

100 M

16,4	Helga Bents	Wirdum	10.08.74
14,0	Gisela Arjes	Wirdum	05.10.74
14,0	Sylke Schoolmann	Stapel	17.05.76
12,9	SYLKE SCHOOLMANN	WARSINGSFEHN	30.06.77
12,8	Anna Barkhoff	Aurich	08.06.01

200 M

28,2	Annabella Wohltmann	Ihlow	25.05.81
------	---------------------	-------	----------

400 m

65,3	Annabella Wohltmann	Ihlow	28.05.81
------	---------------------	-------	----------

800 M

2:37,0	Annabella Wohltmann	Bunde	29.05.80
2:30,0	ANNABELLA WOHLTMANN	OLDENBURG	09.05.81
2:27,7	Talea Pfluger	Moorhusen	30.06.22
2:26,74	Talea Pfluger	Oldenburg	13.07.22
2:22,08	Talea Pfluger	Hannover	09.06.24
2:21,2	Talea Pfluger	Emden	18.06.24

1.500 M

5:25,8	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	28.05.81
5:19,36	Marina Barkhoff	Delmenhorst	08.08.03
5:16,98	Marina Barkhoff	Papenburg	16.05.04

3.000 M

11:59,9	ANNABELLA WOHLTMANN	LEER	11.04.81
11:48,9	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	25.04.81
11:22,9	Marina Barkhoff	Aurich	25.07.04
11:16,11	Marina Barkhoff	Neustadt/Rbg.	25.04.04
11:08,54	Talea Pfluger	Delmenhorst	04.08.23

5.000 m

19:44,8	Marina Barkhoff	Aurich	09.07.04
---------	-----------------	--------	----------

30 Minuten

6.200	Annabella Wohltmann	Norden	12.04.80
-------	---------------------	--------	----------

Stundenlauf

10.310	Silke Janssen	Norden	22.11.78
10 400	Regina Hoffmann	Norden	20.11.85

5 km Str.

20:01	Marina Barkhoff	Schortens	17.08.02
19:25	Talea Pfluger	Münkeboe	26.08.22
19:15	Talea Pfluger	Münkeboe	25.08.23

10 km-Straße

43:36	Marina Barkhoff	Lingen	28.03.04
-------	-----------------	--------	----------

43:09 Marina Barkhoff Oldenburg 16.10.05

100 M Hürden

20,1 ANNABELLA WOHLTMANN BUNDE 16.05.81
19,2 ANNABELLA WOHLTMANN IHLOW 15.08.81

4 x 100 m

58,1 Anna Barkhoff-Antke Schmidt- Moorhusen 20.09.02
Marina Barkhoff-Angelina Janssen
55,4 Anna Barkhoff-Antke Schmidt Emden 21.09.02
Katja Poppinga-Sandra Ellßel
53,68 Anja Riemeyer-Sabine Habben- Delmenh. 06.05.06
Sabine Szczesny-Mareke Heyken

3 x 800 M

8:15,2 Christina Wolterink- Remels 26.04.86
Daniela Brandt-
Regina Hoffmann
8:00,6 Angelina Janßen- Remels 10.05.03
Lena Bohlken-
Marina Barkhoff

HOCHSPRUNG

1,33 Sylke Schoolmann Norden 08.05.77
1,35 Sylke Schoolmann Stapel 19.05.77
1,40 Sylke Schoolmann Stapel 04.06.77
1,44 SYKLE SCHOOLMANN MARIENHAFF 28.07.77
1,44 ASTRID AHRENDTS AURICH 02.05.87
1,44 VALESKA SCHÄFFERS NORDEN 26.05.90
1,45 Anke Trei Emden 07.09.96
1,48 Anke Trei Schortens 06.09.97
1,48 Anna Barkhoff Emden 13.05.00
1,48 Lena Bohlken Marienhafte 25.05.05
1,48 Lena Sinning Zeven 08.07.06
1,56 Lena Sinning Braunschweig 04.07.07
1,60 Lena Sinning Leer 06.09.08

Stabhochsprung

1,60 SIGRID VIENNA AURICH 06.10.89 BR
1,70 Hanna Lengert Aurich 03.10.92 BR
2,00 Hanna Lengert Papenburg 18.09.94 BR
2,15 Hanna Lengert Marienhafte 11.08.95 BR
2,30 Hanna Lengert Hameln 27.08.95

WEITSPRUNG

3,55 Beate Wagenaar Norden 01.06.75
3,76 Johanne Jungmann Wirdum 21.06.75
4,36 Sylke Schoolmann Wirdum 02.10.75
4,62 Sylke Schoolmann Leer 09.10.76
4,83 Sylke Schoolmann Großheide 07.05.77
5,09 SYLKE SCHOOLMANN LEER 25.06.77

DREISPRUNG

8,26 Anke Trei Marienhafte 01.10.94

9,42	Anke Trei	Marienhafe	11.08.95
9,62	Lena Bohlken	Marienhafe	09.06.04
9,74	Lena Bohlken	Leer	30.04.05
9,76	Lena Bohlken	Marienhafe	25.05.05
10,25	Sabine Habben	Marienhafe	17.05.06
10,31	Laura Hellmann	Göttingen	23.06.19
10,37	Laura Hellmann	Marienhafe	25.06.19

KUGELSTOSS (4 kg)

5,92	Beate Wagenaar	Pewsum	06.04.75
6,19	Beate Wagenaar	Norden	01.06.75
6,64	ANJA BOOMGAARDEN	WIRDUM	21.07.80
7,00	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	03.05.81
7,72	ANNABELLA WOHLTMANN	IHLOW	17.09.81
8,33	REGINA HOFFMANN	HINTE	24.05.87
8,33	Daniela Gran	Marienhafe	03.05.88
8,75	Daniela Gran	Wirdum	29.07.88
8,81	SIGRID VIENNA	LEER	15.09.90
9,18	Kerstin Vienna	Papenburg	01.10.93
9,29	Kerstin Vienna	Papenburg	30.09.94
9,70	Kerstin Vienna	Hesel	22.04.95
10,28	Lena Sinning	Wirdum	12.04.08
11,04	Lena Sinning	Wilhelmshaven	21.06.09

DISKUSWURF (1 kg)

13,64	ANJA BOOMGAARDEN	WIRDUM	21.07.80
16,78	ILONA LÜCHT	WIRDUM	17.06.81
18,02	Annabella Wohltmann	Ihlow	30.03.82
20,92	DANIELA GRAN	WIRDUM	06.06.84
22,04	DANIELA GRAN	MARIENHAFE	05.07.85
24,50	DANIELA GRAN	MARIENHAFE	27.08.85
25,38	REGINA HOFFMANN	MARIENHAFE	08.07.86
26,54	REGINA HOFFMANN	WIRDUM	18.10.86
27,04	REGINA HOFFMANN	WIRDUM	18.04.87
27,50	ASTRID AHRENDTS	WIRDUM	06.07.87
27,70	SIGRID VIENNA	Leer	15.09.90
27,92	Sigrid Vienna	Georgsheil	12.04.91
29,86	Kerstin Vienna	Papenburg	01.10.93
32,50	Kerstin Vienna	Wirdum	19.04.95
35,16	Kerstin Vienna	Hesel	22.04.95

HAMMERWURF (3kg)

17,08	Kerstin Vienna	Wirdum	13.05.92
21,38	Kerstin Vienna	Wirdum	31.07.92
25,72	Kerstin Vienna	Wirdum	23.09.93
26,48	Kerstin Vienna	Wirdum	04.07.94
28,06	Kerstin Vienna	Wirdum	19.04.95
31,04	Kerstin Vienna	Hesel	22.04.95
38,29	Amke Dirks	Aurich	17.03.19
39,96	Amke Dirks	Delmenhorst	24.03.19
41,25	Amke Dirks	Holtland	25.05.19
44,53	Amke Dirks	Göttingen	23.06.19
46,53	Amke Dirks	Hannover	22.07.19
50,03	Amke Dirks	Oldenburg	20.09.20

53,52	Heike Schwitters	Oldenburg	30.01.22
58,32	Heike Schwitters	Moorhusen	30.06.22

HAMMERWURF (4kg) ab 1.1.00

21,07	Antke Schmidt	Wirdum	10.10.04
21,51	Anja Riemeyer	Gr. Hesepe	19.04.08
37,79	Amke Dirks	Wirdum	12.08.20
47,88	Heike Schwitters	Lingen	12.06.22

SPEERWURF (600 g)

18,40	SYLKE SCHOOLMANN	NORDEN	08.07.77
18,88	CHRISTINA WOLTERINK	IHLOW	07.07.86
19,70	REGINA HOFFMANN	MARIENHAFE	18.09.86
19,70	ASTRID AHRENDTS	WIRDUM	06.07.87
21,00	ASTRID AHRENDTS	MARIENHAFE	03.08.87
22,98	Daniela Gran	Marienhafe	29.07.88
23,27	Anna Barkhoff	Delmenhorst	05.05.01
26,31	Anna Barkhoff	Hinte	24.05.01
28,38	Anna Barkhoff	Papenburg	09.09.01
29,66	Anna Barkhoff	Marienhafe	29.09.01

DREIKAMPF (100 m-Weit-Kugel)

1.376	Annabella Wohltmann	Ihlow	17.09.81
	13,5-4,18-7,72		

VIERKAMPF (100m-Weit-Hoch-Kugel)

1.650	Anke Trei	Schortens	06.09.97
	20,8-1,48-7,02-14,5		

SIEBENKAMPF (100m Hü-Hoch-Kugel-100m-Weit-Speer-800m)

2.565	Anke Trei	Schortens	06./07.09.97
	20,8-1,48-7,02-14,5-4,32-15,08-3:03,5		