

100 M

13,0	JOHANN WOLTERINK	WIRDUM	05.10.74
12,9	Johann Wolterink	Norden	26.04.75
12,7	JOHANN WOLTERINK	Norden	01.06.75
12,5	JOHANN WOLTERINK	WIRDUM	02.10.75
12,1	Gretus Rewerts	Marienhafe	01.09.76
11,9	Gretus Rewerts	Esens	15.06.77
11,8	GRETUS REWERTS	WARSINGSFEHN	30.06.77
11,8	STEPHAN JANSSEN	IHLOW	30.05.81
11,7	THOMAS BARANSKI	LEER	29.08.81
11,7	KNUT SCHRÖDER	NORDEN	09.06.82
11,7	STEPHAN JANSSEN	Ihlow	15.06.83
11,5	STEPHAN JANSSEN	IHLOW	15.06.84
11,5	MICHAEL BRÜGGEMANN	AURICH	04.08.87
11,4	MICHAEL BRÜGGEMANN	WILHELMSHAVEN	23.05.88
11,60	Johannes Peters	Wilhelmshaven	30.05.99
11,3	Dennis Fengkohl	Emden	23.05.09

200 M

26,0	JOHANN WOLTERINK	NORDEN	16.05.76
26,0	Gretus Rewerts	Norden	30.05.76
24,7	GRETUS REWERTS	PEWSUM	22.05.77
24,4	STEPHAN JANSSEN	IHLOW	29.04.83
24,2	MICHAEL BRÜGGEMANN	AURICH	24.06.87
24,2	DETLEF HILLERS	AURICH	29.04.88
24,1	Johann Hoofdmann	Aurich	20.09.91
24,06	Johannes Peters	Delmenhorst	20.08.99
24,02	Johannes Peters	Warsingsfehn	22.08.99
23,81	Dennis Fengkohl	Wilhelmshaven	21.06.09

400 M

55,4	GRETUS REWERTS	LEER	05.09.76
55,2	KNUT SCHRÖDER	IHLOW	16.06.83
55,1	BODO SCHRÖDER	HINTE	21.06.85
54,1	BODO SCHRÖDER	AURICH	02.05.87
54,15	Detlef Hillers	Schortens	01.05.93

800 M

2:15,6	Gretus Rewerts	Leer	24.09.77
2:11,2	FRANK FRÖHLICH	BUNDE	08.06.80
2:06,9	BODO SCHRÖDER	HINTE	10.10.85

1.000 M

3:23,0	Manfred Doolmann	Norden	08.05.77
3:22,5	GRETUS REWERTS	LEER	20.05.78
2:55,0	FRANK FRÖHLICH	BUNDE	29.05.80
2:53,5	Knut Schröder	Ihlow	23.05.81
2:53,0	KNUT SCHRÖDER	IHLOW	10.06.81
2:51,12	STEPHAN JANSSEN	HANNOVER	10.09.83
2:49,05	BODO SCHRÖDER	HANNOVER	29.06.85

2:46,5	ROLF UPHOFF	AURICH	30.04.89
1.500 M			
5:03,6	Ferdinand Janssen	Norden	16.07.79
4:51,2	FRANK FRÖHLICH	BUNDE	08.06.80
4:51,1	JÖRG ZEEEDEN	HANNOVER	28.03.85
4:32,0	JÖRG ZEEEDEN	HINTE	21.06.85
4:21,8	JÖRG ZEEEDEN	HINTE	01.06.86
4:17,8	JÖRG ZEEEDEN	LEER	12.09.87
1 Meile			
6:03,6	Karl-Heinz Szczesny	Emden	23.08.09
3.000 M			
11:44,7	Ferdinand Janssen	Norden	13.05.79
11:18,2	BODO MEYERHOFF	BUNDE	08.06.80
11:09,7	Axel Schönian	Oldenburg	20.07.83
11:09,7	JÖRG ZEEEDEN	OLDENBURG	20.07.83
10:46,6	JÖRG ZEEEDEN	LEER	17.09.83
10:41,6	JÖRG ZEEEDEN	LEER	11.05.84
10:18,2	JÖRG ZEEEDEN	LEER	19.04.85
9:59,3	JÖRG ZEEEDEN	HINTE	01.06.86
9:56,6	DIRK ZEEEDEN	AURICH	07.07.89
9:49,9	Jörg Zeeden	Aurich	16.08.91
5.000 M			
18:51,8	SYGURD MÜLLER	LEER	18.04.80
18:48,2	KNUT SCHRÖDER	LEER	29.04.83
18:33,0	JÖRG ZEEEDEN	LEER	07.09.85
17:17,6	FRANK SCHUT	LEER	19.04.86
17:16,3	JÖRG ZEEEDEN	HINTE	14.05.86
17:11,6	JÖRG ZEEEDEN	AURICH	23.08.86
17:11,5	JÖRG ZEEEDEN	LEER	25.04.87
10.000 M			
37:11,1	JÖRG ZEEEDEN	LEER	19.08.87
36:44,6	JÖRG ZEEEDEN	AURICH	12.07.88
30 Minuten			
5.480	Edzard Miener	Norden	22.11.78
7.125	Sygurd Müller	Norden	12.04.80
Stundenlauf			
10.620	Jörg Janssen	Norden	22.11.78
11.560	Bodo Meyerhoff	Norden	21.11.79
12.380	Bodo Meyerhoff	Norden	12.04.80
13.800	Bernhard Claassen	Norden	20.11.85
14.420	Jörg Zeeden	Norden	19.11.86
15.150	Jörg Zeeden	Norden	18.11.87

5 km-Str.

19:48	Holger Peters	Leer	27.10.90
19:28	Steffen Buttjer	Schortens	17.08.96
18:45	Jens Buttjer	Leer	19.10.96

10 km-Straße

40:10	Franz Wouk	Marienhafe	08.04.96
37:27	Franz Wouk	Leer	31.08.96
36:07	Franz Wouk	Esens	07.08.98
35:43	Franz Wouk	Ofen	03.10.00

10 km-Straße-Ma.

2:12:25	Franz Wouk	40:10	Marienhafe	08.04.96
	Jörg Zeeden	43:05		
	Wilhelm Naber	49:10		
2:09:44	Franz Wouk	38:42	Marienhafe	05.04.99
	Hinr. Saathoff	44:55		
	Joh. Barkhoff	46:17		
2:01:35	Franz Wouk	37:14	Marienhafe	24.04.00
	Joh. Barkhoff	42:06		
	Hinr. Saathoff	42:15		

HALBMARATHON

1:39:05	Jörg Zeeden	Löningen	27.10.96
1:31:27	Dirk Fischer	Berlin	28.09.97
1:26:01	Franz Wouk	Marienhafe	26.07.98
1:22:51	Franz Wouk	Leer	29.08.99
1:19:31	Franz Wouk	Stapelmoor	17.09.00

MARATHON

3:21:46	Franz Wouk	Berlin	24.09.95
3:17:49	Franz Wouk	Berlin	29.09.96
3:17:29	Dirk Fischer	Paris	06.04.97
3:15:04	Dirk Fischer	Berlin	28.09.97
3:13:44	Dirk Fischer	Berlin	26.09.99
3:11:34	Dirk Fischer	Berlin	10.09.00
3:10:36	Dirk Fischer	Berlin	29.09.02

Marathon - Mannschaft

11:39:13	Dirk Fischer	3:10:36	Berlin	29.09.02
	Martin Rausch	3:40:00		
	Rolf Uphoff	4:48:37		

110 M Hürden

22,5	JOHANN WOLTERINK	WARSINGSFEHN	26.05.77
22,3	RENO HOFFMANN	NORDEN	27.05.84
21,0	JÖRG ZEEEDEN	AURICH	03.05.87
20,6	JÖRG ZEEEDEN	AURICH	04.06.89
20,2	Jörg Zeeden	Aurich	12.05.91

19,5	Detlef Hillers	Kiel	07.07.93
19,04	Udo Alberts-Tammena	Aurich	12.05.02

400 M Hürden

71,0	AXEL SCHÖNIAN	NORDEN	06.05.83
66,5	BODO SCHRÖDER	AURICH	10.05.86
65,0	BODO SCHRÖDER	WILHELMSHAVEN	08.07.87
63,9	DETLEF HILLERS	AURICH	20.05.88

3.000 M Hindernis

10:45,6	JÖRG ZEEEDEN	AURICH	05.06.87
10:39,9	JÖRG ZEEEDEN	AURICH	26.07.88

4 x 100 M

51,8	J. Schoolmann-B. Eilers- A. de Vries-Gr. Rewerts	Leer	05.09.76
51,1	J. Schoolmann- B. Eilers- R. Hoffmann-Gr. Rewerts	Pewsum	22.05.77
50,6	J. Schoolmann-B. Eilers- A. de Vries -Gr. Rewerts	Norden	07.09.77
49,3	S. Müller-A. Arjes- F. Janssen- M. Doolmann	Friedeb.	20.06.79
49,2	Th. Baranski-St. Janssen- M. Rausch- K. Schröder	Ihlow	28.05.81
48,3	ST. JANNSEN-K.SCHRÖDER- A.SCHÖNIAN-G.SMIDT	IHLOW	15.05.83
48,35	R.UPHOFF-H.BRIESE- B.SCHRÖDER-M.BRÜGGEMANN	HINTE	25.08.85
48,1	J.WOLTERINK-B.SCHRÖDER- J.ZEEEDEN-M.BRÜGGEMANN	AURICH	15.08.86
47,46	D. Fengkohl-R. Broer- S. Bracklo-C. Galetzka	Wilhelmshv.	02.06.07
46,42	D. Fengkohl-R. Broer- S. Bracklo-C. Galetzka	Papenburg	15.07.07

3 x 1000 M

9:35,2	F. Janssen-A. Arjes- M. Doolmann	Bunde	05.05.79
9:15,4	F. Janssen-G. Nannen- A. Arjes	Norden	08.06.79
8:59,5	St. Janssen-K.Schröder- A. Schönian	Friedeburg	22.04.83
8:52,1	R. Uphoff-F. Schut- B. Schröder	Aurich	23.10.85
8:40,9	J. Zeeden-F. Schut- B. Schröder	Remels	26.04.86
8:26,0	F. Schut- J. Zeeden- B. Schröder	Lingen	08.05.86

4 x 400 M

3:56,7	B.SCHRÖDER-R.UPHOFF-		
--------	----------------------	--	--

	J. ZEEDEN-H. BRIESE	REMELS	16.05.85
4 X 800 M			
8:56,3	D. ZEEDEN-R. UPHOFF- R. FLESSNER-J. ZEEDEN	AURICH	22.04.89
8:48,4	J. ZEEDEN-R. FLESSNER- D. ZEEDEN-R. UPHOFF	AURICH	04.05.89
4 X 1500 M			
18:39,5	F. SAATHOFF-D. ZEEDEN- N. MÜLLER-J. ZEEDEN	REMELS	09.05.87
HOCHSPRUNG			
1,52	JOHANN Wolterink	Norden	01.06.75
1,59	JOHANN WOLTERINK	ESENS	07.07.76
1,59	Jörg Schoolmann	Esens	07.07.76
1,60	Jörg Schoolmann	Esens	15.05.77
1,65	Bernhard Eilers	Leer	25.06.77
1,66	Jörg Schoolmann	Norden	01.05.78
1,71	BERNHARD EILERS	ESENS	04.06.78
1,71	Arnold Arjes	Norden	17.06.79
1,77	ARNOLD ARJES	BUNDE	08.06.80
1,78	MICHAEL BRÜGGEMANN	HINTE	24.05.87
1,81	MICHAEL BRÜGGEMANN	AURICH	07.05.88
1,83	MICHAEL BRÜGGEMANN	GOSLAR	06.08.88
1,83	Bernd Giesselmann	Dörpen	22.08.04
1,84	Bernd Giesselmann	Delmenhorst	08.06.08
STABHOCHSPRUNG			
2,20	MARTIN RAUSCH	IHLOW	29.04.81
2,40	MARTIN RAUSCH	IHLOW	28.05.81
2,40	KNUT SCHRÖDER	IHLOW	10.06.81
2,60	KNUT SCHRÖDER	HANNOVER	28.06.81
2,90	KNUT SCHRÖDER	LEER	30.08.81
3,10	KNUT SCHRÖDER	IHLOW	23.06.82
3,20	KNUT SCHRÖDER	IHLOW	19.07.82
3,30	KNUT SCHRÖDER	IHLOW	26.07.82
3,30	Michael Wilkening	Schortens	02.05.93
3,50	Michael Wilkening	Schwerin	26.09.93
WEITSPRUNG			
5,00	JOHANN WOLTERINK	Wirdum	05.10.74
5,09	JOHANN WOLTERINK	NORDEN	01.06.75
5,67	JOHANN WOLTERINK	EMDEN	11.05.76
5,73	JOHANN WOLTERINK	LEER	25.06.77
5,75	Knut Schröder	Leer	23.05.82
5,90	KNUT SCHRÖDER	MARIENHAFE	27.09.82
6,00	KNUT SCHRÖDER	NORDEN	07.10.82
6,02	STEPHAN JANSSEN	BUNDE	17.05.83
6,28	STEPHAN JANSSEN	OSNABRÜCK	19.06.84
6,37	BODO SCHRÖDER	IHLOW	18.05.85
6,52	BODO SCHRÖDER	BUNDE	27.05.86

6,61	BOBO SCHRÖDER	AURICH	15.08.87
------	---------------	--------	----------

DREISPRUNG

11,57	Johann Wolterink	Georgsheil	23.07.76
11,83	JOHANN WOLTERINK	GEORG SHEIL	19.08.76
11,92	JOHANN WOLTERINK	EMDEN	30.08.77
12,27	Bodo Schröder	Leer	08.06.85
12,47	BODO SCHRÖDER	MARIENHAFE	02.07.85
12,48	BODO SCHRÖDER	HINTE	01.06.86
12,51	BODO SCHRÖDER	HOLZMINDEN	21.06.86
12,55	BODO SCHRÖDER	AURICH	01.07.86
12,68	MICHAEL BRÜGGEMANN	AURICH	18.09.87
12,81	MICHAEL BRÜGGEMANN	HINTE	05.06.88

KUGELSTOSS (7,25 kg)

9,12	HERMANN AKKERMANN	WIRDUM	05.10.74
9,89	JANNES BENTS	NORDEN	26.04.75
10,10	GRETUS REWERTS	WIRDUM	24.04.79
10,18	ARTUR DE VRIES	WIRDUM	13.10.80
10,49	JENS WOLTERINK	GEORG SHEIL	10.09.86
10,52	JENS WOLTERINK	WIRDUM	18.04.87
10,70	JENS WOLTERINK	GEORG SHEIL	29.04.87
11,23	JENS WOLTERINK	HINTE	24.05.87
11,39	JENS WOLTERINK	MARIENHAFE	03.08.87
11,42	JENS WOLTERINK	GEORG SHEIL	09.09.87
11,78	JENS WOLTERINK	IHLOW	04.10.87
11,90	JENS WOLTERINK	WIRDUM	16.10.87

DISKUSWURF (2,0 kg)

24,30	JOHANN WOLTERINK	NORDEN	16.05.76
24,42	GRETUS REWERTS	WIRDUM	24.04.79
24,54	GRETUS REWERTS	WIRDUM	21.07.79
26,62	GRETUS REWERTS	WIRDUM	01.09.79
31,04	ARTUR DES VRIES	WIRDUM	19.03.80
32,02	JENS WOLTERINK	WIRDUM	15.10.86
32,20	JENS WOLTERINK	AURICH	04.08.87
33,24	JENS WOLTERINK	GEORG SHEIL	30.09.87
33,68	Martin Rausch	Wirdum	04.07.94
33,84	Kai Gembler	Wirdum	14.10.95
34,73	Bernd Giesselmann	Wirdum	16.04.04
36,20	Bernd Giesselmann	Wirdum	11.06.04

HAMMERWURF (7,25 kg)

20,88	ARTUR DE VRIES	WIRDUM	21.07.79
28,60	RENO HOFFMANN	WIRDUM	25.05.83
28,62	RENO HOFFMANN	WIRDUM	23.04.84
30,44	RENO HOFFMANN	WIRDUM	06.06.84

SPEERWURF (800 g)

40,90	BODO SCHRÖDER	MARIENHAFE	28.04.86
43,66	BODO SCHRÖDER	NORDEN	25.05.86
46,08	BODO SCHRÖDER	HOLZMINDEN	21.06.86
46,10	BODO SCHRÖDER	WIRDUM	18.04.87
46,66	BODO SCHRÖDER	OLDENBURG	25.04.87
49,02	BODO SCHRÖDER	MARIENHAFE	30.06.87
49,18	BODO SCHRÖDER	WILHELMSHAVEN	10.06.87

FÜNFKAMPF (Weit-Speer-200 m-Diskus-1500 m)

2.864	BODO SCHRÖDER	AURICH	15.08.87
	6,61-45,02-24,3-28,54-5:02,5		

FÜNFKAMPF - MANNSCHAFT

7.324	B. SCHRÖDER	2864	
	J. BEIER	2289	
	J. ZEEDEN	2171	AURICH 15.08.87

ZEHNKAMPF (100 m-Weit-Kugel-Hoch-400 m-110 mHü-Diskus-Stab-Speer-1500 m)

3.619	RENO HOFFMANN	NORDEN	26./27.5.84
	12,6-5,15-9,39-1,62-61,8		
	22,3-27,60-2,10-30,52-6:02,3		
4.194	JENS WOLTERINK	AURICH	7./8.5.88
	12,3-5,72-11,67-1,59-61,1-		
	22,2-30,80-2,60-36,14-5:31,6		
4.286	BODO SCHRÖDER	AURICH	3./4.6.89
	12,6-6,04-9,29-1,67-60,3-		
	20,9-24,58-2,90-40,18-5:23,3		
4.586h	Martin Rausch	Kiel	7./8.7.93
	121,4-5,57-10,17-1,61-57,0-		
	19,6-31,88-2,90-43,40-5:40,1		

ZEHNKAMPF - MANNSCHAFT

11.423	B. SCHRÖDER	4286	
	H. BRIESE	3712	
	D. ZEEDEN	3425	AURICH 3./4.6.89
12.935e	M. Rausch	4537	
	M. Wilkening	4304	
	D. Hillers	4094	Schortens 1./2.5.93
13.578h	Martin Rausch	4586	
	Michael Wilkening	4506	
	Detlef Hillers	4486	Kiel 6./7.7.93

D M M - Landesliga

8.576	Udo-Alberts-Tammena-	Emden	22.09.01
	Helmut Brust-JanPfluger-		
	Fokko Trei-Jan Wedemeier-		
	Holger Peters-Heino Sassen		

8.663 Michael Brüggemann-Helmut Emden 21.09.02
Brust-Martin Rausch-Udo
Alberts-Tammena-Jan Pfluger-
Frank Saathoff-Heino Sassen