38; Hellmers, S. 66 -45:06 Gronewold, E. 67 -45:20 | | |
| 2:36:10 | Emder Laufgemeinschaft | | Oldenburg 15.03. |
| | Ringena, M. 59 -49:35; Kortylack, G. 56 -50:23 Engelbarts, F. 49 -56:12 | | |

Halbmarathonlauf

| | | | |
|---------|-----------------------|---------------------------|-------------------|
| 1:24:21 | Lüken, Kerstin | 76 Emdер Laufgemeinschaft | Zeven 04.10. |
| 1:29:17 | Jürrens, Inga | 82 Emdер Laufgemeinschaft | Oldenburg 01.11. |
| 1:33:25 | Klostermann, Waltraud | 60 TV Norden | Marienhafе 14.08. |
| 1:33:38 | Rückbrod, Martina | 87 TV Norden | Dunum 28.03. |
| 1:35:50 | Bronn, Frauke | 89 VfL Germania Leer | Dunum 28.03. |
| 1:40:20 | Hubert, Katharina | 82 Emdер Laufgemeinschaft | Marienhafе 14.08. |
| 1:41:36 | Siemsen, Solke | 70 TuS Aurich Ost | Dunum 28.03. |
| 1:44:08 | Ringena, Marion | 59 Emdер Laufgemeinschaft | Dunum 28.03. |
| 1:45:01 | Smid, Pascale | 70 TuS Aurich Ost | Dunum 28.03. |
| 1:45:43 | Buurman, Astrid | 74 Emdер Laufgemeinschaft | Dunum 28.03. |

Halbmarathonlauf Mannschaft

| | | | |
|---------|---|--|-------------------|
| 4:57:58 | TV Norden | | Marienhafе 14.08. |
| | Klostermann, W. 60 -1:33:25; Rückbrod, M. 87 -1:34:49 Hartmann, I. 62 -1:49:44 | | |
| 5:17:12 | Emder Laufgemeinschaft | | Dunum 28.03. |
| | Ringena, M. 59 -1:44:08; Buurman, A. 74 -1:45:43 Kortylack, G. 56 -1:47:21 | | |

Marathonlauf

| | | | |
|---------|---------------------|---------------------------|----------------|
| 2:59:26 | Brinkmann, Eva | 64 VfL Germania Leer | Bremen 04.10. |
| 3:49:28 | Ringena, Marion | 59 Emdер Laufgemeinschaft | Leipzig 19.04. |
| 4:07:00 | Klüver, Dr. Silke | 63 Emdер Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |
| 4:11:10 | Schulz, Evelyn | 57 Emdер Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |
| 4:30:28 | Wagner, Irene | 66 Emdер Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |
| 4:45:26 | Niemeyer, Hildegard | 50 Emdер Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |

100 m Hürden 0.840m

| | | | |
|------------|-----------------|---------------------|--------------|
| 14,72 +1,2 | Esderts, Birgit | 89 LAC Emden/Aurich | Zeven 31.05. |
|------------|-----------------|---------------------|--------------|

Weitsprung

| | | | |
|------|-----------------|---------------------|--------------|
| 5,05 | Esderts, Birgit | 89 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |
| 3,43 | Georgs, Elke | 59 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 3,43 | Thiele, Helmi | 52 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

Kugelstoss 4 kg

| | | | |
|------|--------------|-------------------|--------------|
| 7,19 | Georgs, Elke | 59 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
|------|--------------|-------------------|--------------|

Diskuswurf 1 kg

| | | | |
|-------|------------------|-------------------|-------------------|
| 50,92 | Schütte, Melanie | 81 SV Georgsheil | Georgsheil 14.10. |
| 16,61 | Georgs, Elke | 59 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 12,68 | Galetzka, Anne | 62 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

Hammerwurf 4 kg

| | | | |
|-------|-------------------|----------------|-------------------|
| 48,59 | Nannen, Christine | 81 SV Holtland | Rütenbrock 18.04. |
|-------|-------------------|----------------|-------------------|

Männliche Jugend A

100 m Lauf

| | | | |
|------------|-------------------|----------------------|----------------|
| 11,15 +1,6 | Nordmann, Dennis | 90 TV Norden | Zeven 30.05. |
| 11,55 +1,5 | Graventein, Thilo | 90 VfL Germania Leer | Zeven 30.05. |
| 11,6 | Nauermann, Oliver | 91 TV Norden | Leer 25.04. |
| 11,6 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 11,94 +2,0 | Salzmann, Erik | 90 TV Norden | Zeven 30.05. |
| 11,8 | Rietz, Phillip | 91 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 12,15 +0,0 | Grün, Bent | 91 TV Norden | Garbsen 01.05. |
| 12,49 +0,5 | Schobert, Arne | 91 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 12,3 | Behrends, Stefan | 91 TV Norden | Aurich 02.05. |

200 m Lauf

| | | | |
|------------|-------------------|----------------------|--------------------|
| 21,89 +0,0 | Nordmann, Dennis | 90 TV Norden | Papenburg 14.06. |
| 23,24 +0,0 | Graventein, Thilo | 90 VfL Germania Leer | Papenburg 14.06. |
| 24,39 +0,1 | Salzmann, Erik | 90 TV Norden | Garbsen 01.05. |
| 24,40 +0,0 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Papenburg 14.06. |
| 25,06 +0,4 | Rietz, Phillip | 91 VfL Germania Leer | Delmenhorst 03.07. |

400 m Lauf

| | | | |
|-------|-------------------|----------------------|------------------|
| 50,85 | Nauermann, Oliver | 91 TV Norden | Hannover 06.06. |
| 51,07 | Nordmann, Dennis | 90 TV Norden | Köln 24.05. |
| 52,11 | Graventein, Thilo | 90 VfL Germania Leer | Papenburg 13.06. |
| 54,71 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 55,51 | Salzmann, Erik | 90 TV Norden | Köln 24.05. |
| 61,5 | Spelters, Evert | 90 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |

800 m Lauf

| | | | |
|---------|-------------------|-------------------|---------------|
| 1:53,17 | Nauermann, Oliver | 91 TV Norden | Berlin 14.06. |
| 2:35,2 | Spelters, Evert | 90 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |

1000 m Lauf

| | | | |
|---------|------------------|--------------------|------------------|
| 2:48,29 | Busch, Jan Hiebo | 91 SV Warsingsfehn | Papenburg 25.09. |
| 3:27,0 | Tebben, Jannik | 91 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 3:27,1 | Drosten, Jörn | 90 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

| | | | |
|-------------------|--|---------------------------|----------------------|
| 1500 m Lauf | | | |
| 4:02,79 | Nauermann, Oliver | 91 TV Norden | wilhelmshaven 21.06. |
| 3000 m Lauf | | | |
| 9:43,20 | Köller, Hauke | 90 TuS Weener | Papenburg 14.06. |
| 5000 m Lauf | | | |
| 17:12,49 | Köller, Hauke | 90 TuS Weener | Bremen 26.04. |
| 17:29,37 | Voskuhl, Stephan | 91 VfL Germania Leer | Papenburg 25.09. |
| 17:36,58 | Busch, Jan Hiebo | 91 SV Warsingsfehn | Papenburg 25.09. |
| 10 km Lauf | | | |
| 35:22 | Köller, Hauke | 90 TuS Weener | Oldenburg 15.03. |
| 36:21 | Busch, Jan Hiebo | 91 SV Warsingsfehn | Nordhorn 12.09. |
| 43:10 | Willers, Jens | 90 SV Warsingsfehn | Marienhafen 13.04. |
| 43:57 | Peters, Hendrik | 91 Emder Laufgemeinschaft | Aurich 21.08. |
| 44:13 | Drosten, Jörn | 90 Fortuna Wirdum | Ofen 03.10. |
| 4 x 100 m Staffel | | | |
| 49,5 | Fortuna Wirdum | | Emden 20.09. |
| | Fengkohl, D. 92; Broer, R. 92; V.d.Werff, . 91; Drosten, J. 90 | | |
| Hochsprung | | | |
| 1,96 | Rietz, Phillip | 91 VfL Germania Leer | Papenburg 13.06. |
| 1,68 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 1,60 | Schobert, Arne | 91 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| Weitsprung | | | |
| 6,03 +0,9 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| 5,76 +1,7 | Rietz, Phillip | 91 VfL Germania Leer | Köln 24.05. |
| 5,54 | Grün, Bent | 91 TV Norden | Wilhelmshaven 25.04. |
| Dreisprung | | | |
| 12,95 +0,0 | Grün, Bent | 91 TV Norden | Papenburg 25.09. |
| 12,08 +0,0 | Rietz, Phillip | 91 VfL Germania Leer | Leer 05.09. |
| 11,71 +0,0 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| Kugelstoss 6 kg | | | |
| 17,05 | Peters, Derk | 91 SV Georgsheil | Georgsheil 11.07. |
| 11,77 | Broer, Renke | 92 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 10,25 | Holz, Carsten | 92 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 8,41 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| Diskuswurf 1.75kg | | | |
| 46,98 | Peters, Derk | 91 SV Georgsheil | Wehdel 24.06. |
| 34,98 | Broer, Renke | 92 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 21,88 | Holz, Carsten | 92 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

| | | | |
|--------------------|--|---------------------------|--------------------|
| Speerwurf 800 g | | | |
| 46,26 | Keindorff, Felix | 91 TV Norden | Delmenhorst 17.05. |
| 41,58 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 30,83 | Köller, Arne | 92 TuS Weener | Papenburg 25.09. |
| Fünfkampf | | | |
| 2.540 | Kaun, Magnus | 91 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| | 12,61(-1.1)-6,03(+0.9)-8,41-1,56-55,32 | | |
| DJMM Gruppe 2 | | | |
| 7.969 | Fortuna Wirdum | | Emden 20.09. |
| Weibliche Jugend A | | | |
| 100 m Lauf | | | |
| 12,7 | Eertmoed, Marina | 90 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 13,7 | Heyken, Mareke | 91 Fortuna Wirdum | Aurich 02.05. |
| 14,01 -1,2 | Weyer, Julia | 91 Emder Laufgemeinschaft | Delmenhorst 17.05. |
| 14,52 +0,0 | Duin, Lisa | 91 SV Holtland | Delmenhorst 17.05. |
| 200 m Lauf | | | |
| 27,41 +1,2 | Eertmoed, Marina | 90 LAC Emden/Aurich | Zeven 31.05. |
| 800 m Lauf | | | |
| 2:23,5 | Eertmoed, Marina | 90 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 24.06. |
| 2:36,72 | Schwill, Sara | 90 VfL Germania Leer | Papenburg 25.09. |
| 10 km Lauf | | | |
| 48:05 | Speckmann, Lisa | 90 LAC Emden/Aurich | Aurich 21.08. |
| 4 x 100 m Staffel | | | |
| 54,7 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen 18.09. |
| | Habben, S. 92; Sinning, L. 92; Bohlken, L. 90; Heyken, M. 91 | | |
| Hochsprung | | | |
| 1,79 | Blum, Mareike | 90 TV Norden | Garbsen 24.05. |
| 1,52 | Bohlken, Lena | 90 Fortuna Wirdum | Oldenburg 05.08. |
| 1,50 | Schade, Janina | 91 Emder Laufgemeinschaft | Leer 05.09. |
| Weitsprung | | | |
| 4,63 +0,5 | Bohlken, Lena | 90 Fortuna Wirdum | Delmenhorst 31.07. |
| 4,51 +1,6 | Heyken, Mareke | 91 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 3,95 | Taudor, Beena | 91 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |

| | | | |
|--------------------|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Dreisprung | | | |
| 9,09 | Bohlken, Lena | 90 Fortuna Wirdum | Leer 05.09. |
| Kugelstoss 4 kg | | | |
| 9,39 | Nannen, Mareike | 90 SV Holtland | Holtland 12.09. |
| 8,31 | Geissler, Mareike | 91 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |
| 7,93 | Heyken, Mareike | 91 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 6,71 | Duin, Lisa | 91 SV Holtland | Leer 25.04. |
| Diskuswurf 1 kg | | | |
| 29,87 | Nannen, Mareike | 90 SV Holtland | Holtland 12.09. |
| 19,91 | Taudor, Beena | 91 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |
| Hammerwurf 4 kg | | | |
| 59,21 | Nannen, Mareike | 90 SV Holtland | Göttingen 28.06. |
| Speerwurf 600 g | | | |
| 26,35 | Geissler, Mareike | 91 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |
| DJMM Gruppe 3 | | | |
| 3.707 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen 18.09. |
| Männliche Jugend B | | | |
| 100 m Lauf | | | |
| 11,3 | -0,1 Fengkohl, Dennis | 92 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 12,26 | +0,1 Behrends, Habbo | 92 SV Holtland | Papenburg 25.09. |
| 12,30 | -0,3 Köller, Arne | 92 TuS Weener | Papenburg 25.09. |
| 12,5 | Gummels, Marvin | 92 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 13,02 | Sasar, Eyup-Tugrul | 92 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |
| 12,8 | Janssen, Marek | 93 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 12,8 | Keiser, Christian | 92 SV Holtland | Aurich 06.06. |
| 13,0 | Berg, Andree | 93 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 13,3 | Bürma, Matthias | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 06.06. |
| 13,8 | Volken, Fabian | 93 SV Warsingsfehn | Aurich 06.06. |
| 200 m Lauf | | | |
| 23,81 | +0,0 Fengkohl, Dennis | 92 Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 21.06. |
| 24,53 | +0,0 Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| 24,70 | +0,0 Behrends, Habbo | 92 SV Holtland | Papenburg 25.09. |
| 26,24 | +0,0 Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| 400 m Lauf | | | |
| 59,91 | Keiser, Christian | 93 SV Holtland | Leer 05.09. |

| | | | |
|------------------|----------------------|---------------------------|----------------------|
| 800 m Lauf | | | |
| 2:04,89 | De Vries, Holger | 93 TV Norden | Zeven 31.05. |
| 1000 m Lauf | | | |
| 2:43,46 | De Vries, Holger | 93 TV Norden | Papenburg 25.09. |
| 3:06,67 | Keiser, Christian | 93 SV Holtland | Papenburg 25.09. |
| 1500 m Lauf | | | |
| 4:23,8 | De Vries, Holger | 93 TV Norden | Wilhelmshaven 02.09. |
| 3000 m Lauf | | | |
| 9:06,38 | Buss, Martin | 92 LG Harlingerland | Lübeck 18.07. |
| 9:57,17 | De Vries, Holger | 93 TV Norden | Wilhelmshaven 20.06. |
| 11:27,3 | Ommen, Wessel | 93 SV Holtland | Warsingsfehn 04.08. |
| 11:43,5 | Lübbbers, Markus | 92 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 5000 m Lauf | | | |
| 17:38,07 | De Vries, Holger | 93 TV Norden | Leer 05.09. |
| 19:03,0 | Croon, Carsten | 92 TG Wiesmoor | Aurich 19.06. |
| 20:12,9 | Langensiepen, Jannis | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 19.06. |
| 10 km Lauf | | | |
| 33:20 | Buss, Martin | 92 LG Harlingerland | Oldenburg 18.10. |
| 38:18 | Hanken, Dirk | 92 VfL Germania Leer | Emden 06.06. |
| 39:07 | Croon, Carsten | 92 TG Wiesmoor | Aurich 21.08. |
| 39:30 | Meenken, Janno | 94 MTV Aurich | Emden 06.06. |
| 41:10 | Wilken, Ralf | 92 Emden Laufgemeinschaft | Aurich 21.08. |
| 41:25 | Lübbbers, Markus | 92 TuS Weener | Lemwerder 22.03. |
| 41:36 | Langensiepen, Jannis | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 21.08. |
| 42:52 | Katzenski, Malte | 92 SV Concordia Ihrhove | Papenburg 19.04. |
| Halbmarathonlauf | | | |
| 1:42:27 | Wilken, Ralf | 92 Emden Laufgemeinschaft | Lönningen 27.06. |
| Hochsprung | | | |
| 1,68 | Gummels, Marvin | 92 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 1,60 | Lühring, Jan | 93 TV Norden | Leer 05.09. |
| 1,50 | Janssen, Marek | 93 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 1,50 | Peiske, Felix | 93 SV Dornum | Aurich 02.05. |
| 1,48 | Philipp, Tim | 93 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 1,45 | Volken, Fabian | 93 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |
| Weitsprung | | | |
| 5,74 | Fengkohl, Dennis | 92 Fortuna Wirdum | Oldenburg 05.08. |
| 5,30 | -1,1 Lühring, Jan | 93 TV Norden | Delmenhorst 17.05. |
| 5,24 | Gummels, Marvin | 92 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 4,78 | Janssen, Marek | 93 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 4,74 | Bürma, Matthias | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 4,28 | Volken, Fabian | 93 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |

| | | | |
|-----------|--------------------|--------------------|---------------|
| 4,27 | Sasar, Eyup-Tugrul | 92 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |
| 4,26 +0,0 | Peiske, Felix | 93 SV Dornum | Aurich 02.05. |

Dreisprung

| | | | |
|------------|------------------|-------------------|------------------|
| 12,38 +0,0 | Fengkohl, Dennis | 92 Fortuna Wirdum | Papenburg 25.09. |
| 11,72 +0,0 | Lühring, Jan | 93 TV Norden | Papenburg 25.09. |

Kugelstoss 5 kg

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|---------------|
| 12,67 | Holz, Carsten | 92 Fortuna Wirdum | Aurich 17.04. |
| 12,12 | Berg, Andree | 93 SV Warsingsfehn | Wirdum 03.10. |
| 11,72 | Spormann, Patrick | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 11,35 | Behrends, Habbo | 92 SV Holtland | Aurich 29.05. |
| 10,40 | Bürma, Matthias | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |

Diskuswurf 1.5 kg

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|-----------------|
| 42,39 | Broer, Renke | 92 Fortuna Wirdum | Hannover 25.01. |
| 38,24 | Berg, Andree | 93 SV Warsingsfehn | Wirdum 03.10. |
| 24,81 | Holz, Carsten | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |
| 19,39 | Spormann, Patrick | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |

Hammerwurf 5 kg

| | | | |
|-------|---------------|-------------------|---------------|
| 28,22 | Holz, Carsten | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |
|-------|---------------|-------------------|---------------|

Speerwurf 700 g

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|------------------|
| 39,60 | Berg, Andree | 93 SV Warsingsfehn | Papenburg 25.09. |
| 38,21 | Dreyer, Ulrich | 93 TuS Weener | Leer 05.09. |
| 34,92 | Spormann, Patrick | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 23,03 | Wolken, Fabian | 93 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |

Weibliche Jugend B

100 m Lauf

| | | | |
|------------|---------------------|---------------------------|----------------------|
| 12,54 +1,8 | Eilers, Rajke | 92 TV Norden | Wilhelmshaven 20.06. |
| 13,04 -0,2 | Saathoff, Lena | 92 SV Georgsheil | Papenburg 13.06. |
| 13,0 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Aurich 29.05. |
| 13,2 | Tjards, Imke | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 13,3 | Ehrlich, Tomke | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 13,3 -2,7 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 13,4 +0,5 | Habben, Sabine | 92 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 13,80 | Wahren, Laura | 92 Emder Laufgemeinschaft | Leer 05.09. |
| 13,9 | Klinkhart, Hanna | 92 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 14,15 +0,0 | Bartels, Friederike | 92 VfL Germania Leer | Leer 05.09. |

200 m Lauf

| | | | |
|------------|----------------|---------------------------|----------------------|
| 26,13 +0,7 | Eilers, Rajke | 92 TV Norden | Wilhelmshaven 21.06. |
| 26,5 | Saathoff, Lena | 92 SV Georgsheil | Aurich 02.05. |
| 27,73 +0,1 | Knopf, Lea | 93 TV Norden | Garbsen 01.05. |
| 27,8 | Ehrlich, Tomke | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 28,31 +0,0 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Papenburg 25.09. |
| 28,64 -1,9 | Wahren, Laura | 92 Emder Laufgemeinschaft | Delmenhorst 17.05. |

| | | | |
|------------|------------------|---------------------------|--------------------|
| 28,78 -1,9 | Klinkhart, Hanna | 92 Emder Laufgemeinschaft | Delmenhorst 17.05. |
| 28,78 -1,0 | Loos, Jana | 93 Emder Laufgemeinschaft | Delmenhorst 17.05. |
| 28,9 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 29,3 | Ukena, Kathrin | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |

400 m Lauf

| | | | |
|-------|------------|--------------|--------------------|
| 64,51 | Knopf, Lea | 93 TV Norden | Delmenhorst 17.05. |
|-------|------------|--------------|--------------------|

800 m Lauf

| | | | |
|---------|-----------------|---------------------|------------------|
| 2:33,4 | Eyüpoglu, Sirin | 92 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 2:38,84 | Duin, Imke | 93 SV Holtland | Leer 05.09. |
| 2:55,96 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 26.04. |

3000 m Lauf

| | | | |
|---------|------------------|---------------------------|-------------|
| 14:33,7 | Janssen, Kristin | 93 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
|---------|------------------|---------------------------|-------------|

5000 m Lauf

| | | | |
|----------|------------------|---------------------------|------------------|
| 23:38,2 | Schmidt, Aylin | 94 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 19.06. |
| 26:15,26 | Janssen, Kristin | 93 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 25.09. |

10 km Lauf

| | | | |
|-------|---------------------|---------------------------|--------------------|
| 49:26 | Janssen, Ilka | 92 Lauf-Gem. Ostfriesland | Marienhafte 13.04. |
| 56:57 | Schmedding, Carolin | 92 TuS Weene | Marienhafte 13.04. |

100 m Hürden 0.762m

| | | | |
|------------|---------------------|----------------------|--------------------|
| 15,12 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Papenburg 25.09. |
| 15,66 +0,0 | Saathoff, Lena | 92 SV Georgsheil | Delmenhorst 17.05. |
| 15,83 +0,0 | Knopf, Lea | 93 TV Norden | Delmenhorst 17.05. |
| 16,23 +1,5 | Bartels, Friederike | 92 VfL Germania Leer | Zeven 30.05. |
| 18,51 -1,0 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |

4 x 100 m Staffel

| | | |
|-------|---|----------------------|
| 51,41 | TV Norden | Wilhelmshaven 20.06. |
| | Eilers, R. 92; Knopf, L. 93; Knopf, H. 93; Gerken, A. 94 | |
| 53,77 | Emder Laufgemeinschaft | Delmenhorst 17.05. |
| | Wahren, L. 92; Iken, J. 94; Loos, J. 93; Klinkhart, H. 92 | |
| 54,84 | LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 17.05. |
| | Tjards, I. 93; Ehrlich, T. 93; Ukena, K. 93; Ulferts, S. 93 | |

Hochsprung

| | | | |
|------|----------------------|---------------------------|----------------------|
| 1,66 | Saathoff, Lena | 92 SV Georgsheil | Delmenhorst 03.07. |
| 1,59 | Bartels, Friederike | 92 VfL Germania Leer | Zeven 30.05. |
| 1,53 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| 1,51 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Leer 25.04. |
| 1,48 | Sinning, Lena | 92 Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 21.06. |
| 1,40 | Tjards, Imke | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 1,40 | Ukena, Kathrin | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 1,40 | Lengerhuis, Kristina | 93 TuS Norderney | Wilhelmshaven 19.05. |
| 1,35 | Loos, Jana | 93 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 1,35 | Ehrlich, Tomke | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |

| | | | |
|------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| Weitsprung | | | |
| 5,33 +0,0 | Eilers, Rajke | 92 TV Norden | Lübeck 18.07. |
| 5,05 | Eilers, Lisa-Kristin | 93 TV Norden | Leer 05.09. |
| 4,99 +0,0 | Bartels, Friederike | 92 VfL Germania Leer | Zeven 30.05. |
| 4,90 -0,3 | Knopf, Lea | 93 TV Norden | Garbsen 01.05. |
| 4,81 +0,0 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Papenburg 25.09. |
| 4,80 -0,2 | Ehrlich, Tomke | 93 LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 17.05. |
| 4,76 -0,3 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 17.05. |
| 4,75 +0,2 | Habben, Sabine | 92 Fortuna Wirdum | Delmenhorst 17.05. |
| 4,61 | Tjards, Imke | 93 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 4,57 | Sinning, Lena | 92 Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 25.04. |

| | | | |
|------------|----------------|---------------------|-------------|
| Dreisprung | | | |
| 9,56 | Habben, Sabine | 92 Fortuna Wirdum | Leer 05.09. |
| 9,40 | Ukena, Kathrin | 93 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |

| | | | |
|-----------------|-----------------|---------------------|----------------------|
| Kugelstoss 4 kg | | | |
| 12,06 | Kielmann, Sonka | 92 LAC Emden/Aurich | Papenburg 14.06. |
| 11,04 | Sinning, Lena | 92 Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 20.06. |
| 9,45 | Knopf, Hannah | 93 TV Norden | Aurich 29.05. |
| 8,89 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Georgsheil 11.07. |
| 8,54 | Duin, Imke | 93 SV Holtland | Leer 25.04. |
| 8,41 | Knopf, Lea | 93 TV Norden | Papenburg 25.09. |
| 8,27 | Bender, Andrea | 93 SV Georgsheil | Delmenhorst 17.05. |
| 8,05 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Leer 05.09. |
| 7,90 | Dahmer, Birte | 93 LG Uplengen | Leer 05.09. |
| 7,68 | Riemeyer, Anja | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10. |

| | | | |
|-----------------|-----------------|---------------------|-------------------|
| Diskuswurf 1 kg | | | |
| 44,83 | Kielmann, Sonka | 92 LAC Emden/Aurich | Holtland 12.09. |
| 29,10 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Georgsheil 11.07. |
| 28,17 | Sinning, Lena | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10. |
| 27,08 | Habben, Sabine | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |
| 26,99 | Knopf, Hannah | 93 TV Norden | Papenburg 25.09. |
| 21,77 | Esderts, Sandra | 92 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 21,76 | Dänekas, Lisa | 93 LG Uplengen | Aurich 29.05. |
| 19,26 | Dänekas, Doris | 93 LG Uplengen | Aurich 29.05. |
| 18,94 | Riemeyer, Anja | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10. |
| 18,80 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Aurich 29.05. |

| | | | |
|-----------------|-----------------|---------------------|----------------------|
| Hammerwurf 4 kg | | | |
| 41,86 | Dirks, Nina | 94 SV Holtland | Groningen/NED 03.10. |
| 26,75 | Kielmann, Sonka | 92 LAC Emden/Aurich | Holtland 12.09. |
| 20,88 | Sinning, Lena | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 21.03. |
| 14,78 | Riemeyer, Anja | 92 Fortuna Wirdum | Wirdum 04.04. |

| | | | |
|-----------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| Speerwurf 600 g | | | |
| 31,65 | Bartels, Friederike | 92 VfL Germania Leer | Delmenhorst 17.05. |
| 29,63 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 17.05. |
| 27,98 | Lengerhuis, Kristina | 93 TuS Norderney | Wilhelmshaven 19.05. |
| 27,95 | Gatena, Imke | 93 LG Uplengen | Leer 05.09. |
| 25,20 | Knopf, Lea | 93 TV Norden | Papenburg 25.09. |
| 24,18 | Dänekas, Lisa | 93 LG Uplengen | Leer 05.09. |
| 22,15 | Esderts, Sandra | 92 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 20,79 | Dahmer, Birte | 93 TuS Norderney | Leer 05.09. |

| | | | |
|-----------------------------------|-----------------|---------------------|------------------|
| 18,31 | Dänekas, Doris | 93 LG Uplengen | Leer 05.09. |
| Vierkampf | | | |
| 2.120 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| 18,51(-1.0)-1,53-8,67-14,12(-2.7) | | | |
| Siebenkampf | | | |
| 3.427 | Ulferts, Sandra | 93 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04/ |
| 18,51(-1.0)-1,53-8,67-14,12(-2.7) | | | |
| 4,55(+0.5)-29,21-2:55,96 | | | |

Schüler D

| | | | |
|---|-------------------------------|--|------------------|
| 4 x 50 m Staffel | | | |
| 35,30 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum | | Papenburg 12.09. |
| Karsten, . 00; Sell, . 00; Ocken, . 00; Abazi, . 01 | | | |
| 40,96 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum II | | Papenburg 12.09. |
| Siemers, . ; Kopischke, . ; Melles, . ; Weets, . | | | |
| Dreikampf | | | |
| Mannschaft | | | |
| 3.446 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum | | Leer 25.04. |
| Karsten, . 00 -910; Ocken, . 00 -822 | | | |
| Sell, . 00 -731; Simers, . 01 -526 | | | |
| Kopischke, . 01 -457 | | | |
| 2.914 | TV Norden | | Moorhusen 05.06. |
| Stein, . -730; Kettler, . -670 | | | |
| Klar, . -625; Herbert, . -489 | | | |
| Bruns, . -400 | | | |

Schüler M 8

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------------------|----------------------|
| 50 m Lauf | | | |
| 8,2 | Werner, Till | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 9,0 | Röttger, Sven | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Moorhusen 05.06. |
| 9,0 | Wetzel, Torben | 01 SV Warsingsfehn | Moorhusen 05.06. |
| 9,1 | Arbeit, Mats | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 9,4 | Bohlken, Lutz | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 9,5 | Siemers, Bente | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 9,5 | Lettau, Nils | 01 SV Dornum | Emden 30.05. |
| 9,77 | Wellmann, Ole | 01 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| 9,6 | Welzel, Torben | 01 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |
| 9,7 | Boomfalk, Björn | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |

| | | | |
|-------------|-----------------|--------------------|-------------------|
| 1000 m Lauf | | | |
| 4:07,43 | Link, Marvin | 01 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 4:09,0 | Bohlken, Lutz | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 4:27,3 | Boonfalk, Björn | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |

| | | | |
|---------|----------------------|--------------------------|------------------|
| 4:31,44 | Buurman, Reyk | 02 Emdr Laufgemeinschaft | Papenburg 12.09. |
| 4:32,9 | Kpischke, Tjark | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 4:39,14 | Abazi, Albin | 01 LAC Emden/Aurich | Papenburg 12.09. |
| 4:44,70 | Van den Broek, Rocco | 02 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 4:47,7 | Herbert, Simon | 01 TV Norden | Leer 25.04. |
| 5:03,70 | Weets, Patrick | 02 LAC Emden/Aurich | Papenburg 12.09. |

Weitsprung

| | | | |
|------|------------------|---------------------------|-------------------|
| 3,77 | Werner, Till | 01 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 3,41 | Arbeit, Mats | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 3,00 | Röttgert, Sven | 02 TSV Friesenstolz Riepe | Emden 30.05. |
| 2,95 | Herbert, Simon | 01 TV Norden | Emden 30.05. |
| 2,95 | Lettau, Nils | 01 SV Dornum | Emden 30.05. |
| 2,93 | Wetzel, Torben | 01 SV Warsingsfehn | Moorhusen 05.06. |
| 2,85 | Abazi, Albin | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 2,71 | Kopischke, Tjark | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 2,70 | Bohlken, Lutz | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 2,68 | Siemers, Bente | 02 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|----------------|---------------------------|----------------------|
| 31,50 | Werner, Till | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 23,50 | Lettau, Nils | 01 SV Dornum | Emden 30.05. |
| 23,50 | Röttgert, Sven | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafe 16.06. |
| 23,00 | Abazi, Albin | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 21,00 | Buurman, Reyk | 02 Emdr Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| 21,00 | Bohlken, Lutz | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 19,50 | Siemers, Bente | 02 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 19,00 | Wellmann, Ole | 01 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| 19,00 | Arbeit, Mats | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 19,00 | Welzel, Torben | 01 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |

Dreikampf

| | | | |
|-----|-----------------|---------------------------|----------------------|
| 890 | Werner, Till | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| | 8,2-3,48-31,50 | | |
| 684 | Arbeit, Mats | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| | 9,1-3,41-19,00 | | |
| 639 | Lettau, Nils | 01 SV Dornum | Emden 30.05. |
| | 9,5-2,95-23,50 | | |
| 631 | Wetzel, Torben | 01 SV Warsingsfehn | Moorhusen 05.06. |
| | 9,0-2,93-19,00 | | |
| 618 | Röttgert, Sven | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafe 16.06. |
| | 9,7-2,91-23,50 | | |
| 598 | Abazi, Albin | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| | 9,8-2,85-23,00 | | |
| 589 | Bohlken, Lutz | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| | 9,4-2,70-21,00 | | |
| 566 | Welzel, Torben | 01 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |
| | 9,6-2,80-19,00 | | |
| 544 | Wellmann, Ole | 01 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| | 9,77-2,60-19,00 | | |
| 533 | Siemers, Bente | 02 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| | 9,9-2,68-19,50 | | |

| | | | |
|-------------|----------------------|----------------------|------------------|
| Schüler M 9 | | | |
| 50 m Lauf | | | |
| 8,0 | Novakathniy, Kirill | 00 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 8,2 | Karsten, Jonah | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 8,2 | Stein, Enno | 00 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 8,3 | Groenewold, Joachim | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 8,3 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 8,4 | Borgmann, Lasse | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 8,8 | Peiske, Anton | 00 SV Dornum | Moorhusen 05.06. |
| 9,0 | Luttermann, Jan-Erik | 00 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 9,0 | Ocken, Tim | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 9,0 | Sell, Marvin | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 9,0 | Janssen, Till | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |

1000 m Lauf

| | | | |
|---------|---------------------|---------------------------|-------------------|
| 3:37,3 | Groenewold, Joachim | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 3:41,7 | Sell, Marvin | 00 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 24.06. |
| 3:57,6 | Karsten, Jonah | 00 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 24.06. |
| 3:59,4 | Bendig, Marvin | 00 LG Harlingerland | Aurich 25.04. |
| 4:01,6 | Hallwass, Nils | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafe 16.06. |
| 4:14,4 | Börgmann, Lasse | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 4:30,8 | Krasniqi, Arlind | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 4:32,17 | Kuckuck, Jan | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Papenburg 12.09. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|--------------|---------------------|---------------|
| 25:25 | Glanzer, Tim | 00 LG Harlingerland | Norden 18.04. |
|-------|--------------|---------------------|---------------|

Weitsprung

| | | | |
|------|---------------------|---------------------|------------------|
| 3,81 | Karsten, Jonah | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 3,81 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 3,80 | Groenewold, Joachim | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 3,75 | Donath Leandro, Rui | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 3,51 | Borgmann, Lasse | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 3,40 | Janssen, Till | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 3,37 | Ocken, Tim | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 3,30 | Stein, Enno | 00 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 3,12 | Peiske, Anton | 00 SV Dornum | Moorhusen 05.06. |
| 3,11 | Sell, Marvin | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|----------------------|----------------------|------------------|
| 40,00 | Luttermann, Jan-Erik | 00 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 35,00 | Janssen, Till | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 34,00 | Borgmann, Lasse | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 34,00 | Ocken, Tim | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 33,50 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 33,00 | Groenewold, Joachim | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 32,00 | Eilers, Steffen | 00 SV Dornum | Moorhusen 05.06. |
| 29,00 | Karsten, Jonah | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 27,50 | Heimes, Tobin | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 27,00 | Sell, Marvin | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |

Dreikampf

| | | | |
|-----|--|----------------------|---------------|
| 936 | Novakhatniy, Kirill 8,3-3,81-33,50 | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 930 | Groenewold, Joachim 8,3-3,80-33,00 | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 910 | Karsten, Jonah 8,2-3,81-29,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 894 | Borgmann, Lasse 8,4-3,51-34,00 | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 833 | Janssen, Till 9,0-3,40-35,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 822 | Luttermann, Jan-Erik 9,0-3,02-40,00 | 00 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 822 | Ocken, Tim 9,0-3,37-34,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 764 | Stein, Enno 8,5-3,12-25,50 | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 744 | Donath Leandro, Rui 9,8-3,75-26,50 | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 731 | Sell, Marvin 9,0-3,11-27,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |

Schüler C

4 x 50 m Staffel

| | | |
|-------|---|------------------|
| 31,0 | TV Norden | Aurich 28.08. |
| | Ortgies, . 98; Heppner, . 98; Janssen, . 98; Dübbel, . 98 | |
| 31,4 | SV Warsingsfehn | Aurich 28.08. |
| 32,49 | Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| | Pabst, . 98; Arendt, . 98; Neumann, . 98; Harms, . 99 | |

3 x 1000 m Staffel

| | | |
|---------|--|--------------|
| 11:22,1 | SV Warsingsfehn | Emden 30.09. |
| | Katzer, . 99; Boekhoff, . 98; Schoon, . 98 | |

Dreikampf
Mannschaft

| | | |
|-------|---|---------------|
| 4.773 | TV Norden | Norden 06.09. |
| | Heppner, . 98 -1.031; Janssen, . 98 -1.021 Novokhatnly, . 00 -936; Ortgies, . 98 -926 Dübbel, . 98 -859 | |

Vierkampf
Mannschaft

| | | |
|-------|---|---------------|
| 6.370 | TV Norden | Norden 06.09. |
| | Janssen, . 98 -1.405; Heppner, . 98 -1.382 Ortgies, . 98 -1.294; Novokhatnly, . 00 -1.201 Dübbel, . 98 -1.088 | |

DSMM Gruppe 1

| | | |
|-------|-----------------|----------------------|
| 3.972 | SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
|-------|-----------------|----------------------|

DSMM Gruppe 2

| | | |
|-------|----------------|------------------|
| 2.794 | TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 2.666 | Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |

Schüler M 10

50 m Lauf

| | | | |
|------|---------------------|---------------------------|----------------------|
| 8,02 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 8,28 | Tadema, Fabian | 99 SV Emden-Harsweg | Papenburg 12.09. |
| 8,34 | Heidt, Konrad | 99 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| 8,47 | Harms, Renke | 99 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 8,3 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 8,62 | Splieth, Jonas | 99 TSV Friesenstolz Riepe | Papenburg 12.09. |
| 8,4 | Giesenbeg, Hilko | 99 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 8,65 | Janssen, Daniel | 99 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 8,66 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 8,74 | Veenhuis, Torben | 99 TuS Weener | Papenburg 12.09. |

| | | | |
|-----|-------------|--------------|---------------|
| 8,5 | Stein, Enno | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
|-----|-------------|--------------|---------------|

1000 m Lauf

| | | | |
|---------|-------------------|---------------------------|------------------|
| 3:26,79 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 3:39,58 | Venhuis, Torben | 99 TuS Weener | Papenburg 12.09. |
| 3:46,2 | Buurman, Claas | 99 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3:52,27 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 4:06,9 | Giesenberg, Hilko | 99 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 4:07,0 | Mallach, Felix | 99 MTV Aurich | Aurich 25.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|--------|----------------|------------------------|---------------------|
| 8:03,6 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:04,6 | Sell, Marvin | 99 SV BW Emden-Borssum | Warsingsfehn 04.08. |
| 9:14,3 | Ocken, Eike | 99 TV Norden | Warsingsfehn 04.08. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|-----------------|----------------------|-------------------|
| 22:02 | Venhuis, Torben | 99 TuS Weener | Ofen 03.10. |
| 22:42 | De Buhr, Julian | 99 Fortuna Logabirum | Aurich 21.08. |
| 22:44 | Post, Sören | 99 LG Harlingerland | Marienhafe 13.04. |
| 24:26 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Marienhafe 13.04. |

Hochsprung

| | | | |
|------|---------------------|---------------------------|-------------------|
| 1,25 | Janssen, Daniel | 99 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 1,21 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 1,11 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1,05 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Marienhafe 16.06. |
| 1,05 | Harms, Renke | 99 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 1,00 | Buurman, Claas | 99 Emder Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| 1,00 | Janssen, Sven | 99 Emder Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |

| | | | |
|------|----------------|---------------------------|-------------------|
| 1,00 | Diekmann, Keno | 99 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 1,00 | Splieth, Jonas | 99 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafe 16.06. |
| 0,93 | Stein, Enno | 00 TV Norden | Norden 06.09. |

Weitsprung

| | | | |
|------|---------------------|---------------------------|----------------------|
| 4,15 | Veenhuis, Torben | 99 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 3,89 | Buurman, Claas | 99 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3,86 | Tadema, Fabian | 99 SV Emden-Harsweg | Papenburg 12.09. |
| 3,81 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 3,80 | Janssen, Daniel | 99 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 3,64 | Splieth, Jonas | 99 TSV Friesenstolz Riepe | Aurich 15.05. |
| 3,62 | Fischer, Tido | 99 SV Dornum | Aurich 15.05. |
| 3,60 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 3,58 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 3,50 | Heidt, Konrad | 99 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|---------------------|---------------------------|----------------------|
| 36,00 | Janssen, Daniel | 99 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 33,50 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 33,00 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 31,00 | Buurman, Claas | 99 Emder Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| 31,00 | Siemers, Malte | 99 SV BW Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| 29,50 | Giesenbeg, Hilko | 99 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 12.09. |
| 28,50 | Mallach, Felix | 99 MTV Aurich | Emden 30.05. |
| 27,50 | Heidt, Konrad | 99 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| 27,50 | Diekmann, Keno | 99 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 27,00 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |

Dreikampf

| | | | |
|-----|------------------|---------------------------|----------------------|
| 910 | Janssen, Daniel | 99 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| | 8,5-3,80-33,00 | | |
| 874 | Veenhuis, Torben | 99 TuS Weener | Leer 25.04. |
| | 8,7-4,15-26,00 | | |
| 870 | Heidt, Konrad | 99 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| | 8,34-3,50-27,50 | | |
| 844 | Buurman, Claas | 99 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| | 8,9-3,89-28,00 | | |
| 821 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Emden 30.05. |
| | 8,8-3,38-31,50 | | |
| 811 | Giesenbeg, Hilko | 99 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| | 8,4-3,34-26,50 | | |
| 804 | Tadema, Fabian | 99 SV Emden-Harsweg | Emden 30.05. |
| | 8,3-3,50-22,50 | | |
| 770 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |
| | 8,6-3,38-23,50 | | |
| 770 | Mallach, Felix | 99 MTV Aurich | Emden 30.05. |
| | 8,9-3,25-28,50 | | |
| 739 | Siemers, Malte | 99 SV BW Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| | 9,3-3,10-31,00 | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|---------------------|--------------------|---------------|
| 1.228 | Janssen, Daniel | 99 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| | 8,5-3,80-1,20-33,00 | | |
| 1.201 | Novakhatniy, Kirill | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 8,3-3,81-1,11-33,50 | | |
| 1.065 | Katzer, Julian | 99 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |
| | 8,6-3,38-1,16-23,50 | | |

| | | | |
|-------|----------------------|---------------------------|---------------|
| 1.049 | Okken, Eike | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 8,8-3,50-1,05-29,50 | | |
| 987 | Buurman, Claas | 99 Emder Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| | 9,2-3,43-1,00-31,00 | | |
| 918 | Stein, Enno | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 8,5-3,12-,93-25,50 | | |
| 744 | Janssen, Sven | 99 Emder Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| | 10,2-2,81-1,00-21,00 | | |

Schüler M 11

50 m Lauf

| | | | |
|------|------------------|------------------------|------------------|
| 7,4 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 7,73 | Arbeit, Jörn | 98 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 7,7 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 7,8 | Heppner, Ole | 98 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 8,14 | Neumann, Leon | 98 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 8,17 | Kromminga, Wenko | 98 TuS Weener | Papenburg 12.09. |
| 8,0 | Eilers, Georg | 98 SV Dornum | Norden 06.09. |
| 8,0 | Lübber, Rene | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| 8,0 | Keller, Eugen | 98 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 8,35 | Arendt, Steffen | 98 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |

1000 m Lauf

| | | | |
|---------|-------------------|----------------------|------------------|
| 3:29,20 | Watermann, Steven | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 3:40,5 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Aurich 25.04. |
| 3:45,9 | Heinze, Lauritz | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 3:46,64 | Schoon, Heiko | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 3:48,09 | Kromminga, Wenko | 98 TuS Weener | Papenburg 12.09. |
| 3:48,93 | Boekhoff, Daniel | 98 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 3:58,30 | Fischer, Lars | 98 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 4:00,6 | Marpaung, Karsten | 98 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 4:01,9 | Peters, Eric | 98 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 4:04,0 | Ortgies, Melvin | 98 TV Norden | Leer 25.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|--------|------------------|--------------------|---------------------|
| 7:49,1 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:17,1 | Schoon, Heiko | 98 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:25,4 | Boekhoff, Daniel | 98 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:54,4 | Fischer, Lars | 98 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn 04.08. |
| 9:30,3 | Ortgiess, Melvin | 98 TV Norden | Warsingsfehn 04.08. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|---------------|---------------------|-------------------|
| 21:23 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Norden 18.04. |
| 22:46 | Post, Mattis | 98 LG Harlingerland | Marienhafe 13.04. |
| 28:23 | Ommen, Eike | 98 TV Marienhafe | Marienhafe 13.04. |
| 29:14 | Eilers, Georg | 98 SV Dornum | Marienhafe 13.04. |

Hochsprung

| | | | |
|------|-------------------|------------------------|----------------------|
| 1,38 | Arbeit, Jörn | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1,38 | Janssen, Hendrik | 98 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1,29 | Ortgies, Melvin | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1,28 | Dübbel, Domenik | 98 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 1,26 | Heppner, Ole | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1,26 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| 1,25 | Neumann, Leon | 98 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 1,24 | Schoon, Heiko | 98 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 1,23 | Watermann, Steven | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |

Weitsprung

| | | | |
|------|-------------------|------------------------|------------------|
| 4,35 | Arbeit, Jörn | 98 SV BW Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| 4,25 | Heppner, Ole | 98 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 4,03 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| 3,95 | Neumann, Leon | 98 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 3,93 | Boekhoff, Daniel | 98 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 3,87 | Ortgies, Melvin | 98 TV Norden | Emden 30.05. |
| 3,83 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| 3,81 | Watermann, Steven | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 3,77 | Heinze, Lauritz | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 3,77 | Marpaung, Karsten | 98 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|------------------|------------------------|----------------------|
| 41,50 | Schoon, Heiko | 98 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 41,00 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 38,50 | Eilers, Georg | 98 SV Dornum | Norden 06.09. |
| 38,00 | Ortgies, Melvin | 98 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 37,50 | Arbeit, Jörn | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 37,00 | Heppner, Ole | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| 37,00 | Dübbel, Domenik | 98 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 36,50 | Keller, Eugen | 98 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 35,50 | Behrends, Tim | 98 SV Holtland | Leer 25.04. |
| 32,50 | Wellmann, Mathis | 98 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|-------------------|------------------------|---------------|
| 1.067 | Arbeit, Jörn | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| | 7,8-4,23-37,50 | | |
| 1.031 | Heppner, Ole | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 7,9-4,05-37,00 | | |
| 1.021 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 7,9-3,83-39,00 | | |
| 980 | Eilers, Georg | 98 SV Dornum | Norden 06.09. |
| | 8,0-3,60-38,50 | | |
| 934 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| | 8,0-4,03-26,50 | | |
| 926 | Ortgies, Melvin | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 8,5-3,70-36,50 | | |
| 883 | Marpaung, Karsten | 98 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| | 8,5-3,77-30,00 | | |
| 873 | Heinze, Lauritz | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| | 8,3-3,77-26,50 | | |
| 865 | Boekhoff, Daniel | 98 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| | 8,4-3,90-25,00 | | |
| 861 | Arendt, Steffen | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| | 8,3-3,36-31,00 | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|---------------------|------------------------|---------------|
| 1.472 | Arbeit, Jörn | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| | 7,8-4,23-1,38-36,00 | | |
| 1.405 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 7,9-3,83-1,32-39,00 | | |
| 1.382 | Heppner, Ole | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 7,9-4,05-1,26-37,00 | | |
| 1.294 | Ortgies, Melvin | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 8,5-3,70-1,29-36,50 | | |
| 1.285 | Pabst, Marek | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| | 8,0-4,03-1,26-26,50 | | |
| 1.227 | Eilers, Georg | 98 SV Dornum | Norden 06.09. |
| | 8,0-3,60-1,08-38,50 | | |
| 1.170 | Watermann, Steven | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| | 8,3-3,76-1,23-22,50 | | |
| 1.126 | Arendt, Steffen | 98 Fortuna Wirdum | Norden 06.09. |
| | 8,3-3,36-1,11-31,00 | | |
| 1.088 | Dübbel, Domenik | 98 TV Norden | Norden 06.09. |
| | 8,7-3,55-1,05-32,50 | | |
| 1.038 | Boekhoff, Daniel | 98 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |
| | 8,6-3,81-1,00-25,50 | | |

Schüler B

| | | | |
|--------------------|---|--|----------------------|
| 5 km Lauf | | | |
| Mannschaft | | | |
| 59:19 | TV Norden | | Norden 18.04. |
| | Valentin, . 97 -18:44; Bracklo, N. 96 -19:12 | | |
| | Alberts, . 96 -21:23 | | |
| 4 x 75 m Staffel | | | |
| 41,0 | LAC Emden/Aurich | | Emden 29.08. |
| | Onken, O. 96; Oltrop, D. 96; Lengen, . 96; Grebener, . 96 | | |
| 41,5 | TV Norden | | Emden 29.08. |
| | Meinen, . 97; Stein, . 97; Zander, M. 96; Eilers, . 97 | | |
| 44,47 | LAC Emden/Aurich II | | Papenburg 13.09. |
| | Raveling, . 97; Sell, . 96; Trei, . 96; Rappat, . 96 | | |
| 3 x 1000 m Staffel | | | |
| 9:52,6 | LAC Emden/Aurich | | Wilhelmshaven 23.09. |
| | Rappat, . 96; Sell, M. 96; Onken, O. 96 | | |
| Dreikampf | | | |
| Mannschaft | | | |
| 5.635 | TV Norden | | Leer 26.09. |
| | Zander, M. 96 -1.320; Eilers, . 97 -1.223 | | |
| | Meinen, . 97 -1.103; Janssen, . 98 -999 | | |
| | Stein, . 97 -990 | | |
| 5.538 | LAC Emden/Aurich | | Leer 26.09. |
| | Onken, O. 96 -1.252; Lengen, . 96 -1.185 | | |
| | Trei, . 96 -1.097; Grebener, . 96 -1.047 | | |
| | Raveling, . 97 -957 | | |

| | | | |
|-------------------------|---|---------------------------|----------------------|
| Vierkampf Mannschaft | | | |
| 7.624 | TV Norden | | Leer 26.09. |
| | Zander, M. 96 -1.819; Eilers, . 97 -1.661 | | |
| | Janssen, . 98 -1.416; Meinen, . 97 -1.409 | | |
| | Stein, . 97 -1.319 | | |
| DSMM Gruppe 1 | | | |
| 5.725 | LAC Emden/Aurich | | Wilhelmshaven 09.05. |
| DSMM Gruppe 2 | | | |
| 3.465 | LAC Emden/Aurich | | Moorhusen 18.09. |
| Schüler M 12 | | | |
| 75 m Lauf | | | |
| 10,66 | Pomberg, Daniel | 97 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 13.09. |
| 10,87 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 11,02 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Wilhelmshaven 25.04. |
| 10,8 | Janssen, Jan | 97 SV Georgsheil | Aurich 02.05. |
| 11,0 | Dannholz, Jonas | 97 SV Georgsheil | Aurich 02.05. |
| 11,34 | Smit, Paul | 97 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| 11,2 | Stein, Wilko | 97 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 11,60 | Janssen, Hendrik | 98 TV Norden | Leer 26.09. |
| 12,45 | Raveling, Dirk | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 12,58 | Dollmann, Yanik | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 12,4 | Buurman, Nils | 97 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 1000 m Lauf | | | |
| 3:11,38 | Valentin, David | 97 TV Norden | Hagen/W. 06.09. |
| 3:28,33 | Pomberg, Daniel | 97 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 13.09. |
| 3:28,6 | Kräfte, Kolja | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 3:29,6 | Stein, Wilko | 97 TV Norden | Aurich 05.05. |
| 3:44,4 | Buurman, Nils | 97 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3:48,6 | Dollmann, Yanik | 97 TSV Langeoog | Emden 29.08. |
| 4:01,5 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 4:23,1 | Damm, Sören | 97 SV Dornum | Emden 29.08. |
| 2000 m Lauf | | | |
| 6:45,96 | Valentin, David | 97 TV Norden | Hagen/W. 09.05. |
| 8:47,4 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Warsingsfehn 04.08. |
| 5 km Lauf | | | |
| 17:32 | Valentin, David | 97 TV Norden | Marienhafte 14.08. |
| 21:33 | Koehler, Jan-Aiko | 97 Emder Laufgemeinschaft | Ofen 03.10. |
| 24:11 | Dawe, Felix | 97 Emder Laufgemeinschaft | Aurich 21.08. |
| 34:38 | Müller, Marcel | 97 TuRa Marienhafte | Marienhafte 14.08. |

| | | | |
|--------------------|------------------|---------------------------|----------------------|
| 60 m Hürden 0.762m | | | |
| 12,4 | Smit, Paul | 97 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| Hochsprung | | | |
| 1,44 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 1,42 | Smit, Paul | 97 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| 1,29 | Stein, Wilko | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 1,26 | Dollmann, Yanik | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 1,20 | Von Gösseln, Tom | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 1,18 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| Weitsprung | | | |
| 4,47 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 4,30 | Smit, Paul | 97 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| 4,26 | Pomberg, Daniel | 97 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 13.09. |
| 4,09 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 4,03 | Stein, Wilko | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 3,87 | Dollmann, Yanik | 97 TSV Langeoog | Emden 29.08. |
| 3,75 | Janssen, Jan | 97 SV Georgsheil | Aurich 02.05. |
| 3,59 | Dannholz, Jonas | 97 SV Georgsheil | Aurich 02.05. |
| 3,52 | Raveling, Dirk | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 3,33 | Buurman, Nils | 97 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| Kugelstoss 3 kg | | | |
| 10,36 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 8,43 | Raveling, Dirk | 97 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 7,59 | Von Gösseln, Tom | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 6,44 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 5,06 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Aurich 17.04. |
| Diskuswurf 750 g | | | |
| 35,25 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 18,87 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 18,17 | Raveling, Dirk | 97 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| Speerwurf 400 g | | | |
| 41,79 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 24,17 | Raveling, Dirk | 97 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 22,89 | Von gösseln, Tom | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 17,29 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 15,04 | Damm, Sören | 97 SV Dornum | Emden 29.08. |
| 14,36 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Aurich 17.04. |
| Ballwurf 200g | | | |
| 58,50 | Eilers, Malte | 97 TV Norden | Wilhelmshaven 25.04. |
| 46,50 | Smit, Paul | 97 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| 41,50 | Janssen, Henrik | 98 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 40,50 | Raveling, Dirk | 97 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 18.09. |
| 35,50 | Von Gösseln, Tom | 97 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 33,00 | Dollmann, Yanik | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 32,00 | Meinen, Udo | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 27,50 | Stein, Wilko | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 26,00 | Buurman, Nils | 97 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |

| | | | |
|------------------------|---|---------------------------|----------------------|
| 25,50 | Damm, Sören | 97 SV Dornum | Marienhafte 16.06. |
| Dreikampf | | | |
| 1.223 | Eilers, Malte 11,40-4,14-56,00 | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.183 | Smit, Paul 11,34-4,30-45,00 | 97 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| 1.103 | Meinen, Udo 11,04-4,09-32,00 | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 999 | Janssen, Hendrik 11,60-3,56-33,00 | 98 TV Norden | Leer 26.09. |
| 990 | Stein, Wilko 11,88-4,03-27,50 | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 957 | Raveling, Dirk 12,45-3,52-37,50 | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 941 | Dollmann, Yanik 12,58-3,71-33,00 | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 839 | Buurman, Nils 12,4-3,33-26,00 | 97 Emden Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| Vierkampf | | | |
| 1.661 | Eilers, Malte 11,40-4,14-1,42-56,00 | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.621 | Smit, Paul 11,34-4,30-1,42-45,00 | 97 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| 1.416 | Janssen, Hendrik 11,60-3,56-1,38-33,00 | 98 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.409 | Meinen, Udo 11,04-4,09-1,18-32,00 | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.319 | Stein, Wilko 11,88-4,03-1,22-27,50 | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.292 | Dollmann, Yanik 12,58-3,71-1,26-33,00 | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| Blockwettk. S/S | | | |
| 1.420 | Smit, Paul 11,7-12,4-o.L.-1,34-46,50 | 97 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| Schüler M 13 | | | |
| 75 m Lauf | | | |
| 10,32 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Wilhelmshaven 25.04. |
| 10,2 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 10,5 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 18.09. |
| 10,79 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 25.04. |
| 10,79 | Grebener, Lars | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 10,6 | Hartmann, Aiko | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 10,9 | Rappat, Daniel | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 11,0 | Hetzl, Valentin | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 11,0 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 18.09. |
| 11,61 | Piela, Ole | 96 TSV Langeoog | Leer 26.09. |

| | | | |
|---------------------------|--------------------|----------------------|----------------------|
| 1000 m Lauf | | | |
| 3:05,9 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 3:09,15 | Bracklo, Nils | 96 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 3:12,5 | Rappat, Daniel | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 02.09. |
| 3:14,40 | Beening, Thido | 96 VfL Germania Leer | Papenburg 13.09. |
| 3:24,57 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 3:25,26 | Alberts, Jannes | 96 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 3:26,2 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 02.09. |
| 3:50,3 | Ernst, Matthias | 96 VfL Germania Leer | Emden 29.08. |
| 4:01,0 | Klinkenborg, Sören | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 2000 m Lauf | | | |
| 7:19,2 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 24.06. |
| 7:19,7 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
| 7:41,1 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 24.06. |
| 9:10,8 | Klinkenborg, Sören | 96 TV Norden | Warsingsfehn 04.08. |
| 5 km Lauf | | | |
| 19:12 | Bracklo, Nils | 96 TV Norden | Norden 18.04. |
| 20:29 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Norden 18.04. |
| 21:23 | Alberts, Jannes | 96 TV Norden | Norden 18.04. |
| 22:10 | Dirks, Moritz | 96 Fortuna Logabirum | Marienhafte 13.04. |
| 60 m Hürden 0.762m | | | |
| 10,4 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 10,6 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 11,0 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 11,8 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 12,8 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 14,1 | Raveling, Dirk | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| Hochsprung | | | |
| 1,62 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 1,46 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1,38 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1,30 | Bracklo, Nils | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 1,30 | Hartmann, Aiko | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 1,30 | Hetzl, Valentin | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 1,29 | Klinkenborg, Sören | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 1,22 | Grebener, Lars | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1,22 | Piela, Ole | 96 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| Weitsprung | | | |
| 5,16 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 4,98 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 4,55 | Hartmann, Aiko | 96 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 4,33 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 4,24 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 4,24 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 4,08 | Hetzl, Valentin | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 4,00 | Grebener, Lars | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 3,90 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 3,77 | Bracklo, Nils | 96 TV Norden | Aurich 02.05. |

Kugelstoss 3 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|------------------|
| 11,07 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 9,88 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 9,64 | Behrends, Heiko | 96 SV Holtland | Papenburg 13.09. |
| 8,56 | Ebel, Pascal | 96 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 8,10 | Grebener, Lars | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 7,95 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 7,93 | Raveling, Dirk | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 6,86 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 5,99 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 5,50 | Klinkenborg, Sören | 96 TV Norden | Aurich 17.04. |

Diskuswurf 750 g

| | | | |
|-------|----------------|---------------------|------------------|
| 27,78 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 25,11 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 19,11 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 17,31 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 15,41 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 14,69 | Raveling, Dirk | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |

Speerwurf 400 g

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|------------------|
| 32,74 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 31,28 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 30,33 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 24,54 | Rappat, Daniel | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 24,46 | Klinkenborg, Sören | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 24,10 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 19,70 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 15,90 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |

Ballwurf 200g

| | | | |
|-------|----------------|---------------------|----------------------|
| 52,00 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 49,50 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 25.04. |
| 42,50 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 40,50 | Raveling, Dirk | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 40,00 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 36,50 | Bracklo, Nils | 96 TV Norden | Aurich 05.05. |
| 34,00 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 33,00 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 32,00 | Piela, Ole | 96 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 31,50 | Dirks, Moritz | 96 VfL Germania | Leer 26.09. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|----------------|---------------------|-------------|
| 1.320 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.252 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1.185 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1.148 | Oltrop, Derk | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 1.097 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1.047 | Grebener, Lars | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|-------------|
| 1.003 | Piela, Ole | 96 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 941 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 931 | Janssen, Christian | 96 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 914 | Dirks, Moritz | 96 VfL Germania | Leer 26.09. |

Vierkampf

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|-------------|
| 1.819 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1.602 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1.556 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1.376 | Grebener, Lars | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1.332 | Piela, Ole | 96 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 1.124 | Klinkenborg, Sören | 96 TV Norden | Leer 26.09. |

Blockwettk. S/S

| | | | |
|-------|---------------|---------------------|-------------|
| 2.203 | Zander, Mats | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 1.964 | Lengen, Sven | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 1.872 | Trei, Florian | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |

Blockwettk. L

| | | | |
|-------|-------------|---------------------|-------------|
| 2.202 | Onken, Ole | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 1.658 | Sell, Mirco | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |

Blockwettk. W

| | | | |
|-------|----------------|---------------------|-------------|
| 1.470 | Raveling, Dirk | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
|-------|----------------|---------------------|-------------|

Schüler A

4 x 100 m Staffel

| | | |
|-------|------------------|-------------------|
| 47,44 | LAC Emden/Aurich | Salzgitter 29.08. |
| 53,24 | TV Norden | Papenburg 13.06. |

3 x 1000 m Staffel

9:36,83 LAC Emden/Aurich Osnabrück 19.04.
 Neeland, T. 94; Krull, R. 95; Grebener, J. 94

Blockwettk.
Mannschaft

12.195 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
 Meene, O. 94 -2.744; Lengen, G. 94 -2.550
 Krull, R. 95 -2.454; Becker, N. 94 -2.265
 Grebener, J. 94 -2.182

DSMM Gruppe 3

5.792 LAC Emden/Aurich Wilhelmshaven 09.05.

Schüler M 14

100 m Lauf

12,30 +3,0 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Salzgitter 29.08.
 13,08 Dang, Luan 95 TV Norden Papenburg 13.09.
 13,1 Zander, Mats 96 TV Norden Aurich 29.05.
 13,82 Wettstein, Jan 95 TSV Langeoog Leer 26.09.
 14,13 Rohden, Christopher 95 LAC Emden/Aurich Papenburg 25.09.
 13,9 Bommer, Hendrik 95 TV Norden Aurich 02.05.
 14,5 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Leer 25.04.
 14,5 Hummerich, Niklas 95 LAC Emden/Aurich Aurich 02.05.
 15,2 Schröder, Marrick 95 TV Norden Aurich 02.05.
 15,6 Philipp, Janik 95 TSV Langeoog Leer 25.04.
 15,90 Rudolf, Dennis 95 TV Norden Leer 26.09.

300 m Lauf

40,71 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Zeven 16.08.
 45,96 Dang, Luan 95 TV Norden Leer 05.09.
 50,01 Bommer, Hendrik 95 TV Norden Leer 05.09.

1000 m Lauf

3:04,7 Eden, André 95 Fortuna Wirdum Aurich 25.04.
 3:06,86 Bornemann, Justus 95 TuS Weener Papenburg 25.09.
 3:20,7 Hummerich, Niklas 95 LAC Emden/Aurich Aurich 29.05.
 3:39,7 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Aurich 29.05.

2000 m Lauf

7:32,47 Hummerich, Niklas 95 LAC Emden/Aurich Leer 05.09.
 7:46,29 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Papenburg 13.09.

3000 m Lauf

10:40,7 Bornemann, Justus 95 TuS Weener Papenburg 14.06.

5 km Lauf

20:12 Weinberg, Jan 95 LG Harlingerland Marienhafte 13.04.
 20:40 Eden, André 95 Fortuna Wirdum Norden 18.04.
 22:09 Hummerich, Niklas 95 LAC Emden/Aurich Aurich 21.08.
 22:43 Henning, Florian 95 LAC Emden/Aurich Aurich 21.08.
 26:41 Meyerhoff, Tim 95 TuRa Marienhafte Marienhafte 13.04.

80 m Hürden 0.840m

12,94 Dang, Luan 95 TV Norden Papenburg 13.09.
 13,69 +0,3 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Hameln 06.06.

Hochsprung

1,73 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Zeven 16.08.
 1,48 Dang, Luan 95 TV Norden Leer 26.09.
 1,44 Rudolf, Dennis 95 TV Norden Leer 26.09.
 1,40 Bommer, Hendrik 95 TV Norden Leer 26.09.

Weitsprung

5,23 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Bremen 06.09.
 4,85 Dang, Luan 95 TV Norden Papenburg 13.09.
 4,48 Bommer, Hendrik 95 TV Norden Aurich 29.05.
 4,18 Eden, André 95 Fortuna Wirdum Aurich 02.05.
 3,69 Wettstein, Jan 95 TSV Langeoog Leer 26.09.
 3,65 Rudolf, Dennis 95 TV Norden Leer 26.09.
 3,41 Philipp, Janik 95 TSV Langeoog Leer 25.04.
 3,37 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Leer 25.04.

Dreisprung

10,35 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Papenburg 25.09.

Kugelstoss 4 kg

9,55 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Aurich 29.05.
 9,28 Dang, Luan 95 TV Norden Leer 26.09.
 8,89 Wettstein, Jan 95 TSV Langeoog Leer 26.09.
 7,87 Rohden, Christopher 95 LAC Emden/Aurich Papenburg 25.09.
 7,71 Bommer, Hendrik 95 TV Norden Leer 26.09.
 6,15 Rudolf, Dennis 95 TV Norden Leer 26.09.

Diskuswurf 1 kg

29,24 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Aurich 17.04.
 18,35 Berends, Arne 95 LAC Emden/Aurich Papenburg 13.09.
 16,46 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Aurich 29.05.

Speerwurf 600 g

30,55 Krull, Richard 95 LAC Emden/Aurich Aurich 29.05.
 25,38 Diekmann, Sascha 95 Emden Laufgemeinschaft Papenburg 13.09.

| | | | |
|---------------|-------------------|--------------------------|----------------------|
| Ballwurf 200g | | | |
| 40,50 | Krull, Richard | 95 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 38,00 | Philipp, Janik | 95 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 36,00 | Diekmann, Sascha | 95 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 35,00 | Hummerich, Niklas | 95 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|------------------|--------------------------|-------------|
| 1.001 | Diekmann, Sascha | 95 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| | 14,5-3,37-36,00 | | |
| 949 | Philipp, Janik | 95 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| | 15,6-3,41-38,00 | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|----------------------|---------------------|---------------|
| 2.059 | Krull, Richard | 95 LAC Emden/Aurich | Bremen 06.09. |
| | 12,59-5,23-1,68-9,34 | | |
| 1.833 | Dang, Luan | 95 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 13,32-4,64-1,48-9,28 | | |
| 1.606 | Bommer, Hendrik | 95 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 14,36-4,35-1,40-7,71 | | |
| 1.368 | Rudolf, Dennis | 95 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 15,90-3,65-1,44-6,15 | | |

Blockwettk. S/S

| | | | |
|-------|---|---------------------|---------------|
| 2.471 | Krull, Richard | 95 LAC Emden/Aurich | Hameln 06.06. |
| | 12,96(-1.1)-13,69(+0.3)-5,03(+0.0)-1,60-28,62 | | |

Schüler M 15

100 m Lauf

| | | | |
|------------|--------------------|---------------------|----------------------|
| 11,86 +0,7 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.06. |
| 11,97 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Salzgitter 29.08. |
| 12,33 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Salzgitter 29.08. |
| 13,03 | Cherba, Konstantin | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 13,07 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 12,9 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 13,35 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |
| 13,98 | Nguyen, Tan | 94 TV Norden | Wilhelmshaven 25.04. |
| 14,0 | Klenz, Eike | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 14,32 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |

300 m Lauf

| | | | |
|-------|----------------|---------------------|------------------|
| 39,64 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 14.06. |
| 42,08 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |
| 42,11 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |
| 42,57 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |
| 43,30 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Zeven 16.08. |

1000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|---------------------|----------------------|
| 2:56,06 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 2:58,03 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.06. |

| | | | |
|---------|---------------|---------------------|------------------|
| 3:29,0 | Klenz, Eike | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 3:35,99 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 26.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|---------------------------|-------------|
| 6:40,0 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 7:53,55 | Neemann, Eike | 94 Lauf-Gem. Ostfriesland | Leer 05.09. |
| 8:51,24 | Dieken, Mirco | 94 Lauf-Gem. Ostfriesland | Leer 05.09. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|---------------|---------------------|---------------|
| 20:35 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 21.08. |
|-------|---------------|---------------------|---------------|

80 m Hürden 0.840m

| | | | |
|------------|-----------------|---------------------|------------------|
| 12,61 -0,4 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Edemissen 20.06. |
| 12,5 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 13,7 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 13,8 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 15,8 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |

Hochsprung

| | | | |
|------|--------------------|---------------------|---------------|
| 1,65 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 1,56 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 1,56 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1,52 | Cherba, Konstantin | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 1,48 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1,48 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 1,32 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |

Stabhochsprung

| | | | |
|------|---------------|---------------------|------------------|
| 2,30 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 26.04. |
|------|---------------|---------------------|------------------|

Weitsprung

| | | | |
|-----------|--------------------|---------------------|---------------------|
| 6,15 +1,2 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Bergen/Rügen 12.09. |
| 5,07 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 4,92 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 4,92 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 05.09. |
| 4,75 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 4,65 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 4,57 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 4,37 | Hendricks, Martin | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 4,16 | Cherba, Konstantin | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 3,95 | Nguyen, Tan | 94 TV Norden | Aurich 29.05. |

Dreisprung

| | | | |
|------------|---------------|---------------------|------------------|
| 11,65 +0,2 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.06. |
|------------|---------------|---------------------|------------------|

Kugelstoss 4 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|------------------|
| 11,35 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 11,08 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| 10,12 | Cherba, Konstantin | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 9,92 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |

| | | | |
|------|-------------------|---------------------|----------------------|
| 8,92 | Hendriks, Martin | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 8,12 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 8,08 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 7,74 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 7,55 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |

Diskuswurf 1 kg

| | | | |
|-------|---------------|---------------------|---------------|
| 31,06 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 28,01 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |

Speerwurf 600 g

| | | | |
|-------|------------------|---------------------|------------------|
| 39,76 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 36,04 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| 35,02 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| 31,17 | Hendriks, Martin | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 22,27 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 19,00 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |

Ballwurf 200g

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|----------------------|
| 61,50 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 55,00 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 47,50 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 43,50 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 43,00 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 39,50 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|---------------|
| 1.342 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 1.327 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| | 12,9-4,92-43,00 | | |
| | 12,9-4,75-43,50 | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------|---------------|
| 2.155 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Bremen 06.09. |
| | 12,15-5,62-1,60-10,60 | | |
| 2.077 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 12,50-5,07-1,56-11,35 | | |
| 1.888 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 12,92-4,60-1,48-9,87 | | |
| 1.862 | Cherba, Konstantin | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| | 13,03-4,16-1,52-10,12 | | |
| 1.792 | Dokoupil, Lennert | 94 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| | 13,07-4,58-1,48-8,08 | | |
| 1.706 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| | 14,32-4,57-1,56-7,55 | | |
| 1.702 | Neeland, Timm | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| | 12,9-4,75-1,32-7,74 | | |

Achtkampf

| | | | |
|-------|-----------------------------------|---------------------|----------------------------|
| 3.912 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04/ 26.04. |
| | 13,01(-2,7)-5,76(+0,0)-11,08-1,56 | | |
| | 27,49-2,30-33,08-3:35,99 | | |

Blockwettk. S/S

| | | | |
|-------|---|---------------------|------------------|
| 2.762 | Meene, Oliver | 94 LAC Emden/Aurich | Edemissen 20.06. |
| | 11,96(+0,0)-12,61(-0,4)-5,87(+0,1)-1,60-35,78 | | |
| 2.265 | Becker, Nils | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| | 13,3-13,8-4,27-1,42-32,17 | | |
| 2.145 | Behrends, Marco | 94 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| | 14,2-13,7-4,38-1,46-22,27 | | |

Blockwettk. L

| | | | |
|-------|-----------------------------|---------------------|-------------|
| 2.182 | Grebener, Jann | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| | 13,2-15,8-4,65-39,50-6:40,0 | | |

Blockwettk. W

| | | | |
|-------|----------------------------|---------------------|-------------|
| 2.550 | Lengen, Guido | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| | 12,1-12,5-4,97-10,74-28,01 | | |

Schülerinnen D

4 x 50 m Staffel

| | | |
|-------|--|------------------|
| 34,1 | TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| | Kramer, . 01; Alts, . 00; Höfker, . 00; Ortgies, . 00 | |
| 34,3 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| | Hallmann, . 00; Kopischke, . 00; Oltrop, . 00; Hambach, . 01 | |
| 36,6 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum II | Emden 30.05. |
| | Seewald, . ; Van Grieken, . ; Colmsee, . ; Daniel, . | |
| 37,53 | SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| | Fischer, . ; Ihler, . ; Brunken, . ; Kruse, . | |
| 37,8 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum III | Emden 30.05. |
| | Markus, . ; Tramontin, . ; Svhleusener, . ; Mennenda, . | |
| 38,3 | TV Norden II | Emden 30.05. |
| | Klooster, . ; Lohre, . ; Müller, . ; Freimuth, . | |
| 39,2 | SV Warsingsfehn II | Emden 30.05. |
| | Luikinga, . ; Ammermann, . ; Saathoff, . ; Rodewald, . | |

Dreikampf Mannschaft

| | | |
|-------|---|------------------|
| 4.330 | Fortuna Wirdum | Aurich 04.09. |
| | Seeberg, . 00 -940; Feldmann, . 00 -925 | |
| | Schwarz, . 01 -896; Dirks, . 00 -859 | |
| | Wäcken, . 00 -710 | |
| 4.273 | MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| 4.241 | SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| | Lengert, . -948; Heiken, . -871 | |
| | Wübbena, . -862; Hölscher, . -787 | |
| | Jaspers, . -773 | |
| 4.116 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| | Oltrop, . -914; Kopischke, . -855 | |
| | Hallmann, . -823; Colmsee, . -775 | |
| | Hambach, . -749 | |
| 3.436 | TV Norden | Moorhusen 05.06. |
| | Kramer, . -893; Dirksen, . -661 | |
| | Klooster, . -646; Mürmel, . -637 | |
| | Lohre, . -599 | |
| 3.134 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum II | Leer 25.04. |

| | | | |
|-------|-----------------|-----------------|------------------|
| 2.949 | SV Warsingsfehn | | Moorhusen 05.06. |
| | Brunken, . | -767; Ihler, . | -647 |
| | Luikinga, . | -595; Kottke, . | -485 |
| | Hinze, . | -455 | |
| 2.676 | MTV Aurich II | | Aurich 18.09. |
| 1.942 | TV Norden II | | Moorhusen 05.06. |

Schülerinnen W 8

50 m Lauf

| | | | |
|-----|--------------------|---------------------------|--------------------|
| 8,5 | Kramer, Imke | 01 TV Norden | Moorhusen 05.06. |
| 8,7 | Mennenga, Rieke | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Moorhusen 05.06. |
| 8,8 | Fulfs, Antonia | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 8,8 | Schwarz, Fenke | 01 Fortuna Wirdum | Moorhusen 05.06. |
| 8,9 | Wienekamp, Lisa | 01 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 9,0 | Brunken, Imke | 01 SV Warsingsfehn | Moorhusen 05.06. |
| 9,1 | Colmsee, Sarah | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 9,1 | Rudolf, Constanze | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 9,3 | Clooster, Cara | 01 TV Norden | Moorhusen 24.06. |
| 9,4 | Hambach, Lena | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 9,4 | Thommai, Stephanie | 01 SV Dornum | Marienhafte 16.06. |

800 m Lauf

| | | | |
|---------|--------------------|---------------------------|--------------------|
| 3:07,65 | Popp, Fenja | 02 TSV Friesenstolz Riepe | Papenburg 12.09. |
| 3:20,1 | Hambach, Lena | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 3:25,5 | Schwarz, Femke | 01 Fortuna Wirdum | Moorhusen 24.06. |
| 3:25,9 | Clooster, Cara | 01 TV Norden | Moorhusen 24.06. |
| 3:30,87 | Seewald, Jeanette | 02 LAC Emden/Aurich | Papenburg 12.09. |
| 3:30,9 | Dirks, Amke | 03 Fortuna Wirdum | Moorhusen 24.06. |
| 3:32,1 | Lohre, Jelka | 02 TV Norden | Moorhusen 24.06. |
| 3:36,7 | Mennenga, Rieke | 01 Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06. |
| 3:39,75 | Brunken, Imke | 01 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 3:40,58 | Fischer, Anna-Lena | 02 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|-------------------|----------------------|---------------|
| 25:53 | Anscheit, Jannike | 01 Fortuna Logabirum | Aurich 21.08. |
| 27:00 | Luecht, Fenna | 01 Fortuna Logabirum | Aurich 21.08. |

Weitsprung

| | | | |
|------|-------------------|---------------------------|--------------------|
| 3,29 | Kramer, Imke | 01 TV Norden | Moorhusen 05.06. |
| 3,05 | Mennenga, Rieke | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafte 16.06. |
| 2,97 | Wienekamp, Lisa | 01 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 2,92 | Rudolf, Constanze | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 2,90 | Clooster, Cara | 01 TV Norden | Leer 25.04. |
| 2,89 | Colmsee, Sarah | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 2,86 | Schwarz, Fenke | 01 Fortuna Wirdum | Moorhusen 05.06. |
| 2,85 | Hambach, Lena | 01 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 2,85 | Müller, Maren | 01 TV Norden | Emden 30.05. |
| 2,75 | Brahms, Lina | 01 Emden Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------------|--------------------|
| 19,50 | Seewald, Jeanette | 02 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 18,50 | Mennenga, Rieke | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Emden 30.05. |
| 18,00 | Dresp, Neele | 01 TV Norden | Marienhafte 16.06. |
| 17,00 | Brunken, Imke | 01 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 16,50 | Hambach, Lena | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 16,50 | Kramer, Imke | 01 TV Norden | Moorhusen 05.06. |
| 16,50 | Schwarz, Fenke | 01 Fortuna Wirdum | Moorhusen 05.06. |
| 16,00 | Colmsee, Sarah | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 15,50 | Brahms, Lina | 01 Emden Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| 15,50 | Luikenga, Alina | 01 SV Warsingsfehn | Moorhusen 05.06. |

Dreikampf

| | | | |
|-----|-------------------|---------------------------|------------------|
| 893 | Kramer, Imke | 01 TV Norden | Moorhusen 05.06. |
| | 8,5-3,29-16,50 | | |
| 833 | Mennenga, Rieke | 01 TSV Friesenstolz Riepe | Emden 30.05. |
| | 9,0-3,00-18,50 | | |
| 805 | Schwarz, Fenke | 01 Fortuna Wirdum | Moorhusen 05.06. |
| | 8,8-2,86-16,50 | | |
| 775 | Colmsee, Sarah | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| | 9,1-2,89-16,00 | | |
| 767 | Brunken, Imke | 01 SV Warsingsfehn | Moorhusen 05.06. |
| | 9,0-2,72-16,50 | | |
| 766 | Wienekamp, Lisa | 01 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| | 8,9-2,97-13,50 | | |
| 749 | Hambach, Lena | 01 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| | 9,4-2,83-16,50 | | |
| 734 | Rudolf, Constanze | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| | 9,1-2,92-13,00 | | |
| 714 | Brahms, Lina | 01 Emden Laufgemeinschaft | Emden 30.05. |
| | 9,5-2,75-15,50 | | |
| 700 | Fulfs, Antonia | 01 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| | 8,8-2,73-11,00 | | |

Schülerinnen W 9

50 m Lauf

| | | | |
|-----|------------------|---------------------------|--------------------|
| 8,2 | Blumhoff, Tomke | 00 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 05.06. |
| 8,3 | Grunke, Lina | 00 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 05.06. |
| 8,3 | Heiken, Julia | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 8,3 | Wübbena, Jana | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 8,4 | Hallmann, Rieka | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 8,4 | Lengert, Marie | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 8,4 | Picksack, Marina | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Moorhusen 05.06. |
| 8,4 | Dirks, Janna | 00 Fortuna Wirdum | Moorhusen 24.06. |
| 8,4 | Höfker, Jonna | 00 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 8,7 | Oltrop, Wiebke | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 8,7 | Feldmann, Inka | 00 Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06. |

800 m Lauf

| | | | |
|---------|------------------|---------------------------|------------------|
| 3:05,18 | Grunke, Lina | 00 LAC Emden/Aurich | Papenburg 12.09. |
| 3:06,5 | Picksack, Marina | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Aurich 25.04. |
| 3:10,2 | Samson, Ture | 00 Emden Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3:12,87 | Oltrop, Wiebke | 00 LAC Emden/Aurich | Papenburg 12.09. |
| 3:18,29 | Ihler, Annika | 00 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |

| | | | |
|---------|-----------------|---------------------------|------------------|
| 3:23,19 | Blumhoff, Tomke | 00 LAC Emden/Aurich | Papenburg 12.09. |
| 3:24,50 | Menken, Janne | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Papenburg 12.09. |
| 3:25,2 | Dirks, Janna | 00 Fortuna Wirdum | Moorhusen 24.06. |
| 3:25,7 | Daniel, Kaja | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 3:27,5 | Biskup, Marlene | 00 LAC Emden/Aurich | Aurich 25.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|--------|--------------|---------------------|---------------------|
| 9:02,2 | Grunke, Lina | 00 LAC Emden/Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
|--------|--------------|---------------------|---------------------|

5 km Lauf

| | | | |
|-------|----------------|-----------------|---------------|
| 29:34 | Dirks, Janna | 00 TV Marienhaf | Norden 18.04. |
| 29:43 | Hilger, Wiebke | 00 TV Norden | Norden 18.04. |

Weitsprung

| | | | |
|------|------------------|---------------------------|------------------|
| 3,59 | Picksack, Marina | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Aurich 15.05. |
| 3,53 | Lengert, Marie | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 3,50 | Blumhoff, Tomke | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 3,45 | Grunke, Lina | 00 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 05.06. |
| 3,40 | Russell, Paulina | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 3,36 | Wübbena, Jana | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 3,33 | Samson, Ture | 00 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3,30 | De Vries, Wemke | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 3,25 | Oltrop, Wiebke | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 3,22 | Höfker, Jonna | 00 TV Norden | Moorhusen 18.09. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------------|------------------|
| 30,00 | De Vries, Wemke | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 29,00 | Höfker, Jonna | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 27,50 | Picksack, Marina | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Moorhusen 05.06. |
| 25,00 | Seeberg, Stefanie | 00 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 22,50 | Markus, Cecilia | 00 LAC Emden/Aurich | Emden 30.05. |
| 22,00 | Philipp, Lina | 00 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 22,00 | Menken, Janne | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Moorhusen 05.06. |
| 22,00 | Grunke, Lina | 00 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 20,50 | Alts, Gina | 00 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 20,00 | Oltrop, Wiebke | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |

| | | | |
|-------|-----------------|---------------------|---------------|
| 20,00 | Blumhoff, Tomke | 00 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
|-------|-----------------|---------------------|---------------|

Dreikampf

| | | | |
|-------|------------------------------------|---------------------------|------------------|
| 1.064 | Picksack, Marina 8,4-3,49-27,50 | 00 TSV Friesenstolz Riepe | Moorhusen 05.06. |
| 1.009 | De Vries, Wemke 9,0-3,30-30,00 | 00 TuS Weener | Leer 25.04. |
| 975 | Blumhoff, Tomke 8,4-3,48-20,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 954 | Grunke, Lina 8,3-3,45-18,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 05.06. |
| 948 | Lengert, Marie 8,4-3,53-17,50 | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |
| 914 | Oltrop, Wiebke 8,7-3,25-20,00 | 00 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| 903 | Höfker, Jonna 9,1-2,68-29,00 | 00 TV Norden | Norden 06.09. |
| 871 | Heiken, Julia 8,3-3,03-16,00 | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |

| | | | |
|-----|---------------------------------|---------------------|----------------------|
| 863 | Theis, Tabea 9,01-3,06-18,50 | 00 LG Harlingerland | Wilhelmshaven 26.04. |
| 862 | Wübbena, Jana 8,3-3,36-12,50 | 00 SV Georgsheil | Moorhusen 05.06. |

Schülerinnen C

4 x 50 m Staffel

| | | |
|-------|---|----------------------|
| 30,85 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum Wagner, . 98; Van Hove, . 98; De _Vries, . 98; Lenz, . 99 | Wilhelmshaven 09.05. |
| 31,0 | SV Georgsheil Fischer, . 98; Hinrichs, . 98; Saathoff, . 99; Werner, . 98 | Emden 30.05. |
| 31,0 | SV Warsingsfehn | Aurich 28.08. |
| 32,3 | Fortuna Wirdum Endrulat, . 98; Fröhling, . 99; Reinwaldt, . 99; Dieken, . 99 | Moorhusen 18.09. |
| 32,66 | TV Norden Bruns, . 99; Feldmann, . 98; Herbert, . 99; Onken, . 99 | Papenburg 12.09. |
| 35,5 | SV Emden-Harsweg Kruse, . 98; Waagenaar, . 99; Münch, . 98; Poppinga, . 98 | Emden 30.05. |
| 35,6 | Fortuna Wirdum II Wäcken, . ; Goldenstein, . ; Seeberg, . ; Joosten, . | Moorhusen 18.09. |
| 37,1 | MTV Aurich Mudder, . 98; Blumhoff, . 00; Grunke, . 00; Sigl, . 98 | Emden 30.05. |

3 x 800 m Staffel

| | | |
|--------|--|--------------|
| 8:56,2 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum Wagner, . 98; Van Hove, . 98; Lenz, . 99 | Emden 30.09. |
| 8:59,0 | MTV Aurich Henning, . 98; Grunke, . 00; Sigl, . 98 | Emden 30.09. |
| 9:05,3 | VfL Germania Leer Schroll, . 99; Fokken, . 98; Hebig, . 98 | Emden 30.09. |

Dreikampf Mannschaft

| | | |
|-------|---|---------------|
| 5.533 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum Van Hove, . 98 -1.283; Wagner, . 98 -1.118 Krüger, . 98 -1.046; Lenz, . 99 -1.051 De Vries, . 98 -1.035 | Leer 25.04. |
| 5.359 | VfL Germania Leer Hebig, . 98 -1.164; Schlömer, . 98 -1.085 Focken, . 98 -1.059; Beenen, . 98 -1.039 Reindel, . 98 -1.012 | Leer 25.04. |
| 5.137 | SV Georgsheil Werner, . 98 -1.167; Fischer, . 98 -1.064 Saathoff, . 98 -1.056; Hinrichs, . 98 -940 Meyer, . 98 -910 | Emden 30.05. |
| 4.931 | MTV Aurich Müller, . 98 -1.041; Van Raden, . 98 -1.016 Born, . 99 -959; Sigl, . 98 -959 Trebesch, . 98 -956 | Aurich 18.09. |
| 4.899 | TV Norden Herbert, . 99 -1.057; Bruns, . 99 -1.001 Feldmann, . 98 -990; Onken, . 99 -928 Bräunlich, . 99 -923 | Leer 25.04. |

| | | | |
|-------|-------------------------------------|--|---------------|
| 4.811 | SV Warsingsfehn | | Emden 30.05. |
| 4.333 | MTV Aurich II | | Aurich 18.09. |
| | Kostka, . -907; Janßen, . -970 | | |
| | Bünting, . -833; Neitemeier, . -821 | | |
| | Keuren, . -802 | | |
| 3.940 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum II | | Emden 30.05. |

Vierkampf Mannschaft

| | | | |
|-------|--|--|---------------|
| 6.565 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum | | Emden 30.05. |
| | Van Hove, . 98 -1.490; Wagner, . 98 -1.320 | | |
| | De Vries, . 98 -1.255; Mennenga, . 98 -1.254 | | |
| | Lenz, . 99 -1.246 | | |
| 5.987 | TV Norden | | Norden 06.09. |
| | Feldmann, . 98 -1.229; Herbert, . 99 -1.213 | | |
| | Höfker, . 98 -1.207; Bruns, . 99 -1.176 | | |
| | Onken, . 99 -1.162 | | |
| 5.905 | MTV Aurich | | Aurich 18.09. |
| 5.146 | MTV Aurich II | | Aurich 18.09. |

DSMM Gruppe 1

| | | | |
|-------|----------------------------|--|----------------------|
| 4.366 | SV Blau-Weiß Emden-Borssum | | Wilhelmshaven 09.05. |
| 4.102 | SV Warsingsfehn | | Wilhelmshaven 09.05. |
| 3.959 | TV Norden | | Moorhusen 18.09. |
| 3.842 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen 18.09. |

DSMM Gruppe 2

| | | | |
|-------|------------------------|--|------------------|
| 2.642 | TV Norden | | Moorhusen 18.09. |
| 2.302 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen 18.09. |
| 2.279 | TuS Frisch auf Horsten | | Moorhusen 18.09. |

Schülerinnen W 10

50 m Lauf

| | | | |
|------|------------------|---------------------------|----------------------|
| 8,34 | Saathoff, Neele | 99 SV Georgsheil | Delmenhorst 25.04. |
| 8,1 | Fröhling, Maria | 99 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 8,43 | Pastorek, Jana | 99 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 8,46 | Lenz, Juliane | 99 SV BW Emden-Borssum | Wilhelmshaven 09.05. |
| 8,53 | Bruns, Etta | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 8,3 | Hartmann, Silke | 99 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 8,56 | Engelke, Tatjana | 99 TSV Friesenstolz Riepe | Papenburg 12.09. |
| 8,56 | Herbert, Hanna | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 8,4 | Braun, Madita | 99 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 8,4 | Saathoff, Nele | 99 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 8,4 | Born, Katharina | 99 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| 8,4 | Stöhr, Carolin | 99 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 8,65 | Onken, Jule | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |

800 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|------------------------|----------------------|
| 2:57,02 | Pastorek, Jana | 99 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 2:59,6 | Lenz, Juliane | 99 SV BW Emden-Borssum | Moorhusen 24.06. |
| 3:04,16 | Herbert, Hanna | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |

| | | | |
|---------|-------------------|------------------------|------------------|
| 3:06,3 | Fröhling, Maria | 99 SV BW Emden-Borssum | Moorhusen 24.06. |
| 3:10,4 | Bruns, Etta | 99 TV Norden | Leer 25.04. |
| 3:15,8 | Keuren, Julia | 99 MTV Aurich | Aurich 15.05. |
| 3:16,5 | Meyenburg, Teelke | 99 Fortuna Wirdum | Aurich 25.04. |
| 3:16,99 | Dieken, Talea | 99 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 3:24,20 | Hambach, Maren | 99 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 3:34,1 | Feldhuis, Angela | 99 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|--------|-----------------|------------------------|---------------------|
| 8:28,1 | Herbert, Hannah | 99 TV Norden | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:29,4 | Pastorek, Jana | 99 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:37,1 | Lenz, Juliane | 99 SV BW Emden-Borssum | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:39,5 | Keuren, Julia | 99 MTV Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
| 9:02,2 | Grunke, Lina | 00 LAC Emden/Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
| 9:30,2 | Dieken, Talea | 99 Fortuna Wirdum | Warsingsfehn 04.08. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|----------------|-------------------|---------------|
| 23:49 | Herbert, Hanna | 99 TV Norden | Norden 18.04. |
| 24:51 | Dieken, Talea | 99 Fortuna Wirdum | Norden 18.04. |

Hochsprung

| | | | |
|------|-------------------|---------------------------|----------------------|
| 1,18 | Saathoff, Nele | 99 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 1,16 | Lenz, Juliane | 99 SV BW Emden-Borssum | Wilhelmshaven 09.05. |
| 1,16 | Feldhuis, Angela | 99 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |
| 1,16 | Saathoff, Neele | 99 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 1,14 | Fröhling, Maria | 99 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 1,12 | Onken, Jule | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1,09 | Herbert, Hanna | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1,06 | Reinwaldt, Melina | 99 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 1,05 | Dieken, Talea | 99 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 1,05 | Engelke, Tatjana | 99 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafe 16.06. |

| | | | |
|------|----------------|--------------------|----------------|
| 1,05 | Pastorek, Jana | 99 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
|------|----------------|--------------------|----------------|

Weitsprung

| | | | |
|------|-----------------|------------------------|----------------------|
| 3,84 | Saathoff, Neele | 99 SV Georgsheil | Aurich 15.05. |
| 3,81 | Lenz, Juliane | 99 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 3,77 | Pastorek, Jana | 99 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 3,75 | Herbert, Hanna | 99 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 3,68 | Hartmann, Silke | 99 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 3,66 | Bruns, Etta | 99 TV Norden | Papenburg 12.09. |
| 3,59 | Braun, Madita | 99 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 3,58 | Onken, Jule | 99 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 3,45 | Menninga, Sina | 99 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 3,44 | Bräinlich, Lea | 99 TV Norden | Leer 25.04. |
| 3,44 | Zudina, Irina | 99 SV Dornum | Aurich 15.05. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|-----------------|------------------------|----------------------|
| 31,00 | Menninga, Sina | 99 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 28,00 | Herbert, Hanna | 99 TV Norden | Aurich 15.05. |
| 28,00 | Bruns, Etta | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 26,50 | Lenz, Juliane | 99 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 26,00 | Saathoff, Neele | 99 SV Georgsheil | Aurich 15.05. |
| 25,00 | Schröll, Sara | 99 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 24,50 | Braun, Madita | 99 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |

| | | | |
|-------|----------------|------------------|--------------------|
| 24,00 | Stöhr, Carolin | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 23,50 | Saathoff, Nele | 99 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 22,50 | Onken, Jule | 99 TV Norden | Marienhafte 16.06. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|-----------------------------------|------------------------|---------------|
| 1.069 | Bruns, Etta 8,4-3,49-28,00 | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1.057 | Herbert, Hanna 8,7-3,71-27,00 | 99 TV Norden | Leer 25.04. |
| 1.056 | Saathoff, Neele 8,1-3,78-21,00 | 99 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 1.051 | Lenz, Juliane 8,3-3,81-22,00 | 99 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 1.013 | Braun, Madita 8,7-3,59-24,50 | 99 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 959 | Born, Katharina 8,4-3,17-22,00 | 99 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| 942 | Pastorek, Jana 8,4-3,77-15,00 | 99 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 942 | Onken, Jule 8,7-3,37-21,00 | 99 TV Norden | Emden 30.05. |
| 935 | Stöhr, Carolin 8,7-3,04-24,00 | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 923 | Bräinlich, Lea 8,8-3,44-19,50 | 99 TV Norden | Leer 25.04. |

Vierkampf

| | | | |
|-------|---|------------------------|---------------|
| 1.344 | Saathoff, Neele 8,1-3,78-1,16-21,00 | 99 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 1.301 | Saathoff, Nele 8,4-3,34-1,18-23,50 | 99 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 1.246 | Lenz, Juliane 8,6-3,55-1,08-24,00 | 99 SV BW Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| 1.213 | Herbert, Hanna 8,9-3,60-1,09-22,50 | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1.176 | Bruns, Etta 8,4-3,49-,91-28,00 | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1.162 | Onken, Jule 8,7-3,15-1,12-20,00 | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1.132 | Stöhr, Carolin 8,7-3,04-1,03-24,00 | 99 TV Norden | Norden 06.09. |
| 1.097 | Born, Katharina 8,4-3,17-,95-22,00 | 99 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| 1.095 | Fröhling, Maria 8,8-3,39-1,08-15,50 | 99 Fortuna Wirdum | Emden 30.05. |
| 1.089 | Feldhuis, Angela 9,3-3,05-1,16-17,50 | 99 SV Warsingsfehn | Emden 30.05. |

Schülerinnen W 11

50 m Lauf

| | | | |
|------|---------------------|------------------------|------------------|
| 7,75 | Van der Wall, Laura | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 7,7 | Wagner, Svenja | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 8,02 | Hemptennacker, Leah | 98 TuS Weener | Papenburg 12.09. |
| 7,8 | Krüger, Marje | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 7,8 | Werner, Pia | 98 SV Georgsheil | Aurich 15.05. |
| 8,18 | Link, Jana | 98 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |

| | | | |
|------|----------------|---------------------------|------------------|
| 8,0 | Focken, Neele | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 8,26 | Endrulat, Jule | 98 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 8,30 | Van Hove, Jana | 98 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 8,1 | Wrede, Stina | 98 Emden Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |

| | | | |
|-----|----------------|------------------|---------------|
| 8,1 | Werner, Oia | 98 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 8,1 | Fischer, Sarah | 98 SV Georgsheil | Norden 06.09. |

800 m Lauf

| | | | |
|---------|---------------------|---------------------------|----------------------|
| 2:54,21 | Endrulat, Jule | 98 Fortuna Wirdum | Papenburg 12.09. |
| 2:57,35 | Van Hove, Jana | 98 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 2:57,68 | Wagner, Svenja | 98 SV BW Emden-Borssum | Wilhelmshaven 09.05. |
| 3:01,42 | Diekmann, Imke | 98 Emden Laufgemeinschaft | Papenburg 12.09. |
| 3:01,3 | Wrede, Stina | 98 Emden Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3:06,79 | Van der Wall, Laura | 98 SV Warsingsfehn | Papenburg 12.09. |
| 3:07,90 | Hemptennacker, Leah | 98 TuS Weener | Papenburg 12.09. |
| 3:09,4 | Focken, Neele | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 3:14,3 | De Vries, Lara | 98 SV BW Emden-Borssum | Moorhusen 24.06. |
| 3:14,4 | Dollmann, Gina | 98 TSV Langeoog | Leer 25.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|---------|-----------------|------------------------|---------------------|
| 8:03,4 | Henning, Saskia | 98 MTV Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:27,6 | Endrulat, Jule | 98 Fortuna Wirdum | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:40,2 | Wagner, Svenja | 98 SV BW Emden-Borssum | Warsingsfehn 04.08. |
| 10:40,1 | Sigl, Doreens | 98 MTV Aurich | Warsingsfehn 04.08. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|-----------------|---------------|---------------|
| 22:50 | Henning, Saskia | 98 MTV Aurich | Aurich 21.08. |
| 26:27 | Fischer, Aneele | 98 SV Hage | Norden 18.04. |
| 28:12 | Sigl, Doreen | 98 MTV Aurich | Aurich 21.08. |
| 28:19 | Eilts, Rieke | 98 SV Hage | Norden 18.04. |

Hochsprung

| | | | |
|------|---------------------|------------------------|------------------|
| 1,29 | Van der Wall, Laura | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 1,26 | Spannhoff, Hilke | 98 SV BW Emden-Borssum | Moorhusen 18.09. |
| 1,24 | Werner, Pia | 98 SV Georgsheil | Aurich 15.05. |
| 1,24 | Fischer, Sarah | 98 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 1,24 | Van Hove, Jana | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1,24 | Wagner, Svenja | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1,23 | Groninga, Hilke | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
| 1,21 | Meyer, Julia | 98 SV Georgsheil | Aurich 15.05. |
| 1,19 | Mennenga, Vanessa | 98 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 1,17 | Sigl, Doreen | 98 MTV Aurich | Aurich 18.09. |

Weitsprung

| | | | |
|------|---------------------|---------------------------|----------------------|
| 4,24 | Wagner, Svenja | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 4,21 | Werner, Pia | 98 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 3,96 | Wrede, Stina | 98 Emden Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 3,95 | Endrulat, Jule | 98 Fortuna Wirdum | Aurich 15.05. |
| 3,95 | Van der Wall, Laura | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 3,92 | Hemptennacker, Leah | 98 TuS Weener | Papenburg 12.09. |
| 3,90 | Van Hove, Jana | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 3,87 | Focken, Neele | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 3,85 | Groninga, Hilke | 98 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 3,85 | Fischer, Sarah | 98 SV Georgsheil | Emden 30.05. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|---------------------|--------------------------|----------------------|
| 43,50 | Van Hove, Jana | 98 SV BW Emden-Borssum | Wilhelmshaven 09.05. |
| 36,00 | Groninga, Hilke | 98 SV Warsingsfehn | Wilhelmshaven 09.05. |
| 34,00 | Wrede, Stina | 98 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 34,00 | Werner, Pia | 98 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 32,00 | Hebig, Marike | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 30,50 | Feldmann, Anna-Lena | 98 TV Norden | Wilhelmshaven 09.05. |
| 29,00 | Mennenga, Vanessa | 98 SV BW Emden-Borssum | Papenburg 12.09. |
| 29,00 | De Vries, Lara | 98 SV BW Emden-Borssum | Moorhusen 18.09. |
| 28,50 | Munch, Lena | 98 SV Emden-Harsweg | Emden 30.05. |
| 27,50 | Reindl, Christin | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |

| | | | |
|-------|---------------------|--------------------|----------------|
| 27,50 | Van der Wall, Laura | 98 SV Warsingsfehn | Hamburg 27.09. |
|-------|---------------------|--------------------|----------------|

Dreikampf

| | | | |
|-------|---------------------------------------|--------------------------|---------------|
| 1.283 | Van Hove, Jana 8,1-3,90-41,50 | 98 SV BW Emden-Borssum | Leer 25.04. |
| 1.250 | Werner, Pia 8,1-4,21-34,00 | 98 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 1.220 | Wrede, Stina 8,1-3,96-34,00 | 98 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 1.194 | Groninga, Hilke 8,2-3,67-36,00 | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 1.169 | Van der Wall, Laura 7,9-3,95-27,00 | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 1.164 | Hebig, Marike 8,2-3,75-32,00 | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 1.146 | Wagner, Svenja 7,9-4,04-24,00 | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1.087 | Klette, Ones 8,2-3,55-27,00 | 98 TSV Langeoog | Norden 06.09. |
| 1.085 | Schlömer, Eske 8,3-3,75-25,50 | 98 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 1.066 | Fischer, Sarah 8,1-3,53-24,50 | 98 SV Georgsheil | Norden 06.09. |

Vierkampf

| | | | |
|-------|--|------------------------|---------------|
| 1.572 | Werner, Pia 8,1-4,21-1,21-34,00 | 98 SV Georgsheil | Norden 06.09. |
| 1.570 | Van Hove, Jana 8,2-3,76-1,24-38,50 | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1.516 | Groninga, Hilke 8,2-3,67-1,21-36,00 | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 1.491 | Van der Wall, Laura 7,9-3,95-1,21-27,00 | 98 SV Warsingsfehn | Norden 06.09. |
| 1.488 | Wagner, Svenja 7,9-4,04-1,24-24,00 | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1.406 | Fischer, Sarah 8,1-3,85-1,24-21,00 | 98 SV Georgsheil | Emden 30.05. |
| 1.286 | Spannhoff, Hilke 8,7-3,45-1,18-23,50 | 98 SV BW Emden-Borssum | Norden 06.09. |
| 1.259 | Müller, Rieke 8,4-3,40-1,06-26,50 | 98 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| 1.255 | De Vries, Lara 8,4-3,30-1,12-23,50 | 98 SV BW Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| 1.254 | Mennenga, Vanessa 8,7-3,50-1,16-21,50 | 98 SV BW Emden-Borssum | Emden 30.05. |
| 1.254 | Sigl, Doreen 8,7-3,40-1,17-22,00 | 98 MTV Aurich | Aurich 18.09. |

Schülerinnen B

| | | | |
|-------------------------|--|--|-------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | | | |
| 1:07:20 | TV Norden | | Norden 18.04. |
| | Okken, L. 96 -21:35; Peterssen, N. 97 -22:51 | | |
| 1:29:47 | TV Norden II | | Marienhafe 13.04. |
| | Kohl, . 97 -28:06; Rademacher, . 97 -30:47 | | |
| | Schudak, . 96 -30:54 | | |

| | | | |
|------------------|---|--|----------------------|
| 4 x 75 m Staffel | | | |
| 42,50 | LAC Emden/Aurich | | Wilhelmshaven 09.05. |
| | Gsastmann, . 96; Clüver, . 96; Russell, . 96; Roelfs, . 96 | | |
| 42,8 | TV Norden | | Moorhusen 18.09. |
| | Reimann, . 97; Schröder, . 96; Rademacher, . 97; Sassen, . 97 | | |
| 45,0 | TV Norden I | | Emden 29.08. |
| | Okken, L. 96; Peterssen, N. 97; Schudak, . 96; Peterssen, M. 97 | | |
| 46,4 | SV Georgsheil | | Emden 29.08. |
| | Leismann, . 97; Barz, . 97; Janssen, . 97; Theessen, . 96 | | |
| 46,6 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen 18.09. |
| | Winkelmann, . 97; Biebrich, . 97; Gerken, . 97; Wohlberg, . 97 | | |
| 47,6 | SV Warsingsfehn | | Emden 29.08. |
| | Van Dijk, . 96; Schuhmacher, . 97; Lichtenwald, . 96; Rosendahl, . 97 | | |
| 48,2 | TG Wiesmoor | | Emden 29.08. |
| | Bayer, . 96; Gerdes, . 97; Von Aswege, . 96; Martens, . 96 | | |
| 48,6 | TuS Frisch auf Horsten | | Moorhusen 18.09. |
| | Gräfe, . 98; Sievers, . 97; Schroer, . 97; Kaminski, . 98 | | |

Dreikampf
Mannschaft

| | | | |
|-------|---|--|-------------|
| 6.172 | LAC Emden/Aurich | | Leer 26.09. |
| | Behrendorf, . 97 -1.407; Brendel, . 96 -1.272 | | |
| | Schirrmann, . 97 -1.195; Russell, . 96 -1.161 | | |
| | Pietsch, . 96 -1.137 | | |
| 5.778 | TV Norden | | Leer 26.09. |
| | Schröder, . 96 -1.220; Reimann, . 97 -1.207 | | |
| | Okken, L. 96 -1.133; Gummels, . 96 -1.127 | | |
| | Moameia, . 97 -1.091 | | |
| 5.318 | TV Norden II | | Leer 26.09. |
| | Schudak, . 96 -1.086; Schulzek, . 96 -1.073 | | |
| | Sassen, . 97 -1.072; Rademacher, . 97 -1.046 | | |
| | Habach, . 96 -1.041 | | |

Vierkampf
Mannschaft

| | | | |
|-------|---|--|-------------|
| 8.037 | LAC Emden/Aurich | | Leer 26.09. |
| | Behrendorf, . 97 -1.906; Brendel, . 96 -1.594 | | |
| | Russell, . 96 -1.561; Schirrmann, . 97 -1.517 | | |
| | Pietsch, . 96 -1.459 | | |
| 7.537 | TV Norden | | Leer 26.09. |
| | Reimann, . 97 -1.633; Schröder, . 96 -1.620 | | |
| | Sassen, . 97 -1.447; Rademacher, . 97 -1.421 | | |
| | Habach, . 96 -1.416 | | |

| | | | | |
|---------------------------|--|---------------------------|---------------|--------|
| Blockwettk. Mannschaft | | | | |
| 10.134 | LAC Emden/Aurich | | Leer | 16.05. |
| | Gastmann, . 96 -2.051; Behrens- dorf, . 97 -2.297 | | | |
| | Brendel, . 96 -1.988; Russell, . 96 -1.941 | | | |
| | Schirrmann, . 97 -1.857 | | | |
| 7.511 | TV Norden | | Leer | 16.05. |
| | Reimann, . 97 -1.805; Gummels, . 96 -1.692 | | | |
| | Okken, L. 96 -1.394; Peterssen, . 97 -1.360 | | | |
| | Schröder, . 96 -1.260 | | | |
| DSMM Gruppe 1 | | | | |
| 6.154 | LAC Emden/Aurich | | Wilhelmshaven | 09.05. |
| DSMM Gruppe 2 | | | | |
| 3.427 | TV Norden | | Moorhusen | 18.09. |
| 2.815 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen | 18.09. |
| 2.670 | TuS Frisch auf Horsten | | Moorhusen | 18.09. |
| Schülerinnen W 12 | | | | |
| 75 m Lauf | | | | |
| 10,3 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Emden | 29.08. |
| 10,9 | Mossinger, Janna | 97 TG Wiesmoor | Aurich | 02.05. |
| 10,9 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Emden | 29.08. |
| 11,0 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Aurich | 02.05. |
| 11,43 | Behrens- dorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Leer | 26.09. |
| 11,2 | Leismann, Kea | 97 SV Georgsheil | Aurich | 02.05. |
| 11,2 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Aurich | 02.05. |
| 11,4 | Gräfe, Tomke | 98 TuS Frisch auf Horsten | Moorhusen | 18.09. |
| 11,5 | Moamaei, Schahmas | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 11,6 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Aurich | 02.05. |
| 11,6 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Aurich | 02.05. |
| 11,6 | Grafe, Tomke | 98 TuS Frisch auf Horsten | Emden | 29.08. |
| 800 m Lauf | | | | |
| 2:42,0 | Henning, Saskia | 97 LAC Emden/Aurich | Aurich | 25.04. |
| 2:44,8 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer | 16.05. |
| 2:46,6 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Aurich | 05.05. |
| 2:50,0 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Aurich | 05.05. |
| 2:58,76 | Liedke, Paulina | 97 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven | 09.05. |
| 3:05,8 | Janssen, Sandra | 97 SV Georgsheil | Aurich | 02.05. |
| 3:08,6 | Gerdas, Maite | 97 TG Wiesmoor | Aurich | 02.05. |
| 3:11,6 | Meyerholz, Lisa | 97 LAC Emden/Aurich | Aurich | 25.04. |
| 3:13,0 | Neeland, Anna-Rieke | 97 SV Warsingsfehn | Leer | 16.05. |
| 3:36,4 | Colmsee, Miriam | 97 LAC Emden/Aurich | Leer | 25.04. |
| 2000 m Lauf | | | | |
| 8:11,7 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Warsingsfehn | 04.08. |
| 9:06,80 | Liedke, Pauline | 97 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven | 25.04. |

| | | | | |
|--------------------|-----------------------|---------------------------|---------------|--------|
| 9:32,7 | Janssen, Sandra | 97 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich | 07.08. |
| 9:39,8 | Duin, Maike | 97 SV Holtland | Warsingsfehn | 04.08. |
| 5 km Lauf | | | | |
| 22:51 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Norden | 18.04. |
| 22:54 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Norden | 18.04. |
| 23:59 | Anscheit, Mareike | 97 Fortuna Logabirum | Aurich | 21.08. |
| 25:52 | Biebrich, Rikeike | 97 Fortuna Wirdum | Norden | 18.04. |
| 28:06 | Kohl, Marie-Theres | 97 TV Norden | Marienhaf | 13.04. |
| 29:19 | Janssen, Sandra | 97 SV Georgsheil | Marienhaf | 13.04. |
| 30:47 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Marienhaf | 13.04. |
| 60 m Hürden 0.762m | | | | |
| 10,6 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer | 16.05. |
| 11,1 | Behrens- dorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Leer | 16.05. |
| 12,3 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Emden | 29.08. |
| 12,8 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 12,9 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 12,9 | Gerdas, Maite | 97 TG Wiesmoor | Emden | 29.08. |
| 13,6 | Moamaei, Schahmas | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 13,6 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 13,7 | Ohling, Sandra | 97 TuS Eintracht Hinte | Emden | 29.08. |
| 13,9 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| Hochsprung | | | | |
| 1,49 | Behrens- dorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Leer | 26.09. |
| 1,41 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer | 26.09. |
| 1,38 | Menken, Deike | 97 TV Norden | Marienhaf | 19.06. |
| 1,37 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Leer | 26.09. |
| 1,36 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Emden | 29.08. |
| 1,32 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 1,29 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Leer | 26.09. |
| 1,28 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven | 09.05. |
| 1,24 | Mollenhauer, Franka | 97 TSV Langeoog | Emden | 29.08. |
| 1,22 | Biebrich, Rieke | 97 Fortuna Wirdum | Marienhaf | 16.06. |
| Weitsprung | | | | |
| 4,52 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer | 26.09. |
| 4,36 | Behrens- dorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Papenburg | 13.09. |
| 4,10 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Leer | 26.09. |
| 4,01 | Biebrich, Rieke | 97 Fortuna Wirdum | Moorhusen | 18.09. |
| 3,93 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Marienhaf | 16.06. |
| 3,83 | Mollenhauer, Franka | 97 TSV Langeoog | Leer | 26.09. |
| 3,82 | Leismann, Kea | 97 SV Georgsheil | Aurich | 02.05. |
| 3,82 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 3,82 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Leer | 16.05. |
| 3,79 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Leer | 26.09. |
| Kugelstoss 3 kg | | | | |
| 7,98 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Emden | 29.08. |
| 6,40 | Eckhardt, Saskia | 97 TSV Langeoog | Emden | 29.08. |
| 5,93 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Aurich | 17.04. |
| 5,80 | Reimann, Tomke | 97 TG Wiesmoor | Aurich | 17.04. |
| 5,75 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Aurich | 17.04. |
| 5,67 | Peterssen, Meenke | 97 TV Norden | Aurich | 17.04. |

Diskuswurf 750 g

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|------------------|
| 20,51 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 17,65 | Behrendsdorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |

Speerwurf 400 g

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------|----------------------|
| 29,34 | Behrendsdorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |
| 22,74 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 25.04. |
| 18,11 | Schahnas, Moamaei | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 16,63 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 14,83 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 14,83 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Emden 29.08. |
| 14,72 | Gerdess, Maite | 97 TG Wiesmoor | Emden 29.08. |
| 14,08 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 11,93 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 10,53 | Schwebel, Mareike | 97 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 9,62 | Reimann, Tomke | 97 TG Wiesmoor | Aurich 17.04. |

Schlagball 80g

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------------|----------------------|
| 51,00 | Behrendsdorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 25.04. |
| 38,50 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 35,00 | Mollenhauer, Franka | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| 35,00 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 33,50 | Biebrich, Rieke | 97 Fortuna Wirdum | Moorhusen 18.09. |
| 31,50 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Marienhafte 16.06. |
| 30,00 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 29,00 | Menken, Deike | 97 TSV Friesenstolz Riepe | Marienhafte 16.06. |
| 28,50 | Schumacher, Karina | 97 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| 28,00 | Moameia, Schahnas | 97 TV Norden | Leer 26.09. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|------------------------|---------------------|---------------|
| 1.407 | Behrendsdorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 11,43-4,30-46,50 | | |
| 1.406 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| | 10,61-4,52-35,00 | | |
| 1.207 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,51-4,10-28,50 | | |
| 1.205 | Mollenhauer, Franka | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| | 11,95-3,83-35,00 | | |
| 1.195 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 12,19-3,79-36,50 | | |
| 1.091 | Moameia, Schahnas | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 12,00(+5.3)-3,53-28,00 | | |
| 1.072 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,68-3,66-22,50 | | |
| 1.046 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,90-3,65-22,00 | | |
| 1.005 | Schumacher, Karina | 97 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| | 12,84-3,30-28,50 | | |
| 946 | Ellies, Berit | 97 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| | 11,8-3,46-17,00 | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------|---------------|
| 1.906 | Behrendsdorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 11,43-4,30-1,49-46,50 | | |
| 1.857 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| | 10,61-4,52-1,41-35,00 | | |
| 1.633 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,51-4,10-1,37-28,50 | | |
| 1.517 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 12,19-3,79-1,21-36,50 | | |
| 1.447 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,68-3,66-1,29-22,50 | | |
| 1.421 | Rademacher, Ina | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,90-3,65-1,29-22,00 | | |
| 1.413 | Moameia, Schahnas | 97 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 12,00-3,53-1,21-28,00 | | |
| 1.205 | Mollenhauer, Franka | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| | 11,95-3,83-o.L.-35,00 | | |
| 1.179 | Eckhardt, Saskia | 97 TSV Langeoog | Leer 26.09. |
| | 12,71-3,18-1,13-21,00 | | |
| 1.150 | Ellies, Berit | 97 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| | 11,8-3,46-1,04-17,00 | | |

Blockwettk. S/S

| | | | |
|-------|---------------------------|---------------------|-------------|
| 2.297 | Behrendsdorf, Lea | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| | 11,5-11,1-4,17-1,40-49,00 | | |
| 1.857 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 11,9-13,6-3,82-1,32-30,00 | | |
| 1.857 | Schirrmann, Magdalena | 97 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| | 12,1-12,5-3,58-1,20-37,00 | | |
| 1.773 | Sassen, Saskia | 97 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 11,4-12,8-3,82-1,20-22,50 | | |
| 1.762 | Moamaei, Schahmas | 97 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 11,5-13,6-3,78-1,20-26,00 | | |

Blockwettk. L

| | | | |
|-------|-----------------------------|--------------------|-------------|
| 2.283 | Rosendahl, Anneke | 97 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| | 10,4-10,6-4,35-31,00-2:44,8 | | |
| 1.762 | Peterssen, Nele | 97 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 11,5-13,9-3,61-21,50-2:52,9 | | |
| 1.531 | Neeland, Anna-Rieke | 97 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| | 12,6-14,1-3,47-18,00-3:13,0 | | |

Blockwettk. W

| | | | |
|-------|---------------------------|--------------|-------------|
| 1.805 | Reimann, Vanessa | 97 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 11,4-12,9-3,98-6,03-17,27 | | |

Schülerinnen W 13

| | | | |
|--------------------|---------------------|--------------------------|---------------------|
| 75 m Lauf | | | |
| 10,21 | Theessen, Daniela | 96 SV Georgsheil | Papenburg 13.09. |
| 10,4 | Russell, Miriam | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 10,5 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 10,6 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| 10,9 | Amelsberg, Hanne | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 10,9 | Beening, Annake | 96 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 11,0 | Roelfs, Annemarie | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 11,31 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 11,1 | Clüver, Enje | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 11,1 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Moorhusen 24.06. |
| 11,1 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 800 m Lauf | | | |
| 2:35,92 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Werlte 19.09. |
| 2:38,63 | Beening, Anneke | 96 VfL Germania Leer | Papenburg 13.09. |
| 2:42,4 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 2:46,2 | Schoolmann, Helke | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 2:58,5 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 05.05. |
| 2:58,5 | Pietsch, Katrin | 96 LAC Emden/Aurich | Moorhusen 24.06. |
| 3:02,4 | Martens, Merle | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 3:03,9 | Duis, Lisa | 96 TG Wiesmoor | Aurich 02.05. |
| 3:04,8 | Schlömer, Wiebke | 96 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| 3:09,1 | Schoon, Marie | 96 TG Wiesmoor | Aurich 02.05. |
| 2000 m Lauf | | | |
| 7:47,6 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:00,4 | Ocken, Lea | 96 TV Norden | Warsingsfehn 04.08. |
| 8:56,3 | Pietsch, Karin | 96 LAC Emden/Aurich | Warsingsfehn 04.08. |
| 5 km Lauf | | | |
| 21:34 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Schortens 15.08. |
| 24:37 | Schoolmann, Helke | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Ofen 03.10. |
| 25:24 | De Buhr, Miriam | 96 Fortuna Logabirum | Aurich 21.08. |
| 30:54 | Schudak, Svenja | 96 TV Norden | Marienhafte 13.04. |
| 60 m Hürden 0.762m | | | |
| 10,8 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| 12,0 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 12,0 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 12,0 | Lichtenwald, Regina | 96 SV Warsingsfehn | Emden 29.08. |
| 12,3 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 12,9 | Vab Dijk, Hester | 96 SV Warsingsfehn | Emden 29.08. |
| 13,1 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 13,5 | Grunke, Tessa | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 13,5 | Russell, Miriam | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 13,8 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 13,8 | Gerken, Janna | 96 TuS Eintracht Hinte | Emden 29.08. |

Hochsprung

| | | | |
|------|---------------------|---------------------|----------------------|
| 1,40 | Russell, Miriam | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 1,40 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Leer 16.05. |
| 1,39 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Emden 29.08. |
| 1,30 | Neupert, Rieke | 96 Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06. |
| 1,29 | Habach, Anna | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1,28 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 1,28 | Grunke, Tessa | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 1,21 | Pietsch, Katrin | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 1,21 | Schulzek, Helke | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1,20 | Albers, Wiebke | 96 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 1,20 | Lichtenwald, Regina | 96 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |

Weitsprung

| | | | |
|------|-------------------|--------------------------|----------------------|
| 4,46 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| 4,45 | Amelsberg, Hanne | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Wilhelmshaven 19.05. |
| 4,25 | Russell, Miriam | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 4,23 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 19.05. |
| 4,11 | Schroder, Andrea | 96 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 4,09 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 4,06 | Grunke, Tessa | 96 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 4,05 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| 4,01 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 4,00 | Schoolmann, Helke | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Papenburg 25.09. |

Kugelstoss 3 kg

| | | | |
|------|-------------------|----------------------|--------------------|
| 8,14 | Planteur, Elke | 96 SV Dornum | Marienhafte 16.06. |
| 8,04 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| 7,75 | Van Dijk, Hester | 96 SV Warsingsfehn | Emden 29.08. |
| 7,64 | Roelfs, Annemarie | 96 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 6,92 | Schudak, Svenja | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 6,82 | Schulzek, Helke | 96 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 6,01 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 5,99 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 5,98 | Harbach, Anna | 96 TV Norden | Emden 29.08. |

Diskuswurf 750 g

| | | | |
|-------|------------------|----------------------|---------------|
| 21,36 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 16.05. |
| 16,28 | Schulzeck, Helke | 96 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 15,74 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 15,57 | Schudak, Svenja | 96 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 15,55 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Aurich 17.04. |

Speerwurf 400 g

| | | | |
|-------|------------------|---------------------|------------------|
| 25,77 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 23,33 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 20,41 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 19,69 | Planteur, Elke | 96 SV Dornum | Emden 29.08. |
| 19,66 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 19,53 | Harbach, Anna | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 19,00 | Schulzek, Helke | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 13,57 | Schudak, Svenja | 96 TV Norden | Emden 29.08. |
| 11,60 | Duis, Lisa | 96 TG Wiesmoor | Aurich 17.04. |
| 8,59 | Bayer, Laura | 96 TG Wiesmoor | Emden 29.08. |

| | | | |
|----------------|-----------------------|--------------------------|----------------------|
| Ballwurf 200g | | | |
| 24,50 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Werlte 19.09. |
| Schlagball 80g | | | |
| 41,50 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| 39,00 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 37,50 | Planteur, Elke | 96 SV Dornum | Marienhafte 16.06. |
| 37,00 | Clüver, Enje | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 35,50 | Sandker, Thelke | 96 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 34,00 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 32,00 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 31,50 | Pietsch, Katrin | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| 29,50 | Schudak, Svenja | 96 TV Norden | Moorhusen 18.09. |
| 29,00 | Duis, Lisa | 96 TG Wiesmoor | Aurich 17.04. |
| 29,00 | Amelsbarg, Hanne | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| Dreikampf | | | |
| 1.379 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| | 10,96-4,06-41,50 | | |
| 1.272 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 11,66-3,88-39,00 | | |
| 1.235 | Amelsbarg, Hanne | 96 Emdr Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| | 10,9-4,01-29,00 | | |
| 1.220 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,31-3,89-30,50 | | |
| 1.161 | Russell, Miriam | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 11,39-4,25-22,00 | | |
| 1.148 | Gastmann, Laura | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 25.04. |
| | 10,9-3,80-23,50 | | |
| 1.137 | Pietsch, Katrin | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 12,00-3,60-31,50 | | |
| 1.133 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,58-4,05-23,00 | | |
| 1.127 | Gummels, Maren | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,75-3,48-30,00 | | |
| 1.115 | Beening, Annake | 96 VfL Germania Leer | Leer 25.04. |
| | 10,9-3,78-21,00 | | |
| Vierkampf | | | |
| 1.620 | Schröder, Andrea | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,31-3,89-1,33-30,50 | | |
| 1.594 | Brendel, Aiske | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 11,66-3,88-1,21-39,00 | | |
| 1.561 | Russell, Miriam | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 11,39-4,25-1,33-22,00 | | |
| 1.459 | Pietsch, Katrin | 96 LAC Emden/Aurich | Leer 26.09. |
| | 12,00-3,60-1,21-31,50 | | |
| 1.416 | Habach, Anna | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 12,12-3,56-1,29-24,00 | | |
| 1.401 | Okken, Lea | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 11,58-4,05-1,13-23,00 | | |
| 1.395 | Schulzek, Helke | 96 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 12,32-3,54-1,21-28,50 | | |
| 1.379 | Könemann, Hilke | 96 VfL Germania Leer | Leer 26.09. |
| | 10,96-4,06-o.L.-41,50 | | |
| 1.362 | Lichtenwald, Regina | 96 SV Warsingsfehn | Leer 26.09. |
| | 12,24-3,97-1,13-25,00 | | |

1.354 Schudak, Svenja 96 TV Norden Leer 26.09.
12,03-3,55-1,13-27,50

Blockwettk. S/S

2.061 Schröder, Andrea 96 TV Norden Leer 16.05.
11,1-12,0-3,77-1,40-31,00

1.988 Brendel, Aiske 96 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
11,7-12,2-4,11-1,28-33,50

1.941 Russell, Miriam 96 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
11,0-13,5-4,05-1,36-25,50

1.717 Lichtenwald, Regina 96 SV Warsingsfehn Leer 16.05.
12,2-12,3-3,70-1,20-22,00

1.706 Grunke, Tessa 96 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
11,7-13,5-3,58-1,28-20,00

1.506 Albers, Wiebke 96 SV Warsingsfehn Leer 16.05.
12,8-14,0-3,29-1,20-19,50

Blockwettk. L

2.051 Gastmann, Laura 96 LAC Emden/Aurich Leer 16.05.
10,7-12,3-4,09-24,50-2:42,4

1.830 Okken, Lea 96 TV Norden Leer 16.05.
11,5-13,8-3,75-22,50-2:45,1

Blockwettk. W

2.210 Könemann, Hilke 96 VfL Germania Leer Leer 16.05.
10,6-10,8-4,46-8,04-21,36

1.692 Gummels, Maren 96 TV Norden Leer 16.05.
11,5-13,1-3,78-5,65-13,67

Schülerinnen A

4 x 100 m Staffel

53,5 Emdr Laufgemeinschaft Aurich 29.05.

53,84 TV Norden Werlte 19.09.
Lützen, D. 94; Engeler, M. 95; Bieler, S. 95; Peters, A. 95

55,17 SV Warsingsfehn Papenburg 13.06.
Meyer, R. 94; Reich, M. 95; Tautz, S. 95; Peters, A. 94

55,43 LAC Emden/Aurich Wilhelmshaven 09.05.
Kaun, M. 94; Bödeker, H. 95; Lorke, . 95; V.d.Knesebeck, . 94

59,8 Fortuna Wirdum Moorhusen 18.09.
Wohlberg, . 94; Gerken, C. 95; Reinwaldt, J. 95; Neupert, . 96

Vierkampf
Mannschaft

8.964 TV Norden Bremen 06.09.
Gerken, A. 94 -1.827; Lützen, D. 94 -1.773
Bieler, S. 95 -1.827; Kruse, K. 95 -1.806
Engeler, M. 95 -1.731

DSMM Gruppe 2

| | | | |
|-------|------------------|--|----------------------|
| 7.531 | TV Norden | | Werlte 19.09. |
| 7.367 | LAC Emden/Aurich | | Wilhelmshaven 09.05. |

DSMM Gruppe 4

| | | | |
|-------|----------------|--|------------------|
| 3.306 | Fortuna Wirdum | | Moorhusen 18.09. |
|-------|----------------|--|------------------|

Schülerinnen W 14

100 m Lauf

| | | | |
|------------|----------------------|---------------------------|------------------|
| 13,63 | Theessen, Daniela | 96 SV Georgsheil | Leer 05.09. |
| 13,84 +0,0 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Werlte 19.09. |
| 13,88 +0,0 | Reich, Mareike | 95 SV Warsingsfehn | Papenburg 13.06. |
| 14,16 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 14,0 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 14,0 | De Freese, Franziska | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 14,27 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 26.09. |
| 14,44 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 14,2 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 14,65 | Amelsberg, Hanne | 96 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 25.09. |

300 m Lauf

| | | | |
|-------|--------------|---------------------------|-------------|
| 47,47 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Leer 05.09. |
|-------|--------------|---------------------------|-------------|

800 m Lauf

| | | | |
|---------|-----------------|---------------------------|----------------------|
| 2:32,60 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 13.06. |
| 2:35,9 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Aurich 19.06. |
| 2:41,47 | Bödeker, Hilke | 95 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 2:49,58 | Duin, Julia | 95 SV Holtland | Leer 05.09. |
| 2:51,77 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Werlte 19.09. |
| 3:05,3 | Meyer, Tomke | 95 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 3:14,24 | Heuermann, Dara | 95 SV Holtland | Leer 05.09. |

2000 m Lauf

| | | | |
|---------|--------------|---------------------------|---------------------|
| 7:44,9 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Warsingsfehn 04.08. |
| 7:51,82 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 13.09. |
| 8:01,7 | Duin, Julia | 95 SV Holtland | Warsingsfehn 04.08. |

5 km Lauf

| | | | |
|-------|-------------------|-------------------|------------------|
| 25:05 | Gerk, Julia | 95 TuRa Marienhaf | Marienhaf 14.08. |
| 29:39 | Folpts, Sabrina | 95 Fortuna Wirdum | Marienhaf 13.04. |
| 30:06 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Marienhaf 13.04. |
| 30:47 | Rosenbohm, Eileen | 95 MTV Aurich | Aurich 21.08. |

80 m Hürden 0.762m

| | | | |
|-------|----------------|--------------------|---------------|
| 14,26 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 05.09. |
| 14,1 | Reich, Mareike | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 14,43 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Werlte 19.09. |

| | | | |
|------|----------------------|--------------------|---------------|
| 15,3 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| 15,4 | De Freese, Franziska | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 15,9 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| 18,0 | Freerks, Sarah | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |

300 m Hürden 0.762m

| | | | |
|-------|-------------|----------------|------------------|
| 52,37 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Papenburg 28.08. |
| 59,84 | Duin, Julia | 95 SV Holtland | Papenburg 28.08. |

Hochsprung

| | | | |
|------|----------------------|---------------------------|------------------|
| 1,49 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 05.09. |
| 1,47 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Aurich 02.05. |
| 1,46 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| 1,43 | Bödeker, Hilke | 95 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| 1,43 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1,38 | Reich, Mareike | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 1,36 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 1,35 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 25.09. |
| 1,34 | De Freese, Franziska | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 1,34 | Neumann, Ella | 95 TV Norden | Werlte 19.09. |

Weitsprung

| | | | |
|-----------|----------------------|---------------------|----------------------|
| 4,63 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Marienhaf 16.06. |
| 4,60 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Aurich 29.05. |
| 4,52 +0,0 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 4,46 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 25.04. |
| 4,36 | De Freese, Franziska | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| 4,36 | Freerks, Sarah | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 4,29 | Bödeker, Hilke | 95 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 4,22 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 4,16 | Reich, Mareike | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 3,96 | Reinwaldt, Janique | 95 Fortuna Wirdum | Aurich 29.05. |

Kugelstoss 3 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|----------------------|
| 10,38 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 9,85 | Neumann, Ella | 95 TV Norden | Aurich 05.05. |
| 9,52 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 8,80 | Gerken, Catrin | 95 Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 25.04. |
| 8,54 | Reinwaldt, Janique | 95 Fortuna Wirdum | Aurich 29.05. |
| 7,65 | Lengerhuis, Svenja | 95 TuS Norderney | Aurich 05.05. |
| 6,96 | Behrends, Jessika | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 6,94 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 6,71 | Schulzek, Helke | 96 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 6,66 | Janssen, Tomke | 95 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |

| | | | |
|------|--------------|----------------|---------------|
| 6,58 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 26.09. |
| 6,48 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |

Diskuswurf 1 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|------------------|
| 29,52 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Wirdum 03.10. |
| 19,82 | Neumann, Ella | 95 TV Norden | Aurich 29.05. |
| 18,59 | Gerken, Catrin | 95 Fortuna Wirdum | Papenburg 13.09. |
| 17,76 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 17,19 | Reinwaldt, Janique | 95 Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10. |
| 14,62 | Janssen, Tomke | 95 LAC Emden/Aurich | Aurich 17.04. |

Speerwurf 600 g

| | | | |
|-------|----------------------|--------------------|------------------|
| 32,23 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Papenburg 13.06. |
| 27,11 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| 25,66 | Neumann, Ella | 95 TV Norden | Aurich 29.05. |
| 21,61 | Reich, Mareike | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 19,63 | De Freese, Franziska | 95 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 19,10 | Lengerhuis, Svenja | 95 TuS Norderney | Aurich 05.05. |
| 18,23 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| 11,92 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Leer 16.05. |

Ballwurf 200g

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------------|----------------------|
| 50,50 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Werlte 19.09. |
| 44,00 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Aurich 17.04. |
| 41,50 | Neumann, Ella | 95 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 34,00 | Reinwaldt, Janique | 95 Fortuna Wirdum | Aurich 17.04. |
| 34,00 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 25.04. |
| 32,00 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 30,00 | Peterssen, Meemke | 97 TV Norden | Wilhelmshaven 19.05. |
| 29,00 | Heuermann, Dana | 95 SV Holtland | Leer 25.04. |
| 25,50 | Martinovic, Paula | 95 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| 20,00 | Folpts, Sabrina | 95 Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------------|---------------|
| 1.366 | Knust, Insa | 95 SV Holtland | Leer 25.04. |
| | 14,1-4,46-34,00 | | |
| 1.275 | Eden, Angela | 95 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| | 14,2-3,90-32,00 | | |
| 1.167 | Martinovic, Paula | 95 TSV Langeoog | Leer 25.04. |
| | 14,9-3,89-25,50 | | |
| 1.007 | Heuermann, Dana | 95 SV Holtland | Leer 25.04. |
| | 16,4-3,10-29,00 | | |
| 736 | Sigl, Marlies | 95 MTV Aurich | Aurich 18.09. |
| | 15,4-3,50-o.L. | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|----------------------|--------------|---------------|
| 1.827 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| | 14,35-4,22-1,40-9,97 | | |
| 1.806 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| | 14,44-4,47-1,36-9,52 | | |
| 1.731 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| | 14,02-4,52-1,36-6,94 | | |
| 1.694 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Bremen 06.09. |
| | 14,16-4,27-1,40-6,48 | | |
| 1.406 | Neumann, Ella | 95 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 17,13-3,42-1,23-8,94 | | |

Blockwettk. S/S

| | | | |
|-------|---------------------------|--------------------|-------------|
| 2.241 | Kruse, Katharina | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 14,5-15,9-4,45-1,46-27,11 | | |
| 2.132 | Reich, Mareike | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| | 14,4-14,1-3,91-1,38-19,01 | | |
| 2.085 | De Freese, Franziska | 95 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| | 14,7-15,4-4,36-1,34-19,38 | | |
| 2.078 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 14,4-14,3-4,08-1,42-11,92 | | |
| 2.047 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 14,4-15,3-4,16-1,30-18,23 | | |

Schülerinnen W 15

| | | | |
|------------|-----------------------|---------------------------|----------------------|
| 100 m Lauf | | | |
| 13,3 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Aurich 29.05. |
| 13,3 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 13,59 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 13,4 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Aurich 29.05. |
| 13,4 | von dem Kneseb, Lea | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 13,82 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 13,8 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 14,1 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 14,37 | Peters, Anna-Lena | 94 SV Warsingsfehn | Papenburg 25.09. |
| 14,52 +0,0 | Wohlberg, Janne | 94 Fortuna Wirdum | Leer 05.09. |

300 m Lauf

| | | | |
|-------|---------------|---------------------------|------------------|
| 43,67 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Bremen 20.05. |
| 45,31 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 14.06. |

800 m Lauf

| | | | |
|---------|-----------------------|---------------------------|------------------|
| 2:17,70 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Zeven 31.05. |
| 2:37,9 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Aurich 29.05. |
| 2:39,1 | Richter-Rose, Farina | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 29.05. |
| 2:45,0 | Klün, Kea | 94 VfL Germania Leer | Aurich 29.05. |
| 2:57,28 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 26.04. |
| 2:58,21 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 26.04. |

2000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|---------------------------|------------------|
| 6:57,68 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 14.06. |
| 8:25,13 | Schmidt, Aylin | 94 Lauf-Gem. Ostfriesland | Leer 05.09. |
| 8:30,4 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 16.05. |

3000 m Lauf

| | | | |
|----------|---------------|---------------------------|---------------|
| 11:21,90 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Bremen 26.04. |
|----------|---------------|---------------------------|---------------|

5 km Lauf

| | | | |
|-------|----------------|---------------------------|---------------|
| 19:21 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Ofen 03.10. |
| 22:51 | Schmidt, Aylin | 94 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 21.08. |

80 m Hürden 0.762m

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------|------------------|
| 12,6 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 13,6 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Leer 16.05. |
| 13,91 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |
| 14,15 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| 14,68 | Spieker, Lara | 94 LG Uplengen | Papenburg 25.09. |
| 14,9 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 16.05. |

300 m Hürden 0.762m

| | | | |
|-------|---------------|---------------------------|-------------------|
| 52,47 | Nikoleit, Pia | 94 Emder Laufgemeinschaft | Salzgitter 29.08. |
|-------|---------------|---------------------------|-------------------|

Hochsprung

| | | | |
|------|-----------------------|---------------------------|-------------------|
| 1,59 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 13.09. |
| 1,51 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Leer 26.09. |
| 1,47 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 1,43 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Aurich 29.05. |
| 1,38 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 1,38 | Von dem Kneseb, Lea | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 1,36 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 1,35 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 1,35 | Wohlberg, Janne | 94 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 1,35 | Post, Anna-Lena | 94 LG Uplengen | Papenburg 25.09. |

Weitsprung

| | | | |
|-----------|-----------------------|---------------------------|----------------------|
| 5,26 +1,1 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Delmenhorst 31.07. |
| 4,88 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 16.05. |
| 4,82 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| 4,57 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Bremen 06.09. |
| 4,56 | Von dem Kneseb, Lea | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 4,55 | Peters, Anna-Lena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 4,39 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 05.09. |
| 4,33 | Wohlberg, Janne | 94 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 4,16 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 4,09 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 02.05. |
| 3,58 | Geuken, Jana | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |

Dreisprung

| | | | |
|-----------|-----------------------|---------------------------|-------------------|
| 9,83 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Papenburg 25.09. |
| 9,77 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Marienhafe 16.06. |
| 9,54 +0,0 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 28.08. |
| 8,55 | Engeler, Miriam | 95 TV Norden | Marienhafe 16.06. |
| 8,48 | Peters, Anne | 95 TV Norden | Marienhafe 16.06. |
| 8,22 | Bieler, Sarah | 95 TV Norden | Marienhafe 16.06. |

Kugelstoss 3 kg

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------|-------------------|
| 11,46 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 9,50 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 05.05. |
| 9,23 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 26.09. |
| 8,16 | Dirks, Nina | 94 SV Holtland | Holtland 12.09. |
| 6,96 | Wohlberg, Janne | 94 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 6,94 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 6,64 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Leer 26.09. |

Diskuswurf 1 kg

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------|------------------|
| 28,95 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 13.09. |
| 26,03 | Peters, Anna-Lena | 94 SV Warsingsfehn | Holtland 12.09. |
| 20,44 | Dirks, Nina | 94 SV Holtland | Holtland 12.09. |

Hammerwurf 3 kg

| | | | |
|-------|-------------|----------------|-------------------|
| 51,05 | Dirks, Nina | 94 SV Holtland | Salzgitter 30.08. |
|-------|-------------|----------------|-------------------|

Speerwurf 600 g

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------|------------------|
| 28,03 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Papenburg 25.09. |
| 24,19 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Papenburg 25.09. |
| 24,17 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| 24,00 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Papenburg 13.09. |
| 23,97 | Peters, Anna-Lena | 94 SV Warsingsfehn | Papenburg 25.09. |

Ballwurf 200g

| | | | |
|-------|----------------------|---------------------------|----------------------|
| 41,00 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |
| 37,00 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 35,50 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| 31,00 | Peters, Anna-Lena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 29,00 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 16.05. |
| 27,00 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| 25,00 | Geuken, Jana | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| 24,50 | Richter-Rose, Farina | 94 LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 09.05. |

Dreikampf

| | | | |
|-------|-------------------|---------------------------|---------------|
| 1.368 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| | 14,1-4,27-37,00 | | |
| 1.365 | Iken, Jana | 94 Emder Laufgemeinschaft | Leer 25.04. |
| | 13,8-4,80-27,00 | | |
| 1.335 | Peters, Anna-Lena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| | 14,3-4,55-31,00 | | |
| 1.293 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| | 13,9-3,62-35,50 | | |
| 1.022 | Geuken, Jana | 94 SV Warsingsfehn | Leer 25.04. |
| | 16,6-3,58-25,00 | | |

Vierkampf

| | | | |
|-------|----------------------------|---------------------|------------------|
| 1.919 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| | 14,07(-2.9)-4,82-1,44-9,42 | | |
| 1.837 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 13,84-4,49-1,35-9,23 | | |
| 1.823 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Leer 26.09. |
| | 13,84-4,52-1,51-6,64 | | |
| 1.712 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04. |
| | 14,97-4,12-1,26-10,70 | | |
| 1.615 | Kaun, Marlitt | 94 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.09. |
| | 13,9-3,62-1,36-6,94 | | |

Siebenkampf

| | | | |
|-------|-----------------------------------|---------------------|----------------------------|
| 3.231 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04/ 26.04. |
| | 13,42(+0.4)-1,44-9,42-14,07(-2.8) | | |
| | 4,82(+0.0)-22,33-2:58,21 | | |
| 3.026 | Oortgiese, Marian | 94 LAC Emden/Aurich | Osnabrück 25.04/ 26.04. |
| | 14,15-1,26-10,70-14,97 | | |
| | 4,12-26,19-2:57,28 | | |

Blockwettk. S/S

| | | | |
|-------|---------------------------|---------------------|-------------|
| 2.495 | Schirrmann, Katharina | 94 LAC Emden/Aurich | Leer 16.05. |
| | 13,4-12,6-4,76-1,46-24,17 | | |
| 2.354 | Lützen, Dinah Kathar | 94 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 13,5-13,6-4,39-1,42-23,29 | | |

| | | | |
|---------------|-----------------------------|----------------------|---------------------|
| 2.230 | Meyer, Rena | 94 SV Warsingsfehn | Leer 16.05. |
| | 14,3-14,1-4,21-1,42-21,78 | | |
| Blockwettk. L | | | |
| 2.181 | Gerken, Alena | 94 TV Norden | Leer 16.05. |
| | 14,1-14,9-4,88-29,00-8:30,4 | | |
| Senioren M 30 | | | |
| 100 m Lauf | | | |
| 12,7 | Janssen, Sven | 79 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 14,2 +2,8 | Fleetjer, Gerhard | 75 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 14,3 -2,8 | Peters, Holger | 75 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 400 m Lauf | | | |
| 58,16 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 58,7 | Peters, Holger | 75 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 71,9 | Fleetjer, Gerhard | 75 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 800 m Lauf | | | |
| 2:14,07 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 2:24,4 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Moorhusen 24.06. |
| 2:39,4 | Zeeden, Bernd | 77 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 1500 m Lauf | | | |
| 4:20,57 | Waschkau, Jan | 77 VfL Germania Leer | Köln 24.05. |
| 3000 m Lauf | | | |
| 10:16,8 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Aurich 07.08. |
| 5000 m Lauf | | | |
| 17:52,7 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Aurich 19.06. |
| 18:59,3 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Aurich 19.06. |
| 24:53,4 | Zeeden, Bernd | 77 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 10.000 m Lauf | | | |
| 37:22,3 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Warsingsfehn 04.08. |
| 38:20,7 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Aurich 25.04. |
| 10 km Lauf | | | |
| 34:17 | Waschkau, Jan | 77 VfL Germania Leer | Emden 06.06. |
| 37:02 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Norden 18.04. |
| 37:55 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Oldenburg 15.03. |
| 42:41 | Müller, Thorsten | 76 TG Wiesmoor | Norden 18.04. |

| | | | |
|-------------------|---|---------------------------|-------------------|
| Halbmarathonlauf | | | |
| 1:15:23 | Tammen, Marco | 75 SV Teutonia Stapelmoor | Zeven 04.10. |
| 1:19:07 | Sibum, Norbert | 75 TV Norden | Marienhafe 14.08. |
| 1:20:55 | De Jonge, Stefan | 76 TuS Weene | Marienhafe 14.08. |
| 1:23:19 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Dunum 28.03. |
| Marathonlauf | | | |
| 3:15:36 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Münster 13.09. |
| 4 x 100 m Staffel | | | |
| 51,5 | Fortuna Wirdum | | Aurich 28.06. |
| | Giesselmann, B. 68; Fleetjer, G. 75; Janssen, . 79; Rausch, M. 65 | | |
| Hochsprung | | | |
| 1,43 | Fleetjer, Gerhard | 75 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| Weitsprung | | | |
| 5,54 +1,7 | Janssen, Sven | 79 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 4,91 +0,0 | Wolf, Marko | 76 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 4,58 +1,4 | Peters, Holger | 75 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 4,49 +1,6 | Fleetjer, Gerhard | 75 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 4,38 +1,6 | Fengkohl, Frank | 75 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| Kugelstoss 7.26kg | | | |
| 11,99 | Pfingsten, Patrick | 78 TV Norden | Köln 24.05. |
| Diskuswurf 2 kg | | | |
| 36,93 | Pfingsten, Patrick | 78 TV Norden | Köln 24.05. |
| Speerwurf 800 g | | | |
| 28,70 | Peters, Holger | 75 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| DAMM Gruppe A | | | |
| 7.986 | Fortuna Wirdum | | Emden 20.09. |
| Seniorinnen W 30 | | | |
| 10 km Lauf | | | |
| 39:43 | Lüken, Kerstin | 76 Emden Laufgemeinschaft | Hamburg 06.09. |
| 41:53 | Hoogestraat, Sonja | 76 LG Harlingerland | Garrel 19.09. |

Halbmarathonlauf

1:24:21 Lücken, Kerstin 76 Emder Laufgemeinschaft Zeven 04.10.
 1:52:37 Janssen, Inke 76 TuS Aurich Ost Dunum 28.03.

Senioren M 35

100 m Lauf

13,0 +0,1 Grunke, Joachim 70 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.
 14,2 Alberts-Tammen, Friso 72 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.

200 m Lauf

27,7 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Lingen 15.08.

800 m Lauf

2:31,45 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Celle 20.09.

1500 m Lauf

4:31,72 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Köln 24.05.

1 Meile

5:08,2 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Emden 23.08.
 5:17,9 Krawietz, Leander 71 Emder Laufgemeinschaft Emden 23.08.
 5:37,5 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Emden 23.08.
 5:40,9 Pelleter, Timo 70 Emder Laufgemeinschaft Emden 23.08.

3000 m Lauf

10:51,4 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Aurich 07.08.

5000 m Lauf

16:17,08 Grigat, Holger 73 VfL Germania Leer Wilhelmshaven 20.06.
 17:09,7 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Aurich 19.06.
 17:20,72 Steinke, Peter 70 VfL Germania Leer Köln 24.05.
 19:04,03 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Celle 20.09.

10.000 m Lauf

34:38,12 Grigat, Holger 73 VfL Germania Leer Bremen 02.05.
 39:39,0 Grest, Jens-Peter 71 SV Warsingsfehn Warsingsfehn 04.08.

1 Stunde Lauf

15.715 Krawietz, Leander 71 Emder Laufgemeinschaft Emden 01.11.
 14.560 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Emden 01.11.

10 km Lauf

34:00 Grigat, Holger 73 VfL Germania Leer Emlichheim 29.05.
 34:50 Steinke, Peter 70 VfL Germania Leer Lemwerder 22.03.
 36:43 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Ofen 03.10.
 36:47 Willms, Wilko 73 LG Harlingerland Hamburg 06.09.
 36:48 Krawietz, Leander 71 Emder Laufgemeinschaft Aurich 21.08.
 38:51 Schröder, Frank 70 Emder Laufgemeinschaft Aurich 21.08.

Halbmarathonlauf

1:26:20 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Dunum 28.03.
 1:26:25 Janssen, Heinz-Dieter 71 TSV Friesenstolz Riepe Marienhafte 14.08.
 1:27:38 Wilts, Martin 72 Lauf-Gem. Ostfriesland Marienhafte 14.08.
 1:29:42 Schröder, Frank 70 Emder Laufgemeinschaft Marienhafte 14.08.
 1:33:07 Bartsch, Frank 72 Emder Laufgemeinschaft Dunum 28.03.

Marathonlauf

2:37:19 Grigat, Holger 73 VfL Germania Leer Frankfurt 25.10.
 3:02:03 Sigl, Holger 70 LAC Emden/Aurich Münster 13.09.
 3:11:45 Wilts, Martin 72 Lauf-Gem. Ostfriesland Bremen 04.10.

Hochsprung

1,60 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Celle 20.09.

Weitsprung

5,30 +1,5 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Aurich 28.06.
 5,18 +0,0 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Lingen 15.08.

Kugelstoss 7.26kg

12,15 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Alfeld 11.07.
 8,87 Gembler, Kai 74 Fortuna Wirdum Emden 20.09.
 8,74 Sassen, Heino 73 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Diskuswurf 2 kg

40,30 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Meppen 16.08.
 28,48 Gembler, Kai 74 Fortuna Wirdum Emden 20.09.
 22,86 Sassen, Heino 73 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Hammerwurf 7.26kg

43,92 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Bremen 25.07.

Speerwurf 800 g

45,19 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Alfeld 11.07.
 32,83 Klus-Brauner, Michael 71 VfL Germania Leer Lingen 15.08.

Gewichtswurf

12,58 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Aurich 18.07.

Werfer-Fünfkampf

2.914 Arjes, Michael 71 LAC Emden/Aurich Aurich 18.07.
11,79-39,43-43,03-44,52-12,58

Seniorinnen W 35

10 km Lauf

42:48 Romberg, Petra 70 LAC Emden/Aurich Nordhorn 12.09.
43:54 Lübben, Astrid 71 Lauf-Gem. Ostfriesland Garrel 19.09.
46:20 Janssen, Michaela 74 Fortuna Logabirum Ofen 03.10.
46:59 Buurman, Astrid 74 Emder Laufgemeinschaft Emden 06.06.
48:01 Meier, Heide 71 Fortuna Wirdum Marienhafe 13.04.
49:25 Saathoff, Claudia 70 TuS Aurich Ost Aurich 21.08.
49:36 Goos, Anja 72 Emder Laufgemeinschaft Norden 18.04.
49:57 Reinert, Eva-Maria 70 TSV Langeoog Lingen 13.06.

Halbmarathonlauf

1:41:36 Siemsen, Solke 70 TuS Aurich Ost Dunum 28.03.
1:45:01 Smid, Pascale 70 TuS Aurich Ost Dunum 28.03.
1:45:43 Buurman, Astrid 74 Emder Laufgemeinschaft Dunum 28.03.
1:57:50 Huismann, Anke 74 TV Norden Dunum 28.03.

Senioren M 40

100 m Lauf

12,3 -0,3 Alberts-Tammen, Udo 68 Fortuna Wirdum Emden 20.09.
13,3 Hillers, Detlef 69 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

400 m Lauf

69,3 Rausch, Martin 65 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.

800 m Lauf

2:24,7 Vlaardingerbro, Kurt 68 Lauf-Gem. Ostfriesland Moorhusen 24.06.

3000 m Lauf

10:21,9 Vlaardingerbro, Kurt 68 Lauf-Gem. Ostfriesland Moorhusen 24.06.
10:53,5 Laufenberg, Josef 65 TuS Aurich Ost Aurich 07.08.

5000 m Lauf

19:54,4 Zimmermann, Michael 66 TV Friedeburg Aurich 19.06.
20:41,5 Henning, Peter 68 LAC Emden/Aurich Aurich 19.06.
21:35,0 Rausch, Martin 65 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.

10.000 m Lauf

36:44,6 Taube, Ralf 69 VfL Germania Leer Warsingsfehn 04.08.
37:02,0 Vlaardingerbro, Kurt 68 Lauf-Gem. Ostfriesland Warsingsfehn 04.08.
39:50,0 Busse, Peter 65 Emder Laufgemeinschaft Emden 01.11.
41:11,2 Trebesch, Volker 65 TuS Aurich Ost Aurich 25.04.

1 Stunde Lauf

14.975 Busse, Peter 65 Emder Laufgemeinschaft Emden 01.11.

10 km Lauf

32:31 Groenhagen, Achim 68 LG Harlingerland Oldenburg 18.10.
34:39 Menne, Jörn 68 LG Harlingerland Lingen 13.06.
36:34 Busse, Peter 65 Emder Laufgemeinschaft Hamburg 06.09.
36:36 Vlaardingerbro, Kurt 68 Lauf-Gem. Ostfriesland Lemwerder 22.03.
37:21 Bienow, Ralf 66 VfL Germania Leer Emden 06.06.
37:39 Weinberg, Dieter 68 LG Harlingerland Marienhafe 13.04.
37:55 Tuitjer, Berthold 69 Emder Laufgemeinschaft Aurich 21.08.
38:18 Ibeling, Fred 66 Lauf-Gem. Ostfriesland Lemwerder 22.03.
38:36 Schmedding, Dominik 66 Emder Laufgemeinschaft Aurich 21.08.
39:03 Taube, Ralf 69 VfL Germania Leer Emden 06.06.

10 km Lauf

Mannschaft

1:51:48 Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Lemwerder 22.03.
Vlaardingerbro, K. 68 -36:36; Sanders, A. 61 -36:54
Ibeling, F. 66 -38:18
1:52:08 Emder Laufgemeinschaft Aurich 21.08.
Jürrens, H. 57 -36:58; Busse, P. 65 -37:15
Tuitjer, B. 69 -37:55

Halbmarathonlauf

1:12:08 Groenhagen, Achim 68 LG Harlingerland Oldenburg 01.11.
1:20:17 Vlaardingerbro, Kurt 68 Lauf-Gem. Ostfriesland Dunum 28.03.
1:25:03 Weidanz, Peter 69 TV Norden Dunum 28.03.
1:25:41 Neitemeier, Ralf 69 TuS Aurich Ost Cuxhaven 05.04.
1:28:35 Siebelts, Arnd 67 TV Norden Dunum 28.03.
1:28:54 Reents, Ralf 69 LG Harlingerland Dunum 28.03.

Halbmarathonlauf

Mannschaft

4:14:54 Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Dunum 28.03.
Vlaardingerbro, K. 68 -1:20:17; Sanders, A. 61 -1:20:59
Romaneessen, H. 66 -1:33:38

Marathonlauf

2:57:12 Neitemeier, Ralf 69 TuS Aurich Ost Frankfurt 25.10.
2:59:24 Schmedding, Dominik 66 Emder Laufgemeinschaft Enschede/NED 26.04.
3:04:54 Busse, Peter 65 Emder Laufgemeinschaft Frankfurt 25.10.
3:11:11 Siebelts, Arnd 67 TV Norden Hamburg 26.04.
3:19:21 Tuitjer, Berthold 69 Emder Laufgemeinschaft Enschede/NED 26.04.
3:44:05 Wilken, Gerold 67 Emder Laufgemeinschaft Löningen 27.06.
3:44:18 Jürgens, Reiner 66 Emder Laufgemeinschaft Löningen 27.06.

4 x 100 m Staffel

55,1 Fortuna Wirdum Emden 20.09.
Hillers, . 69; De Boer, . 61; Rausch, M. 65; Alberts-Tammen, U. 68

Hochsprung

1,75 Giesselmann, Bernd 68 Fortuna Wirdum Delmenhorst 17.05.
1,50 Alberts-Tammen, Udo 68 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Weitsprung

5,53 +1,3 Giesselmann, Bernd 68 Fortuna Wirdum Emden 20.09.
4,97 +1,4 Janssen, Stephan 67 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.
4,81 +0,0 Hillers, Detlef 69 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Kugelstoss 7.26kg

12,34 Zander, Robert 68 TV Norden Köln 24.05.
11,12 Giesselmann, Bernd 68 Fortuna Wirdum Wirdum 04.04.
9,46 Janssen, Stephan 67 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.
9,39 Hillers, Detlef 69 Fortuna Wirdum Emden 20.09.
9,33 Rausch, Martin 65 Fortuna Wirdum Marienhafte 16.06.

Diskuswurf 2 kg

31,21 Janssen, Stephan 67 Fortuna Wirdum Aurich 28.06.
31,09 Giesselmann, Bernd 68 Fortuna Wirdum Wirdum 04.04.
30,51 Eilers, Ralf 65 TV Norden Wirdum 03.10.
26,25 Rausch, Martin 65 Fortuna Wirdum Marienhafte 16.06.

Hammerwurf 7.26kg

27,76 Giesselmann, Bernd 68 Fortuna Wirdum Wirdum 04.04.
19,11 Rausch, Martin 65 Fortuna Wirdum Marienhafte 16.06.

Speerwurf 800 g

47,92 Zander, Robert 68 TV Norden Köln 24.05.
34,41 Rausch, Martin 65 Fortuna Wirdum Marienhafte 16.06.

DAMM Gruppe A

6.981 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Seniorinnen W 40

100 m Lauf

18,0 Gerken, Regina 65 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

800 m Lauf

3:21,6 Gerken, Regina 65 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

3000 m Lauf

13:43,0 Fulfs, Juliane 67 Lauf-Gem. Ostfriesland Aurich 07.08.

5000 m Lauf

23:17,1 Fulfs, Juliane 67 Lauf-Gem. Ostfriesland Aurich 19.06.

10 km Lauf

44:28 Hellmers, Susanne 66 TV Norden Schortens 28.10.
44:36 Maaß, Almuth 66 Lauf-Gem. Ostfriesland Marienhafte 14.08.
45:20 Gronewold, Elke 67 TV Norden Lemwerder 22.03.
47:25 Folkerts, Ingrid 66 FTC Hollen Emden 06.06.
47:42 Neemann, Janette 67 LAC Emden/Aurich Aurich 21.08.

10 km Lauf

Mannschaft

2:12:04 TV Norden Lemwerder 22.03.
Klostermann, W. 60 -41:38; Hellmers, S. 66 -45:06
Gronewold, E. 67 -45:20

Halbmarathonlauf

1:46:17 Jünke, Heike 65 LG Uplengen Oldenburg 01.11.

Marathonlauf

4:30:28 Wagner, Irene 66 Emdr Laufgemeinschaft Berlin 20.09.

DAMM Gruppe A

3.575 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Senioren M 45

100 m Lauf

15,3 De Boer, Jürgen 61 Fortuna Wirdum Moorhusen 24.06.

10.000 m Lauf

37:25,6 Sanders, Anton 61 Lauf-Gem. Ostfriesland Warsingsfehn 04.08.
39:26,1 Paul, Matthias 61 Lauf-Gem. Ostfriesland Warsingsfehn 04.08.
39:53,5 Schmedding, Christoph 63 TuS Weene Warsingsfehn 04.08.
40:54,4 Schmidt, Jürgen 63 TuS Detern Warsingsfehn 04.08.

1 Stunde Lauf

14.190 Hallmann, Hermann 62 Emdr Laufgemeinschaft Emden 01.11.
14.060 Becker, Axel 60 Emdr Laufgemeinschaft Emden 01.11.

10 km Lauf

| | | | |
|-------|-----------------------|---------------------------|-------------------|
| 36:54 | Sanders, Anton | 61 Lauf-Gem. Ostfriesland | Lemwerder 22.03. |
| 38:49 | Schmedding, Christoph | 63 TuS Weene | Marienhafe 13.04. |
| 39:43 | Hüls, Uwe | 63 TV Norden | Emden 06.06. |
| 39:45 | Paul, Matthias | 61 Lauf-Gem. Ostfriesland | Marienhafe 13.04. |
| 41:35 | Hallmann, Hermann | 62 Emdr Laufgemeinschaft | Emden 06.06. |
| 41:55 | Poguntke, Martin | 63 TV Norden | Marienhafe 13.04. |

Halbmarathonlauf

| | | | |
|---------|-----------------------|---------------------------|----------------|
| 1:20:59 | Sanders, Anton | 61 Lauf-Gem. Ostfriesland | Dunum 28.03. |
| 1:24:18 | Schmedding, Christoph | 63 TuS Weene | Zeven 04.10. |
| 1:25:27 | Hüls, Uwe | 63 TV Norden | Dunum 28.03. |
| 1:27:11 | Poguntke, Martin | 63 TV Norden | Dunum 28.03. |
| 1:28:09 | Lammers, Joachim | 60 TG Wiesmoor | Löninge 27.06. |

Marathonlauf

| | | | |
|---------|-----------------------|--------------------------|------------------|
| 3:06:25 | Rühle, Andreas | 62 LG Uplengen | Bremen 04.10. |
| 3:10:04 | Poguntke, Martin | 63 TV Norden | Münster 13.09. |
| 3:14:24 | Klüver, Dr. Gerhard | 60 Emdr Laufgemeinschaft | Leipzig 19.04. |
| 3:22:10 | Schmedding, Christoph | 63 TuS Weene | Frankfurt 25.10. |
| 3:37:45 | Hallmann, Hermann | 62 Emdr Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |

Hochsprung

| | | | |
|------|-----------------|-------------------|-------------------|
| 1,35 | Fengkohl, Frank | 60 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
| 1,25 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |

Weitsprung

| | | | |
|------|-----------------|-------------------|-------------------|
| 4,05 | Fengkohl, Frank | 60 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
|------|-----------------|-------------------|-------------------|

Kugelstoss 7.26kg

| | | | |
|------|-----------------|-------------------|-------------------|
| 9,96 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Marienhafe 16.06. |
|------|-----------------|-------------------|-------------------|

Diskuswurf 2 kg

| | | | |
|-------|-----------------|---------------------|---------------|
| 26,77 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Wirdum 21.03. |
| 26,59 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Aurich 28.06. |

Hammerwurf 7.26kg

| | | | |
|-------|-----------------|-------------------|---------------|
| 22,51 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10. |
| 19,26 | Kleemann, Karl | 40 TV Norden | Köln 24.05. |

Speerwurf 800 g

| | | | |
|-------|-----------------|-------------------|---------------|
| 14,59 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Aurich 18.07. |
|-------|-----------------|-------------------|---------------|

Gewichtswurf

| | | | |
|------|-----------------|-------------------|---------------|
| 6,62 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Aurich 18.07. |
|------|-----------------|-------------------|---------------|

Werfer-Fünfkampf

| | | | |
|-------|-----------------|-----------------------------|---------------|
| 1.388 | De Boer, Jürgen | 61 Fortuna Wirdum | Aurich 18.07. |
| | | 9,30-25,87-20,81-14,59-6,62 | |

Seniorinnen W 45

| | | | |
|-------------|----------------|-------------------|---------------|
| 5000 m Lauf | | | |
| 25:04,1 | Schmidt, Karin | 60 TuS Aurich Ost | Aurich 19.06. |

10.000 m Lauf

| | | | |
|---------|----------------|-------------------|---------------------|
| 51:24,0 | Schmidt, Karin | 60 TuS Aurich Ost | Warsingsfehn 04.08. |
|---------|----------------|-------------------|---------------------|

10 km Lauf

| | | | |
|-------|-----------------------|--------------------------|-------------------|
| 38:46 | Brinkmann, Eva | 64 VfL Germania Leer | Otterndorf 12.09. |
| 41:22 | Hartmann, Irmgard | 62 TV Norden | Emden 06.06. |
| 41:38 | Klostermann, Waltraud | 60 TV Norden | Lemwerder 22.03. |
| 44:14 | Pilney, Bettina | 62 SV EMS Jemgum | Oldenburg 18.10. |
| 44:55 | Bakker, Marion | 62 Emdr Laufgemeinschaft | Aurich 21.08. |

Halbmarathonlauf

| | | | |
|---------|-----------------------|-------------------|-------------------|
| 1:33:25 | Klostermann, Waltraud | 60 TV Norden | Marienhafe 14.08. |
| 1:49:44 | Hartmann, Irmgard | 62 TV Norden | Marienhafe 14.08. |
| 1:50:09 | Büscher, Maria | 60 TuS Aurich Ost | Dunum 28.03. |
| 1:50:49 | Harms, Monika | 63 TuS Norderney | Oldenburg 01.11. |
| 1:51:57 | Schmidt, Karin | 60 TuS Aurich Ost | Marienhafe 14.08. |

Marathonlauf

| | | | |
|---------|-------------------|--------------------------|---------------|
| 2:59:26 | Brinkmann, Eva | 64 VfL Germania Leer | Bremen 04.10. |
| 4:07:00 | Klüver, Dr. Silke | 63 Emdr Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |

Kugelstoss 4 kg

| | | | |
|------|--------------|-------------------|--------------|
| 7,19 | Georgs, Elke | 59 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
|------|--------------|-------------------|--------------|

Diskuswurf 1 kg

| | | | |
|-------|----------------|-------------------|--------------|
| 16,61 | Georgs, Elke | 59 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 12,68 | Galetzka, Anne | 62 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |

Senioren M 50

| | | | |
|---------------|-----------------------|---------------------------|---------------------|
| 100 m Lauf | | | |
| 13,54 -0,1 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 17.05. |
| 15,2 +1,6 | Janßen, Siegfried | 55 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 800 m Lauf | | | |
| 2:32,6 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 2:33,68 | Eden, Manfred | 59 TuS Eintracht Hinte | Leer 05.09. |
| 2:33,9 | Christians, Borchard | 58 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 2:39,17 | Trebesch, Wolfgang | 57 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 2:46,6 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Aurich 28.06. |
| 1500 m Lauf | | | |
| 5:43,61 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Delmenhorst 26.09. |
| 1 Meile | | | |
| 6:03,6 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Emden 23.08. |
| 3000 m Lauf | | | |
| 10:27,5 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 10:48,2 | Christians, Borchard | 58 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 12:08,3 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Aurich 07.08. |
| 12:26,8 | Janßen, Siegfried | 55 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 5000 m Lauf | | | |
| 18:55,03 | Trebesch, Wolfgang | 57 LAC Emden/Aurich | Celle 20.09. |
| 20:43,33 | Ludwig, Helmut | 58 Lauf-Gem. Ostfriesland | Leer 05.09. |
| 21:12,39 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Delmenhorst 26.09. |
| 10.000 m Lauf | | | |
| 37:10,4 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 37:27,2 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 45:17,6 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Aurich 25.04. |
| 50:38,0 | Winter, Heinrich | 57 TuS Aurich Ost | Aurich 25.04. |
| 51:21,4 | Schmidt, Karl-Heinz | 57 TuS Aurich Ost | Warsingsfehn 04.08. |
| 1 Stunde Lauf | | | |
| 15.910 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Emden 01.11. |
| 12.630 | Szczesny, Karl-Heinz | 56 Fortuna Wirdum | Emden 01.11. |
| 10 km Lauf | | | |
| 36:26 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Garrel 19.09. |
| 36:43 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 21.08. |
| 38:08 | Christians, Borchard | 58 Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 21.08. |
| 38:15 | Speckmann, Karl-Heinz | 57 LAC Emden/Aurich | Aurich 21.08. |
| 38:46 | Trebesch, Wolfgang | 57 LAC Emden/Aurich | Aurich 21.08. |

10 km Lauf
Mannschaft

| | | |
|---------|--|------------------|
| 1:56:27 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland | Lemwerder 22.03. |
| | Ludwig, R. 59 -37:32; Christians, B. 58 -39:00 | |
| | Tjarks, E. 54 -39:55 | |

Halbmarathonlauf

| | | | |
|---------|----------------------|---------------------------|-------------------|
| 1:18:42 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Zeven 04.10. |
| 1:23:57 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Marienhafe 14.08. |
| 1:29:08 | Feldiek, Georg | 56 VfL Germania Leer | Oldenburg 01.11. |
| 1:29:50 | Hoffmann, Karl-Heinz | 58 TSV Hesel | Dunum 28.03. |
| 1:29:54 | Mai, Fridolin | 55 TuS Norderney | Schortens 22.03. |
| 1:31:14 | Eden, Kurt | 58 TV Norden | Dunum 28.03. |

Marathonlauf

| | | | |
|---------|-------------------|---------------------------|---------------------|
| 3:14:58 | Jürrens, Harry | 57 Emder Laufgemeinschaft | Enschede/NED 26.04. |
| 3:16:46 | Ludwig, Reinhard | 59 Lauf-Gem. Ostfriesland | Bremen 04.10. |
| 3:18:26 | Janßen, Siegfried | 55 Lauf-Gem. Ostfriesland | Steinfurt 21.03. |
| 3:29:48 | Frerichs, Manfred | 58 Emder Laufgemeinschaft | Hamburg 26.04. |
| 3:41:30 | Löloff, Andreas | 57 TV Norden | Steinfurt 21.03. |

Hochsprung

| | | | |
|------|------------|---------------------|-----------------|
| 1,48 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Wunstorf 24.05. |
|------|------------|---------------------|-----------------|

Weitsprung

| | | | |
|-----------|------------|---------------------|-----------------|
| 5,04 +0,0 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Wunstorf 24.05. |
|-----------|------------|---------------------|-----------------|

Kugelstoss 6 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|-------------------|
| 10,40 | Klaassen, Wilfried | 56 SV Georgsheil | Papenburg 25.09. |
| 10,25 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Georgsheil 11.07. |

Diskuswurf 1.5 kg

| | | | |
|-------|--------------------|---------------------|------------------|
| 33,16 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Wirdum 03.10. |
| 27,71 | Klaassen, Wilfried | 56 SV Georgsheil | Papenburg 25.09. |

Hammerwurf 6 kg

| | | | |
|-------|------------|---------------------|---------------|
| 27,82 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07. |
|-------|------------|---------------------|---------------|

Speerwurf 700 g

| | | | |
|-------|------------|---------------------|-----------------|
| 44,63 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Wunstorf 24.05. |
|-------|------------|---------------------|-----------------|

Gewichtswurf

| | | | |
|-------|------------|---------------------|---------------|
| 11,36 | Kaun, Ingo | 55 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07. |
|-------|------------|---------------------|---------------|

Werfer-Fünfkampf

2.331 Kaun, Ingo 55 LAC Emden/Aurich Aurich 18.07.
10,12-32,82-27,82-42,19-11,36

Seniorinnen W 50

800 m Lauf

3:43,2 Broer, Heide 57 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

10 km Lauf

48:15 Heien, Elisabeth 58 TuS Esens Aurich 21.08.
49:26 Schulz, Evelyn 57 Emder Laufgemeinschaft Marienhafe 14.08.
49:35 Ringena, Marion 59 Emder Laufgemeinschaft Oldenburg 15.03.
50:23 Kortylack, Gisela 56 Emder Laufgemeinschaft Oldenburg 15.03.

Halbmarathonlauf

1:44:08 Ringena, Marion 59 Emder Laufgemeinschaft Dunum 28.03.
1:47:21 Kortylack, Gisela 56 Emder Laufgemeinschaft Dunum 28.03.
1:52:19 Schulz, Evelyn 57 Emder Laufgemeinschaft Dunum 28.03.

Marathonlauf

3:49:28 Ringena, Marion 59 Emder Laufgemeinschaft Leipzig 19.04.
4:11:10 Schulz, Evelyn 57 Emder Laufgemeinschaft Berlin 20.09.

Weitsprung

3,43 Georgs, Elke 59 Fortuna Wirdum Emden 20.09.

Kugelstoss 3 kg

8,43 Georgs, Elke 59 Fortuna Wirdum Wirdum 04.04.
8,36 Mücher, Lydia 56 SV Georgsheil Georgsheil 11.07.

Diskuswurf 1 kg

19,34 Georgs, Elke 59 Fortuna Wirdum Marienhafe 16.06.

Hammerwurf 3 kg

25,15 Georgs, Elke 59 Fortuna Wirdum Marienhafe 16.06.

Speerwurf 500 g

18,42 Georgs, Elke 59 Fortuna Wirdum Marienhafe 16.06.

Senioren M 55

1 Meile

5:50,5 Tjarks, Eduard 54 Lauf-Gem. Ostfriesland Emden 23.08.
6:35,2 Scholz, Alfred 53 Emder Laufgemeinschaft Emden 23.08.

3000 m Lauf

11:30,2 Tjarks, Eduard 54 Lauf-Gem. Ostfriesland Aurich 07.08.

5000 m Lauf

19:47,72 Tjarks, Eduard 54 Lauf-Gem. Ostfriesland Leer 05.09.
20:42,7 Park, Harm 53 TuS Weene Aurich 19.06.
23:04,8 Siemens, Karl 51 LG Harlingerland Aurich 19.06.

10.000 m Lauf

40:50,4 Tjarks, Eduard 54 Lauf-Gem. Ostfriesland Warsingsfehn 04.08.
41:17,0 Park, Harm 53 TuS Weene Warsingsfehn 04.08.

1 Stunde Lauf

12.010 Scholz, Alfred 53 Emder Laufgemeinschaft Emden 01.11.

10 km Lauf

39:24 Tjarks, Eduard 54 Lauf-Gem. Ostfriesland Emden 06.06.
40:28 Kathmann, Aloys 53 TuS Norderney Norden 18.04.
40:32 Park, Harm 53 TuS Weene Thüle 26.04.
41:56 Koenen, Hermann 50 VfL Germania Leer Barßel 21.08.
42:37 Voss, Hermann 53 Emder Laufgemeinschaft Garrel 19.09.
43:14 Dietz, Ralf 52 Emder Laufgemeinschaft Garrel 19.09.

Halbmarathonlauf

1:27:07 Kathmann, Aloys 53 TuS Norderney Oldenburg 01.11.
1:28:46 Tjarks, Eduard 54 Lauf-Gem. Ostfriesland Dunum 28.03.
1:30:19 Voss, Hermann 53 Emder Laufgemeinschaft Zeven 04.10.
1:30:53 Park, Harm 53 TuS Weene Marienhafe 14.08.
1:32:57 Heise, Kurt 54 TuS Norderney Schortens 22.03.
1:43:25 Buss, Hinrich 54 SV Ochtersum Dunum 28.03.
1:46:05 Kirschke, Helmut 53 Emder Laufgemeinschaft Zeven 04.10.

Kugelstoss 6 kg

11,70 Mücher, Michael 54 SV Georgsheil Georgsheil 11.07.
6,52 Focken, Helmuth 50 SV Holtland Delmenhorst 26.09.

Diskuswurf 1.5 kg

41,46 Mücher, Michael 54 SV Georgsheil Georgsheil 14.10.
14,43 Focken, Helmuth 50 SV Holtland Aurich 18.07.

| | | | |
|------------------|---------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Hammerwurf 6 kg | | | |
| 19,17 | Focken, Helmuth | 50 SV Holtland | Delmenhorst 26.09. |
| Speerwurf 700 g | | | |
| 15,42 | Focken, Helmuth | 50 SV Holtland | Meppen 16.08. |
| Gewichtswurf | | | |
| 8,02 | Focken, Helmuth | 50 SV Holtland | Aurich 18.07. |
| Werfer-Fünfkampf | | | |
| 1.019 | Focken, Helmuth | 50 SV Holtland | Aurich 18.07. |
| | | | 6,28-14,43-17,66-14,28-8,02 |
| Seniorinnen W 55 | | | |
| 100 m Lauf | | | |
| 16,4 | Thiele, Helmi | 52 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| 200 m Lauf | | | |
| 35,90 +0,0 | Thiele, Helmi | 52 Fortuna Wirdum | Wunstorf 23.05. |
| 10 km Lauf | | | |
| 53:59 | Rabenberg, Dora | 52 TV Bunde | Ofen 03.10. |
| Marathonlauf | | | |
| 4:45:26 | Niemeyer, Hildegard | 50 Emdr Laufgemeinschaft | Berlin 20.09. |
| Weitsprung | | | |
| 3,43 | Thiele, Helmi | 52 Fortuna Wirdum | Emden 20.09. |
| Kugelstoss 3 kg | | | |
| 9,95 | Junker, Christel | 54 LAC Emden/Aurich | Marienhafe 03.10. |
| Diskuswurf 1 kg | | | |
| 26,26 | Junker, Christel | 54 LAC Emden/Aurich | Vaterstettenn 11.07. |
| Hammerwurf 3 kg | | | |
| 34,44 | Junker, Christel | 54 LAC Emden/Aurich | Meppen 16.08. |

| | | | |
|------------------|------------------------|---------------------------|------------------------------|
| Speerwurf 500 g | | | |
| 21,91 | Junker, Christel | 54 LAC Emden/Aurich | Vaterstettenn 11.07. |
| Gewichtswurf | | | |
| 10,55 | Junker, Christel | 54 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07. |
| Werfer-Fünfkampf | | | |
| 2.226 | Junker, Christel | 54 LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07. |
| | | | 9,03-24,61-34,16-20,00-10,55 |
| Senioren M 60 | | | |
| 1 Meile | | | |
| 7:13,6 | Kortylack, Michael | 48 Emdr Laufgemeinschaft | Emden 23.08. |
| 3000 m Lauf | | | |
| 11:47,4 | Romanowski, Arnold | 46 Lauf-Gem. Ostfriesland | Moorhusen 24.06. |
| 5000 m Lauf | | | |
| 42:21,8 | Romanowski, Arnold | 46 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 10.000 m Lauf | | | |
| 42:21,8 | Romanowski, Arnold | 46 Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn 04.08. |
| 1 Stunde Lauf | | | |
| 10.950 | Severiens, Gerold | 48 Fortuna Logabirum | Emden 01.11. |
| 10 km Lauf | | | |
| 40:24 | Henkes, Peter | 49 TuS Norderney | Norden 18.04. |
| 41:08 | Romanowski, Arnold | 46 Lauf-Gem. Ostfriesland | Marienhafe 13.04. |
| 44:56 | Von Kentzinsky, Roland | 48 TG Wiesmoor | Aurich 21.08. |
| 46:27 | Busch, Jan | 48 SV Concordia Neermoor | Nordhorn 12.09. |
| Halbmarathonlauf | | | |
| 1:31:43 | Henkes, Peter | 49 TuS Norderney | Schortens 22.03. |
| 1:31:51 | Romanowski, Arnold | 46 Lauf-Gem. Ostfriesland | Dunum 28.03. |
| 1:56:13 | Hoffmann, Hans-Joachim | 48 TuS Aurich Ost | Dunum 28.03. |
| 1:59:52 | Winkler, Georg | 47 TV Norden | Marienhafe 14.08. |

Marathonlauf

| | | | | | |
|---------|-----------------------|----|------------------------|---------|--------|
| 3:58:52 | Kerkhoff, Dr. Helmund | 48 | Emder Laufgemeinschaft | Hamburg | 26.04. |
| 5:21:32 | Engelbarts, Cornelius | 46 | Emder Laufgemeinschaft | Hamburg | 26.04. |

Kugelstoss 5 kg

| | | | | | |
|-------|------------------------|----|------------------------|------------|--------|
| 11,32 | Schuster, Hans-Günther | 46 | Emder Laufgemeinschaft | Marienhafe | 16.06. |
| 9,59 | Voß, Wolfgang | 46 | SV Georgsheil | Georgsheil | 11.07. |
| 6,45 | Diehl, Peter | 48 | Fortuna Wirdum | Wirdum | 04.04. |

Diskuswurf 1 kg

| | | | | | |
|-------|------------------------|----|------------------------|------------|--------|
| 42,44 | Voß, Wolfgang | 46 | SV Georgsheil | Georgsheil | 14.10. |
| 38,43 | Schuster, Hans-Günther | 46 | Emder Laufgemeinschaft | Wunstorf | 23.05. |

Hammerwurf 5 kg

| | | | | | |
|-------|------------------------|----|------------------------|--------|--------|
| 24,28 | Schuster, Hans-Günther | 46 | Emder Laufgemeinschaft | Wirdum | 21.03. |
|-------|------------------------|----|------------------------|--------|--------|

Speerwurf 600 g

| | | | | | |
|-------|------------------------|----|------------------------|------------|--------|
| 25,18 | Schuster, Hans-Günther | 46 | Emder Laufgemeinschaft | Marienhafe | 16.06. |
|-------|------------------------|----|------------------------|------------|--------|

Seniorinnen W 60

10.000 m Lauf

| | | | | | |
|---------|----------------|----|-----------------------|--------------|--------|
| 47:36,8 | Steinke, Hilde | 45 | SV Concordia Neermoor | Warsingsfehn | 04.08. |
|---------|----------------|----|-----------------------|--------------|--------|

10 km Lauf

| | | | | | |
|-------|----------------------|----|------------------------|------------|--------|
| 54:12 | Schneider, Christine | 48 | Emder Laufgemeinschaft | Norden | 18.04. |
| 56:12 | Engelbarts, Foline | 49 | Emder Laufgemeinschaft | Oldenburg | 15.03. |
| 62:25 | Spinneker, Christa | 48 | TV Norden | Marienhafe | 14.08. |
| 62:27 | Meyer, Herta | 49 | TV Norden | Marienhafe | 14.08. |

Halbmarathonlauf

| | | | | | |
|---------|--------------------|----|------------------------|-------|--------|
| 2:01:04 | Engelbarts, Foline | 49 | Emder Laufgemeinschaft | Dunum | 28.03. |
|---------|--------------------|----|------------------------|-------|--------|

Senioren M 65

3000 m Lauf

| | | | | | |
|---------|-----------------|----|------------------|--------|--------|
| 14:02,9 | Janssen, Günter | 43 | LAC Emden/Aurich | Aurich | 07.08. |
|---------|-----------------|----|------------------|--------|--------|

5000 m Lauf

| | | | | | |
|----------|----------|----|-------------------|--------|--------|
| 20:58,19 | Pol, Jan | 41 | VfL Germania Leer | Bremen | 26.04. |
|----------|----------|----|-------------------|--------|--------|

10.000 m Lauf

| | | | | | |
|---------|-------------------|----|------------------------|--------------|--------|
| 47:25,0 | Eiben, Eibo | 43 | LG Harlingerland | Warsingsfehn | 04.08. |
| 49:04,2 | Jans, Peter | 40 | Emder Laufgemeinschaft | Warsingsfehn | 04.08. |
| 56:29,4 | Steinke, Dietrich | 41 | SV Concordia Neermoor | Warsingsfehn | 04.08. |
| 64:08,9 | Gerdas, Heinz | 43 | Lauf-Gem. Ostfriesland | Warsingsfehn | 04.08. |

10 km Lauf

| | | | | | |
|-------|---------------------|----|------------------------|------------|--------|
| 43:25 | Pol, Jan | 41 | VfL Germania Leer | Lingen | 13.06. |
| 46:29 | Heibültt, Christian | 40 | SV Holtland | Oldenburg | 18.10. |
| 47:26 | Eiben, Eibo | 43 | LG Harlingerland | Emden | 06.06. |
| 49:09 | Jans, Peter | 40 | Emder Laufgemeinschaft | Marienhafe | 13.04. |
| 51:06 | Gersch, Siegfried | 42 | TSV Friesenstolz Riepe | Aurich | 21.08. |

Halbmarathonlauf

| | | | | | |
|---------|-----------------|----|------------------------|-------|--------|
| 1:31:46 | Pol, Jan | 41 | VfL Germania Leer | Zeven | 04.10. |
| 1:49:14 | Smidt, Ernst | 40 | Emder Laufgemeinschaft | Dunum | 28.03. |
| 1:53:58 | Siefken, Johann | 44 | TuS Aurich Ost | Dunum | 28.03. |
| 1:58:43 | Janssen, Günter | 43 | LAC Emden/Aurich | Dunum | 28.03. |

Hochsprung

| | | | | | |
|------|-------------------|----|----------------|------------|--------|
| 1,25 | Wolterink, Johann | 42 | Fortuna Wirdum | Marienhafe | 16.06. |
|------|-------------------|----|----------------|------------|--------|

Stabhochsprung

| | | | | | |
|------|-------------------|----|----------------|-------------|--------|
| 2,10 | Wolterink, Johann | 42 | Fortuna Wirdum | Delmenhorst | 26.09. |
|------|-------------------|----|----------------|-------------|--------|

Dreisprung

| | | | | | |
|------|-------------------|----|----------------|-----------|--------|
| 8,09 | Wolterink, Johann | 42 | Fortuna Wirdum | Schortens | 08.05. |
|------|-------------------|----|----------------|-----------|--------|

Kugelstoss 5 kg

| | | | | | |
|------|-------------------|----|----------------|--------|--------|
| 7,72 | Wolterink, Johann | 42 | Fortuna Wirdum | Wirdum | 21.03. |
|------|-------------------|----|----------------|--------|--------|

Diskuswurf 1 kg

| | | | | | |
|-------|-------------------|----|----------------|--------|--------|
| 32,88 | Fleißner, Ekke | 42 | TuS Weene | Wirdum | 03.10. |
| 24,42 | Wolterink, Johann | 42 | Fortuna Wirdum | Wirdum | 03.10. |

Hammerwurf 5 kg

31,67 Kleemann, Karl 40 TV Norden Wirdum 03.10.
 20,02 Wolterink, Johann 42 Fortuna Wirdum Wirdum 04.04.

Senioren M 70

100 m Lauf

16,05 +0,0 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Wunstorf 23.05.

200 m Lauf

34,07 +0,0 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Delmenhorst 03.07.

400 m Lauf

81,42 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Delmenhorst 31.07.

800 m Lauf

3:36,82 Foellger, Friedhelm 37 VfL Germania Leer Delmenhorst 26.09.

10 km Lauf

45:27 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer Oldenburg 18.10.
 53:16 Lindemann, Paul 39 TV Norden Norden 18.04.
 58:23 Schewiola, Axel 38 TV Norden Ofen 03.10.

Halbmarathonlauf

1:41:34 Albers, Franz 38 VfL Germania Leer Zeven 04.10.

Kugelstoss 4 kg

8,09 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Meppen 16.08.

Diskuswurf 1 kg

21,65 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Wirdum 03.10.

Hammerwurf 4 kg

29,65 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Delmenhorst 26.09.

Speerwurf 500 g

14,49 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Groß Hesepe 10.10.

Gewichtswurf

10,82 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Meppen 16.08.

Werfer-Fünfkampf

1.546 Willkomm, Hermann-Jose 37 SV Holtland Meppen 16.08.
 8,09-19,62-28,81-13,78-10,82

Seniorinnen W 70

10 km Lauf

61:47 Janssen, Bärbel 38 TV Norden Marienhafe 14.08.

Senioren M 75

Kugelstoss 4 kg

8,47 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Diskuswurf 1 kg

21,49 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Hammerwurf 4 kg

30,84 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Speerwurf 500 g

19,80 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Aurich 18.07.

Gewichtswurf

10,34 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.

Werfer-Fünfkampf

1.667 Dreger, Edgar 31 SV Holtland Meppen 16.08.
 8,47-21,49-30,84-18,25-10,34

REKORDLISTE

Männer

| | | | |
|--------------------------------|----------|--|--------------------------|
| 100 m Lauf | 10,60* | Andre, Siewert (86) TV Norden | Braunschweig 29.07.05 |
| 200 m Lauf | 21,49* | Müller, Frank (68) TV Norden | Itzehoe 20.08.89 |
| 400 m Lauf | 47,17 | Steinke, Michael (64) TV Norden | Hannover 16.07.89 |
| 800 m Lauf | 1:48,33 | Onken, Jan-Gerhard (88) VfL Germania Leer | Leverkusen 31.07.09 |
| 1000 m Lauf | 2:24,6 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Menden 02.08.80 |
| 1500 m Lauf | 3:52,6 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Dortmund 15.09.79 |
| 1 Meile | 4:37,3 | Wiechmann, Steffen (88) VfL Germania Leer | Emden 21.09.07 |
| 3000 m Lauf | 8:34,4 | Heidergott, Enno (71) SV Concordia Ihrhove | Aurich 02.06.93 |
| 5000 m Lauf | 14:42,1 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Ihrhove 15.07.94 |
| 10.000 m Lauf | 30:19,19 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Delmenhorst 04.06.94 |
| 1 Stunde Lauf | 18.370 | Immega, Stephan (84) LG Harlingerland | Emden 04.11.07 |
| 10 km Lauf | 31:00 | Immega, Stephan (84) LG Harlingerland | Hamburg 14.09.08 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 1:38:04 | LG Harlingerland Immega, Stephan (84) Salih, Ralf (81) Groenhagen, Achim (68) | Lüchow 13.04.08 |
| 25 km Lauf | 1:22:02 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Paderborn 02.04.83 |
| 25 km Lauf Mannschaft | 4:15:45 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Janssen, Johann (38) Hommers, Gretus (50) Bönsch, Fritz (40) | Paderborn 02.04.83 |
| Halbmarathonlauf | 1:07:00 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Den Haag/NED 27.03.94 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 3:44:19 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Mühlenbrock, Wilfried (75) Hörnemann, (62) Ludwig, Reinhard (59) | Schortens 02.04.00 |
| Marathonlauf | 2:24:28 | Immega, Stephan (84) LG Harlingerland | Frankfurt 26.10.08 |
| Marathonlauf Mannschaft | 7:32:46 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Janssen, Johann (38) Hommers, Gretus (50) Bönsch, Fritz (40) | Bremen 24.04.83 |
| 100 km Lauf | 7:59:16 | Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland | Kienbaum 27.03.04 |
| 110 m Hürden | 14,22* | Müller, Frank (68) TV Norden | Götzis/AUT 31.05.92 |
| 400 m Hürden | 52,03 | Schweter, Gregor (65) TV Norden | Oldenburg 15.07.90 |
| 3000 m Hindernis | 9:12,56 | Heidergott, Enno (71) SV Concordia Ihrhove | Berlin 18.07.92 |

| | | | |
|-------------------------|----------|---|-------------------------------|
| 4 x 100 m Staffel | 41,33 | TV Norden Thielecke-Klei, Paul (86) Andre, (86) Eilers, Saarko (89) Goldenstein, Carsten (88) | Erfurt 21.07.07 |
| 4 x 400 m Staffel | 3:10,20 | TV Norden Schweter, (65) Müller, Frank (68) Kleemann, G. (65) Steinke, M. (64) | Düsseldorf 12.08.90 |
| 4 x 800 m Staffel | 8:13,4 | TV Norden Müller, Frank (68) Kleemann, Gerd (65) Zander, Robert (68) Steinke, Michael (64) | Aurich 04.05.89 |
| 3 x 1000 m Staffel | 7:37,97 | LAC Emden/Aurich Poppinga, (71) Brauner, (71) Aden, (71) | Düsseldorf 11.08.90 |
| 4 x 1500 m Staffel | 16:59,27 | SV Concordia Ihrhove Heidergott, Enno (71) Menne, Jörn (68) Steinke, Peter (70) Frers, Thomas (69) | Braunschweig 12.05.94 |
| 5 x 10 km Staffel | 2:54:51 | LG Ihrhove/Warsingsfehn Steinke, Peter (70) Bartels, (68) Bickel, (64) Frerichs, Arnold (59) Heidergott, Enno (71) | Oldenburg 26.06.99 |
| Hochsprung | 2.17 | Kohle, Thomas (80) TuS Eintracht Hinte | Schweinfurt 28.07.91 |
| Stabhochsprung | 5.10 | Müller, Frank (68) TV Norden | Atlanta/USA 01.08.96 |
| Weitsprung | 7.63* | Müller, Frank (68) TV Norden | Salzgitter 21.06.90 |
| Dreisprung | 16.49* | Müller, Frank (68) TV Norden | Hamburg 12.08.89 |
| Kugelstoss | 16.83 | Dinkela, Holger (65) SV Georgsheil | Leer 16.09.89 |
| Diskuswurf | 57.24 | Isenecker, Roland (72) TV Norden | Soltau 05.06.02 |
| Hammerwurf | 49.64 | Kowalczyk, Harm (56) LAC Emden/Aurich | Ihlow 16.06.83 |
| Speerwurf | 71.64 | Bieck, Marcus (69) TV Norden | Bad Oeynhausen 22.04.95 |
| Ballwurf 200g | 45.10 | Voss, Wolfgang (46) SV Georgsheil | 14.09.96 |
| Gewichtswurf | 13.11 | Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich | Meppen 22.04.06 |
| Fünfkampf | 4.031 | Müller, Frank (68) TV Norden | Attendorn 21.05.89 |
| Fünfkampf Mannschaft | 11.062 | 7,41*-58,40-21,50*-41,90-4:26,45 TV Norden Müller, Frank (68) Zander, Robert (68) Kleemann, G. (65) | Attendorn 21.05.89 |
| Zehnkampf | 8.256 | Müller, Frank (68) TV Norden | Salzgitter 21.06./22.06.90 |
| Zehnkampf Mannschaft | 22.107 | 10,74*-7,63*-13,93-2,00-48,15 14,55*-44,02-4,60-59,60-4:26,62 TV Norden Müller, Frank (68) Kleemann, G. (65) Zander, Robert (68) | Salzgitter 21.06./22.06.90 |

| | | | |
|--------------------------------|----------|--|------------------------------|
| Werfer-Fünfkampf | 2.914 | Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich 11,79-39,43-43,03-44,52-12,58 | Aurich 18.07.09 |
| DMM Bundesliga | 21.918 | StG TV Norden - VfL Leer | Köln |
| DMM Landesliga | 9.677 | LAC Emden/Aurich | Celle |
| Frauen | | | |
| 100 m Lauf | 12,02* | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Stade 02.05.92 |
| 200 m Lauf | 24,04* | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Bremen 23.07.94 |
| 400 m Lauf | 52,92 | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Arnsberg 29.05.94 |
| 800 m Lauf | 2:01,29 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Schwechat/AUT 27.08.83 |
| 1000 m Lauf | 2:54,06 | Wollers, Silke (79) LAC Emden/Aurich | Osterholz-Scharm 01.08.98 |
| 1500 m Lauf | 4:19,25 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Kevelaar 11.06.84 |
| 1 Meile | 5:33,7 | Jürrens, Inga (82) Emder Laufgemeinschaft | Emden 12.09.03 |
| 3000 m Lauf | 9:19,98 | Janhsen, Frieda (65) VfL Ockenhausen | Koblenz 29.08.84 |
| 5000 m Lauf | 17:06,4 | Janhsen, Frieda (65) VfL Ockenhausen | Leer 19.04.86 |
| 10.000 m Lauf | 36:43,50 | Bontjer, Hilde (63) SV Holtland | Hannover 16.05.87 |
| 1 Stunde Lauf | 15.425 | Bontjer, Hilde (63) SV Holtland | Leer 11.05.88 |
| 10 km Lauf | 37:44 | Lüken, Kerstin (76) Emder Laufgemeinschaft | Hamburg 14.09.08 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 2:00:50 | Emder Laufgemeinschaft Lüken, Kerstin (76) Hoogestraat, Sonja (76) | Aurich 22.08.08 |
| 15 km Lauf | 55:49 | Bakker, Marion (62) Bontjer, Hilde (63) SV Holtland | Maximiliansau 15.04.89 |
| 25 km Lauf | 1:37:31 | Bontjer, Hilde (63) SV Holtland | Gießen 12.04.86 |
| Halbmarathonlauf | 1:24:21 | Lüken, Kerstin (76) Emder Laufgemeinschaft | Zeven 04.10.09 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 4:37:40 | Emder Laufgemeinschaft Lüken, Kerstin (76) Hoogestraat, Sonja (76) Ringena, Marion (59) | Lingen 05.10.08 |
| Marathonlauf | 2:59:26 | Brinkmann, Eva (64) VfL Germania Leer | Bremen 04.10.09 |
| Marathonlauf Mannschaft | 10:35:43 | TV Norden Odens-Kruse, (62) Hartmann, Irmgard (62) Hetzke, Helga (64) | Hamburg 19.04.98 |
| 100 m Hürden | 13,58* | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Scheeßel 18.05.97 |
| 400 m Hürden | 54,22 | Rieger, Silvia (70) LAC Emden/Aurich | Johannesburg/RSA 11.09.98 |
| 4 x 100 m Staffel | 48,41 | SV Georgsheil Wienekamp, (67) Pielsticker, (65) Groenewold, (67) Janßen, (65) | Lüchow 13.06.82 |

| | | | |
|--------------------------|---------|--|-----------------------------------|
| 4 x 400 m Staffel | 3:41,50 | LAC Emden/Aurich Wollers, Silke (79) Ringel, Kristin (79) Jacob, Hedda (79) Rieger, Silvia (70) | Berlin 05.07.98 |
| 3 x 800 m Staffel | 6:18,88 | VfL Ockenhausen Janhsen, Frieda (65) Huneke, Heike (66) Bens, Monika (66) | Berlin 21.07.85 |
| 5 x 10 km Staffel | 3:56:25 | Emder Laufgemeinschaft Ringena, Marion (59) Kortylack, Gisela (56) Bakker, Marion (62) Schneider, Christine (48) Jürrens, Inga (82) | Oldenburg 22.06.02 |
| Hochsprung | 1.80 | Blum, Mareike (90) TV Norden | Garbsen 01.05.07 |
| Stabhochsprung | 3.20 | De Boer, Tina (88) VfL Germania Leer | Braunschweig 30.06.07 |
| Weitsprung | 6.10 | Köttgen, Sandra (69) TV Norden | Delmenhorst 14.05.95 |
| Dreisprung | 12.15* | Galts, Elke (61) TuS Esens | Friedeburg 18.07.79 |
| Kugelstoss | 14.83 | Temme, Christine (74) TV Norden | Goslar 06.06.93 |
| Diskuswurf | 51.13 | Beyer, Inga (74) SV Holtland | Oldenburg 23.06.93 |
| Hammerwurf | 70.73 | Schütte, Melanie (81) SV Georgsheil | Georgsheil 15.09.06 |
| Speerwurf | 44.82 | Bunjes, Andrea (76) SV Holtland | Athen/GRE 23.08.04 |
| Siebenkampf | 5.037 | Gronewold, Anke (80) TV Norden | Hameln 27.08.95 |
| DMM Landesliga | 4.628 | Berghaus, Margitta (78) VfL Germania Leer 15,00(+2.7)-1,72-10,89-26,88(+0.9) 5,37(+1.5)-39,45-2:30,51 | Zeven 17.07./18.07.99 |
| 100 m Lauf | 10,60* | Fortuna Wirdum Siewert, Andre (86) TV Norden | Emden Braunschweig 29.07.05 |
| 200 m Lauf | 21,5 | Müller, Frank (68) TV Norden | Wilhelmshaven 29.09.04 |
| 400 m Lauf | 48,30 | Onken, Jan-Gerhard (88) VfL Germania Leer | Delmenhorst 05.07.07 |
| 800 m Lauf | 1:51,49 | Onken, Jan-Gerhard (88) VfL Germania Leer | Ulm 05.08.07 |
| 1000 m Lauf | 2:24,6 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Menden 02.08.80 |
| 1500 m Lauf | 3:52,6 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Dortmund 15.09.79 |
| 1 Meile | 4:37,3 | Wiechmann, Steffen (88) VfL Germania Leer | Emden 21.09.07 |
| 3000 m Lauf | 8:37,8 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Bremen 30.09.79 |
| 5000 m Lauf | 14:49,0 | Sander, Michael (56) VfL Germania Leer | Gretesch 29.09.74 |
| 10.000 m Lauf | 31:46,1 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Leer 18.04.80 |
| 10 km Lauf | 32:59 | Lauterjung, Kay (80) TuS Eintracht Hinte | Alfeld 15.06.98 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 1:45:57 | VfL Germania Leer Brinkmann, Max Philipp (88) Meyer, Dennis (89) Wiechmann, Steffen (88) | Wolfenbüttel 18.03.07 |
| 15 km Lauf | 0:49:27 | Harwardt, Valentin (77) Emder Laufgemeinschaft | Rheinzabern 08.04.95 |

| | | | |
|--------------------------|---------|--|---------------------------------|
| 15 km Lauf Mannschaft | 2:46:09 | SV Concordia Ihrhove Steinke, Peter (70) Heidergott, Enno (71) Fischer, Helmut (71) | Maximiliansau 14.04.89 |
| Halbmarathonlauf | 1:12:38 | Harwardt, Valentin (77) Ender Laufgemeinschaft | Löningen 27.10.96 |
| 110 m Hürden | 14,51* | Weber, Steffen (84) TV Norden | Hameln 09.06.02 |
| 400 m Hürden | 54,56 | Müller, Frank (68) TV Norden | Scheeßel 18.05.86 |
| 2000 m Hindernis | 5:59,4 | Sander, Michael (56) VfL Germania Leer | Gelsenkirchen 21.07.74 |
| 4 x 100 m Staffel | 42,29 | TV Norden Goldenstein, Carsten (88) Scheutwinkel, Wilke (89) Eilers, Saarko (89) Nordmann, Dennis (90) | Ulm 05.08.07 |
| 4 x 400 m Staffel | 3:24,2 | TV Norden Siever, Jörg () Siever, James () Alberding, Edzard () Brumund, Rudolf () | Wolfenbüttel 11.06.72 |
| 3 x 1000 m Staffel | 7:37,97 | LAC Emden/Aurich Poppinga, Thomas (71) Brauner, Michael (71) Aden, Rainer (71) | Düsseldorf 11.08.90 |
| Olympische Staffel | 3:40,58 | FC Norden Hinrichs, Malte (81) Holzenkämpfer, Jens (80) Aßmann, Bodo (81) Olchers, Armin (82) | Hameln 19.06.99 |
| Hochsprung | 2.12 | Kohle, Thomas (80) TuS Eintracht Hinte | Duisburg 11.07.99 |
| Stabhochsprung | 4.30 | Tebben, Volker (79) TV Norden | Wesel 31.08.97 |
| Weitsprung | 7.48* | Müller, Frank (68) TV Norden | Hannover 27.09.87 |
| Dreisprung | 15.84 | Müller, Frank (68) TV Norden | Hamburg 15.08.87 |
| Kugelstoss | 17.64 | Dinkela, Holger (65) SV Georgsheil | Georgsheil 26.09.83 |
| Diskuswurf | 56.41 | Mücher, Dennis (80) SV Georgsheil | Georgsheil 21.07.99 |
| Hammerwurf | 51.20 | Pohl, Holger (60) SV Holtland | Ilse 18.09.76 |
| Speerwurf | 67.93 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Rostock 21.09.02 |
| Fünfkampf | 3.862 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Wesel 30.08.97 |
| Fünfkampf Mannschaft | 14.852 | 11,14-7,14-13,92-1,87-50,86 TV Norden Ruchel, Lars (80) Seinschedt, Lars (80) Warfsmann, Jens (80) Hofmann, Nils (80) Renken, Florian (80) | Zeven 17.07.99 |
| Zehnkampf | 6.950 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Vaterstetten 31.08./01.09.96 |
| Zehnkampf Mannschaft | 19.767 | 11,16-6,73-13,67-1,90-50,94 15,11-35,26-4,00-46,30-4:49,02 TV Norden Rabenstein, Jens (78) Tebben, Volker (79) Bellmann, Malte (78) | Wesel 30.08./31.08.97 |
| DJMM Gruppe 1 | 12.636 | LG Ihrhove/Warsingsfehn | Delmenhorst |
| DJMM Gruppe 2 | 9.140 | VfL Germania Leer | Leer |

| Weibliche Jugend A | | | |
|--------------------------|---------|--|-----------------------------|
| 100 m Lauf | 11,8 | Galts, Elke (61) TuS Esens | Esens 04.06.78 |
| | 11,8 | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Wilhelmshaven 10.06.87 |
| 200 m Lauf | 14,26* | Möllmann, Katharina (80) VfL Germania Leer | Duisburg 10.07.99 |
| 400 m Lauf | 53,70 | Huneke, Heike (66) VfL Ockenhausen | Mönchengladbach 18.08.84 |
| 800 m Lauf | 2:01,29 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Schwechat/AUT 27.08.83 |
| 1500 m Lauf | 4:19,25 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Kevelaer 11.06.84 |
| 3000 m Lauf | 9:19,98 | Janhsen, Frieda (65) VfL Ockenhausen | Koblenz 29.08.84 |
| 5000 m Lauf | 17:52,7 | Eten, Ebba (58) TuS Pewsum | Oldenburg 20.07.77 |
| 10 km Lauf | 41:31 | Jürrens, Inga (82) Ender Laufgemeinschaft | Ofen 03.10.00 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 2:08:35 | TV Norden Barkhoff, Marina (88) Rückbrod, Martina (87) Hoffmeister, Sabrina (89) | Wolfenbüttel 02.04.06 |
| 15 km Lauf | 0:59:47 | Bartels, Miriam (72) LAC Emden/Aurich | Rheinzabern 08.04.95 |
| Halbmarathonlauf | 1:36:01 | Rückbrod, Martina (87) TV Norden | Dunum 09.04.05 |
| 100 m Hürden | 14,06* | Ringel, Kristin (79) LAC Emden/Aurich | Zeven 30.05.98 |
| 400 m Hürden | 56,33 | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Zürich/SUI 16.08.89 |
| 4 x 100 m Staffel | 48,41 | SV Georgsheil Wienekamp, (67) Pielsticker, (65) Groenewold, (67) Janssen, (67) | Lüchow 13.06.82 |
| 3 x 800 m Staffel | 6:23,89 | VfL Ockenhausen Engel, Anja (66) Janhsen, Frieda (65) Bens, Monika (66) | Bremen 26.06.83 |
| Olympische Staffel | 4:10,4 | SV Concordia Ihrhove Frers, Birgit (75) Jansen, Sandra (77) Frers, Andrea (75) Heidergott, Andrea (75) | Ihrhove 15.07.94 |
| Hochsprung | 1.80 | Blum, Mareike (90) TV Norden | Garbsen 01.05.07 |
| Stabhochsprung | 3.20 | De Boer, Tina (88) VfL Germania Leer | Braunschweig 30.06.07 |
| Weitsprung | 6.10 | Galts, Elke (61) TuS Esens | Friedeburg 18.07.79 |
| Dreisprung | 12.15* | Temme, Christine (74) TV Norden | Goslar 06.06.93 |
| Kugelstoss | 14.83 | Beyer, Inga (74) SV Holtland | Oldenburg 23.06.93 |
| Diskuswurf | 50.82 | Beyer, Inga (74) SV Holtland | Hesel 20.03.93 |
| Hammerwurf | 59.21 | Nannen, Mareike (90) SV Holtland | Göttingen 28.06.09 |
| Speerwurf | 44.82 | Gronewold, Anke (80) TV Norden | Hameln 27.08.95 |
| Dreikampf | 1.997 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer | Leer 10.10.98 |
| | | 13,0-5,38-11,14 | |

| | | | |
|---------------------------|--------|---|------------------------------|
| Vierkampf | 3.216 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 14,93(+1.5)-1,76-11,53-25,89(+1.5) | Zeven 17.07.99 |
| Vierkampf Mannschaft | 10.003 | TV Norden Blum, Mareike (90) Heyken, Svenja (89) Klinkenborg, Insa (90) Bakker, Anne (91) Mohr, Marit (91) | Hannover 16.06.07 |
| Siebenkampf | 5.242 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 14,93(+1.5)-1,76-11,53-25,89(+1.5) 5,51(+0.0)-41,51-2:35,39 | Zeven 17.07./18.07.99 |
| Siebenkampf Mannschaft | 10.606 | SV Warsingsfehn Harms, Maria (88) Manssen, Daniela (89) Buß, Maren (89) | Papenburg 17.06./18.06.06 |
| DJMM Gruppe 1 | 9.796 | LG Ihrhove/Warsingsfehn | Delmenhorst |
| DJMM Gruppe 3 | 3.707 | Fortuna Wirdum | Moorhusen |

Männliche Jugend B

| | | | |
|---------------------------|---------|--|-------------------------|
| 100 m Lauf | 11,00* | Kutscher, Onno (80) TV Norden | Lüdenscheid 05.07.97 |
| 200 m Lauf | 22,44* | Andre, Siewert (86) TV Norden | Papenburg 26.09.03 |
| 300 m Lauf | 35,63 | Boekhoff, Ingo (75) LG Uplengen | Holzminden 20.06.92 |
| 400 m Lauf | 49,3 | Brumund, Rudolf (54) TuRa Marienhafte | Bremen 20.05.71 |
| 800 m Lauf | 1:54,90 | Nauermann, Oliver (91) TV Norden | Jüterborg 06.09.08 |
| 1000 m Lauf | 2:29,43 | Wollers, Arne (82) LAC Emden/Aurich | Papenburg 24.09.99 |
| 1500 m Lauf | 3:54,2 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Göttingen 30.07.78 |
| 3000 m Lauf | 8:46,8 | Schlachter, Henri (61) TuS Pewsum | Emden 28.06.78 |
| 5000 m Lauf | 15:26,6 | Steffens, Johann (59) TuS Pewsum | Oldenburg 05.06.76 |
| 10.000 m Lauf | 33:36,0 | Jürrrens, Harry (57) TuS Pewsum | Pewsum 20.04.74 |
| 7,5 km Lauf | 24:51 | Lauterjung, Kay (80) TuS Eintracht Hinte | Bokel 06.10.96 |
| 7,5 km Lauf Mannschaft | 1:26:42 | VfL Germania Leer de Jonge, Stefan (76) Feth, Jan (76) | Leer 03.10.93 |
| 10 km Lauf | 33:20 | Waschkau, Jan (77) Buss, Martin (92) LG Harlingerland | Oldenburg 18.10.09 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 1:49:40 | VfL Germania Leer Meyer, Dennis (89) Heitkötter, Wilko (90) Schneider, Mirko (89) | Ofen 03.10.06 |
| Halbmarathonlauf | 1:19:24 | Schoon, Volker (76) LAC Emden/Aurich | Bremervörde 17.10.93 |
| 110 m Hürden | 14,48* | Peters, Johannes (83) TV Norden | Dresden 14.07.00 |
| 300 m Hürden | 39,9 | Siemer, Gerko (78) VfL Germania Leer | Dörpen 16.09.95 |

| | | | |
|-------------------------|---------|---|-------------------------------|
| 400 m Hürden | 56,68 | Alberding, Nik (85) TV Norden | Mönchengladbach 28.06.02 |
| 2000 m Hindernis | 6:22,86 | Haedke, Keno (80) SV Concordia Ihrhove | Lüdenscheid 05.07.97 |
| 4 x 100 m Staffel | 43,38 | TV Norden Neblich, (64) Dittrich, (64) Brahms, (65) Steinke, (64) | Oldenburg 06.09.80 |
| 3 x 1000 m Staffel | 8:07,2 | TuS Pewsum Weiße, (59) Steffens, (59) Schreitling, (58) | Emden 27.06.75 |
| Olympische Staffel | 3:49,6 | TV Norden Alberding, Edzard (54) Fischer, () Siever, Jörg () Siever, James () | Oldenburg 11.09.71 |
| Schweden-Staffel | 2:11,20 | TV Norden Nordmann, Dennis (90) Becker, Florian (89) Salzmann, Erik (90) Moseev, Anton (89) | Wilhelmshaven 21.05.06 |
| Hochsprung | 2.09 | Greve, Gunnar (76) VfL Germania Leer | Dortmund 03.07.93 |
| Stabhochsprung | 4.01 | Aßmann, Bodo (81) TV Norden | Papenburg 25.08.96 |
| Weitsprung | 7.06* | Müller, Frank (68) TV Norden | Hannover 29.09.85 |
| Dreisprung | 14.99* | Müller, Frank (68) TV Norden | Stade 04.10.85 |
| Kugelstoss | 17.97 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Bremen 18.06.00 |
| Diskuswurf | 54.65 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Georgsheil 01.07.00 |
| Hammerwurf | 58.02 | Pohl, Holger (60) SV Holtland | Holtland 05.07.76 |
| Speerwurf | 70.63 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Leer 06.05.00 |
| Fünfkampf | 3.750 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Salzgitter 27.05.95 |
| Fünfkampf Mannschaft | 14.863 | TV Norden Rabenstein, Jens (78) Wojtasiak, Adrian (78) Brink, Manuel (79) Scholz, Jan (81) Tebben, Volker (79) | Salzgitter 27.05.95 |
| Zehnkampf | 7.042 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Salzgitter 27.05./28.05.95 |
| Zehnkampf Mannschaft | 18.027 | TV Norden Rabenstein, Jens (78) Wojtasiak, Adrian (78) Brink, Manuel (79) | Salzgitter 27.05./28.05.95 |
| DJMM Gruppe 3 | 4.925 | VfL Germania Leer | Leer |
| DJMM Gruppe 4 | 3.722 | Fortuna Wirdum | Moorhusen |

Weibliche Jugend B

| | | | |
|-------------------|---------|--|---------------------------|
| 100 m Lauf | 11,8 | Galts, Elke (61) TuS Esens | Esens 04.06.78 |
| | 11,8 | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Wilhelmshaven 10.06.87 |
| 200 m Lauf | 24,1 | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Wilhelmshaven 01.05.87 |
| 300 m Lauf | 39,81 | Breninck, Simone (80) TV Norden | Zeven 17.05.97 |
| 400 m Lauf | 53,6 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Berlin 10.09.83 |
| 800 m Lauf | 2:01,29 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Schwechat/AUT 27.08.83 |
| 1500 m Lauf | 4:23,39 | Janshen, Frieda (65) VfL Ockenhausen | Birmingham 14.08.82 |
| 3000 m Lauf | 9:39,2 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Leer 29.04.83 |
| 5000 m Lauf | 19:28,4 | Neu, Sonja (76) Emder Laufgemeinschaft | Aurich 07.08.92 |
| 7,5 km Lauf | 30:11 | Jürrens, Inga (82) LAC Emden/Aurich | Emmerthal 12.09.99 |
| 10 km Lauf | 42:55 | Rückbrod, Martina (87) TV Norden | Ofen 03.10.04 |
| Halbmarathonlauf | 1:41:52 | Rückbrod, Martina (87) TV Norden | Dunum 18.09.04 |
| 100 m Hürden | 14,22* | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Cuxhaven 29.06.86 |
| 300 m Hürden | 43,32 | Jacob, Hedda (79) TuS Eintracht Hinte | Erfurt 05.07.96 |
| 400 m Hürden | 62,91 | Poppinga, Maike (84) FC Norden | Osterode 17.06.01 |
| 4 x 100 m Staffel | 48,41 | SV Georgsheil Wienekamp, (67) Pielsticker, (65) Gronewold, (67) Janßen, (65) | Lüchow 13.06.82 |
| 3 x 800 m Staffel | 6:27,46 | VfL Ockenhausen Engel, Anja (66) Janhsen, Frieda (65) Bens, Monika (66) | München 25.07.82 |
| Hochsprung | 1.80 | Blum, Mareike (90) TV Norden | Garbsen 01.05.07 |
| Stabhochsprung | 2.70 | De Boer, Tina (88) VfL Germania Leer | Zeven 30.05.04 |
| Weitsprung | 6.09 | Galts, Elke (61) TuS Esens | Göttingen 30.07.78 |
| Dreisprung | 11.88 | Temme, Christine (74) TV Norden | Berlin 21.07.91 |
| Kugelstoss | 13.37 | Beyer, Inga (74) SV Holtland | Norden 14.09.90 |
| Diskuswurf | 46.78 | Schütte, Melanie (81) SV Georgsheil | Georgsheil 28.08.98 |
| Hammerwurf | 58.25 | Pohl, Daniela (87) SV Holtland | Minden 04.08.04 |
| Speerwurf | 44.82 | Gronewold, Anke (80) TV Norden | Hamel 27.08.95 |
| Dreikampf | 1.896 | Sulmann, Katrin (80) SV Concordia Ihrhove | Papenburg 19.04.97 |
| Vierkampf | 2.921 | 12,8-5,19-9,89 Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 15,83-1,68-10,22-12,76* | Winsen 22.06.96 |

| | | | |
|---------------------------|--------|---|---------------------------------|
| Vierkampf Mannschaft | 12.043 | TV Norden Conrads, (80) Breninck, (80) Sjuts, (80) Rahmann, (80) Gronewold, (80) | Winsen 22.06.96 |
| Siebenkampf | 4.860 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 15,79-1,72-11,08-13,08 5,36-38,18-2:38,21 | Vaterstetten 30.08./31.08.96 |
| Siebenkampf Mannschaft | 12.934 | TV Norden Conrads, (80) Breninck, (80) Sjuts, (80) | Vaterstetten 30.08./31.08.96 |

Schüler D

| | | | |
|-------------------------|----------|---|---------------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | 1:07:44 | Fortuna Wirdum Booken, Johann (82) Buttjer, Jens (81) Itjes, Marco (81) | Leer 27.10.90 |
| 4 x 50 m Staffel | 31,0 | TV Norden Doejen, () Marschall, () Wippich, () Knittel, Bent (88) | Norden 17.09.97 |
| 3 x 1000 m Staffel | 11:39,49 | TV Norden de Vries, Holger (93) Raafati, Marec (93) Lühring, Jan (93) | Wilhelmshaven 20.09.02 |
| Dreikampf Mannschaft | 4.620 | TV Norden Doejen, (88) Knittel, Bent (88) Pieper, (88) Marschall, (88) Wippich, (88) | Wilhelmshaven 28.09.97 |

Schüler M 8

| | | | |
|----------------|---------|--|---------------------------|
| 50 m Lauf | 7,9 | Kolbow, Ralf (73) LAC Emden/Aurich | Ihlow 17.06.81 |
| | 7,9 | Werner, Till (01) SV Georgsheil | Georgsheil 02.07.08 |
| 1000 m Lauf | 3:49,67 | De Vries, Holger (93) TV Norden | Wilhelmshaven 23.06.01 |
| 2000 m Lauf | 9:13,0 | Bartels, Sönke (94) VfL Germania Leer | Leer 27.04.02 |
| 5 km Lauf | 21:30 | Buttjer, Steffen (86) Fortuna Wirdum | Leer 03.10.94 |
| Weitsprung | 3.95 | Goesmann, Frank (78) LG Uplengen | Remels 30.09.86 |
| Schlagball 80g | 50.50 | Eilers, Malte (97) TV Norden | Marienhafen 28.09.05 |
| Dreikampf | 997 | Eilers, Malte (97) TV Norden 8,61-3,76-43,50 | Papenburg 03.09.05 |

Schüler M 9

| | | | |
|----------------|--------|---|-----------------------|
| 50 m Lauf | 7,7 | Hemken, Heiner (75) Fortuna Wirdum | Aurich 19.10.84 |
| 1000 m Lauf | 3:32,9 | Buttjer, Steffen (86) Fortuna Wirdum | Moorhusen 13.10.95 |
| 2000 m Lauf | 7:40,6 | De Vries, Holger (93) TV Norden | Leer 27.04.02 |
| 5 km Lauf | 20:40 | Buttjer, Steffen (86) Fortuna Wirdum | Leer 03.10.95 |
| Weitsprung | 4.10 | Smid, Gerold (68) Fortuna Wirdum | Emden 16.08.77 |
| | 4.10 | Hemken, Heiner (75) Fortuna Wirdum | Aurich 19.10.84 |
| Schlagball 80g | 53.00 | Eilers, Malte (97) TV Norden | Moorhusen 22.09.06 |
| Dreikampf | 1.150 | Hemken, Heiner (75) Fortuna Wirdum | Aurich 19.10.94 |
| | | 7,7-4,10-50,00 | |

Schüler C

| | | | |
|-------------------------|---------|--|--------------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | 1:03:32 | Fortuna Wirdum Buttjer, Steffen () Wedermann, Stefan (86) Blonn, Gerry (85) | Leer 19.10.96 |
| 4 x 50 m Staffel | 29,30 | TV Norden Eilers, Saarko (89) Mersmann, (89) Moseev, Anton (89) Scheutwinkel, Wilke (89) | Papenburg 09.09.00 |
| 3 x 1000 m Staffel | 10:38,3 | TV Norden De Vries, (93) Raafati, (93) Lühring, (93) | Moorhusen 29.08.04 |
| Dreikampf Mannschaft | 5.303 | TV Norden Weber, Tilman (87) Feldmann, (87) Knittel, Bent (88) Bienhoff, Melf (87) Christians, (87) | Norden 23.09.98 |
| Vierkampf Mannschaft | 6.987 | TV Norden Knittel, Bent (88) Doejen, (88) Remmers, (88) Eilers, Saarko (89) Goldenstein, Carsten (88) | Warsingsfehn 11.07.99 |
| DSMM Gruppe 1 | 4.143 | TV Norden | Wilhelmshaven |
| DSMM Gruppe 2 | 3.002 | VfL Germania Leer I | Leer |
| DJMM Gruppe 1 | 4.541 | TV Norden | Moorhusen |

Schüler M 10

| | | | |
|----------------|--------|--|---------------------------|
| 50 m Lauf | 7,1 | Willms, Jochen (81) SV Concordia Ihrhove | Warsingsfehn 13.09.91 |
| 1000 m Lauf | 3:07,2 | Goesmann, Frank (78) LG Uplengen | Wilhelmshaven 17.05.88 |
| 2000 m Lauf | 6:45,9 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Verden 16.08.88 |
| 5 km Lauf | 19:24 | Buttjer, Steffen (86) Fortuna Wirdum | Leer 19.10.96 |
| Hochsprung | 1.36 | Müller, Mathias (80) TV Norden | Wilhelmshaven 29.09.90 |
| | 1.36 | Booken, Johann (82) Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 31.05.92 |
| Weitsprung | 4.55 | Lengen, Sven (96) LAC Emden/Aurich | Emden 26.08.06 |
| Speerwurf | 29.24 | Eilers, Malte (97) TV Norden | Leer 28.03.07 |
| Schlagball 80g | 59.00 | Eilers, Malte (97) TV Norden | Oldenburg 29.09.07 |
| Dreikampf | 1.197 | Eilers, Malte (97) TV Norden 7,7-4,11-57,50 | Leer 06.10.07 |
| Vierkampf | 1.538 | Kostrewa, Frank (69) LG Uplengen 7,5-4,24-1,27-49,00 | Warsingsfehn 10.10.79 |

Schüler M 11

| | | | |
|----------------|----------|--|---------------------------|
| 50 m Lauf | 7,1 | Wietoska, Torsten (89) VfL Germania Leer | Leer 24.09.00 |
| | 7,1 | Willms, Jochen (81) SV Concordia Ihrhove | Warsingsfehn 13.09.91 |
| 1000 m Lauf | 3:07,2 | Goesmann, Frank (78) LG Uplengen | Wilhelmshaven 17.05.88 |
| 2000 m Lauf | 6:45,9 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Verden 16.08.88 |
| 3000 m Lauf | 11:25,80 | Memminga, Michael (71) LAC Emden/Aurich | Leer 23.04.82 |
| 5 km Lauf | 19:24 | Van Heuveln, Sönke (90) TuS Weener | Oldenburg 21.10.01 |
| | 19:24 | Buttjer, Steffen (86) Fortuna Wirdum | Leer 19.10.96 |
| Hochsprung | 1.48 | Müller, Mathias (80) TV Norden | Wilhelmshaven 12.05.91 |
| | 1.48 | Booken, Johann (92) Fortuna Wirdum | Wilhelmshaven 06.06.93 |
| Weitsprung | 4.90 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Georgsheil 25.09.02 |
| Speerwurf | 36.22 | Eilers, Malte (97) TV Norden | Leer 06.09.08 |
| Schlagball 80g | 64.50 | Eilers, Malte (97) TV Norden | Wirdum 29.03.08 |
| Dreikampf | 1.241 | Eilers, Malte (97) TV Norden 7,6-4,10-63,00 | Norden 05.07.08 |
| Vierkampf | 1.609 | Eilers, Malte (97) TV Norden 7,6-4,10-1,29-63,00 | Norden 05.07.08 |

| | | | |
|---------------------------|--------|---|---------------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | 57:07 | VfL Germania Leer Woltermann, (78) Cavigelli, Reto (78) Müller, Stephan (78) | Ihrhove 29.06.91 |
| 4 x 50 m Staffel | 25,9 | TV Norden Spliesteser, Sascha (78) Rabenstein, Jens (78) Wojtasiak, Adrian (78) Friedrichs, Nico (78) | Wilhelmshaven 15.09.91 |
| 4 x 75 m Staffel | 36,84 | TV Norden Eilers, Saarko (89) Moseev, Anton (89) Scheutwinkel, Wilke (89) Stein, Timo (89) | Papenburg 15.09.02 |
| 3 x 1000 m Staffel | 9:35,4 | VfL Germania Leer Müller, Sven (78) Cavigelli, Reto (78) Woltermann, Jan (78) | Remels 27.04.91 |
| Dreikampf Mannschaft | 6.049 | Fortuna Wirdum Broer, Renke (92) Fengkohl, Dennis (92) Bracklo, Simeon (92) Galetzka, Cederic (93) Rewerts, (93) | Leer 17.09.05 |
| Vierkampf Mannschaft | 8.522 | TV Norden Moseev, Anton (89) Stein, Timo (89) Eilers, Saarko (89) Scheutwinkel, Wilke (89) Weber, Clemens (90) | Warsingsfehn 17.08.02 |
| Blockwettk. Mannschaft | 10.267 | Fortuna Wirdum Broer, Renke (92) Fengkohl, Dennis (92) Bracklo, Simeon (92) Galetzka, Cederic (93) Davids, Nils (92) | Hinte 27.08.05 |
| DSMM Gruppe 1 | 5.725 | LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven |
| DSMM Gruppe 2 | 3.465 | LAC Emden/Aurich | Moorhusen |

Schüler M 12

| | | | |
|----------------|---------|--|---------------------------|
| 50 m Lauf | 6,8 | Hinrichs, Ingo (78) SV Georgsheil | Wilhelmshaven 29.09.90 |
| 75 m Lauf | 9,6 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Norden 06.09.03 |
| 1000 m Lauf | 3:01,03 | Qwoltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Hennen 17.06.90 |
| 2000 m Lauf | 6:30,8 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Melle 05.09.90 |
| 3000 m Lauf | 10:02,0 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Leer 27.10.90 |
| 5 km Lauf | 17:32 | Valentin, David (97) TV Norden | Marienhafe 14.08.09 |
| 60 m Hürden | 10,31 | Thielecke-Klei, Paul (86) TV Norden | Leer 05.06.98 |
| Hochsprung | 1.55 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Norden 06.09.03 |
| Stabhochsprung | 2.01 | Kruse, Frank (80) | Papenburg |

| | | | |
|-----------------|-------|--|--------------------------------|
| Weitsprung | 5.53 | Fortuna Wirdum Peters, Derk (91) SV Georgsheil | 13.09.92 Norden 06.09.03 |
| Kugelstoss | 14.25 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Wirdum 04.08.95 |
| Diskuswurf | 44.10 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Wirdum 04.08.95 |
| Hammerwurf | 42.27 | Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum | Wirdum 03.10.04 |
| Speerwurf | 44.18 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Dörpen 16.06.95 |
| Ballwurf 200g | 66.50 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Moorhusen 20.09.95 |
| Dreikampf | 1.482 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Aurich 29.09.03 |
| Vierkampf | 1.966 | 9,6-5,26-53,00 Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Norden 06.09.03 |
| Blockwettk. S/S | 2.365 | 9,6-5,53-1,55-45,00 Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Warsingsfehn 09.07.03 |
| Blockwettk. L | 2.064 | 10,0-10,1-5,21-1,44-51,50 Galetzka, Cederic (93) | Hinte 27.08.05 |
| Blockwettk. W | 2.243 | 10,4-10,8-4,55-31,50-3:26,1 Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum | Hinte 15.05.04 |

Schüler M 13

| | | | |
|----------------|---------|---|--------------------------|
| 50 m Lauf | 6,80 | Hinrichs, Ingo (78) SV Georgsheil | Papenburg 15.09.91 |
| 75 m Lauf | 9,2 | Fengkohl, Dennis (92) Fortuna Wirdum | Leer 17.09.05 |
| 1000 m Lauf | 2:50,97 | Nauermann, Oliver (91) TV Norden | Celle 27.06.94 |
| 2000 m Lauf | 6:30,7 | Engel, Matthias (74) LG Uplengen | Remels 02.10.87 |
| 3000 m Lauf | 9:56,1 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Melle 11.09.91 |
| 5 km Lauf | 17:19 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Ihrhove 29.06.91 |
| 60 m Hürden | 8,9 | Hinrichs, Ingo (78) SV Georgsheil | Georgsheil 11.09.91 |
| Hochsprung | 1.70 | Ewen, Ralf (72) TV Norden | Braunschweig 29.09.85 |
| Stabhochsprung | 2.40 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Aurich 07.10.91 |
| Weitsprung | 5.76 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil | Papenburg 24.09.04 |
| Kugelstoss | 18.09 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Hinte 17.05.96 |
| Diskuswurf | 59.00 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Hesel 28.09.96 |
| Hammerwurf | 43.50 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Georgsheil 15.05.96 |
| Speerwurf | 52.56 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Georgsheil 09.10.96 |
| Ballwurf 200g | 81.50 | Bergmann, Sven (83) | Georgsheil |

| | | | |
|---------------------------|--------|--|--------------------------------|
| Dreikampf | 1.509 | SV Georgsheil Peters, Derk (91) SV Georgsheil 9,6-5,32-57,00 | 19.06.96 Norden 04.09.04 |
| Vierkampf | 2.028 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil 9,6-5,32-1,58-57,00 | Papenburg 24.09.04 |
| Blockwettk. S/S | 2.242 | De Vries, Holger (93) TV Norden 10,61-10,56-4,53-1,46-51,00 | Stuhr 10.06.06 |
| Blockwettk. L | 2.202 | Onken, Ole (96) LAC Emden/Aurich 10,2-11,0-4,97-32,00-3:05,9 | Leer 16.05.09 |
| Blockwettk. W | 2.830 | Peters, Derk (91) SV Georgsheil 9,4-9,9-5,36-13,99-39,22 | Georgsheil 24.07.04 |
| 5 km Lauf Mannschaft | 56:01 | VfL Germania Leer Woltermann, Jan (78) Waschkau, Jan (77) Bittigau, Karsten (77) | Leer 03.10.92 |
| 4 x 75 m Staffel | 34,71 | TV Norden Hübl, Elko (78) Wojtasiak, Adrian (78) Spliesteser, Sascha (78) Rabenstein, Jens (78) | Munster 05.09.93 |
| 4 x 100 m Staffel | 46,04 | TV Norden Moseev, Anton (89) Scheutwinkel, Wilke (89) Eilers, Saarko (89) Becker, Florian (89) | Celle 26.06.04 |
| 3 x 1000 m Staffel | 8:21,6 | TuS Pewsum Aden, Hans-Dieter (58) Schreitling, (58) Steffens, (59) | Wolfsburg 31.05.73 |
| Dreikampf Mannschaft | 7.209h | Fortuna Wirdum Janssen, () Dieken, Dieke (74) Keller, Horst (73) Sassen, Heino (73) Wagenaar, () | Warsingsfehn 07.10.88 |
| Vierkampf Mannschaft | 10.358 | TV Norden Stein, Timo (89) Weege, Koord (89) Moseev, Anton (89) Becker, Florian (89) Scheutwinkel, Wilke (89) | Bremen 29.08.04 |
| Blockwettk. Mannschaft | 12.917 | TV Norden Moseev, Anton (89) Stein, Timo (89) Weege, Koord (89) Eilers, Saarko (89) Becker, Florian (89) | Hinte 15.05.04 |
| DSMM Gruppe 1 | 8.065 | TV Norden | Moorhusen |
| DSMM Gruppe 3 | 5.792 | LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven |

| Schüler M 14 | | | |
|-----------------|---------|---|----------------------------------|
| 100 m Lauf | 11,8 | Janssen, Stephan (67) Fortuna Wirdum | Ihlow 31.05.81 |
| 300 m Lauf | 39,57 | Spormann, Patrick (93) LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 25.08.07 |
| 1000 m Lauf | 2:42,24 | Nauermann, Oliver (91) TV Norden | Lübeck 13.08.05 |
| 2000 m Lauf | 6:03,6 | Schlachter, Henri (61) LG Uplengen | Pewsum 04.08.75 |
| 3000 m Lauf | 9:36,97 | Knieper, Michael (83) TV Norden | Greifswald 07.09.97 |
| 5 km Lauf | 17:19 | Woltermann, Jan (78) VfL Germania Leer | Ihrhove 29.06.91 |
| 80 m Hürden | 11,42 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Osterode 30.08.92 |
| 300 m Hürden | 48,1 | Fengkohl, Dennis (92) Fortuna Wirdum | Aurich 13.10.06 |
| Hochsprung | 1.84 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Munster 24.05.92 |
| Stabhochsprung | 3.00 | Schaumburg, Udo (72) LAC Emden/Aurich | Aurich 21.09.86 |
| Weitsprung | 6.06 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Göttingen 28.05.92 |
| Dreisprung | 12.39 | Rabenstein, Jens (78) TV Norden | Osterode 29.08.92 |
| Kugelstoss | 16.73 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Halle 18.05.97 |
| Diskuswurf | 59.22 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Georgsheil 11.10.97 |
| Hammerwurf | 44.96 | Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum | Wirdum 21.04.06 |
| Speerwurf | 59.88 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Greifswald 07.09.97 |
| Ballwurf 200g | 84.00 | Bergmann, Sven (83) SV Georgsheil | Aurich 22.05.97 |
| Dreikampf | 1.094 | Dirks, Jasper (93) LAC Emden 14,1-4,09-33,00 | Leer 28.04.07 |
| Vierkampf | 2.059 | Krull, Richard (95) LAC Emden/Aurich 12,59-5,23-1,68-9,34 | Bremen 06.09.09 |
| Achtkampf | 4.564h | Rabenstein, Jens (78) TV Norden 11,2-5,90-13,41-1,71-36,88 2,80-40,30-3:01,1 | Gelsenkirchen 28.09./29.09.92 |
| Blockwettk. S/S | 2.523 | Meene, Oliver (94) LAC Emden/Aurich 12,7(+0.8)-13,1(+0.1)-5,30(+0.8)-1,57-31 | Leer 04.10.08 |
| Blockwettk. L | 2.627 | Donadell, Arne (82) SV Warsingsfehn 9,56-12,08-5,18-53,00-6:25,64 | Oldenburg 08.06.96 |
| Blockwettk. W | 2.663 | Broer, Renke (92) Fortuna Wirdum 12,96-13,10-4,27-13,58-42,40 | Stuhr 10.06.06 |

| Schüler M 15 | | | |
|-----------------|---------|--|-----------------|
| 100 m Lauf | 11,4 | Ulferts, Ralf (65) | Moorhusen |
| | | SV Georgsheil | 27.06.80 |
| 300 m Lauf | 38,38 | Spormann, Patrick (93) | Jüterborg |
| | | LAC Emden/Aurich | 07.09.08 |
| 1000 m Lauf | 2:37,17 | Nauermann, Oliver (91) | Lübeck |
| | | TV Norden | 02.09.06 |
| 2000 m Lauf | 5:54,4 | Nauermann, Oliver (91) | Leer |
| | | TV Norden | 09.09.06 |
| 3000 m Lauf | 9:22,7 | Knieper, Michael (83) | Aurich |
| | | FC Norden | 19.06.98 |
| 5 km Lauf | 16:44 | Lauterjung, Kay (80) | Stuhr |
| | | TuS Eintracht Hinte | 22.10.95 |
| 80 m Hürden | 10,62 | Rabenstein, Jens (78) | Munster |
| | | TV Norden | 05.09.93 |
| 300 m Hürden | 43,30 | Alberding, Nik (85) | Norden |
| | | TV Norden | 20.05.00 |
| Hochsprung | 1,93 | Greve, Gunnar (76) | Westerstede |
| | | VfL Germania Leer | 08.09.91 |
| Stabhochsprung | 4,01 | Aßmann, Bodo (81) | Papenburg |
| | | TV Norden | 25.08.96 |
| Weitsprung | 6,39 | Schaumburg, Udo (72) | Osnabrück |
| | | LAC Emden/Aurich | 13.07.87 |
| Dreisprung | 13,27 | Stevens, Dirk (66) | Holzminden |
| | | TuS Pewsum | 05.09.81 |
| Kugelstoss | 17,66 | Bergmann, Sven (83) | Georgsheil |
| | | SV Georgsheil | 23.09.98 |
| Diskuswurf | 59,22 | Bergmann, Sven (83) | Georgsheil |
| | | SV Georgsheil | 11.10.97 |
| Hammerwurf | 56,40 | Adami, Benjamin (90) | Holtland |
| | | SV Holtland | 24.09.05 |
| Speerwurf | 63,86 | Bergmann, Sven (83) | Bad Oeynhausen |
| | | SV Georgsheil | 01.06.98 |
| Ballwurf 200g | 86,50 | Bergmann, Sven (83) | Hilden |
| | | SV Georgsheil | 27.09.98 |
| Dreikampf | 1.436 | Fengkohl, Dennis (92) | Leer |
| | | Fortuna Wirdum | 28.04.07 |
| | | 11,8-5,35-35,00 | |
| Vierkampf | 2.155 | Meene, Oliver (94) | Bremen |
| | | LAC Emden/Aurich | 06.09.09 |
| | | 12,15-5,62-1,60-10,60 | |
| Achtkampf | 4.825 | Rabenstein, Jens (78) | Bad Oeynhausen |
| | | TV Norden | 07.08./08.08.93 |
| | | 11,08-5,96-15,07-1,84-44,52 | |
| | | 3,00-38,98-2:56,0 | |
| Blockwettk. S/S | 2.762 | Meene, Oliver (94) | Edemissen |
| | | LAC Emden/Aurich | 20.06.09 |
| | | 11,96(+0.0)-12,61(-0.4)-5,87(+0.1)-1,60- | |
| Blockwettk. L | 2.580 | de Vries, Holger (93) | Nienhagen |
| | | TV Norden | 06.07.08 |
| | | 12,98(-0.4)-12,40(-0.2) | |
| | | 5,32(+0.6)-57,50-6:25,49 | |
| Blockwettk. W | 3.040 | Peters, Derk (91) | Zeven |
| | | SV Georgsheil | 09.07.06 |
| | | 11,97-11,93-5,61-15,95-42,19 | |

| Schülerinnen D | | | |
|-------------------|---------|----------------------------|---------------|
| 5 km Lauf | 1:19:56 | Fortuna Wirdum | Schortens |
| Mannschaft | | Bussen_Heyen, Christa (86) | 20.08.94 |
| | | Ellßel, Sandra (86) | |
| | | Müller, Sarah (86) | |
| 4 x 50 m Staffel | 32,27 | TV Norden | Papenburg |
| | | Eilers, Rajke (92) | 09.09.00 |
| | | Bakker, Anne (91) | |
| | | Jenssen, (92) | |
| | | Bommer, Imke (91) | |
| 3 x 800 m Staffel | 9:59,4 | TV Norden | Moorhusen |
| | | Peterssen, M. (97) | 12.07.06 |
| | | Rademacher, (97) | |
| | | Peterssen, N. (97) | |
| Dreikampf | 4.698 | VfL Germania Leer | Leer |
| Mannschaft | | Könemann, (96) | 01.10.05 |
| | | Markus, (96) | |
| | | Hagemann, (96) | |
| | | Poppinga, (96) | |
| | | Meyerr, (97) | |
| Schülerinnen W 8 | | | |
| 50 m Lauf | 7,5 | Jenssen, Sabine (87) | Holtland |
| | | TV Norden | 25.08.95 |
| 800 m Lauf | 3:07,65 | Popp, Fenja (02) | Papenburg |
| | | TSV Friesenstolz Riepe | 12.09.09 |
| 2000 m Lauf | 9:33,3 | Behrends, Annika (95) | Leer |
| | | SV Concordia Ihrhove | 29.03.03 |
| 5 km Lauf | 23:28 | Buttjer, Mareke (83) | Leer |
| | | Fortuna Wirdum | 12.10.91 |
| Weitsprung | 3,98 | Ulferts, Karin (70) | Moorhusen |
| | | SV Georgsheil | 21.06.95 |
| Schlagball 80g | 36,00 | König, Martina (71) | Bunde |
| | | TV Oldersum | 22.09.79 |
| Dreikampf | 1.234 | Ulferts, Karin (70) | Aurich |
| | | SV Georgsheil | 05.09.78 |
| | | 7,7-3,98-30,80 | |
| Schülerinnen W 9 | | | |
| 50 m Lauf | 7,2 | Peters, Mareike (86) | Moorhusen |
| | | SV Georgsheil | 21.06.95 |
| 800 m Lauf | 2:47,2 | Buttjer, Mareeke (83) | Wilhelmshaven |
| | | Fortuna Wirdum | 19.09.92 |
| 2000 m Lauf | 9:02,2 | Grunke, Lina () | Warsingsfehn |
| | | LAC Emden/Aurich | 04.08.09 |
| 5 km Lauf | 21:21 | Ellßel, Sandra (85) | Bokel |
| | | Fortuna Wirdum | 30.04.94 |
| Weitsprung | 4,29 | Ulferts, Karin (70) | Emden |
| | | SV Georgsheil | 19.06.79 |
| Schlagball 80g | 45,20 | Ulferts, Karin (70) | Georgsheil |
| | | SV Georgsheil | 30.04.79 |
| Dreikampf | 1.350 | Ulferts, Karin (70) | Aurich |
| | | SV Georgsheil | 30.06.79 |

| Schülerinnen C | | 7,6-3,93-42,00 | |
|-------------------------|---------|--|--------------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | 1:12:07 | Fortuna Wirdum Bussen-Heyen, Meike (82) Buttjer, Mareike (83) Wilts, () | Leer 03.10.92 |
| 4 x 50 m Staffel | 28,1 | SV Georgsheil Peters, Mareike (86) Janssen, Insa (86) Münning, Marlies (86) Janssen, Kerstin (86) | Moorhusen 27.06.97 |
| 3 x 800 m Staffel | 8:22,9 | LG Uplengen Frers, Andrea (75) Frers, Birgit (75) Schulte, Tanja (75) | Leer 20.09.85 |
| Dreikampf Mannschaft | 6.600 | TV Norden Extra, (90) Klinkenborg, Insa (90) Blum, Mareike (90) Lange, Nadja (90) Bommer, Imke (91) | Warsingsfehn 02.09.01 |
| Vierkampf Mannschaft | 7.774 | SV Georgsheil Van Mark, Anke (88) Röpkes, Ina (88) Gniewocz, Dunja (88) Siebels, Bianca (88) Siebels, Nina (88) | Warsingsfehn 11.07.99 |
| DSMM Gruppe 1 | 4.645 | TV Norden | Moorhusen |
| DSMM Gruppe 2 | 3.183 | SV Georgsheil | Moorhusen |

| Schülerinnen W 10 | | | |
|-------------------|--------|--|--------------------------|
| 50 m Lauf | 7,2 | Rebnau, Traudchen (64) BSV Kickers Emden | Emden 06.10.74 |
| | 7,2 | Janssen, Marion (69) Fortuna Wirdum | Aurich 06.09.79 |
| | 7,2 | Ulferts, Karin (70) SV Georgsheil | Ihlow 09.10.80 |
| 800 m Lauf | 2:40,3 | Frers, Andrea (75) VfL Ockenhausen | Remels 11.09.85 |
| 2000 m Lauf | 7:41,0 | Ellßel, Sandra (85) Fortuna Wirdum | Moorhusen 27.09.95 |
| 5 km Lauf | 21:21 | Ellßel, Sandra (85) Fortuna Wirdum | Bokel 30.04.94 |
| Hochsprung | 1.36 | Behrendsdorf, Lea (97) LAC Emden/Aurich | Emden 19.05.07 |
| Weitsprung | 4.57 | Flink, Anja (77) BSV Kickers Emden | Esens 07.10.77 |
| Schlagball 80g | 48.50 | König, Martina (71) SV Warsingsfehn | Bunde 02.05.81 |
| Dreikampf | 1.443 | Ulferts, Karin (70) SV Georgsheil | Ihlow 09.10.80 |
| Vierkampf | 1.714 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 7,4-4,02-1,24-40,50 | Warsingsfehn 08.09.90 |

| Schülerinnen W 11 | | | |
|-------------------|--------|--|------------------------|
| 50 m Lauf | 6,9 | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Georgsheil 09.07.97 |
| 75 m Lauf | 11,8 | Peters, Fabienne (96) TuS Norderney | Hinte 12.05.07 |
| 800 m Lauf | 2:35,0 | Heidergott, Andrea (75) SV Concordia Ihrhove | Leer 06.09.86 |
| 2000 m Lauf | 7:25,6 | Arling, Katrin (92) SV Concordia Ihrhove | Meppen 19.09.03 |
| 5 km Lauf | 21:21 | Ellßel, Sandra (85) Fortuna Wirdum | Bokel 30.04.94 |
| 60 m Hürden | 12,4 | Peters, Fabienne (96) TuS Norderney | Hinte 12.05.07 |
| Hochsprung | 1.45 | Brandt, Maren (83) SV Concordia Ihrhove | Leer 15.06.94 |
| Weitsprung | 4.73 | De Buhr, Heike (68) SV Georgsheil | Emden 10.07.79 |
| Schlagball 80g | 51.00 | Gerdes, Britta (70) TV Norden | Ihlow 02.05.81 |
| Dreikampf | 1.443 | Ulferts, Karin (70) SV Georgsheil | Ihlow 09.10.80 |
| Vierkampf | 1.793 | 7,4-4,44-43,00 Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer 7,4-4,25-1,37-37,00 | Leer 02.10.91 |
| Blockwettk. S/S | 15.85 | Peters, Fabienne (96) TuS Norderney | Hinte 12.05.07 |

| Schülerinnen B | | | |
|-------------------------|---------|---|-----------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | 1:05:44 | Fortuna Wirdum Bussen-Heyen, (82) Ellßel, (85) Buttjer, (83) | Stuhr 07.05.94 |
| 4 x 50 m Staffel | 27,42 | SV Concordia Ihrhove Bruns, Kerstin (84) Fricke, Malke (83) Haedke, Marie-Luise (84) Brandt, Maren (83) | Papenburg 07.09.96 |
| 4 x 75 m Staffel | 40,71 | TV Norden Extra, (90) Heyken, Svenja (89) Popp, (89) Hagemann, (89) | Papenburg 15.09.02 |
| 3 x 800 m Staffel | 7:48,7 | LAC Emden/Aurich Schatow, Katharina (90) V. Schwartzemb, () Raukuc, Anna (90) | Remels 10.05.03 |
| Dreikampf Mannschaft | 6.454 | TV Norden Fischer, (95) Lützen, (94) Bieler, (95) Kruse, (95) Groenewold, (95) | Leer 29.09.07 |
| Vierkampf Mannschaft | 9.701 | TV Norden Kruse, (95) Okken, (96) Peters, (95) Schröder, (96) | Leer 04.10.08 |

| | | | |
|---------------------------|--------|---|------------------|
| Blockwettk. Mannschaft | 10.134 | Gummels, (96) LAC Emden/Aurich Gastmann, (96) Behrens Dorf, (97) Brendel, (96) Russell, (96) Schirrmann, (97) | Leer 16.05.09 |
| DSMM Gruppe 1 | 6.154 | LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven |
| DSMM Gruppe 2 | 3.427 | TV Norden | Moorhusen |

Schülerinnen W 12

| | | | |
|-----------------|--------|---|---------------------------|
| 50 m Lauf | 6,7 * | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Wilhelmshaven 01.10.98 |
| 75 m Lauf | 9,8 | Holstein, Miriam (67) VfL Germania Leer | Warsingsfehn 13.10.79 |
| 800 m Lauf | 2:27,5 | Frers, Birgit (75) SV Concordia Ihrhove | Remels 03.07.87 |
| 2000 m Lauf | 7:02,3 | Heidergott, Andrea (75) SV Concordia Ihrhove | Melle 29.08.87 |
| 5 km Lauf | 19:53 | Nikoleit, Pia (94) TuS Eintracht Hinte | Emden 27.05.06 |
| 60 m Hürden | 9,5 | Münning, Marlies (86) SV Georgsheil | Wilhelmshaven 27.09.98 |
| Hochsprung | 1.53 | Peterwerth, Sandra (74) SV Warsingsfehn | Berlin 23.09.86 |
| Stabhochsprung | 1.87 | Habben, Sabine (92) Fortuna Wirdum | Marienhafe 18.09.04 |
| Weitsprung | 5.10 | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Wilhelmshaven 28.06.98 |
| Kugelstoss | 10.44 | Beyer, Inga (74) SV Holtland | Oldenburg 13.09.86 |
| Diskuswurf | 31.36 | Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil | Wirdum 09.10.94 |
| Hammerwurf | 23.43 | Barkhoff, Anna (87) Fortuna Wirdum | Wirdum 09.10.99 |
| Speerwurf | 31.04 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer | Marienhafe 10.10.92 |
| Schlagball 80g | 59.50 | Hilbers, Carola (79) VfL Jheringsfehn | Papenburg 31.08.91 |
| Dreikampf | 1.407 | Behrens Dorf, Lea (97) LAC Emden/Aurich 11,43-4,30-46,50 | Leer 26.09.09 |
| Vierkampf | 1.906 | Behrens Dorf, Lea (97) LAC Emden/Aurich 11,43-4,30-1,49-46,50 | Leer 26.09.09 |
| Blockwettk. S/S | 2.297 | Behrens Dorf, Lea (97) LAC Emden/Aurich 11,5-11,1-4,17-1,40-49,00 | Leer 16.05.09 |
| Blockwettk. L | 2.439 | Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 10,6-10,4-4,46-42,50-2:36,4 | Hinte 09.05.02 |
| Blockwettk. W | 1.860 | Bieler, Sarah (95) TV Norden 11,2-13,8-3,85-7,23-20,21 | Hinte 12.05.07 |

Schülerinnen W 13

| | | | |
|-----------------|--------|---|---------------------------|
| 50 m Lauf | 6,6 | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Warsingsfehn 09.07.99 |
| 75 m Lauf | 9,8 | Holstein, Miriam (67) VfL Germania Leer | Warsingsfehn 13.10.79 |
| | 9,8 | Betz, Inka (77) SV Concordia Ihrhove | Oldenburg 22.09.90 |
| | 9,8 | Ottjes, Sonja (77) VfL Ockenhausen | Oldenburg 22.09.90 |
| 800 m Lauf | 2:16,6 | Janhsen, Frieda (65) VfL Ockenhausen | Oldenburg 22.09.78 |
| 2000 m Lauf | 7:02,3 | Heidergott, Andrea (75) SV Concordia Ihrhove | Melle 29.08.87 |
| 5 km Lauf | 19:53 | Nikoleit, Pia (94) TuS Eintracht Hinte | Emden 27.05.06 |
| 60 m Hürden | 9,1 | Münning, Marlies (86) SV Georgsheil | Gelsenkirchen 19.09.99 |
| Hochsprung | 1.60 | Helmers, Elke (64) VfL Ockenhausen | Bad Nenndorf 12.07.77 |
| Stabhochsprung | 2.12 | Habben, Sabine (92) Fortuna Wirdum | Marienhafe 28.09.05 |
| Weitsprung | 5.45 | Brandt, Maren (83) SV Concordia Ihrhove | Leer 21.05.96 |
| Kugelstoss | 12.20 | Beyer, Inga (74) SV Holtland | Aurich 15.08.87 |
| Diskuswurf | 39.72 | Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil | Emden 02.09.95 |
| Hammerwurf | 49.64 | Dirks, Nina (94) SV Holtland | Holtland 15.09.07 |
| Speerwurf | 38.90 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer | Wilhelmshaven 24.09.95 |
| Ballwurf 200g | 42.00 | Eilers, Lisa-Kristin (93) TV Norden | Wilhelmshaven 13.06.06 |
| Schlagball 80g | 59.50 | Hilbers, Carola (79) SV Warsingsfehn | Papenburg 31.08.91 |
| Dreikampf | 1.627 | Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 9,8-5,04-46,50 | Norden 06.09.03 |
| Vierkampf | 2.108 | Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 9,8-5,04-1,46-46,50 | Norden 06.09.03 |
| Blockwettk. S/S | 2.371 | Schirrmann, Katharina (94) LAC Emden/Aurich 10,6-10,3-4,22-1,41-40,00 | Hinte 12.05.07 |
| Blockwettk. L | 2.762 | Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 10,0-9,6-5,04-50,50-2:24,7 | Hinte 17.05.03 |
| Blockwettk. W | 2.443 | Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil 10,2-10,1-5,06-8,78-24,93 | Georgsheil 27.05.05 |

Schülerinnen A

| | | | |
|---------------------------|---------|--|--------------------------|
| 5 km Lauf Mannschaft | 1:05:44 | Fortuna Wirdum Bussen-Heyen, (82) Ellkel, (85) Buttjer, (83) | Stuhr 07.05.94 |
| 4 x 75 m Staffel | 38,43 | SV Concordia Ihrhove Gruben, Katja (80) Drathjer, Karina (81) Sulmann, Katrin (80) Katzenski, Stephanie (82) | Hamel 27.08.95 |
| 4 x 100 m Staffel | 52,7 | TV Norden Eilers, Rajke (92) Witte, Karina (92) Jenssen, Maj-Britt (92) Eilers, Lisa-Kristin (93) | Leer 16.06.07 |
| 3 x 800 m Staffel | 6:48,3 | Engel, Anja (66) Bens, Monika (66) Janhsen, Frieda (65) | Salzgitter 07.10.79 |
| Dreikampf Mannschaft | 7.064 | VfL Germania Leer Büsing, Tomke (80) Manssen, Andrea (80) Smidt, Tanja (81) Kratzenberg, Anja (81) Siemer, Janneke (81) | Leer 03.06.95 |
| Vierkampf Mannschaft | 8.964 | TV Norden Gerken, Alena (94) Lützen, Dinah Kathar (94) Bieler, Sarah (95) Kruse, Katharina (95) Engeler, Miriam (95) | Bremen 06.09.09 |
| Siebenkampf Mannschaft | 9.001 | LG Uplengen Jünke, Kerstin (91) Schrage, Sandra (92) Schlachter, Laura (92) | Stuhr 10.06./11.06.06 |
| Blockwettk. Mannschaft | 10.524 | LAC Emden/Aurich Knopf, Hannah (93) Knopf, Lea (93) Tjards, Imke (93) Ulferts, Sandra (93) Hachmeister, Charlotte (93) | Hamel 23.06.07 |
| DSMM Gruppe 1 | 8.715 | StG LAC Emden / Aurich | Göttingen |
| DSMM Gruppe 2 | 7.531 | TV Norden | Werlte |
| DSMM Gruppe 3 | 5.487 | VfL Germania Leer | Leer |
| DSMM Gruppe 4 | 3.306 | Fortuna Wirdum | Moorhusen |

Schülerinnen W 14

| | | | |
|-------------|--------|---|-----------------------|
| 75 m Lauf | 9,5 | Betz, Inka (77) SV Concordia Ihrhove | Aurich 02.06.91 |
| 100 m Lauf | 12,4 | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Leer 06.05.00 |
| 300 m Lauf | 43,31 | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Hamburg 23.09.00 |
| 800 m Lauf | 2:13,7 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Oldenburg 06.09.80 |
| 2000 m Lauf | 6:29,7 | Engel, Anja (66) VfL Ockenhausen | Hannover 29.06.80 |
| 5 km Lauf | 19:53 | Nikoleit, Pia (94) TuS Eintracht Hinte | Emden 27.05.06 |

| | | | |
|-----------------|-------|--|--------------------------|
| 80 m Hürden | 12,21 | Rieger, Silvia (70) TuS Eintracht Hinte | Sottrum 23.09.84 |
| 300 m Hürden | 52,37 | Knust, Insa (95) SV Holtland | Papenburg 28.08.09 |
| Hochsprung | 1.68 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer | Oldenburg 29.06.94 |
| Stabhochsprung | 2.60 | Schmidt, Antje (87) VfL Germania Leer | Papenburg 28.09.01 |
| Weitsprung | 5.77 | Willink, Ilka (65) TV Norden | Salzgitter 29.06.80 |
| Kugelstoss | 12.56 | Bunjes, Andrea (76) SV Holtland | Hannover 09.09.90 |
| Diskuswurf | 41.32 | Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil | Wirdum 12.10.96 |
| Hammerwurf | 51.50 | Nannen, Mareike (90) SV Holtland | Holtland 25.09.04 |
| Speerwurf | 43.26 | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer | Aurich 27.05.94 |
| Ballwurf 200g | 57.50 | König, Martina (71) SV Warsingsfehn | Marienhafe 15.01.85 |
| Dreikampf | 1.548 | Eilers, Lisa-Kristin (93) TV Norden 12,8-4,89-37,50 | Leer 28.04.07 |
| Vierkampf | 2.099 | Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil 13,5-5,07-1,51-11,59 | Aurich 16.09.06 |
| Siebenkampf | 3.697 | Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich 12,28(+1.9)-1,60-9,07-13,26(-1.0) 4,75-30,01-2:21,50 | Rhede 14.08./15.08.04 |
| Blockwettk. S/S | 2.326 | Bartels, Friederike (92) VfL Germania Leer 14,0-13,3-4,38-1,38-25,40 | Hinte 13.05.06 |
| Blockwettk. L | 1.798 | Djuren, Nadine (93) SV Warsingsfehn 14,2-16,4-3,66-17,00-9:08,1 | Hinte 12.05.07 |
| Blockwettk. W | 2.667 | Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil 13,20-12,89-4,76-11,82-32,36 | Zeven 08.07.06 |

Schülerinnen W 15

| | | | |
|-------------|----------|--|-----------------------|
| 75 m Lauf | 9,5 | Betz, Inka (77) SV Concordia Ihrhove | Aurich 02.06.91 |
| | 9,5 * | Büsing, Tomke (80) VfL Germania Leer | Ihrhove 05.05.95 |
| 100 m Lauf | 12,40 | Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil | Langen 03.06.07 |
| 300 m Lauf | 41,65 | Raukuc, Anna (90) LAC Emden/Aurich | Lübeck 14.08.05 |
| 800 m Lauf | 2:08,33 | Bens, Monika (66) VfL Ockenhausen | Oldenburg 09.05.81 |
| 2000 m Lauf | 6:29,7 | Engel, Anja (66) VfL Ockenhausen | Hannover 29.06.80 |
| 3000 m Lauf | 11:21,90 | Nikoleit, Pia (94) Emder Laufgemeinschaft | Bremen 26.04.09 |
| 5 km Lauf | 19:21 | Nikoleit, Pia (94) Emder Laufgemeinschaft | Ofen 03.10.09 |
| 80 m Hürden | 11,92* | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil | Oldendorf 25.08.01 |

| | | | |
|-----------------|---------|--|---------------------------|
| 300 m Hürden | 51,9 | Schumacher, Anna-Maria (87) LAC Emden/Aurich | Aurich 26.07.02 |
| Hochsprung | 1.72 | Willink, Ilka (65) TV Norden | Hannover 29.06.80 |
| Stabhochsprung | 2.70 | De Boer, Tina (88) VfL Germania Leer | Wilhelmshaven 09.08.03 |
| Weitsprung | 5.77 | Willink, Ilka (65) TV Norden | Salzgitter 29.06.80 |
| Dreisprung | 10.75 | Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil | Leer 28.04.07 |
| Kugelstoss | 13.65 | Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil | Emden 20.09.97 |
| Diskuswurf | 44.10 | Redenius, Sonja (82) SV Georgsheil | Hesel 27.09.97 |
| Hammerwurf | 58.01 | Nannen, Mareike (90) SV Holtland | Delmenhorst 18.09.95 |
| Speerwurf | 44.92 | Groenewold, Anke (80) TV Norden | Hameln 27.08.95 |
| Ballwurf 200g | 60.00 | Hilbers, Carola (79) SV Warsingsfehn | Lehrte 29.05.94 |
| Dreikampf | 1.423 | Habben, Sabine (92) Fortuna Wirdum 13,2-4,60-30,50 | Leer 28.04.07 |
| Vierkampf | 2.099 | Saathoff, Lena (92) SV Georgsheil 13,5-5,07-1,51-11,59 | Aurich 16.09.06 |
| Siebenkampf | 3.273 | Bartels, Friederike (92) VfL Germania Leer 13,23-1,28-7,98-13,84 4,82-30,60-2:36,38 | Hameln 23.06./24.06.07 |
| Blockwettk. S/S | 2.495 | Schirrmann, Katharina (94) LAC Emden/Aurich 13,4-12,6-4,76-1,46-24,17 | Leer 16.05.09 |
| Blockwettk. L | 2.311 | Schröder, Katja (92) LAC Emden 13,80-15,19-4,32-36,00-7:31,07 | Hameln 23.06.07 |
| Blockwettk. W | 2.770 | Peters, Mareike (86) SV Georgsheil 12,76-12,01-5,15(+0.5)-11,52-29,84 | Rhede 18.08.01 |
| Senioren M 30 | | | |
| 100 m Lauf | 10,9 | Iken, Wolfgang (54) TV Norden | Wilhelmshaven 22.08.84 |
| 200 m Lauf | 22,29 | Bisewski, Christoph (63) TV Norden | Oldenburg 03.08.94 |
| 400 m Lauf | 48,77 | Bisewski, Christoph (63) TV Norden | Warsingsfehn 07.08.93 |
| 800 m Lauf | 1:58,24 | Bisewski, Christoph (63) TV Norden | Lübeck 22.05.93 |
| 1000 m Lauf | 2:35,73 | Rudolph, Markus (61) TuS Eintracht Hinte | Stade 02.05.92 |
| 1500 m Lauf | 4:07,6 | Rudolph, Markus (61) TuS Eintracht Hinte | Leer 12.09.92 |
| 1 Meile | 4:44,5 | Steinke, Peter (70) TV Norden | Emden 10.09.04 |
| 3000 m Lauf | 8:49,73 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Köln 17.06.00 |
| 5000 m Lauf | 14:42,1 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Ihrhove 15.07.94 |

| | | | |
|--------------------------------|----------|--|----------------------------|
| 10.000 m Lauf | 30:19,19 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Delmenhorst 04.06.94 |
| 1 Stunde Lauf | 18.038 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Borgholzhausen 03.09.00 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 1:38:12 | LG Ihrhove/Warsingsfehn Heidergott, Enno (71) Steinke, Peter (70) Brauner, (71) | Alfeld 18.03.01 |
| 25 km Lauf | 1:22:02 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Paderborn 02.04.83 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 1:07:00 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Den Haag/NED 27.03.94 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 3:46:20 | TV Norden Valentin, Jörg (62) Steinke, Peter (70) Iglesias, Bernardo (55) | Hattingen 09.03.03 |
| Marathonlauf | 2:26:41 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Bremen 24.04.83 |
| Marathonlauf Mannschaft | 7:32:46 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Janssen, (38) Hommers, (50) Bönsch, (40) | Bremen 24.04.83 |
| 100 km Lauf | 7:59:16 | Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland | Kienbaum 27.03.04 |
| 110 m Hürden | 15,34 | Schweter, Gregor (65) TV Norden | Hößbach 20.05.95 |
| 400 m Hürden | 59,72 | Schweter, Gregor (65) TV Norden | Hößbach 20.05.95 |
| 3000 m Hindernis | 10:00,7 | Goldenstein, Uwe (38) VfL Germania Leer | Osnabrück 04.05.68 |
| 4 x 100 m Staffel | 49,2 | Fortuna Wirdum Wolterink, Jens (68) Rausch, Martin (65) Brüggemann, (69) | Oldenburg 30.06.01 |
| 3 x 1000 m Staffel | 9:59,6 | Alberts-Tammen, Udo (68) Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Faßhauer, Andreas (68) Broer, (70) Sanders, Anton (61) | Moorhusen 07.09.07 |
| 5 x 10 km Staffel | 3:05:10 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Christians, Borchard (58) Knobel, Karl-Heinz (53) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Tjarks, Eduard (54) Ludwig, Reinhard (59) | Oldenburg 24.06.00 |
| Hochsprung | 2.00 | Klose, Jörg (65) TV Norden | Delmenhorst 15.08.97 |
| Stabhochsprung | 4.70 | Müller, Frank (68) TV Norden | Verden 16.05.98 |
| Weitsprung | 6.85* | Müller, Frank (68) TV Norden | Verden 16.05.98 |
| Dreisprung | 14.15 | Swart, Enno (62) TV Norden | Garbsen 01.05.93 |
| Kugelstoss | 16.16 | Bergmann, Wilfried (43) TuS Pewsum | Emden 27.06.75 |
| Diskuswurf | 57.24 | Isenecker, Roland (72) TV Norden | Soltau 05.06.02 |
| Hammerwurf | 48.54 | Kowalczyk, Harm (56) LAC Emden/Aurich | Wirdum 22.09.88 |
| Speerwurf | 67.08 | Bieck, Marcus (69) TV Norden | Delmenhorst 15.06.02 |
| Fünfkampf | 2.567 | Alberts-Tammen, Udo (68) Fortuna Wirdum 6,61(-0.2)-50,24-23,43(+0.2)-42,91-4:45, | Dörpen 29.09.02 |

| | | | |
|-------------------------|-------|--|-----------------------|
| Fünfkampf Mannschaft | 6.153 | Fortuna Wirdum Alberts-Tammen, Udo (68) Peters, Holger (75) Giesselmann, Bernd (68) | Osnabrück 18.09.05 |
| DAMM Gruppe A | 7.986 | Fortuna Wirdum | Emden |
| DAMM Gruppe B | 2.784 | Fortuna Wirdum | Oldenburg |

Seniorinnen W 30

| | | | |
|-------------------|----------|--|------------------------|
| 100 m Lauf | 13,2 | Störmer, Eka (42) | Norden 17.06.72 |
| 200 m Lauf | 25,9 | Stumpf, Lena (24) | Bern 26.08.54 |
| 400 m Lauf | 58,52 | Huneke, Heike (66) VfL Germania Leer | Zeven 02.06.96 |
| 800 m Lauf | 2:11,95 | Huneke, Heike (66) VfL Germania Leer | Hagen 05.07.96 |
| 1500 m Lauf | 5:04,85 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Oldenburg 09.07.08 |
| 1 Meile | 6:12,2 | Ringena, Marion (59) Emder Laufgemeinschaft | Emden 12.09.03 |
| 3000 m Lauf | 10:43,21 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Dortmund 03.06.07 |
| 5000 m Lauf | 18:25,18 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Essen 15.06.07 |
| 10.000 m Lauf | 39:03,9 | Beyer, Claudia (61) SV Concordia Ihrhove | Aurich 14.08.92 |
| 1 Stunde Lauf | 14.400 | Hoogestraat, Sonja (76) Emder Laufgemeinschaft | Emden 02.11.08 |
| 10 km Lauf | 37:44 | Lüken, Kerstin (76) Emder Laufgemeinschaft | Hamburg 14.09.08 |
| 15 km Lauf | 1:01:00 | Beyer, Claudia (61) VfL Germania Leer | Ihrhove 29.06.91 |
| 25 km Lauf | 1:49:53 | Reinhardt, Mareike (40) TV Norden | Schortens 23.03.85 |
| Halbmarathonlauf | 1:24:21 | Lüken, Kerstin (76) Emder Laufgemeinschaft | Zeven 04.10.09 |
| Marathonlauf | 3:05:14 | Kruska, Sabine (63) SV Concordia Ihrhove | Hamburg 30.04.95 |
| 4 x 100 m Staffel | 63,8 | Fortuna Wirdum Georgs, Elke (59) Sinning, Anja (65) Oldewurtel, Hedda (61) Janssen, Gerlinde () | Emden 22.09.01 |
| Hochsprung | 1.35 | Lengerhuis, Insa (68) TuS Norderney | Oldenburg 20.08.03 |
| Stabhochsprung | 1.85 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 09.06.04 |
| Weitsprung | 5.35 | Störmer, Eka (42) BSV Kickers Emden | Göttingen 02.07.72 |
| Dreisprung | 9.99 | Bierwirth, Susanne (60) TV Norden | Hinte 17.05.92 |
| Diskuswurf | 39.60 | Siebels, Monika (66) SV Georgsheil | Georgsheil 16.03.96 |
| Hammerwurf | 22.94 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 09.07.03 |
| Speerwurf | 41.66 | Bierwirth, Susanne (60) TV Norden | Hinte 27.05.90 |
| DAMM Gruppe B | 2.712 | Fortuna Wirdum | Oldenburg |

Senioren M 35

| | | | |
|------------------|----------|--|--|
| 100 m Lauf | 11,3 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Georgsheil 23.06.82 |
| 200 m Lauf | 23,1 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Emden 08.09.81 |
| 400 m Lauf | 52,94 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | München 20.07.85 |
| 800 m Lauf | 2:05,3 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Oldenburg 06.07.83 |
| 1000 m Lauf | 2:42,88 | Wiesener, Klaus (56) TV Norden | Wuppertal 04.05.97 |
| 1500 m Lauf | 4:11,65 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Verden 16.05.98 |
| 1 Meile | 4:56,5 | Klus-Brauner, Michael (71) TV Norden | Emden 22.09.06 |
| 3000 m Lauf | 8:49,73 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Köln 17.06.00 |
| 5000 m Lauf | 15:02,6 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Menden 08.05.98 |
| 10.000 m Lauf | 30:47,50 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Köln 25.04.98 |
| 1 Stunde Lauf | 18.038 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Borgholzhausen 03.09.00 |
| 10 km Lauf | 31:24 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Leverkusen 07.03.99 |
| 25 km Lauf | 1:22:02 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Paderborn 02.04.83 |
| Halbmarathonlauf | 1:09:48 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Xanten 27.03.99 |
| Marathonlauf | 2:26:41 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Bremen 24.04.83 |
| 100 km Lauf | 7:59:16 | Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland | Kienbaum 27.03.04 |
| 110 m Hürden | 17,2 | Lentke, Wolfgang (54) VfL Germania Leer | Hinte 21.05.89 |
| 400 m Hürden | 62,7 | Störmer, Ingo (37) | Groningen 30.04.72 |
| 3000 m Hindernis | 10:38,8 | Trebesch, Wolfgang (57) LAC Emden/Aurich | Aurich 13.08.93 |
| Hochsprung | 1.85 | Klose, Jörg (65) FC Norden | Scheeßel 11.06.00 |
| Stabhochsprung | 1.85 | Zander, Robert (68) TV Norden | Minden 22.05.04 |
| Weitsprung | 6.48 | Müller, Frank (68) TV Norden | Minden 22.05.04 |
| Dreisprung | 13.06 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Emden 18.08.81 |
| Kugelstoss | 15.37 | Swart, Enno (62) TV Norden | Wolfsburg 28.06.00 |
| Diskuswurf | 50.50 | Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil | Wirdum 01.06.79 |
| Hammerwurf | 45.94 | Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil | Wirdum 20.08.80 |
| Speerwurf | 59.95 | Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich | Aurich 09.07.06 |
| Gewichtswurf | 13.11 | Bieck, Marcus (69) TV Norden | Hamburg 24.06.07 |
| Fünfkampf | 2.390 | Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich Giesselmann, Bernd (68) Fortuna Wirdum | Meppen 22.04.06 Hannover 17.09.06 |

| | | | |
|------------------|-------|--|--------------------------|
| Zehnkampf | 3.968 | Giesselmann, Bernd (68) Fortuna Wirdum 11,55(+0.0)-6,95(+1.1)-14,14-1,82-51,40 15,46(-0.8)-42,24-3,90-53,33-4:43,71 | Zeven 13.09./14.09.03 |
| Werfer-Fünfkampf | 2.914 | Arjes, Michael (71) LAC Emden/Aurich 11,79-39,43-43,03-44,52-12,58 | Aurich 18.07.09 |

Seniorinnen W 35

| | | | |
|------------------|----------|--|-------------------------|
| 100 m Lauf | 14,26 | Königs, Traudchen (64) LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 19.05.01 |
| 200 m Lauf | 36,6 | Heyken, Anja (66) Fortuna Wirdum | Marienhafe 01.09.04 |
| 400 m Lauf | 84,4 | Dirksen, Beate (63) Fortuna Wirdum | Marienhafe 04.09.02 |
| 800 m Lauf | 2:29,77 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Oldenburg 09.07.08 |
| 1500 m Lauf | 5:04,85 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Oldenburg 09.07.08 |
| 3000 m Lauf | 10:43,21 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Dortmund 03.06.07 |
| 5000 m Lauf | 18:25,18 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Essen 15.06.07 |
| 10.000 m Lauf | 40:49,6 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Bunde 06.09.91 |
| 1 Stunde Lauf | 14.188 | Reemts, Gerda (49) SV Holtland | Leer 11.05.88 |
| 10 km Lauf | 38:47 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Norden 21.04.07 |
| | 38:52 | Kruska, Sabine (63) SV Concordia Ihrhove | Oldenburg 11.03.00 |
| 15 km Lauf | 1:02:58 | Reemts, Gerda (49) SV Concordia Ihrhove | Papenburg 11.10.92 |
| 25 km Lauf | 1:49:53 | Reinhardt, Mareike (40) TV Norden | Schortens 23.03.85 |
| Halbmarathonlauf | 1:27:17 | Kruska, Sabina (63) SV Concordia Ihrhove | Scharnebeck 14.10.00 |
| Marathonlauf | 3:07:32 | Reinhardt, Mareike (40) TV Norden | Herzlake 27.10.85 |
| Hochsprung | 1.35 | Lengerhuis, Insa (68) TuS Norderney | Oldenburg 20.08.03 |
| Stabhochsprung | 1.85 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 09.06.04 |
| Weitsprung | 4.73 | Königs, Traudchen (64) LAC Emden/Aurich | Oldenburg 16.08.00 |
| Dreisprung | 7.83 | Heyken, Anja (66) Fortuna Wirdum | Marienhafe 25.05.05 |
| Kugelstoss | 10.43 | Mücher, Lydia (56) SV Georgsheil | Wirdum 24.04.92 |
| Diskuswurf | 25.16 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 01.09.04 |
| Hammerwurf | 22.94 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 09.07.03 |

Senioren M 40

| | | | |
|--------------------------------|----------|---|-------------------------|
| 100 m Lauf | 11,6 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Ihlow 08.07.84 |
| 200 m Lauf | 25,0 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Osnabrück 10.09.89 |
| 400 m Lauf | 52,94 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | München 20.07.85 |
| 800 m Lauf | 2:05,72 | Wiesener, Klaus (56) TV Norden | Dortmund 14.05.72 |
| 1000 m Lauf | 2:42,88 | Wiesener, Klaus (56) TV Norden | Wuppertal 04.05.97 |
| 1500 m Lauf | 4:17,65 | Wiesener, Klaus (56) TV Norden | Menden 20.06.97 |
| 1 Meile | 4:59,1 | Jürrens, Harry (57) LAC Emden/Aurich | Emden 04.09.98 |
| 3000 m Lauf | 8:58,46 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Dortmund 05.06.03 |
| 5000 m Lauf | 15:20,28 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Dortmund 22.08.02 |
| 10.000 m Lauf | 31:36,63 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Troisdorf 31.08.02 |
| 1 Stunde Lauf | 16.933 | Jürrens, Harry (57) Emder Laufgemeinschaft | Emden 28.10.01 |
| 10 km Lauf | 32:16 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Bremerhaven 30.03.03 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 1:47:41 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Hörnemann, (62) Ludwig, Reinhard (59) Christians, Borchard (58) | Bremerhaven 30.03.03 |
| 25 km Lauf | 1:22:02 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Paderborn 02.04.83 |
| Halbmarathonlauf | 1:11:15 | Valentin, Jörg (62) TV Norden | Hattingen 10.03.02 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 4:06:24 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Hörnemann, (62) Tjarks, Eduard (54) Christians, Borchard (58) | Dunum 28.09.02 |
| Marathonlauf | 2:26:41 | Janssen, Johann (38) Lauf-Gem. Ostfriesland | Bremen 24.04.83 |
| 100 km Lauf | 7:59:16 | Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland | Kienbaum 27.03.04 |
| 110 m Hürden | 20,1 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Zeven 06.10.85 |
| 400 m Hürden | 63,6 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Remels 16.05.85 |
| 3000 m Hindernis | 10:40,8 | Goldenstein, Uwe (38) VfL Germania Leer | Oldenburg 15.08.79 |
| 4 x 100 m Staffel | 49,70 | LAC Emden/Aurich Determann, Dr. Jürgen (58) Mäcken, Siegbert (60) Kaun, Ingo (55) Romaneesen, () | Dörpen 22.08.04 |
| 4 x 400 m Staffel | 4:02,7 | LAC Emden/Aurich Determann, Dr. Jürgen (58) Mäcken, Siegbert (60) Kaun, Ingo (55) Romaneesen, () | Moorhusen 29.08.04 |
| 3 x 1000 m Staffel | 9:47,3 | LAC Emden/Aurich Determann, Dr. Jürgen (58) Mäcken, Siegbert (60) Romaneesen, () | Moorhusen 29.08.04 |

| | | | |
|--------------------|---------|--|-------------------------|
| 4 x 1500 m Staffel | 19:48,9 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Tjarks, Eduard (54) Knobel, Karl-Heinz (53) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Christians, Borchard (58) | Remels 09.05.98 |
| 5 x 10 km Staffel | 3:05:10 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Christians, Borchard (58) Knobel, Karl-Heinz (53) Reisewitz, Karl-Heinz (51) Tjarks, Eduard (54) Ludwig, Reinhard (59) | Oldenburg 24.06.00 |
| Hochsprung | 1.75 | Giesselmann, Bernd (68) Fortuna Wirdum | Delmenhorst 17.05.09 |
| Stabhochsprung | 3.61 | Frisch, Walter (15) VfL Germania Leer | Westerstede 21.08.55 |
| Weitsprung | 6.01 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Ihlow 08.07.84 |
| Dreisprung | 11.53 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Leer 08.09.94 |
| Kugelstoss | 14.50 | Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil | Oldenburg 04.09.83 |
| Diskuswurf | 50.40 | Bergmann, Wilfried (43) SV Georgsheil | Marienhafe 05.09.83 |
| Hammerwurf | 40.30 | Beyer, Klaus (42) SV Holtland | Hesel 20.04.96 |
| Speerwurf | 48.40 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Delmenhorst 16.06.91 |
| Fünfkampf | 1.812 | Romaneessen, Gerd (63) LAC Emden/Aurich | Langen 28.09.03 |
| DAMM Gruppe A | 6.981 | Fortuna Wirdum | Emden |

Seniorinnen W 40

| | | | |
|--------------------------|----------|---|------------------------|
| 100 m Lauf | 14,4 | Eilers, Ingrid (28) TV Norden | Hannover 24.07.77 |
| 200 m Lauf | 36,9 * | Dirksen, Beate (63) Fortuna Wirdum | Marienhafe 28.05.03 |
| 400 m Lauf | 87,9 | Broer, Heide (57) Fortuna Wirdum | Marienhafe 06.07.05 |
| 800 m Lauf | 2:29,77 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Oldenburg 09.07.08 |
| 1500 m Lauf | 5:04,85 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Oldenburg 09.07.08 |
| 1 Meile | 6:12,2 | Ringena, Marion (59) Emder Laufgemeinschaft | Emden 12.09.03 |
| 3000 m Lauf | 10:43,21 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Dortmund 03.06.07 |
| 5000 m Lauf | 18:25,18 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Essen 15.06.07 |
| 10.000 m Lauf | 40:49,4 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neeremoor | Bunde 06.09.91 |
| 1 Stunde Lauf | 13.400 | Maaß, Almuth (66) Lauf-Gem. Ostfriesland | Emden 04.11.07 |
| 10 km Lauf | 38:47 | Klostermann, Waltraud (60) TV Norden | Norden 21.04.07 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 2:12:04 | TV Norden Klostermann, Waltraud (60) Hellmers, Susanne (66) Gronewold, Elke (67) | Lemwerder 22.03.09 |

| | | | |
|--------------------------------|----------|--|-------------------------|
| 15 km Lauf | 1:02:58 | Reemts, Gerda (49) SV Concordia Ihrhove | Papenburg 11.10.92 |
| Halbmarathonlauf | 1:30:57 | Sawatz, Gerda (56) SV Warsingsfehn | Scharnebeck 14.10.00 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 5:49:50 | Emder Laufgemeinschaft Kortylack, Gisela (56) Ringena, Marion (59) Voß, Käthe (54) | Dunum 28.09.02 |
| Marathonlauf | 3:07:32 | Reinhardt, Mareike (40) TV Norden | Herzlake 27.10.85 |
| Marathonlauf Mannschaft | 10:58:23 | Emder Laufgemeinschaft Ringena, Marion (59) Kortylack, Gisela (56) Faust, Anja (60) | Steinfurt 17.03.01 |
| 100 km Lauf | 14:50:19 | Hecht, Jutta (28) VfL Germania Leer | Unna 07.09.80 |
| 4 x 100 m Staffel | 69,0 | Fortuna Wirdum Thiele, Helmi (52) Georgs, Elke (59) Galetzka, (63) Broer, Heide (57) | Moorhusen 12.07.06 |
| 3 x 800 m Staffel | 11:39,6 | Fortuna Wirdum Thiele, Helmi (52) Gerken, (65) Georgs, Elke (59) Heyken, Anja (66) | Moorhusen 12.07.06 |
| Hochsprung | 1.20 | Fortuna Wirdum | Emden 24.09.06 |
| Stabhochsprung | 1.85 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 09.06.04 |
| Weitsprung | 4.35 | Eilers, Ingrid (28) TV Norden | Holtland 14.07.78 |
| Dreisprung | 7.65 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 25.05.05 |
| Kugelstoss | 9.49 | Mücher, Lydia (56) SV Georgsheil | Aurich 21.05.96 |
| Diskuswurf | 25.16 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 01.09.84 |
| Hammerwurf | 22.94 | Georgs, Elke (59) Fortuna Wirdum | Marienhafe 09.07.03 |
| Speerwurf | 30.09 | Eilers, Susanne (60) TV Norden | Norden 13.10.01 |
| DAMM Gruppe A | 3.575 | Fortuna Wirdum | Emden |

Senioren M 45

| | | | |
|-------------|--------|--|------------------------|
| 100 m Lauf | 11,8 | Müller, Rainer (42) TV Friedeburg | Friedeburg 20.06.87 |
| 200 m Lauf | 25,0 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Osnabrück 10.09.89 |
| 400 m Lauf | 56,2 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Hinte 21.05.89 |
| 800 m Lauf | 2:09,7 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Papenburg 29.09.89 |
| 1000 m Lauf | 2:53,9 | Kröger, Peter (46) TuS Borkum | Oldenburg 17.07.91 |
| 1500 m Lauf | 4:36,4 | Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland | Aurich 18.07.89 |
| 1 Meile | 5:15,7 | Onken, Gerhard (49) VfL Germania Leer | Emden 03.09.99 |

| | | | |
|------------------|---------|--|---------------------------|
| 3000 m Lauf | 9:13,7 | Jans, Peter (40) | Oldenburg |
| 5000 m Lauf | 15:28,6 | Lauf-Gem. Ostfriesland Janssen, Johann (38) | 24.09.78 Ihlow |
| 10.000 m Lauf | 32:14,2 | Lauf-Gem. Ostfriesland Janssen, Johann (38) | 15.05.83 Bunde |
| 1 Stunde Lauf | 16.925 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jans, Peter (40) | 20.05.83 Leer |
| 10 km Lauf | 34:37 | Lauf-Gem. Ostfriesland Iglesias, Bernardo (55) | 03.05.89 Leverkusen |
| 25 km Lauf | 1:22:02 | TV Norden Janssen, Johann (38) | 03.03.02 Paderborn |
| Halbmarathonlauf | 1:17:04 | Lauf-Gem. Ostfriesland Koenen, Hermann (50) | 02.04.83 Himmelpforten |
| Marathonlauf | 2:26:41 | VfL Germania Leer Janssen, Johann (38) | 23.04.95 Bremen |
| 100 km Lauf | 7:59:16 | Lauf-Gem. Ostfriesland Tjarks, Eduard (54) | 24.04.83 Kienbaum |
| 110 m Hürden | 20,92* | Lauf-Gem. Ostfriesland Kaun, Ingo (55) | 27.03.04 Zeven |
| 400 m Hürden | 65,1 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 15.09.01 Aurich |
| Hochsprung | 1.60 | LAC Emden/Aurich Voß, Wolfgang (46) | 30.06.89 Aurich |
| Stabhochsprung | 2.90 | SV Georgsheil Wolterink, Johann (42) | 10.05.94 Dörpen |
| Weitsprung | 5.65 | Fortuna Wirdum Voß, Wolfgang (46) | 22.09.89 Delmenhorst |
| Dreisprung | 11.07 | SV Georgsheil Voß, Wolfgang (46) | 16.06.91 Aurich |
| Kugelstoss | 13.41 | SV Georgsheil Bergmann, Wilfried (43) | 02.07.91 Oldenburg |
| Diskuswurf | 46.56 | SV Georgsheil Bergmann, Wilfried (43) | 30.04.88 Marienhafe |
| Hammerwurf | 40.30 | SV Georgsheil Beyer, Klaus (42) | 24.09.88 Hesel |
| Speerwurf | 48.40 | SV Holtland Voß, Wolfgang (46) | 20.04.96 Delmenhorst |
| Gewichtswurf | 6.62 | SV Georgsheil De Boer, Jürgen (61) | 16.06.91 Aurich |
| Fünfkampf | 3.126 | Fortuna Wirdum Kaun, Ingo (55) | 18.07.09 Baunatal |
| Zehnkampf | 5.418 | LAC Emden/Aurich Kaun, Ingo (55) | 15.06.02 Zeven |
| Werfer-Fünfkampf | 1.388 | o.L.-o.L.-o.L.-o.L.-o.L. LAC Emden/Aurich De Boer, Jürgen (61) | 15.09./16.09.01 Aurich |
| | | Fortuna Wirdum 9,30-25,87-20,81-14,59-6,62 | 18.07.09 |

Seniorinnen W 45

| | | | |
|-------------|---------|--|------------------------|
| 100 m Lauf | 14,4 | Eilers, Ingrid (28) | Hannover |
| 200 m Lauf | 36,9 | TV Norden Thiele, Helmi (52) | 24.07.77 Emden |
| 400 m Lauf | 87,9 | Fortuna Wirdum Broer, Heide (57) | 14.10.05 Marienhafe |
| 800 m Lauf | 2:29,77 | Fortuna Wirdum Klostermann, Waltraud (60) | 06.07.05 Oldenburg |
| 1500 m Lauf | 5:04,85 | TV Norden Klostermann, Waltraud (60) | 09.07.08 Oldenburg |

| | | | |
|------------------|----------|--|------------------------|
| 1 Meile | 7:11,6 | Schulz, Evelyn (57) | Emden |
| 3000 m Lauf | 10:43,21 | Emder Laufgemeinschaft Klostermann, Waltraud (60) | 12.09.03 Dortmund |
| 5000 m Lauf | 18:25,18 | TV Norden Klostermann, Waltraud (60) | 03.06.07 Essen |
| 10.000 m Lauf | 40:49,4 | TV Norden Steinke, Hilde (45) | 15.06.07 Bunde |
| 1 Stunde Lauf | 11.330 | SV Concordia Neermoor Brinkmann, Frieda (60) | 06.09.91 Emden |
| 10 km Lauf | 38:46 | Fortuna Logabirum Brinkmann, Eva (64) | 02.11.08 Otterndorf |
| Halbmarathonlauf | 1:31:31 | VfL Germania Leer Steinke, Hilde (45) | 12.09.09 Bokel |
| Marathonlauf | 2:59:26 | SV Concordia Neermoor Brinkmann, Eva (64) | 06.10.96 Bremen |
| Hochsprung | 1.16 | VfL Germania Leer Georgs, Elke (59) | 04.10.09 Marienhafe |
| Stabhochsprung | 1.85 | Fortuna Wirdum Georgs, Elke (59) | 06.07.05 Marienhafe |
| Weitsprung | 4.35 | Fortuna Wirdum Eilers, Ingrid (28) | 09.06.04 Holtland |
| Kugelstoss | 8.52 | TV Norden Siemer, Insa (52) | 14.07.78 Leer |
| Diskuswurf | 25.16 | VfL Germania Leer Georgs, Elke (59) | 29.09.01 Marienhafe |
| Hammerwurf | 22.65 | Fortuna Wirdum Georgs, Elke (59) | 01.09.84 Wirdum |
| Speerwurf | 19.26 | Fortuna Wirdum Georgs, Elke (59) | 16.04.04 Marienhafe |
| | | Fortuna Wirdum | 18.07.07 |

Senioren M 50

| | | | |
|--------------------------|----------|---|------------------------------|
| 100 m Lauf | 13,13* | Kaun, Ingo (55) | Verden |
| 200 m Lauf | 26,8 | LAC Emden/Aurich Buttjer, Bernd (46) | 28.05.06 Stuhr |
| 400 m Lauf | 59,25 | Fortuna Wirdum Onken, Gerhard (49) | 10.09.97 Wilhelmshaven |
| 800 m Lauf | 2:16,71 | VfL Germania Leer Onken, Gerhard (49) | 02.06.02 Wilhelmshaven |
| 1000 m Lauf | 2:59,0 | VfL Germania Leer Jans, Peter (40) | 02.06.02 Oldenburg |
| 1500 m Lauf | 4:38,9 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jans, Peter (40) | 17.07.91 Oldenburg |
| 1 Meile | 5:15,7 | Lauf-Gem. Ostfriesland Onken, Gerhard (49) | 10.08.91 Emden |
| 3000 m Lauf | 9:38,2 | VfL Germania Leer Jans, Peter (40) | 03.09.99 Oldenburg |
| 5000 m Lauf | 16:28,19 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jans, Peter (40) | 18.09.90 Wunstorf |
| 10.000 m Lauf | 34:28,0 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jans, Peter (40) | 16.06.90 Bunde |
| 1 Stunde Lauf | 16.780 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jans, Peter (40) | 06.09.91 Leer |
| 10 km Lauf | 35:55 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jürrens, Harry (57) | 16.05.90 Garrel |
| 10 km Lauf Mannschaft | 1:56:05 | Emder Laufgemeinschaft Remigio, (52) | 15.09.07 Bremerhaven30030 |
| | | Voss, Hermann (53) Fisser, Manfred (50) | 30.03.03 |

| | | | |
|--------------------------------|----------|---|---------------------------|
| Halbmarathonlauf | 1:18:42 | Jürrrens, Harry (57) Emder Laufgemeinschaft | Zeven 04.10.09 |
| Halbmarathonlauf Mannschaft | 4:18:56 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Reisewitz, Karl-Heinz (51) Romanowski, Arnold (46) Behrendt, Ulrich (51) | Emmerthal 19.10.02 |
| Marathonlauf | 2:42:58 | Jans, Peter (40) | Bremen 29.04.90 |
| 100 km Lauf | 7:59:16 | Tjarks, Eduard (54) Lauf-Gem. Ostfriesland | Kienbaum 27.03.04 |
| 100 m Hürden | 22,28 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Zeven 17.09.95 |
| 110 m Hürden | 21,10 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Zeven 03.10.94 |
| 400 m Hürden | 71,25 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Aurich 08.05.94 |
| 3000 m Hindernis | 11:41,87 | Onken, Gerhard (49) VfL Germania Leer | Papenburg 24.09.99 |
| 4 x 800 m Staffel | 11:08,4 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Jans, Peter (40) Meinen, Wilhelm (41) Hesse, Helmut (46) Romanowski, Arnold (46) | Remels 09.05.98 |
| 3 x 1000 m Staffel | 10:11,5 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Reisewitz, Karl-Heinz (51) Romanowski, Arnold (46) Behrendt, Ulrich (51) | Remels 12.05.01 |
| 4 x 1500 m Staffel | 22:25,9 | Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Jans, Peter (40) Meinen, Wilhelm (41) Hesse, Helmut (46) Romanowski, Arnold (46) | Remels 09.05.98 |
| Hochsprung | 1.51 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Delmenhorst 11.08.96 |
| Stabhochsprung | 2.70 | Kaun, Ingo (55) LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 08.06.08 |
| Weitsprung | 5.26 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Delmenhorst 13.07.97 |
| Dreisprung | 9.51 | Federkeil, Philipp (56) VfL Germania Leer | Leer 11.10.08 |
| Kugelstoss | 12.87 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Marienhafe 25.05.05 |
| Diskuswurf | 47.18 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Halle/Saale 12.05.96 |
| Hammerwurf | 44.62 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Georgsheil 21.07.99 |
| Speerwurf | 44.63 | Beyer, Klaus (42) SV Holtland | Hesel 01.10.94 |
| Gewichtswurf | 11.36 | Kaun, Ingo (55) LAC Emden/Aurich | Wunstorf 24.05.09 |
| Fünfkampf | 1.968 | Kaun, Ingo (55) LAC Emden/Aurich | Aurich 18.07.09 |
| Zehnkampf | 5.533 | Kaun, Ingo (55) LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 14.09.08 |
| Werfer-Fünfkampf | 2.331 | 4,95(+0.2)-42,40-26,81(+2.3)-29,12-6:14, 13,67-4,82-9,49-1,43-62,72 21,10-29,68-2,50-35,50-5:29,48 Kaun, Ingo (55) LAC Emden/Aurich | Zeven 02.10./03.10.94 |
| | | 10,12-32,82-27,82-42,19-11,36 | Aurich 18.07.09 |

| Seniorinnen W 50 | | | |
|--------------------------|---------|---|---------------------------|
| 100 m Lauf | 16,6 * | Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum | Oldenburg 15.07.06 |
| 200 m Lauf | 36,9 | Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum | Emden 14.10.05 |
| 400 m Lauf | 88,0 | Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum | Marienhafe 06.07.05 |
| 800 m Lauf | 3:24,2 | Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum | Oldenburg 18.06.05 |
| 1500 m Lauf | 7:46,1 | Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum | Marienhafe 28.09.05 |
| 1 Meile | 7:25,5 | Schneider, Christine (48) Emder Laufgemeinschaft | Emden 12.09.03 |
| 3000 m Lauf | 11:47,2 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Aurich 28.06.96 |
| 5000 m Lauf | 20:02,0 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Aurich 05.07.96 |
| 10.000 m Lauf | 42:13,4 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Aurich 12.07.96 |
| 10 km Lauf | 44:26 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Norden 12.04.03 |
| 10 km Lauf Mannschaft | 2:36:57 | Emder Laufgemeinschaft Schneider, Christine (48) Dannehl, Annette (50) König, Käthe (36) | Emden 10.05.00 |
| Halbmarathonlauf | 1:31:31 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Bokel 06.10.96 |
| Marathonlauf | 3:23:39 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Duisburg 30.04.00 |
| Hochsprung | 1.10 | Thiele, Helmi (52) Fortuna Wirdum | Marienhafe 11.07.05 |
| Weitsprung | 4.35 | Eilers, Ingrid (28) TV Norden | Holtland 14.07.78 |
| Kugelstoss | 9.46 | Junker, Christel (54) LAC Emden/Aurich | Wirdum 11.10.08 |
| Diskuswurf | 25.71 | Junker, Christel (54) LAC Emden/Aurich | Wirdum 11.10.08 |
| Hammerwurf | 35.39 | Junker, Christel (54) LAC Emden/Aurich | Wirdum 11.10.08 |
| Speerwurf | 20.45 | Junker, Christel (54) LAC Emden/Aurich | Delmenhorst 07.06.08 |
| Gewichtswurf | 11.10 | Junker, Christel (54) LAC Emden/Aurich | Meppen 27.04.08 |
| Werfer-Fünfkampf | 2.123 | Junker, Christel (54) LAC Emden/Aurich | Meppen 27.04.08 |
| | | 8,65-24,44-31,71-17,00-11,10 | |
| Senioren M 55 | | | |
| 100 m Lauf | 13,69* | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Zeven 15.09.01 |
| 200 m Lauf | 28,20* | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 26.09.99 |
| 400 m Lauf | 63,33 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Schweinfurt 02.08.03 |
| 800 m Lauf | 2:28,80 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Oldenburg 20.08.03 |
| 1000 m Lauf | 3:09,74 | Dlubatz, Manfred (42) VfL Germania Leer | Papenburg 28.09.01 |
| 1500 m Lauf | 5:11,24 | Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland | Oldenburg 15.07.98 |

| | | | |
|------------------|---------|---|---------------------------|
| 1 Meile | 5:39,3 | Dietz, Ralf (52) | Emden |
| 3000 m Lauf | 10:10,0 | Emder Laufgemeinschaft Albers, Franz (38) | 21.09.07 Aurich |
| 5000 m Lauf | 17:35,4 | VfL Germania Leer Albers, Franz (38) | 30.06.95 Aurich |
| 10.000 m Lauf | 36:44,6 | VfL Germania Leer Jans, Peter (40) | 07.07.95 Emden |
| 1 Stunde Lauf | 15.450 | Lauf-Gem. Ostfriesland Dlubatz, Manfred (42) | 01.09.95 Dörpen |
| 10 km Lauf | 36:59 | VfL Germania Leer Jans, Peter (40) | 07.10.01 Wilhelmshaven |
| Halbmarathonlauf | 1:22:13 | Lauf-Gem. Ostfriesland Jans, Peter (40) | 16.05.96 Dunum |
| Marathonlauf | 2:49:39 | Lauf-Gem. Ostfriesland Albers, Franz (38) | 22.10.95 Hamburg |
| 100 m Hürden | 20,36* | VfL Germania Leer Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 30.04.95 Zeven |
| 400 m Hürden | 76,7 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 16.09.01 Aurich |
| Hochsprung | 1.48 | LAC Emden/Aurich Voß, Wolfgang (46) | 29.09.03 Oldenburg |
| Stabhochsprung | 2.70 | SV Georgsheil Wolterink, Johann (42) | 26.08.01 Delmenhorst |
| Weitsprung | 4.87 | Fortuna Wirdum Buß, Volker (33) | 13.07.97 Delmenhorst |
| Dreisprung | 9.51 | LAC Emden/Aurich Wolterink, Johann (42) | 15.08.91 Marienhafte |
| Kugelstoss | 11.70 | Fortuna Wirdum Mücher, Michael (54) | 09.04.04 Georgsheil |
| Diskuswurf | 43.76 | SV Georgsheil Voß, Wolfgang (46) | 11.07.09 Wirdum |
| Hammerwurf | 42.42 | SV Georgsheil Beyer, Klaus (42) | 18.04.04 Osnabrück |
| Speerwurf | 43.43 | SV Holtland Darmer, Wilfried (51) | 13.09.97 Verden |
| Gewichtswurf | 15.24 | TuS Norderney Willms, Eberhard (51) | 28.05.06 Aurich |
| Fünfkampf | 3.230 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 09.07.06 Wilhelmshaven |
| Zehnkampf | 5.530 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 26.09.99 Zeven |
| Werfer-Fünfkampf | 2.579 | LAC Emden/Aurich Willms, Eberhard (51) | 15.09./16.09.01 Meppen |
| | | LAC Emden/Aurich | 28.04.07 |
| | | 11,50-33,15-37,61-27,50-15,07 | |
| Seniorinnen W 55 | | | |
| 100 m Lauf | 16,4 | Thiele, Helmi (52) | Emden |
| 200 m Lauf | 35,90* | Fortuna Wirdum Thiele, Helmi (52) | 20.09.09 Wunstorf |
| 1 Meile | 7:12,9 | Fortuna Wirdum Schneider, Christine (48) | 23.05.09 Emden |
| 3000 m Lauf | 12:28,6 | Emder Laufgemeinschaft Steinke, Hilde (45) | 22.09.06 Aurich |
| 10.000 m Lauf | 43:55,3 | SV Concordia Neermoor Steinke, Hilde (45) | 25.07.03 Warsingsfehn |
| 10 km Lauf | 44:26 | SV Concordia Neermoor Steinke, Hilde (45) | 30.07.02 Norden |
| | | SV Concordia Neermoor | 12.04.03 |

| | | | |
|------------------|---------|--|---------------------------|
| Halbmarathonlauf | 1:40:46 | Steinke, Hilde (45) | Schortens |
| Marathonlauf | 3:23:39 | SV Concordia Neermoor Steinke, Hilde (45) | 02.04.00 Duisburg |
| Weitsprung | 3.43 | SV Concordia Neermoor Thiele, Helmi (52) | 30.04.00 Emden |
| Kugelstoss | 9.95 | Fortuna Wirdum Junker, Christel (54) | 20.09.09 Marienhafte |
| Diskuswurf | 26.26 | LAC Emden/Aurich Junker, Christel (54) | 03.10.09 Vaterstettenn |
| Hammerwurf | 34.44 | LAC Emden/Aurich Junker, Christel (54) | 11.07.09 Meppen |
| Speerwurf | 21.91 | LAC Emden/Aurich Junker, Christel (54) | 16.08.09 Vaterstettenn |
| Gewichtswurf | 10.55 | LAC Emden/Aurich Junker, Christel (54) | 11.07.09 Aurich |
| Werfer-Fünfkampf | 2.226 | LAC Emden/Aurich Junker, Christel (54) | 18.07.09 Aurich |
| | | LAC Emden/Aurich | 18.07.09 |
| | | 9,03-24,61-34,16-20,00-10,55 | |

Senioren M 60

| | | | |
|--------------------------|----------|--|--------------------------|
| 100 m Lauf | 14,09 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) | Aarhus/DEN |
| 200 m Lauf | 28,80 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 22.07.04 Hannover |
| 400 m Lauf | 64,48 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 27.06.04 Aarhus/DEN |
| 800 m Lauf | 2:33,76 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 22.07.04 Papenburg |
| 1000 m Lauf | 3:27,50 | LAC Emden/Aurich Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 16.05.04 Oldenburg |
| 1500 m Lauf | 4:57,62 | LAC Emden/Aurich Albers, Franz (38) | 29.08.07 Wunstorf |
| 1 Meile | 5:57,1 | VfL Germania Leer Jans, Peter (40) | 06.06.99 Emden |
| 3000 m Lauf | 10:31,8 | Lauf-Gem. Ostfriesland Albers, Franz (38) | 25.08.00 Aurich |
| 5000 m Lauf | 18:09,85 | VfL Germania Leer Albers, Franz (38) | 19.06.98 Hagen |
| 10.000 m Lauf | 38:42,4 | VfL Germania Leer Albers, Franz (38) | 21.08.99 Warsingsfehn |
| 1 Stunde Lauf | 14.625 | VfL Germania Leer Romanowski, Arnold (46) | 22.08.99 Schortens |
| 10 km Lauf | 38:44 | Lauf-Gem. Ostfriesland Albers, Franz (38) | 10.06.08 Greene |
| 10 km Lauf Mannschaft | 2:16:36 | VfL Germania Leer Emder Laufgemeinschaft Friedrichs, Hinrich (39) | 19.03.00 Ofen |
| | | Bruns, Jan (39) | 03.10.99 |
| Halbmarathonlauf | 1:27:44 | König, Dieter (39) Albers, Franz (38) | Dunum |
| Marathonlauf | 3:02:55 | VfL Germania Leer Albers, Franz (38) | 27.09.98 Hamburg |
| 300 m Hürden | 53,73 | VfL Germania Leer Kolbow, Hans-Jürgen (44) | 25.04.99 Aachen |
| 3 x 1000 m Staffel | 12:01,2 | LAC Emden/Aurich Lauf-Gemeinschaft Ostfriesland Janssen, Johann (38) | 04.08.06 Remels |
| | | Meinen, Wilhelm (41) | 12.05.01 |
| | | Jans, Peter (40) | |

| | | | |
|------------------|-------|---|---------------------------|
| Hochsprung | 1.36 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Aarhus/DEN 22.07.04 |
| | 1.36 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Dörpen 21.08.04 |
| Stabhochsprung | 2.55 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Bramel 31.05.04 |
| Weitsprung | 4.45* | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Zeven 13.09.04 |
| Dreisprung | 9.51 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Marienhafte 09.04.04 |
| Kugelstoss | 11.32 | Schuster, Hans-Günther (46) Emder Laufgemeinschaft | Marienhafte 16.06.09 |
| Diskuswurf | 45.31 | Voß, Wolfgang (46) SV Georgsheil | Marienhafte 19.07.06 |
| Hammerwurf | 42.00 | Beyer, Klaus (42) SV Holtland | Delmenhorst 12.06.03 |
| Speerwurf | 33.24 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Aarhus/DEN 23.07.04 |
| Gewichtswurf | 10.63 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Meppen 18.08.07 |
| Fünfkampf | 1.642 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Wilhelmshaven 16.09.07 |
| | | 4,09(+0.5)-29,60-30,04(-0.1)-33,67-5:41, | |
| Zehnkampf | 6.174 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Aarhus 22.07./23.07.04 |
| | | 14,09(-0.6)-4,23(+0.5)-9,75-1,36-64,48 | |
| | | 20,11(+0.5)-31,58-2,30-33,24-5:42,04 | |
| Werfer-Fünfkampf | 2.014 | Kolbow, Hans-Jürgen (44) LAC Emden/Aurich | Meppen 18.08.07 |
| | | 9,45-32,32-23,34-31,42-10,63 | |

Seniorinnen W 60

| | | | |
|------------------|---------|--|------------------------------|
| 3000 m Lauf | 14:39,4 | König, Käthe (36) Emder Laufgemeinschaft | Aurich 19.06.98 |
| 5000 m Lauf | 24:23,2 | König, Käthe (36) Emder Laufgemeinschaft | Aurich 17.05.98 |
| 10.000 m Lauf | 44:32,3 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Warsingsfehn 06.07.05 |
| 10 km Lauf | 46:28 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | Emden 27.05.06 |
| Halbmarathonlauf | 1:58:58 | König, Käthe (36) Emder Laufgemeinschaft | Dunum 23.09.01 |
| Marathonlauf | 3:39:51 | Steinke, Hilde (45) SV Concordia Neermoor | San Sebastian/ES 03.09.05 |
| Kugelstoss | 6.97 | Büsing, Christa (46) VfL Germania Leer | Leer 07.10.06 |
| Hammerwurf | 27.53 | Fiedler, Ute (44) SV Holtland | Delmenhorst 18.09.05 |

Senioren M 65

| | | | |
|------------------|----------|--|---------------------------|
| 200 m Lauf | 36,05* | Foellger, Friedhelm (37) LG Uplengen | Hannover 17.09.06 |
| 1500 m Lauf | 8:27,00 | Foellger, Friedhelm (37) LG Uplengen | Hannover 17.09.06 |
| 1 Meile | 6:42,1 | Janssen, Menno (39) SV Amisia Wolthusen | Emden 09.09.05 |
| 5000 m Lauf | 19:52,44 | Albers, Franz (38) VfL Germania Leer | Neustadt/Rbg. 25.04.04 |
| 1 Stunde Lauf | 12.426 | Jans, Peter (40) Lauf-Gem. Ostfriesland | Emden 29.10.06 |
| 10 km Lauf | 43:25 | Pol, Jan (41) VfL Germania Leer | Lingen 13.06.09 |
| Halbmarathonlauf | 1:31:46 | Pol, Jan (41) VfL Germania Leer | Zeven 04.10.09 |
| Marathonlauf | 3:14:59 | Albers, Franz (38) VfL Germania Leer | Hannover 08.05.05 |
| Hochsprung | 1.25 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Marienhafte 16.06.09 |
| Stabhochsprung | 2.10 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Delmenhorst 26.09.09 |
| Dreisprung | 8.09 | Wolterink, Johann (42) Fortuna Wirdum | Schortens 08.05.09 |
| Hammerwurf | 31.67 | Kleemann, Karl (40) TV Norden | Wirdum 03.10.09 |
| Gewichtswurf | 14.43 | Beyer, Klaus (42) SV Holtland | Meppen 27.04.08 |

Seniorinnen W 65

| | | | |
|------------------|---------|--|-----------------------|
| 10 km Lauf | 53:16 | König, Käthe (36) Emder Laufgemeinschaft | Schortens 08.04.01 |
| Halbmarathonlauf | 1:58:58 | König, Käthe (36) Emder Laufgemeinschaft | Dunum 23.09.01 |
| Kugelstoss | 6.42 | Hartmann, Waltraud (41) VfL Germania Leer | Leer 07.10.06 |

Senioren M 70

| | | | |
|---------------|----------|---|-------------------------|
| 100 m Lauf | 16,05* | Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer | Wunstorf 23.05.09 |
| 200 m Lauf | 34,07* | Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer | Delmenhorst 03.07.09 |
| 400 m Lauf | 81,42 | Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer | Delmenhorst 31.07.09 |
| 800 m Lauf | 3:36,82 | Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer | Delmenhorst 26.09.09 |
| 1000 m Lauf | 4:33,4 | Foellger, Friedhelm (37) VfL Germania Leer | Leer 06.10.07 |
| 1 Meile | 7:38,0 | Gerrietzen, Johann (32) LAC Emden/Aurich | Emden 09.08.02 |
| 3000 m Lauf | 12:03,47 | Albers, Franz (38) VfL Germania Leer | Delmenhorst 07.06.08 |
| 10.000 m Lauf | 51:37,1 | Janssen, Heinrich (34) LAC Emden/Aurich | Aurich 03.04.04 |
| 1 Stunde Lauf | 11.400 | Gerrietzen, Johann (32) LAC Emden/Aurich | Emden 27.10.02 |

| | | | |
|------------------|---------|--|-------------------------|
| 10 km Lauf | 45:27 | Albers, Franz (38) VfL Germania Leer | Oldenburg 18.10.09 |
| Halbmarathonlauf | 1:40:06 | Albers, Franz (38) VfL Germania Leer | Lingen 05.10.08 |
| Kugelstoss | 8.09 | Willkomm, Hermann-Jose (37) SV Holtland | Meppen 16.08.09 |
| Diskuswurf | 21.65 | Willkomm, Hermann-Jose (37) SV Holtland | Wirdum 03.10.09 |
| Hammerwurf | 29.65 | Willkomm, Hermann-Jose (37) SV Holtland | Delmenhorst 26.09.09 |
| Speerwurf | 14.49 | Willkomm, Hermann-Jose (37) SV Holtland | Groß Hesepe 10.10.09 |
| Gewichtswurf | 10.82 | Willkomm, Hermann-Jose (37) SV Holtland | Meppen 16.08.09 |
| Werfer-Fünfkampf | 1.546 | Willkomm, Hermann-Jose (37) SV Holtland 8,09-19,62-28,81-13,78-10,82 | Meppen 16.08.09 |

Seniorinnen W 70

| | | | |
|------------------|---------|---|------------------------|
| 10 km Lauf | 61:47 | Janssen, Bärbel (38) TV Norden | Marienhäfe 14.08.09 |
| Halbmarathonlauf | 2:13:35 | König, Käthe (36) Emder Laufgemeinschaft | Dunum 25.03.06 |

Senioren M 75

| | | | |
|------------------|---------|--|-------------------------|
| 100 m Lauf | 17,9 | Meyer, Dieter (31) VfL Germania Leer | Leer 07.10.06 |
| 1000 m Lauf | 5:00,0 | Meyer, Dieter (31) VfL Germania Leer | Leer 06.10.07 |
| 1 Meile | 9:46,8 | Paul, Ernst (27) Emder Laufgemeinschaft | Emden 09.08.02 |
| 3000 m Lauf | 15:10,2 | Meyer, Dieter (31) VfL Germania Leer | Leer 07.10.06 |
| 5000 m Lauf | 29:31,7 | Paul, Ernst (27) Emder Laufgemeinschaft | Aurich 12.07.02 |
| Halbmarathonlauf | 1:55:28 | Kock, Jans (31) SV Holtland | Bremen 24.09.06 |
| Hochsprung | 1.10 | Weiland, Manfred (33) VfL Germania Leer | Leer 11.10.08 |
| Kugelstoss | 8.47 | Dreger, Edgar (31) SV Holtland | Meppen 16.08.09 |
| Diskuswurf | 35.18 | Dreger, Edgar (31) SV Holtland | Wirdum 03.10.06 |
| Hammerwurf | 30.84 | Dreger, Edgar (31) SV Holtland | Meppen 16.08.09 |
| Speerwurf | 24.30 | Dreger, Edgar (31) SV Holtland | Groß Hesepe 07.10.06 |
| Gewichtswurf | 13.75 | Dreger, Edgar (31) SV Holtland | Groß Hesepe 07.10.06 |
| Werfer-Fünfkampf | 2.175 | Dreger, Edgar (31) SV Holtland 10,02-25,22-35,11-24,30-13,75 | Groß Hesepe 07.10.06 |



Eduard Tjark, LGO und Holger Sigl, LAC Emden-Aurich beim 24 Stunden-Lauf in Delmenhorst



Achim Groenhagen (LG Harlingerland) und Jan Waschkau (Germ. Leer)