

NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

**Männer**

100 m Lauf	10,08 (+1,4)	Almas, Deniz (97)	VfL Wolfsburg	Weinheim	01.08.20
200 m Lauf	20,44*	Skamrahl, Erwin (58)	SV Union Groß Ilsede	Bremen	26.06.83
400 m Lauf	44,50	Skamrahl, Erwin (58)	SV Union Groß Ilsede	München	26.07.83
800 m Lauf	1:44,80	Ludolph, Sören (88)	LG Braunschweig	Hengelo/NED	26.05.12
1000 m Lauf	2:17,18	Rüter, Eckhardt (63)	VfL Wolfsburg	Hamm	09.09.88
1500 m Lauf	3:34,84	Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Koblenz	09.07.82
1 Meile	3:52,36	Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Koblenz	09.07.82
2000 m Lauf (alt)	5:02,00	Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	München	20.07.84
3000 m Lauf	7:51,37	Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Ingelheim	06.09.83
5000 m Lauf	13:37,0	Girke, Werner (40)	VfL Wolfsburg	Paris/FRA	13.06.68
10.000 m Lauf	28:12,41	Förster, Tom (02)	LG Braunschweig	Wassenberg	04.05.24
1 Stunde Lauf	19.173	Jakisch, Wilfried (51)	VfL Wolfsburg	Berlin	09.08.75
5 km Lauf	14:19	Förster, Tom (02)	LG Braunschweig	Leverkusen	09.03.25
5 km Lauf Mannschaft	45:45:00*	Braunschweiger Laufclub		Braunschweig	09.11.25
		Büchel, Felix (00) – Menzel, Rene (92) – Boohs, Christian (93)			
10 km Lauf	28:34	Eich, Carsten (70)	LG Braunschweig	Troisdorf	13.09.03
10 km Lauf Mannschaft	1:28:14	LG Braunschweig		Bad Liebenzell	19.09.04
		Eich, Carsten (70) - Dietz, Oliver (77) - Burger, Mario (67)			
Halbmarathonlauf	01:01:52	Hendel, Sebastian (95)	LG Braunschweig	Berlin	02.04.23
Halbmarathonlauf Mannschaft	03:15:35	LG Braunschweig		Schotten	23.03.02
		Eich, Carsten (70) - Wagner, Jörn (70) - Austin, Jürgen (70)			
Marathonlauf	02:07:33	Hendel, Sebastian (95)	LG Braunschweig	Berlin	29.09.24
Marathon Mannschaft	07:01:31	VfL Wolfsburg		Berlin	10.09.77
		Mielke, Günter (42) - Siefert, Wolfgang (51) - Will, Falko (48)			
50 km Lauf	2:52:34	Jankowski, Raoul (91)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	25.04.21
100 km Lauf	06:40:57	Schwippel, Tim-Niklas (95)	Braunschweiger Laufclub	Ubstadt-Weiher	09.04.22
100 km Lauf Mannschaft	21:09:33	LG Braunschweig		Rheine-Elte	05.09.92
		Krajenski, Volker (66) - Dreyer, Helmut (57) - Mankopf, Jens-Lars (62)			
110 m Hürden	13,87*	Kaba, Senoussi (75)	LG Göttingen	Garbsen	26.07.97
400 m Hürden	50,93	Fischer, Carsten (62)	SV Union Groß Ilsede	Berlin	15.07.84
3000 m Hindernis	8:28,95	Tiller, Torsten (62)	LG Göttingen	Hannover	16.06.84
4 x 100 m Staffel	39,99	VfL Wolfsburg		Frankfurt/M.	23.07.88
		Rebischke, Bernd (55) - Kessler, Markus (62) - Stärk, Andreas (66) - Skamrahl, Erwin (58)			
4 x 200 m Staffel (alt)	1:24,0	VfL Wolfsburg		Wolfsburg	21.05.86
		Knötgen, Christian (62) - Knötgen, Andreas (64) - Meyer, Stefan (65) - Skamrahl, Erwin (58)			
4 x 400 m Staffel	3:05,86	SV Union Groß Ilsede		Stuttgart	04.08.85
		Kohnke, Dr. Reinald (61) - Fischer, Carsten (62) - Wegener, Uwe (59) - Skamrahl, Erwin (58)			
4 x 400 m Mixed-Staffel	03:47,80	LG Braunschweig		Hamburg	04.05.25
		Gillner, Jona (02) – Thiele, Marlene (98) – Bremer, Eike (97) – Bröger, Nicola (08)			
4 x 800 m Staffel (alt)	7:26,01	VfL Wolfsburg		Hamburg	04.08.85
		Becker, Uwe (55) - Becker, Jens (61) - Schreiber, Wolfgang (63) - Rüter, Eckhardt (63)			
3 x 1000 m Staffel	7:05,45	LG Braunschweig		Mönchengladbach	22.07.12
		Waldmann, Moritz (85) - Hamm, Jonas (80) - Ludolph, Sören (88)			
4 x 1500 m Staffel (alt)	15:01,12	VfL Wolfsburg		Berlin	21.07.85
		Becker, Jens (61) - Schreiber, Wolfgang (63) - Rüter, Eckhardt (63) - Becker, Uwe (55)			
Olympische Staffel	3:34,11	LG Göttingen		Stendal	22.08.98
		Christel, Elmar (75) - Verzano, Nemrude (76) - Müller, Jan-Philipp (78) - Tiller, Markus (73)			
Schwedenstaffel	1:53,3	SV Union Groß Ilsede		Wilhelmshaven	01.05.84
		Wegener, Uwe (59) - Skamrahl, Erwin (58) - Fischer, Carsten (62) - Rebischke, Bernd (55)			
10.000 m Bahngehen	42:16,6	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Letter	30.06.84
10 km Straßengehen	41:19	Mayr, Heinz (35)	VfL Wolfsburg	Hamburg	29.09.73
20 km Straßengehen	01:24:35	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Hanau	01.11.81
20 km Str.-Gehen Mannschaft	04:29:02	VfL Wolfsburg		Eschborn	29.05.83
		Degener, Karl-Friedrich (43) - Meyer, Jürgen (54) - Jakob, Uwe (61)			
50 km Straßengehen	03:56:52	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Letter	28.08.83
50 km Str.-Gehen Mannschaft	12:37:54	LG Salzgitter		Eschborn	01.10.78
		Weidner, Gerhard (33) - Degener, Karl-Friedrich (43) - Kloppe, Hans-Joachim (48)			
Hochsprung	2,18	Hausner, Andreas (55)	MTV Gifhorn	Mexiko-City/MEX	23.05.75
Stabhochsprung	5,03	Hillebrecht, Martin (61)	SVG GW Bad Gandersheim	Bad Gandersheim	26.08.90
Weitsprung	8,14*	Knippphals, Jens (58)	VfL Wolfsburg	Berlin-Ost/GDR	28.05.80
Dreisprung	16,78*	Knabe, Wolfgang (59)	SV Union Groß Ilsede	Bremen	25.06.83
Kugelstoß	20,72	Bock, Detlef (74)	VfL Wolfsburg	Engers	29.05.05
Diskuswurf	60,66	Thriene, Matthias (71)	VfL Wolfsburg	Vellmar	12.07.03
Hammerwurf	78,28	Radefeld, Norbert (62)	VfL Wolfsburg	Frankfurt	23.07.88
Speerwurf	68,85	Sander, Simon Nils (90)	LG Osterode	Osterode	15.06.11
Fünfkampf	3.369	Denecke, Volker (62)		Kahlefeld	23.05.87
		6,81 -54,82 - 23,7 - 38,12 - 4:50,5			
Fünfkampf (alt)	3.877	Brumund, Rudolf (54)	VfL Wolfsburg	Bernhausen	28.05.77
		7,04-59,19-21,9-39,39-4:20,6			
Fünfkampf Mannschaft	9.779	LG Altes Amt		Kahlefeld	23.05.87
		Denecke, Volker (62) - Holland, Henning (63) - Denecke, G.			
Fünfkampf Mannschaft (alt)	10.800	VfL Wolfsburg		Augsburg	04.09.65
		Platt, Helmut (40) - Jüttner, Jörg (41) - Kalitzki, Jürgen (41)			
Zehnkampf	8.099	Minah, Jacob (82)	LG Göttingen	Bangkok/THA	12./13.08.07
		10,75-7,87-13,80-1,92-47,79/14,38-42,38-4,80-52,66-4:41,11			
Zehnkampf Mannschaft	19.538	GW Bad Gandersheim		Salzgitter	27./28.08.88
		Hillebrecht, Martin (61) - Hillebrecht, Rudolf (58) - Bewig, Lars (63)			
Zehnkampf Mannschaft (alt)	20.971	LG Braunschweig		Braunschweig	18./19.05.75
		Mussmann, Manfred (46) - Ammerpohl, Ulrich (48) - Wehrsen, Hans-Joachim (53)			
<b>Frauen</b>					
100 m Lauf	11,04*	Paschke, Melanie (70)	LG Braunschweig	Bremen	30.06.95
200 m Lauf	22,45*	Paschke, Melanie (70)	LG Braunschweig	Erfurt	03.07.94
400 m Lauf	50,64	Janke, Karin (63)	VfL Wolfsburg	Düsseldorf	11.08.90
800 m Lauf	1:58,45	Falck, Hildegard (49)	VfL Wolfsburg	Stuttgart	11.07.71
1000 m Lauf	2:43,52	Heldt, Ursula (56)	TSV Salzgitter	Hannover	19.08.84
1500 m Lauf	4:06,33	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Hengelo/NED	01.06.98
1 Meile	4:32,73	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Linz/AUT	09.07.97
3000 m Lauf	8:53,72	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Menden	18.08.99
5000 m Lauf	15:30,35	Tola Geleto, Fate (87)	LG Braunschweig	Kassel	19.06.16
10.000 m Lauf	32:35,90	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Kandel	19.05.01
1 Stunde Lauf	15.150	Krajenski, Dr. Andrea (65)	SV Germania Helmstedt	Helmstedt	15.10.99
5 km Lauf	15:52	Hendel, Kristina (96)	LG Braunschweig	Angers/Frau	24.04.21
5 km Lauf Mannschaft	56:32*	Braunschweiger Laufclub		Braunschweig	09.11.25
		Woll Lopez, Anna Malena (06) – Wienstroer, Marie-Carlotte (88) – Bornhardt, Milana (09)			
10 km Lauf	31:45	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Otterndorf	11.09.05
10 km Lauf Mannschaft	01:41:44	LG Braunschweig		Troisdorf	13.09.03
		Zaituc, Luminita (68) - Ritter, Susanne (78) - Bultmann, Birte (74)			
Halbmarathonlauf	01:09:35	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Remich/LUX	26.09.04
Halbmarathonlauf Mannschaft	03:52:29	LG Braunschweig		Burghaslach	22.03.03
		Zaituc, Luminita (68) - Ritter, Susanne (78) - Willcox-Heidner, Victoria (73)			
Marathonlauf	02:25:42	Tola Geleto, Fate (87)	LG Braunschweig	Frankfurt/M.	30.10.16
Marathon Mannschaft	08:15:43	LG Seesen		Essen	15.10.00
		Brünig, Kerstin (69) - Cronjäger, Ines (77) - Weiglein, Karola (67)			

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

50 km Lauf	5:20:47	Elezovic, Tanja (76)	Laufclub BlueLiner	Wolfenbüttel	18.07.21
100 km Lauf	08:09:22	Krajenski, Dr. Andrea (65)	SV Germania Helmstedt	Cavagne/FRA	15.05.99
100 m Hürden	13.76*	Ammon, Sina Carolin (77)	SV Union Groß Ilsede	Zeven	10.06.00
400 m Hürden	55.91	Schmidt, Gesine (71)	LG Braunschweig	Stuttgart	11.06.98
3000 m Hindernis	10:07,41	Bultmann, Birte (74)	LG Braunschweig	Regensburg	17.06.06
4 x 100 m Staffel	44,39	VfL Wolfsburg		Köln	13.08.78
4 x 200 m Staffel (alt)	1:38,6	Feeder, Christa (52) - Rasch, Silke (59) - Westedt, Regina (55) - Wilkes, Birgit (55)		Wolfsburg	20.08.75
4 x 400 m Staffel	3:40,4	VfL Wolfsburg Pohl, Gudrun (49) - Rasch, Silke (59) - Schwencker, Marita (54) - Falck, Hildegard (49)		Berlin	07.09.71
3 x 800 m Staffel	6:20,48	Alisch, Bärbel (47) - Czekay, Christa (44) - Jeske, Marita (47) - Falck, Hildegard (49)		Lüdenscheid	06.07.97
Olympische Staffel	4:31,8	Bröger, Katrin (70) - Terheiden, Kristina (74) - Zaituc, Luminita (68)		Edemissen	08.09.98
Schwedenstaffel	2:22,00	TSV Arminia Vöhrum Schneider, Kathrin (76) - Winter, Verena (79) - Caspari, Nina (77) - Ostwald, Elke (58)		Braunschweig	03.09.03
5000 m Bahngehen	43:36,85	Wehrsen, Claudia (84) - König, Sandra (73) - Walter, Jenny (75) - Fritsch, Malin (81)		Oldenburg	10.10.21
5 km Straßengehen	26:59	Friedrich, Ilka (71)	Laufclub BlueLiner	Hildesheim	10.06.89
5 km Str.-Gehen Mannschaft	01:23:52	Kuchenbecker, Edith (44)	LG Braunschweig	Berlin	20.03.88
10 km Straßengehen	55:45	LG Braunschweig Kutze, Gabriele (50) - Kuchenbecker, Edith (44) - Hartmann, Ulrike (48)		Scheeßel	07.05.88
10 km Str.-Gehen Mannschaft	02:49:58	LG Braunschweig Kutze, Gabriele (50) - Kuchenbecker, Edith (44) - Hartmann, Ulrike (48)		Eschborn	24.04.88
20 km Straßengehen	01:55:17	Kuchenbecker, Edith (44)	LG Braunschweig	Groß-Gerau	15.10.88
20 km Str.-Gehen Mannschaft	05:59:47	LG Braunschweig Kuchenbecker, Edith (44) - Kutze, Gabriele (50) - Hartmann, Ulrike (48)		Groß-Gerau	15.10.88
Hochsprung	1,84	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Oldenburg	24.06.89
Stabhochsprung	3,53	Schmidt, Natascha (65)	SVG GW Bad Gandersheim	Zweibrücken	23.09.90
Weitsprung	6,69 (+1,9)	Homeier, Merle (99)	LG Göttingen	Tallinn/EST	11.07.21
Dreisprung	14,53 (+1,5)	Eckhardt-Noack, Neele (92)	LG Göttingen	München	17.08.22
Kugelstoß	20,34	Storp, Stephanie (68)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	01.07.90
Diskuswurf	58,88	Storp, Stephanie (68)	VfL Wolfsburg	Cannes/FRA	23.04.89
Hammerwurf	64,93	Hundertmark, Lara (04)	Einbecker SV	Fränkisch Crumbach	07.06.25
Speerwurf	54,80	Mau-Repnak, Beatrice (71)	VfL Wolfsburg	Delmenhorst	15.06.02
Fünfkampf	3.523	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Hannover	27.06.04
Fünfkampf Mannschaft	8.652	12,87(+0,0)-1,64-9,28-5,68(+0,0)-2:28,43 LG Braunschweig		Delmenhorst	17.09.23
Siebenkampf	5.522	Schmidt, Ann-Kathrin (96) - Zalewski, Laura (01) - Benkert, Sophia (01)		Vaterstetten	29./30.08.98
Siebenkampf Mannschaft	15.387	Knust, Gesine (77) 14,80(+0,3)-1,72-12,81-26,12(+0,6)/5,64(+0,3)-42,94-2:21,11 ASC Göttingen		Ulm	12./13.06.87
		Schulz, Ulrike (66) - Reinhardt, Kerstin (69) - Reidick, Christina (66)			

### Männliche Jugend U20

100 m Lauf	10,47 (+0,2)	Morawietz, Tobias (03)	VfL Wolfsburg	Ulm	16.07.22
200 m Lauf	21,12 (+1,0)	Morawietz, Tobias (03)	VfL Wolfsburg	Regensburg	04.06.22
400 m Lauf	46,84	Quarata, Louis (04)	VfL Wolfsburg	Göttingen	01.07.23
800 m Lauf	1:49,83	Dieterich, Max (99)	LG Braunschweig	Pfungstadt	09.06.18
1000 m Lauf	2:23,7	Becker, Volker (59)	VfL Wolfsburg	Menden	16.08.78
1500 m Lauf	3:45,89	Kalies, Tim (04)	Braunschweiger Laufclub	Karlsruhe	20.05.23
3000 m Lauf	8:01,6	Storbeck, Klaus (49)	LG Göttingen	London/GBR	07.09.68
5000 m Lauf	14:13,0	Klement, Friedel (54)	VfL Wolfsburg	Burg Gretesch	23.09.73
10.000 m Lauf	31:19,4	Storbeck, Klaus (49)	LG Göttingen	Göttingen	15.08.68
5 km Lauf	15:33	Hühn, Luke (06)	Braunschweiger Laufclub	Hannover	05.04.25
10 km Lauf	31:45	Brecht, David (98)	LG Braunschweig	Bad Liebenzell	03.09.17
10 km Lauf Mannschaft	01:47:11	LG Braunschweig Chirkov, Maksym (83) - Laue, Simon (86) - Wessel, Maximilian (85)		Willershausen	05.10.02
Halbmarathonlauf	01:11:57	Rama, Nikolaus (74)	LG Göttingen	Brüssel/BEL	03.10.93
Marathonlauf	02:28:08	Oberbeck, Jörg-Rainer (69)	LG Seesen	Berlin	09.10.88
110 m Hürden	14,04*	Kaba, Senoussi (75)	LG Göttingen	Salzgitter	26.06.94
400 m Hürden	52,31	Diekmann, Markus (75)	LG Braunschweig	Scheeßel	30.05.93
2000 m Hindernis	5:32,8	Engel, Christoph (50)	LG Braunschweig	Schwetzingen	31.08.69
4 x 100 m Staffel	41,47	VfL Wolfsburg Knötgen, Christian (62) - Wittboldt, Volker (62) - Schischke, Jörg (63) - Kessler, Markus (62)		Salzgitter	20.09.80
4 x 400 m Staffel	3:20,2	LG Göttingen Nolte, Stefan (69) - Schubert, Dirk (69) - Becker, Lutz (69) - Bolle, Maik (71)		Frankfurt	23.07.88
4 x 400 m Mixed-Staffel	03:55,97	LG Braunschweig Liebau, Nils (08) - Rasche, Lara (07) - Keller, Rouven (08) - Dietrich, Johanna (07)		Hamburg	04.05.25
3 x 1000 m Staffel	7:34,69	LG Braunschweig Bittner, Patrick (94) - Hübner, Jeremy (93) - Brunswig, Fabian (93)		Wattenscheid	17.06.12
Olympische Staffel	3:29,8	SV Union Salzgitter Nause, Albrecht (48) - Luszczek, Helmut (49) - Werner, Herbert (48) - Kulcke, Hansgeorg (48/49)		Hamburg	17.09.66
Schwedenstaffel	2:02,06	TSV Arminia Vöhrum Stellfeldt, Henrik (75) - Horn, Andreas (75) - Meyer, Maik (77) - Sommerburg, Björn (75)		Peine	20.08.94
5000 m Bahngehen	21:48,4	Jakob, Uwe (61)	LG Salzgitter	Dortmund	15.09.79
10 km Straßengehen	45:08	Jakob, Uwe (61)	LG Salzgitter	Göttingen	22.09.79
20 km Straßengehen	01:31:58	Jakob, Uwe (61)	LG Salzgitter	Önsbach	21.09.80
Hochsprung	2,08	Mutterbach, Jens (68)	LAV Esbeck	Göttingen	16.08.86
Stabhochsprung	5,20	Pieper, Robin (95)	LG Peiner Land	Soest	31.05.14
Weitsprung	7,78*	Knippahls, Jens (58)	VfL Wolfsburg	Hamburg	09.05.77
Dreisprung	15,59*	Knäb, Reinhold (67)	LG Braunschweig	Rhede	02.07.86
Kugelstoß	17,44	Schwarz, Ingo (70)	LG Göttingen	Osterode	12.08.89
Diskuswurf	50,50	Brennecke, Hardy (74)	MTV Wolfenbüttel	Greene	08.09.93
Hammerwurf	77,28	Olbrich, Richard (90)	SVG GW Bad Gandersheim	Halle (Saale)	23.05.09
Speerwurf	67,29	Sander, Simon Nils (90)	LG Osterode	Papenburg	14.06.09
Fünfkampf	3.904	Margis, Thorsten (89)	LG Peiner Land	Bernhausen	17.05.08
Fünfkampf Mannschaft	15.648	11,24(-1,6)-6,97(+0,8)-14,91-1,88-50,13 TSV Arminia Vöhrum		Salzgitter	16.07.94
Zehnkampf	7.555	Horn, Andreas (75) - Hartmann, Kai (75) - Meyer, Maik (77) - Schink, Stefan (77) - Stellfeldt, Henrik (75)		Bydgoszcz/POL	09./10.07.08
Zehnkampf Mannschaft	19.240	Margis, Thorsten (89) 11,19(-0,1)-6,74(-0,3)-15,69-1,90-50,50/15,30(+0,9)-45,01-4,20-58,41-4:40,49 TSV Arminia Vöhrum		Vaterstetten	31.08./01.09.96
		Schink, Stefan (77) - Meyer, Maik (77) - Sommer, Jens (78)			

### Männliche Jugend U18

100 m Lauf	10,82 (+1,0)	Morawietz, Tobias (03)	VfL Wolfsburg	Zeven	25.07.20
200 m Lauf	21,78 (+0,0)	Morawietz, Tobias (03)	VfL Wolfsburg	Heilbronn	05.09.20
400 m Lauf	48,00	Fiene, Sebastian (89)	LG Peiner Land	Mannheim	07.07.06
800 m Lauf	1:52,75	Lubrecht, Jürgen (56)	VfL Wolfsburg	Schwetzingen	28.07.73
1000 m Lauf	2:26,8	Meinecke, Hanjo (52)	LAV Esbeck	Bomlitz	25.07.69
1500 m Lauf	3:49,42	Kalies, Tim (04)	Braunschweiger Laufclub	Karlsruhe	15.05.21
3000 m Lauf	8:41,71	Diehr, Sascha (72)	VfL Wolfsburg	Dortmund	31.07.89
5000 m Lauf	15:17,68	Diehr, Sascha (72)	VfL Wolfsburg	Göttingen	27.05.89
5 km Lauf	16,32	Peter, Leonard (09)	LG Eichsfeld	Duderstadt	31.08.25

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

10 km Lauf	32:51	Noodt, Mika (00)	VfL Wolfsburg	Lehrte	01.09.17
10 km Lauf Mannschaft	1:47:52	LG Braunschweig		Lingen	24.03.19
Halbmarathonlauf	01:16:59	Ifftner, Leon-Magnus (02) - Mantel, Frederik (03) - Zeuner, Dustin (03)		Braunschweig	23.10.05
110 m Hürden	14,12*	Champignon, Philip (88)	Einbecker SV	Wernigerode	14.08.09
400 m Hürden	53,80	Balschuweit, Leroy (92)	TSV Helmstedt	Hannover	25.05.24
2000 m Hindernis	5:56,73	Raeth, Nicolas (07)	SV Union Salzgitter	Berlin	27.06.98
4 x 100 m Staffel	43,84	Jünemann, Dennis (81)	LG Eichsfeld	Salzgitter	29.08.09
	43,7	LG Braunschweig			
		Grosenick, Oliver (92) - Emmrich, Thilo (93) - Gläser, Nicholas (92) - Bode, Luca (93)		Lüneburg	12.05.88
		LG Göttingen			
4 x 400 m Staffel	3:41,41	Bolle, Maik (71) - Berlinecke, Sven (72) - Butzke, Olav (71) - Basdorf, Carsten (72)		Neustadt a. Rbge	23.04.06
		LG Peiner Land			
		Knüppel, Niklas (89) - Lüddecke, Sören (89) - Lambertz, Patrick (89) - Wiedenroth, Constantin (90)		Edemissen	29.09.98
3 x 1000 m Staffel	7:52,5	LG Eichsfeld			
		Rafat, Atiq (82) - Kuhlen, Georg (81) - Jünemann, Dennis (81)		Oldendorf	17.06.95
Olympische Staffel	3:43,62	LG Edemissen/Peine			
		Bayer, Reinhold (79) - Wittke, Michael (78) - Engel, Christian (78) - Stockleben, Björn (78)		Braunschweig	20.08.09
Schwedenstaffel	2:05,70	LG Braunschweig			
		Emmrich, Thilo (93) - Bode, Luca (93) - Gläser, Nicholas (92) - Grosenick, Oliver (92)			
5000 m Bahngehen	22:44,10	Buchheister, Sven (66)	LG Braunschweig	Dortmund	29.07.82
10.000 m Bahngehen	49:30,38	Buchheister, Sven (66)	LG Braunschweig	Braunschweig	10.09.83
10 km Straßengehen	48:27	Jakob, Uwe (61)	LG Salzgitter	Nordstemmen	22.06.77
Hochsprung	2,01	Wystrech, Frank (63)	LG Salzgitter	Salzgitter	22.05.79
Stabhochsprung	5,01	Pieper, Robin (95)	LG Peiner Land	Leverkusen	25.08.12
Weitsprung	7,64*	Kessler, Markus (62)	VfL Wolfsburg	Dortmund	15.09.79
Dreisprung	14,31*	Stolz, Christoph (80)	VfL Wolfsburg	Lüdenscheid	05.07.97
	14,31 (+0,8)	Tzolov, Toncho (08)	TSV Germania Helmstedt	Berlin-Lichterfelde	07.06.25
Kugelstoß	16,95	Tolle, Lars (71)	VfL Wolfsburg	Berlin	23.09.88
Diskuswurf	50,68	Ulrich, Michael (94)	SV Germania Helmstedt	Salzwedel	24.09.11
Hammerwurf	79,29	Olbrich, Richard (90)	SVG GW Bad Gandersheim	Holland	15.09.07
Speerwurf	65,54	Brümmer, Tobias (89)	LG Braunschweig	Wattenscheid	21.07.06
Fünfkampf	3.827	Margis, Thorsten (89)	LG Peiner Land	Wesel	01.09.06
	11,33(+0,3)-6,80(+1,2)-16,04-1,84-51,29				
Fünfkampf Mannschaft	14.247	LG Peiner Land		Salzgitter	10.09.05
		Margis, Thorsten (89) - Knoblauch, Steffen (88) - Paetzold, Thorsten (88) - Wiedenroth, Constantin (90) - Menzel, Frederik (89)			
Zehnkampf	7.250	Margis, Thorsten (89)	LG Peiner Land	Wesel	01./02.09.06
	11,33(+0,3)-6,80(+1,2)-16,04-1,84-51,29/15,36(+0,6)-42,47-4,10-55,96-4:56,73				
Zehnkampf Mannschaft	17.704	LG Peiner Land		Wesel	01./02.09.06
		Wiedenroth, Constantin (90) - Lambertz, Patrick (89) - Margis, Thorsten (89)			
<b>Weibliche Jugend U20</b>					
100 m Lauf	11,63 (+0,2)	Jaworski, Nele (04)	VfL Wolfsburg	Mannheim	02.07.22
200 m Lauf	23,66 (+1,5)	Jaworski, Nele (04)	VfL Wolfsburg	Rostock	23.07.23
400 m Lauf	53,63	Ahrens, Lea (98)	LAV 07 Bad Harzburg	Regensburg	10.06.17
800 m Lauf	2:05,81	Nolte, Sabine (68)	LG Göttingen	Wetzlar	07.09.86
1000 m Lauf	3:14,53	Wüsterfeld, Helena (05)	LG Eichsfeld	Göttingen	03.09.24
1500 m Lauf	4:23,06	Finke, Christiane (62)	LG Göttingen	Dortmund	15.09.79
3000 m Lauf	9:17,88	Finke, Christiane (62)	LG Göttingen	Mannheim	13.08.80
5000 m Lauf	16:55,4	Mulle, Christiane (60)	LG Göttingen	Baunatal	12.09.79
10.000 m Lauf	35:50,75	Weiglein, Karola (67)	LG Seesen	Verden	27.04.85
5 km Lauf	18:19:00	Wolff Lopez, Anna Malena (06)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	09.11.25
10 km Lauf	37:33	Beyer, Jana (00)	LG Eichsfeld	Dingelstädt	29.09.18
Halbmarathonlauf	01:22:04	Cronjäger, Ines (77)	LG Seesen	Frankfurt	03.03.96
Marathonlauf	3:55:00	Ring, Claudia (71)	VfL Wolfsburg	Berlin	30.09.90
100 m Hürden	14,03*	Prediger, Tessa (79)	MTV Wolfenbüttel	Wattenscheid	22.07.95
400 m Hürden	57,90	Nolte, Sabine (68)	LG Göttingen	Berlin	20.07.85
2000 m Hindernis	8:39,84	Schultalbers, Anna (98)	LG Peiner Land	Harlingerode	01.05.16
4 x 100 m Staffel	48,03	LG Braunschweig		Holzwinden	22.06.86
		Bröger, Katrin (70) - Hanert, Heike (71) - Paschke, Melanie (70) - Grube, Daniela (71)			
4 x 400 m Staffel	4:00,34	LG Braunschweig		München	20.06.92
		Kasten, Sandra (73) - Schneider, Sinikka (75) - Marschall, Carmen (74) - Riedel, Birgit (75)			
3 x 800 m Staffel	6:45,77	LG Braunschweig		Hamburg	13.08.89
		Rahf, Barbara (71) - Grube, Daniela (71) - Bröger, Katrin (70)			
Olympische Staffel	4:13,75	LG Eichsfeld		Oldenburg	07.06.98
		Schusterbauer, Katja (82) - Ballhausen, Denise (81) - Ensminger, Karin (82) - Wucherpfennig, Janine (82)		Göttingen	07.09.04
Schwedenstaffel	2:24,08	LG Göttingen			
		Bömeke, Pia (87) - Oldendorf, Elisa (87) - Haschke, Annika (87) - Geese, Svenja (85)			
5000 m Bahngehen	32:53	Lange, Uschi (62)	LG Solling	Schöningen	26.04.78
Hochsprung	1,82	Schmidt, Natascha (65)	SVG GW Bad Gandersheim	Moringen	30.04.83
Stabhochsprung	3,43	Gödecke, Nina (97)	LG Peiner Land	Meinersen	21.06.16
Weitsprung	6,54*	Wilkes, Birgit (55)	VfL Wolfsburg	Bonn	18.08.74
Dreisprung	12,94*	Wolf, Anna-Marleen (96)	LG Göttingen	Mannheim	05.07.14
Kugelstoß	19,90	Storp, Stephanie (68)	VfL Wolfsburg	Hamburg	16.08.87
Diskuswurf	58,28	Storp, Stephanie (68)	VfL Wolfsburg	Rhede	02.07.86
Hammerwurf	61,05	Hundertmark, Lara (04)	Einbecker SV	Ulm	16.07.22
Speerwurf	42,91	Geese, Svenja (85)	LG Göttingen	Vaterstetten	04.09.04
Vierkampf	3.351	Geese, Svenja (85)	LG Göttingen	Rostock	15.05.04
	14,92(+1,3)-1,74-12,97-25,17(+1,1)				
Vierkampf Mannschaft	12.936	LG Göttingen		Salzgitter	16.07.94
		Schneider, Sinikka (75) - Müller, Silke (75) - Hempe, Mareike (78) - Henneberg, Daniela (75) - Müller, Christine (78)			
Siebenkampf	5.525	Geese, Svenja (85)	LG Göttingen	Rostock	15./16.05.04
	14,92(+1,3)-1,74-12,97-25,17(+1,1)/5,83(+2,0)-37,00-2:24,30				
Siebenkampf Mannschaft	13.865	VfL Wolfsburg		Vaterstetten	31.08./01.09.96
		Knust, Gesine (77) - Heinrich, Marion (78) - Grünke, Sina (78)			
<b>Weibliche Jugend U18</b>					
100 m Lauf	11,68*	Paschke, Melanie (70)	LG Braunschweig	Sindelfingen	24.07.87
200 m Lauf	24,57*	Paschke, Melanie (70)	LG Braunschweig	Sindelfingen	26.07.87
400 m Lauf	54,33	Nolte, Sabine (68)	LG Göttingen	Helmstedt	19.05.84
800 m Lauf	2:07,71	Nolte, Sabine (68)	LG Göttingen	Brendby/DEN	25.05.85
1000 m Lauf	03:36,41	Lindenberg, Sophie (08)	LG Braunschweig	Braunschweig	15.08.25
1500 m Lauf	4:23,06	Finke, Christiane (62)	LG Göttingen	Dortmund	15.09.79
3000 m Lauf	9:38,3	Finke, Christiane (62)	LG Göttingen	Göttingen	26.09.78
5000 m Lauf	17:47,77	Giesecke, Claudia (73)	LG Seesen	Goslar	23.05.90
5 km Lauf	19:13	Bornhardt, Milana (09)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	09.11.25
10 km Lauf	38:21	Müller, Lisa-Marie (92)	MTV Wechelde	Lüchow	13.04.08
Halbmarathonlauf	01:38:03	Franke, Alia Sophie (09)	Braunschweiger Laufclub	Berlin	06.04.25
100 m Hürden	13,56*	Prediger, Tessa (79)	MTV Wolfenbüttel	Rhede	07.07.95
400 m Hürden	57,90	Nolte, Sabine (68)	LG Göttingen	Berlin	20.07.85
1500 m Hindernis (alt)	5:23,89	Ahrens, Lea (98)	LAV 07 Bad Harzburg	Harlingerode	20.09.15
2000 m Hindernis	7:10,00	Schüttler, Ella (07)	LG Göttingen	Mönchengladbach	05.07.24
4 x 100 m Staffel	48,03	LG Braunschweig		Holzwinden	22.06.86
		Bröger, Katrin (70) - Hanert, Heike (71) - Paschke, Melanie (70) - Grube, Daniela (71)			
3 x 800 m Staffel	6:56,2	LG Braunschweig		Rheinhausen	08.10.72
		Hopert, Sabine (55) - Gottschalk, Ute (55) - Brozat-Essen, Angela (56)			

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Olympische Staffel	4:17,12	LG Göttingen Cyganski, Lydia (77) - Lenzen, Henrike (77) - Petersen, Nora (78) - Schulz-Eichner, Dörte (78)	Oldenburg	13.06.93	
Schwedenstaffel	2:28,14	LG Eichsfeld Kurth, Franziska (88) - Becker, Louisa (90) - Klingebiel, Jana (88) - Hartmann, Isabell (89)	Braunschweig	29.07.05	
3000 m Bahngehen	19:07,8	Hentschel, Anette (64)	TG Münden	Göttingen	22.04.80
Hochsprung	1,81	Rahn, Sabine (67)	TV Jahn Wolfsburg	Hannover	11.09.83
Stabhochsprung	3,80	Spelly, Gwen (99)	LG Peiner Land	Wilhelmshaven	04.06.16
Weitsprung	6,10	Reinhardt, Kerstin (69)	LG Göttingen	Hannover	24.09.84
Dreisprung	12,54*	Rieker, Lisanne (92)	LG Göttingen	Berlin	18.07.08
Kugelstoß 3 kg	15,85	Klisch, Josefine (01)	LG Peiner Land	Frankenberg	28.05.17
Kugelstoß 4 kg (alt)	17,72	Storp, Stephanie (68)	LG Braunschweig	Altötting	04.05.85
Diskuswurf	52,26	Storp, Stephanie (68)	VfL Wolfsburg	Wunstorf	21.09.85
Hammerwurf 3 kg	65,41	Hundertmark, Lara (04)	Einbecker SV	Halle	16.05.21
Hammerwurf 4 kg (alt)	57,41	Hoppe, Johanna (86)	SV Eintracht Einbeck	Vellmar	20.09.03
Speerwurf 500 g	44,81	Carstensen, Emma (06)	VfL Wolfsburg	Rüningen	29.05.22
Speerwurf 600 g (alt)	42,99	Drechsler, Svenja (89)	MTV Jahn Schladen	Schneverdingen	01.07.06
Vierkampf	3.020	Weber, Amira (06)	LG Peiner Land	Papenburg	13.05.23
	15,25(+1,5)-1,68-21,83-27,57(+0,0)				
Vierkampf (alt)	3.167	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Langen	29.06.13
	14,80(+0,0)-1,64-12,33-12,64(+0,8)				
Vierkampf Mannschaft	8.726	LG Braunschweig Petelka, Helena (08) – Keller, Maike (08) – Bartels, Sijja (09) – Kübler, Ania Zoe (09) – Winkler, Laura (09)	Braunschweig	<b>06.09.25</b>	
			Langen	29.06.13	
Vierkampf Mannschaft (alt)	13.085	Groenewold, Lara (97) - Vollmers, Hanna (98) - Beyersdorff, Larissa (96) - Basso, Leonie (97) - Seidel, Jennifer (96)	Langen	29.06.13	
Siebenkampf	4.782	Weber, Amira (06)	LG Peiner Land	Papenburg	13./14.05.23
	15,25(+1,5)-1,68-12,83-27,57(+0,0)/4,92(+0,0)-39,30-2:40,24				
Siebenkampf (alt)	4.970	Hientz, Lena (89)	VfL Wolfsburg	Papenburg	17./18.06.06
	14,76(+0,0)-1,68-9,93-12,89(+0,0)/5,37(+1,3)-34,90-2:27,91				
Siebenkampf Mannschaft	9.483	LG Braunschweig Bikker, Hanna (08) - Krug, Lilian (06) - Schulte, Neele Johanna (06)	Papenburg	13./14.05.23	
			Bernhausen	08./09.06.13	
Siebenkampf Mannschaft (alt)	12.583	LG Braunschweig Beyersdorff, Larissa (96) - Seidel, Jennifer (96) - Basso, Leonie (97)	Bernhausen	08./09.06.13	
<b>Männliche Jugend U16</b>					
5 km Lauf Mannschaft	52:15	LG Eichsfeld Kruse, Timo (02) - Zappe, Tim Alexander (03) - Zeuner, Dustin (03)	Hannover-Kirchrode	12.11.17	
4 x 100 m Staffel	45,54	LG Edemissen/Peine Knüppel, Niklas (89) - Lüddecke, Sören (89) - Bürig, Benedikt (90) - Kolshorn, Lennart (89)	Celle	26.06.04	
3 x 1000 m Staffel	8:27,23	LG Osterode Rehse, Matthias (73) - Leonhardt, Martin (73) - Rimkus, Andreas (73)	Verden	25.09.88	
Dreikampf Mannschaft	6.263	DSC Dransfeld Zielinski, Paul (99) - Navabi, Arjang (99) - Greinert, Jannis (00) - Wissel, Phillip (00) - Ilse, Hinrich (00)	Ebergötzen	20.07.14	
Dreikampf Mannschaft (alt)	7.733	VfL Wolfsburg Tolle, Lars (71) - Pagel, Axel (71) - Pagel, Christian (71) - Wehlauer, Udo (71) - Schnauder, Jens (71)	Wolfsburg	17.10.85	
mit Ball statt Kugel					
Vierkampf Mannschaft	10.023	LG Braunschweig Rahmen, Morten (99) - Thies, Michael (99) - Opperbeck, Tim (99) - Eichner, Tobias (99) - Trautmann, Gentino (00)	Braunschweig	26.07.14	
Vierkampf Mannschaft (alt)	10.803	VfL Wolfsburg Thielert, Rainer (58) - Pieper, Peter (58) - Kempf, Hans-Joachim (58) - Golenia, Waldemar (58) - Liske, Michael (58)	Leverkusen	24.09.72	
mit Ball statt Kugel					
Achtkampf Mannschaft (alt)	13.452	LG Edemissen/Peine Schmidt, Rouven (82) - Michels, Fabian (82) - Weber, Shan-Sebastian (82)	Ulm	16./17.08.97	
Neunkampf Mannschaft	13.553	LG Braunschweig Rahmen, Morten (99) - Opperbeck, Tim (99) - Trautmann, Gentino (00)	Braunschweig	26./27.07.14	
Blockwettkampf Mannschaft	13.643	LG Edemissen/Peine Margis, Thorsten (89) - Fiene, Sebastian (89) - Wiedenroth, Constantin (90) - Lambert, Patrick (89) - Motel, Constantin (89)	Edemissen	19.06.04	
<b>Männliche Jugend M15</b>					
100 m Lauf	11,05	Janke, Marko (74)	LC Nordharz Goslar	Hildesheim	15.05.89
300 m Lauf	36,00	Bode, Luca (93)	LG Braunschweig	Jüterbog	07.09.08
800 m Lauf	1:57,7	Meinecke, Hanjo (52)	LAV Esbeck	Braunschweig	20.06.67
1000 m Lauf	2:34,0	Jung, Karsten (59)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	12.09.74
2000 m Lauf	5:54,2	Meyer, Thomas (62)	LG Eichsfeld	Kassel	22.09.76
3000 m Lauf	8:59,12	Müller, Karsten (67)	Post-SG Goslar	Salzgitter	05.09.82
5 km Lauf	15,48	Kobmann, Hans (10)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	<b>09.11.25</b>
80 m Hürden	10,89	Schmidt, Rouven (82)	LG Edemissen/Peine	Zeven	12.07.97
300 m Hürden	37,55	Bertram, Malte (93)	Einbecker SV	Osterode	07.06.08
1500 m Hindernis	4:46,67	Hundertmark, Lorenz (08)	Einbecker SV	Zeven	28.05.23
3000 m Bahngehen	14:18,3	Buchheister, Sven (66)	LG Braunschweig	Oldenburg	06.07.80
5000 m Bahngehen	24:56,7	Jakob, Jens (65)	LG Salzgitter	Alfeld	13.09.80
Hochsprung	1,94	Karsten, Julian (07)	VfL Wolfsburg	Garbsen	01.05.22
Stabhochsprung	3,91	Hacke, Marvin (95)	LG Peiner Land	Sarstedt	14.08.10
Weitsprung	6,80	Lechner, Michael (65)	TSV Leim	Königsutter	27.09.80
Dreisprung	13,79	Lechner, Michael (65)	TSV Leim	Königsutter	17.09.80
Kugelstoß	16,46	Brümmer, Tobias (89)	LG Braunschweig	Winsen/Luhe	12.06.04
Diskuswurf	52,98	Strohschänk, Achim (73)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	10.09.88
Hammerwurf 4 kg	71,82	Plewka, Jan (10)	TSV Germania Helmstedt	Fränkisch Crumbach	<b>07.06.25</b>
Speerwurf	62,74	Brümmer, Tobias (89)	LG Braunschweig	Buxtehude	29.05.04
Ballwurf 200 g	91,50	Strohschänk, Achim (73)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	04.05.88
Dreikampf	1.789	Thörner, Mattis (00)	LG Braunschweig	Edemissen	09.05.15
	12,31(-0,4)-5,99(+0,5)-14,35				
Vierkampf	2.441	Barth, Florian (06)	VfL Wolfsburg	Bad Harzburg	17.07.21
	11,57(+1,7)-5,79(+0,8)-12,97-1,84				
Achtkampf (alt)	4.940	Margis, Thorsten (89)	LG Edemissen/Peine	Rhede	14./15.08.04
	11,03-5,99-15,16-1,72/46,45-3,20-56,93-2:58,70				
Neunkampf	5.292	Thörner, Mattis (00)	LG Braunschweig	Oldenburg	20./21.06.15
	12,08(+0,6)-6,16(+0,3)-14,16-1,72/11,49(-1,2)-34,48-3,40-49,73-3:07,10				
Blockwettkampf Sprint/Sprung	3.042	Margis, Thorsten (89)	LG Edemissen/Peine	Edemissen	15.09.04
	11,5-11,6-6,20-1,72-53,19				
Blockwettkampf Lauf	2.819	Fiene, Sebastian (89)	LG Edemissen/Peine	Edemissen	15.09.04
	11,3-11,8-6,24-54,50-6:23,6				
Blockwettkampf Wurf	3.193	Margis, Thorsten (89)	LG Edemissen/Peine	Edemissen	19.06.04
	11,86-11,35-6,23-15,06-50,49				
<b>Männliche Jugend M14</b>					
100 m Lauf	11,2	Janke, Marko (74)	LC Nordharz Goslar	Göttingen	14.06.87
300 m Lauf	38,10	Bode, Luca (93)	LG Braunschweig	Wilhelmshaven	25.08.07
800 m Lauf	2:02,21	Diehr, Jaron (10)	MTV Vorsfelde	Delmenhorst	02.08.24
1000 m Lauf	2:38,5	Clemens, Axel (66)	LG Braunschweig	Hamburg	28.09.80
2000 m Lauf	5:54,2	Meyer, Thomas (62)	LG Eichsfeld	Kassel	22.09.76
3000 m Lauf	9:19,15	Diehr, Jaron (10)	MTV Vorsfelde	Göttingen	27.08.24
5 km Lauf	16:27	Hennig, Ian Mac (11)	SV Ettenbüttel	Braunschweig	<b>09.11.25</b>
80 m Hürden	10,9	Arenz, Peter (74)	LG Osterode	Osterode	20.08.88
300 m Hürden	44,05	Paszkowski, Phil (00)	LG Peiner Land	Nienhagen	29.05.14
3000 m Bahngehen	14:18,3	Buchheister, Sven (66)	LG Braunschweig	Oldenburg	06.07.80
5000 m Bahngehen	26:18,1	Starke, Jörg (64)	LG Salzgitter	Salzgitter	24.09.78
Hochsprung	1,89	Zimmer, Malte (66)	LG Braunschweig	Salzgitter	15.06.80

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Stabhochsprung	3,65	Thielert, Rainer (58)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	17.09.72
Weitsprung	6,32	Scheiwe, Hans-Walter (54)	MTV Vater Jahn Peine	Hildesheim	19.09.68
Kugelstoß	14,84	Strohschänk, Achim (73)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	17.10.87
Diskuswurf	48,20	Strohschänk, Achim (73)	VfL Wolfsburg	Göttingen	22.08.87
Hammerwurf	66,15	Plewka, Jan (10)	TSV Germania Helmstedt	Berlin-Zehlendorf	29.09.24
Speerwurf	56,86	Brümmer, Tobias (89)	LG Braunschweig	Bremen	06.09.03
Ballwurf 200 g	83,50	Brümmer, Tobias (89)	LG Braunschweig	Braunschweig	03.09.03
Dreikampf	1.636	Politz, Florian (98)	TSV Immenrode	Salzgitter	15.09.12
	12,39(+2,3)-5,07(+0,0)-12,85				
Dreikampf (alt)	1.682	Celenza, Claudio (71)	TSV Wedtlenstedt	Vechede	25.08.85
	12,1-5,91-75,00				
Vierkampf	2.446	Zimmer, Malte (66)	LG Braunschweig	Salzgitter	15.06.80
	11,5-5,86-12,81-1,89				
Achtkampf (alt)	4.419	Margis, Thorsten (89)	LG Edemissen/Peine	Rhede	13/14.09.03
	11,98-5,68-11,73-1,60/38,05-3,00-44,11-3:09,63				
Neunkampf	4.641	Karsten, Julian (07)	VfL Wolfsburg	Wesel	20/21.08.21
	12,24(+0,6)-5,86(-1,5)-11,04-1,80/12,69(-0,6)-29,48-2,40-32,35-3:39,20				
Blockwettkampf Sprint/Sprung	2.896	Thörner, Mattis (00)	LG Braunschweig	Mönchengladbach	06.07.14
	12,72(-1,3)-11,66(-1,6)-5,47(+0,1)-1,76-51,63				
Blockwettkampf Lauf	2.575	Weber, Christoph (87)	MTV Jahn Schladen	Wunstorf	17.06.01
	12,44(+1,1)-12,57(-0,1)-5,40(+0,0)-72,00-7:31,16				
Blockwettkampf Wurf	2.870	Ulrich, Michael (94)	SV Germania Helmstedt	Rhede	09.08.08
	12,48(-1,1)-11,44(+0,5)-5,52(+0,9)-11,47-44,48				
<b>Weibliche Jugend U16</b>					
5 km Lauf Mannschaft	57:35	LG Eichsfeld		Gieboldehausen	28.09.96
		Reuber, Nancy (82) - Wucherpfennig, Janine (82) - Schusterbauer, Katja (82)			
4 x 100 m Staffel	48,77	LG Göttingen		Papenburg	15.07.07
		Hampel, Laura (92) - Küstner, Helen (92) - Dunkl, Anna (93) - Rieker, Lisanne (92)			
3 x 800 m Staffel	7:15,5	LG Braunschweig		Greene	11.07.79
		Lampe, Heike (66) - Lampe, Andrea (65) - Süppli, Anke (65)			
Dreikampf Mannschaft	7.650	LG Braunschweig		Braunschweig	14.08.11
		Groenewold, Lara (97) - Beyersdorff, Larissa (96) - Basso, Leonie (97) - Seidel, Jennifer (96)		Braunschweig	14.08.11
Dreikampf Mannschaft (alt)	7.590	LG Braunschweig		Braunschweig	14.08.11
		Groenewold, Lara (97) - Seidel, Jennifer (96) - Beyersdorff, Larissa (96) - Voegelin, Katharina (96) - Ueckermann, Neele (97)			
Vierkampf Mannschaft	10.289	LG Braunschweig		Hameln	23.06.12
		Groenewold, Lara (97) - Basso, Leonie (97) - Ehlers, Gina Carolin (98) - Weise, Ann-Kristin (98) - Vollmers, Hanna (98)			
Siebenkampf Mannschaft	9.546	LG Braunschweig		Edemissen	11/12.05.13
		Jonker, Lindsey (98) - Vollmers, Hanna (98) - Mauer, Johanna (99)			
Siebenkampf Mannschaft (alt)	10.944	LG Braunschweig		Wesel	18/19.08.12
		Groenewold, Lara (97) - Basso, Leonie (97) - Weise, Ann-Kristin (98)			
Blockwettkampf Mannschaft	12.602	LG Braunschweig		Braunschweig	09.04.11
		Groenewold, Lara (97) - Beyersdorff, Larissa (96) - Seidel, Jennifer (96) - Ueckermann, Neele (97) - Witt, Mila (96)			
<b>Weibliche Jugend W15</b>					
100 m Lauf	12,12*	Reichert, Julia (93)	SV Germania Helmstedt	Hameln	28.06.08
300 m Lauf	40,26	Bähner, Lorena (95)	TSC Eisdorf	Göttingen	13.06.10
800 m Lauf	2:13,08	Sack, Victoria (93)	LG Peiner Land	Berlin	18.07.08
1000 m Lauf	03:47,55	Kullmann, Lisbeth (10)	LG Eichsfeld	Osterode	13.08.25
2000 m Lauf	6:42,15	Hegemann, Ida-Sophie (97)	LG Eichsfeld	Celle	01.07.12
3000 m Lauf	10:23,97	Wucherpfennig, Janine (82)	LG Eichsfeld	Osterode	06.08.97
5 km Lauf	18:28	Hegemann, Ida-Sophie (97)	LG Eichsfeld	Bad Schmiedeberg	21.04.12
80 m Hürden	11,17*	Prediger, Tessa (79)	MTV Wolfenbüttel	Oldenburg	26.06.94
300 m Hürden	43,87	Gläser, Laura (96)	SV Germania Helmstedt	Hameln	02.07.11
3000 m Bahngelände	23:47,0	Daniel, Chiara (96)	SVG GW Bad Gandersheim	Bad Gandersheim	12.08.21
Hochsprung	1,76	Martin, Sandy-Marlen (85)	TV Jahn Wolfsburg	Delmenhorst	17.07.99
Stabhochsprung	3,40	Lorek, Romy (99)	LG Peiner Land	Wilhelmshaven	20.07.14
Weitsprung	6,10	Reinhardt, Kerstin (69)	LG Göttingen	Hannover	29.06.84
Dreisprung	11,83	Rieker, Lisanne (92)	LG Göttingen	Schneverdingen	01.09.07
Kugelstoß	15,07	Klisch, Josefine (01)	LG Peiner Land	Halle (Saale)	22.05.16
Diskuswurf	35,14	Storp, Stephanie (68)	LG Braunschweig	Wolfsburg	04.09.83
Hammerwurf	63,62	Heise, Lia (99)	Einbecker SV	Fränkisch Crumbach	07.06.14
Speerwurf 500 g	41,35	Weber, Amira (06)	LG Peiner Land	Göttingen	19.06.21
Speerwurf 600 g (alt)	42,22	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Celle	30.06.12
Ballwurf 200 g	64,00	Drechsler, Svenja (89)	MTV Jahn Schladen	Schladen	03.07.04
Dreikampf	1.725	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Edemissen	05.05.12
	12,86(+0,2)-5,42(+0,2)-12,26				
Vierkampf	2.409	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Hameln	23.06.12
	12,45(+3,3)-5,64(-0,3)-1,68-12,59				
Siebenkampf	3.651	Weber, Amira (06)	LG Peiner Land	Wesel	20/21.08.21
	13,92(-0,3)-5,02(+0,7)-11,70-1,67/13,04(+0,3)-33,09-2:48,94				
Siebenkampf (alt)	4.106	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Wesel	18/19.08.12
	12,43(+2,5)-5,93(+0,2)-12,83-1,72-12,12(+1,2)-39,50-2:38,22				
Blockwettkampf Sprint/Sprung	2.742	Altmann, Lara (94)	LG Göttingen	Edemissen	20.06.09
	12,31(-0,3)-12,26-5,09(+0,2)-1,60-31,24				
Blockwettkampf Lauf	2.739	Gläser, Laura (96)	SV Germania Helmstedt	Winsen/Luhe	28.05.11
	12,69(+0,9)-12,19(+0,0)-4,87(+0,0)-44,00-7:09,20				
Blockwettkampf Wurf	2.841	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Peine	03.06.12
	12,96(-0,5)-12,29(+0,7)-5,60(+0,0)-12,63-32,08				
<b>Weibliche Jugend W14</b>					
100 m Lauf	12,2*	Rasch, Silke (59)	VfL Wolfsburg	Obersuhl	09.07.73
300 m Lauf	40,47	Luparelli, Stefanie (74)	TV Jahn Wolfsburg	Holzminde	12.08.88
800 m Lauf	2:13,68	Nolte, Sabine (68)	LG Göttingen	Hannover	03.07.82
1000 m Lauf	*03:34:08	Ziebler, Carlotta (11)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	15.08.25
2000 m Lauf	6:30,3	Karweina, Katrin (68)	SV Germania Helmstedt	Osnabrück	05.09.82
3000 m Lauf (alt)	11:24,45	Pisoke, Natalie (03)	LG Braunschweig	Fallerleben	04.08.17
5 km Lauf	18:48	Riedel, Annika (99)	TSV Eintracht Wolfshagen	Hannover	27.09.13
80 m Hürden	11,78*	Prediger, Tessa (79)	MTV Wolfenbüttel	Bad Oeynhausen	08.08.93
300 m Hürden	44,73	Bartels, Jana (90)	Dasseler SC	Hameln	20.05.04
3000 m Bahngelände	18:38,0	Hentschel, Anette (64)	TG Münden	Göttingen	04.07.78
Hochsprung	1,76	Martin, Sandy-Marlen (85)	TV Jahn Wolfsburg	Delmenhorst	17.07.99
Stabhochsprung	3,20	Kreikenbohm, Marie (95)	LG Göttingen	Papenburg	14.06.09
Weitsprung	5,78*	Merten, Veramaria (91)	LG Eichsfeld	Stade	28.06.05
Kugelstoß	14,05	Klisch, Josefine (01)	LG Peiner Land	Celle	11.07.15
Diskuswurf	34,92	Storp, Stephanie (68)	LG Braunschweig	Braunschweig	21.09.82
Hammerwurf	53,86	Hundermark, Lara (04)	Einbecker SV	Braunschweig-Rün.	16.06.18
Speerwurf 500 g	36,94	Carstensen, Emma (06)	VfL Wolfsburg	Hannover	13.09.20
Speerwurf 600 g (alt)	40,64	Kreikenbohm, Marie (95)	LG Göttingen	Bergen/Rügen	12.09.09
Ballwurf 200 g	63,00	Petersen, Elke (70)	WSV Wendschott	Wolfsburg	31.08.84
Dreikampf	1.680	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Braunschweig	14.08.11
	12,9(-1,6)-5,26(+0,0)-12,18				
Dreikampf (alt)	1.672	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Braunschweig	14.08.11
	12,9(-1,6)-5,26(+0,0)-50,50				
Vierkampf	2.343	Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Sarstedt	04.09.11

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Siebenkampf	13,00(+0,0)-5,61(+0,7)-1,68-12,28 3.544 Weber, Amira (06)	LG Peiner Land	Bad Harzburg	05./06.09.20
Siebenkampf (alt)	14,08(+0,5)-5,07(+1,8)-11,95-1,60/13,46(+0,4)-31,82-2:56,85 3.919 Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Wesel	28./29.05.11
Blockwettkampf Sprint/Sprung	12,35(+1,4)-1,64-12,32-12,95(+0,2)/5,44(+0,0)-39,88-2:40,76 2.739 Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Braunschweig	08.05.11
Blockwettkampf Lauf	13,26(+0,1)-12,94(-0,3)-5,08(+1,9)-1,64-32,60 2.574 Kempfer, Lisa (93)	MTV Schöningen	Edemissen	07.07.07
Blockwettkampf Wurf	13,56-12,87-4,86-45,00-7:35,63 2.706 Groenewold, Lara (97)	LG Braunschweig	Braunschweig	09.04.11
	13,12(+1,0)-12,91(+0,1)-5,24(+0,1)9,68-25,49			
<b>Senioren M30</b>				
100 m Lauf	10,13 Knippfals, Sven (85)	VfL Wolfsburg	Regensburg	06.06.15
200 m Lauf	20,64 Knippfals, Sven (85)	VfL Wolfsburg	Clermont/USA	16.05.15
400 m Lauf	46,37 Dautzenberg, Jens (74)	VfL Wolfsburg	Mals/ITA	17.07.04
800 m Lauf	1:48,05 Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Rhede	02.07.86
1000 m Lauf	2:18,86 Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Lage	13.06.86
1500 m Lauf	3:35,65 Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Koblenz	13.08.87
1 Meile	3:53,58 Becker, Uwe (55)	VfL Wolfsburg	Berlin	21.08.87
3000 m Lauf	8:02,0 Mann, Karl (48)	VfL Wolfsburg	Berlin	09.06.79
5000 m Lauf	13:45,2 Girke, Werner (40)	VfL Wolfsburg	Köln	29.06.71
10.000 m Lauf	28:42,0 Girke, Werner (40)	VfL Wolfsburg	Eschweiler	02.06.72
1 Stunde Lauf	18.781 Hutmacher, Ulrich (46)	VfL Wolfsburg	Celle	24.04.77
5 km Lauf	14:45 Meier, Karsten (91)	LG Braunschweig	Umea/SWE	20.07.21
5 km Lauf Mannschaft	47:26* VfL Wolfsburg		Braunschweig	09.11.25
	Günther, Marc (95) – Hannich, Steffen (94) – Gregor, Jan (89)			
10 km Lauf	28:34 Eich, Carsten (70)	LG Braunschweig	Troisdorf	13.09.03
10 km Lauf Mannschaft	01:32:24 LG Braunschweig		Alfeld	18.03.01
	Austin, Jürgen (70) - Dietrich, Georg (70) - Burger, Mario (67)			
Halbmarathonlauf	01:03:32 Eich, Carsten (70)	LG Braunschweig	Klagenfurt/AUT	24.08.03
Halbmarathonlauf Mannschaft	03:15:35 LG Braunschweig		Schotten	23.03.02
	Eich, Carsten (70) - Wagner, Jörn (70) - Austin, Jürgen (70)			
Marathonlauf	02:13:47 Eich, Carsten (70)	LG Braunschweig	Leipzig	28.04.02
Marathon Mannschaft	07:18:29 Braunschweiger Laufclub		Hannover	06.04.25
	Uphues, Christoph (93) - Jankowski, Raoul (91) - Riechers, Nicolai (93)			
50 km Lauf	2:52:34 Jankowski, Raoul (91)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	25.04.21
100 km Lauf	06:43:19 Krajenski, Volker (66)	SV Germania Helmstedt	Troisdorf	10.04.99
100 km Lauf Mannschaft	21:51:34 LG Braunschweig		Rheine-Elte	05.09.92
	Dreyer, Helmut (57) - Mankopf, Jens-Lars (62) - Wolff, Hans-Günter (51)			
110 m Hürden	14,7 Jensch, Hans-Jürgen (31)	VfL Wolfsburg	Kassel	28.06.62
400 m Hürden	54,7 Spittler, Manfred (55)	SV Union Salzgitter	Baunatal	25.05.85
3000 m Hindernis	8:45,2 Ida, Alfons (33)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	25.08.64
4 x 100 m Staffel	42,87 SV Union Groß Ilsede		Hagen	07.07.96
	Bork, Holger (65) - Wirth, Andreas (63) - Stärk, Andreas (66) - Meyer, Stefan (65)			
4 x 400 m Staffel	3:55,0 LG Solling		Einbeck	10.05.98
	Blaschke, Markus (64) - Blaschke, Matthias (66) - Blaschke, Michael (68) - Kerl, Matthias-F. (57)			
3 x 1000 m Staffel	8:22,3 VfB Fallersleben		Gifhorn	16.05.78
	Kayser, Bernd (46) - Kano, Wolfgang (36) - Hoogestraat, Dierk (47)			
4 x 1500 m Staffel (alt)	17:39,5 LG Braunschweig		Schöningen	11.09.88
	Eichhorn, Bernd (58) - Schaffranek, Wolfgang (53) - Rabe, Bernd (55) - George, Dietmar (51)			
Schwedenstaffel	2:11,8 LG Braunschweig		Edemissen	06.05.04
	Wittkuhn, Dennis (73) - Suer, Holger (73) - Teiwes, Sven (73) - Suer, Bernd (73)			
20 km Straßengehen	01:28:48 Meyer, Jürgen (54)	VfL Wolfsburg	Eschborn	09.06.85
20 km Str.-Gehen Mannschaft	04:33:40 LG Salzgitter		Berlin	31.03.68
	Weidner, Gerhard (33) - Mayr, Heinz (35) - Hupfeld, Werner (37)			
50 km Straßengehen	04:05:59 Meyer, Jürgen (54)	VfL Wolfsburg	Lippstadt	19.05.85
50 km Str.-Gehen Mannschaft	12:37:54 LG Salzgitter		Eschborn	01.10.78
	Weidner, Gerhard (33) - Degener, Karl-Friedrich (43) - Kloppe, Hans-Joachim (48)			
Hochsprung	2,07 Darby, Ralph (60)	LG Osterode	Osterode	31.08.91
Stabhochsprung	5,01 Hillebrecht, Martin (61)	SVG GW Bad Gandersheim	Seesen	24.08.91
Weitsprung	7,69* Rebschke, Bernd (55)	VfL Wolfsburg	Lage	13.06.86
Dreisprung	15,47* Götz, Bernd (65)	LG Braunschweig	Holzminde	23.07.95
Kugelstoß	20,72 Bock, Detlef (74)	VfL Wolfsburg	Engers	29.05.05
Diskuswurf	60,66 Thriene, Matthias (71)	VfL Wolfsburg	Vellmar	12.07.03
Hammerwurf	76,84 Radefeld, Norbert (62)	VfL Wolfsburg	Rhede	06.08.93
Speerwurf	64,74 Sander, Oswald (56)	LG Seesen	Goslar	02.06.90
Gewichtwurf	13,07 Lippold, Björn (82)	SV Union Salzgitter	Munster	29.09.12
Fünfkampf	3.331 Reier, Uwe (63)	MTV Seesen	Baunatal	23.07.97
	5,97-54,18-24,50-40,10-4:24,12			
Fünfkampf Mannschaft	7.834 LG Solling		Seesen	24.09.95
	Landskron, Uwe (62) - Koch, Hartmut (60) - Heinemann, Manfred (63)			
Zehnkampf	6.602 Hillebrecht, Rudolf A. (58)	SVG GW Bad Gandersheim	Salzgitter	27./28.08.88
	10,9-7,02-9,18-1,88-50,0-16,4-28,16-4,70-41,34-4:46,2			
Zehnkampf alt	7.895 Beyer, Horst (40)	VfL Wolfsburg	München	20./21.07.72
	11,38-7,29-15,32-2,01-50,10/15,26-44,88-4,30-55,56-4:14,8			
Zehnkampf Mannschaft	11.690 LG Solling		Lindau/Harz	10./11.07.99
	Landskron, Uwe (62) - Blaschke, Markus (64) - Blaschke, Michael (68)			
Wurf-Fünfkampf	2.876 Lippold, Björn (82)	SV Union Salzgitter	Munster	03.10.13
	48,80-11,11-38,89-38,10-12,79			
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	6.646 SV Union Salzgitter		Salzgitter-Bad	13.05.17
	Lippold, Björn (82) - Graumann, Martin (79) - Olbrich, Florian (79)			
<b>Senioren M35</b>				
100 m Lauf	10,7 Tittmann, Siegfried (11)	Goslarer SC	Goslar	24.07.49
200 m Lauf	22,0 Tittmann, Siegfried (11)	Goslarer SC	Braunschweig	23.07.49
400 m Lauf	50,06 Bisewski, Christoph (63)	LG Göttingen	Bad Oeynhausen	28.06.98
800 m Lauf	1:57,0 Krause, Peter (60)	LG Braunschweig	Braunschweig	07.05.95
1000 m Lauf	2:31,80 Krause, Peter (60)	LG Braunschweig	Göttingen	01.05.95
1500 m Lauf	3:57,35 Krause, Peter (60)	LG Braunschweig	Göttingen	11.06.95
1 Meile	4:23,41 Kuhlen, Andreas (83)	LG Braunschweig	Lübeck	11.09.20
3000 m Lauf	8:10,6 Mielke, Günter (42)	VfL Wolfsburg	Ludwigshafen	22.07.77
5000 m Lauf	13:56,3 Mielke, Günter (42)	VfL Wolfsburg	Hamburg	07.08.77
10.000 m Lauf	29:01,2 Mielke, Günter (42)	VfL Wolfsburg	Ingelheim	12.09.78
1 Stunde Lauf	18.530 Harwardt, Valentin (77)	VfL Wolfsburg	Königsutter	06.08.14
5 km Lauf	16:18 Gregor, Jan (89)	VfL Wolfsburg	Braunschweig	09.11.25
10 km Lauf	30:07 Katib, Joseph (82)	LG Braunschweig	Lingen	24.03.19
Halbmarathonlauf	01:03:29 Mielke, Günter (42)	VfL Wolfsburg	Den Haag/NED	26.03.77
Marathonlauf	02:15:19 Mielke, Günter (42)	VfL Wolfsburg	Berlin	10.09.77
100 km Lauf	06:41:32 Weber, Felix (87)	sportTrend Ultralaufteam BS	Grünheide	29.03.25
24 Stundenlauf	138.190 Leuze, Marcel (86)	sportTrend Ultralaufteam BS	Bad Blumau/AUT	04.07.21
110 m Hürden	15,6 Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	14.07.79
400 m Hürden	57,09 Weber, Dietmar (68)	LG Göttingen	Friedberg	18.07.04
3000 m Hindernis	9:05,08 Fürle, Dietrich (45)	SVG GW Bad Gandersheim	Hannover	15.06.83
20 km Straßengehen	01:24:35 Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Hanau	01.11.81

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

50 km Straßengehen	04:02:55	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Delmenhorst	01.10.72
Hochsprung	2,00	Darby, Ralph (60)	LG Osterode	Oldenburg	11.06.95
Stabhochsprung	4,80	Hillebrecht, Martin (61)	SVG GW Bad Gandersheim	Blankenburg	13.07.96
Weitsprung	7,04	Müller, Eberhard (38)	LG Osterode	München	09.09.73
Dreisprung	14,08	Pennigstorff, Dr. Heiner (42)	LG Göttingen	Wunstorf	02.07.78
Kugelstoß	19,98	Mertens, Michael (65)	LG Göttingen	Braunschweig	02.07.00
Diskuswurf	48,98	Möhrling, Dieter (31)	VfL Wolfsburg	Kassel	21.05.66
Hammerwurf	63,50	Geishauser, Josef (35)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	25.05.74
Speerwurf	65,38	Sander, Oswald (56)	LG Seesen	Seesen	24.08.91
Gewichtwurf	13,68	Pachal, Jörg (70)	TSV Leim	Meppen	26.04.09
Fünfkampf	3.344	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	30.06.79
	6,29-47,94-23,2-37,04-4:39,8				
Zehnkampf	5.802	Denecke, Volker (62)	LG Altes Amt	Lindau	24./25.06.00
	12,5(-0,8)-6,09-11,14-1,74-55,5/17,2(-2,2)-34,64-3,53-44,40-4:56,7				
Wurf-Fünfkampf	2.826	Pachal, Jörg (70)	TSV Leim	Nammen	22.09.07
	44,96-11,10-33,80-39,94-13,02				
<b>Senioren M40</b>					
100 m Lauf	11,0	Tittmann, Siegfried (11)	LG Braunschweig	Braunschweig	01.07.51
200 m Lauf	23,0	Quentin, Wulf (42)	LG Göttingen	Göttingen	10.07.82
400 m Lauf	51,3	Jüttner, Jörg (41)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	08.05.82
800 m Lauf	1:55,65	Kuhlen, Andreas (83)	Braunschweiger Laufclub	Osterode	10.06.23
1000 m Lauf	2:37,64	Kuhlen, Andreas (83)	Braunschweiger Laufclub	Hamburg	13.07.24
1500 m Lauf	3:57,76	Kuhlen, Andreas (83)	Braunschweiger Laufclub	Pfungstadt	21.06.23
1 Meile	4:26,1	Kuhlen, Andreas (83)	Braunschweiger Laufclub	Uslar	07.07.23
3000 m Lauf	8:28,2	Ida, Alfons (33)	VfL Wolfsburg	Hannover	03.08.77
5000 m Lauf	14:38,6	Ida, Alfons (33)	VfL Wolfsburg	Lübeck	16.07.77
10.000 m Lauf	31:37,41	Katib, Joseph (82)	LG Braunschweig	Pliezhausen	07.05.22
1 Stunde Lauf	17.630	Schrader, Dominik (80)	Laufclub BlueLiner	Helmsstedt	09.10.20
5 km Lauf	*15:27	Katib, Joseph (82)	LG Braunschweig	Leverkusen	03.03.24
5 km Lauf Mannschaft	*50:08	Braunschweiger Laufclub		Braunschweig	09.11.25
		Schrader, Dominik (80) – Kuhlen, Andreas (83) – Frälsdorf, Peter (79)			
10 km Lauf	30:45	Katib, Joseph (82)	LG Braunschweig	Erlangen	26.03.22
10 km Lauf Mannschaft	01:43:08	LG Göttingen		Salzgitter	07.09.02
		von Gaza, Horst (59) - Graeber, Dr. Wilhelm (55) - Kassner, Uwe (57)			
Halbmarathonlauf	01:07:52	Harwardt, Valentin (77)	VfL Wolfsburg	Hannover	08.04.18
Halbmarathonlauf Mannschaft	03:44:20	SVG Groß Bültzen		Hannover	16.05.99
		Schmidt, Detlev (55) - Schlei, Thomas (56) - Oppermann, Bernd (57)			
Marathonlauf	02:19:54	Harwardt, Valentin (77)	VfL Wolfsburg	Berlin	16.09.18
Marathon Mannschaft	07:57:16	VfB Fallersleben		Mainz	04.05.08
		Schwabe, Rolf (63) - Köhler, Jens (68) - Deutsch, Guido (68)			
100 km Lauf	07:21:28	Wolff, Hans-Günter (51)	LG Braunschweig	Scheeßel	12.10.91
100 km Lauf Mannschaft	23:56:58	SV Germania Helmstedt		Neuwittenbek	23.09.95
		Dreyer, Helmut (57) - Wolff, Hans-Günter (51) - Frixe, Eberhard (50)			
110 m Hürden	16,0	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	16.05.86
400 m Hürden	58,01	Ritschel, Manfred (39)	Dasseler SC	Göttingen	07.07.79
3000 m Hindernis	9:18,0	Ida, Alfons (33)	VfL Wolfsburg	Hannover	14.07.74
4 x 100 m Staffel	47,52	LG Osterode		Hamburg	05.06.10
		Holland, Henning (63) - Brömme, Dirk (68) - Werner, Thorsten (69) - Hofmeister, Dirk (67)			
4 x 400 m Staffel	3:46,12	LG Eichsfeld		Minden	28.08.93
		Schneegans, Dr. Bernward (53) - Gebauer, Helmut (49) - Moneke, Otto (53) - Müller, Friedrich (52)			
3 x 1000 m Staffel	8:27,52	Braunschweiger Laufclub		Hamburg	04.05.25
		Giemza, Piotr (77) – Kuhlen, Andreas (83) – Frälsdorf, Peter (79)			
4 x 1500 m Staffel (alt)	19:11,0	SVG Groß Bültzen		Edemissen	08.09.98
		Oppermann, Bernd (57) - Garbe, Martin (57) - Minnich, Klaus-Dieter (54) - Schmidt, Detlev (55)			
Schwedenstaffel	2:23,05	MTV Moringen		Osterode	06.05.00
		Wüstefeld, Detlef (57) - Krause, Volker (57) - Kuhn, Michael (57) - Kirstan, Kurt (52)			
10.000 m Bahngehen	42:16,6	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Letter	30.06.84
10 km Straßengehen	49:34	Meyer, Jürgen (54)	VfL Wolfsburg	Minden	24.09.94
20 km Straßengehen	01:25:56	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	17.03.84
50 km Straßengehen	03:56:52	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Letter	28.08.83
Hochsprung	1,93	Frost, Peter (51)	VfL Wolfsburg	Hagen	22.08.92
Stabhochsprung	4,40	Hillebrecht, Martin (61)	SVG GW Bad Gandersheim	Wilhelmshaven	09.06.01
Weitsprung	6,87*	Hillebrecht, Rudolf A. (58)	SVG GW Bad Gandersheim	Osterode	14.06.98
Dreisprung	13,35	Pennigstorff, Dr. Heiner (42)	LG Göttingen	Göttingen	16.05.82
Kugelstoß	15,77	Mertens, Michael (65)	LG Braunschweig	Wilhelmshaven	20.06.09
Diskuswurf	49,34	Mertens, Michael (65)	LG Braunschweig	Wilhelmshaven	20.06.09
Hammerwurf	61,40	Geishauser, Josef (35)	VfL Wolfsburg	Paderborn	05.07.75
Speerwurf	60,06	Funke, Jochen (43)	LG Göttingen	Malmö/SWE	28.07.86
Gewichtwurf	14,77	Pachal, Jörg (70)	TSV Leim	Zittau	17.08.12
Fünfkampf	3.589	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	22.09.84
	6,22-48,61-23,4-36,48-4:49,1				
Fünfkampf Mannschaft	7.242	LG Göttingen		Hameln	26.09.21
		Schulz, Marcel (79) - Höffker, Michael (78) - Scholz-Neu, Florian (71)			
Zehnkampf	5.256	Böhm, Thomas (62)	MTV Schöningen	Schöningen	07./08.09.02
	12,4-5,24-10,93-1,60-59,6/17,2-30,34-3,00-39,62-6:08,0				
Wurf-Fünfkampf	3.175	Pachal, Jörg (70)	TSV Leim	Zella-Mehlis	22.09.12
	44,52-11,58-31,82-39,94-14,51				
<b>Senioren M45</b>					
100 m Lauf	11,56 (1,3)	Povel, Christian (79)	LG Braunschweig	Berlin-Lichterfelde	06.07.25
200 m Lauf	23,27 (1,6)	Povel, Christian (79)	LG Braunschweig	Funchal/POR	16.10.25
400 m Lauf	53,7	Schrage, Erhard (37)	LG Braunschweig	Gronau	30.06.85
800 m Lauf	2:02,19	Frälsdorf, Peter (79)	Braunschweiger Laufclub	Tübingen	12.07.25
1000 m Lauf	2:37,28	Frälsdorf, Peter (79)	Braunschweiger Laufclub	Saarbrücken	17.07.25
1500 m Lauf	4:05,3	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Hildesheim	21.05.85
1 Meile	4:34,94	Frälsdorf, Peter (79)	Braunschweiger Laufclub	Diekirch	19.07.25
3000 m Lauf	8:42,6	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Alfeld	21.08.86
5000 m Lauf	15:03,9	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Baunatal	24.08.84
10.000 m Lauf	31:44,55	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Rom/ITA	27.06.85
1 Stunde Lauf	17.651	Lindemann, Rainer (49)	LG Salzgitter	Schlade	10.10.98
5 km Lauf	*16:22	Schrader, Dominik (80)	Braunschweiger Laufclub	Braunschweig	09.11.25
10 km Lauf	32:54	von Gaza, Horst (59)	LG Göttingen	Otterndorf	20.03.05
Halbmarathonlauf	01:08:53	Harwardt, Valentin (77)	VfL Wolfsburg	Hamburg	15.09.24
Marathonlauf	02:22:41	Harwardt, Valentin (77)	VfL Wolfsburg	Hannover	03.04.22
100 km Lauf	07:18:31	Lindemann, Rainer (49)	LG Salzgitter	Neuwittenbek	24.09.94
110 m Hürden	16,12*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Ludwigshafen	09.08.91
400 m Hürden	63,99	Holland, Henning (63)	LG Osterode	Schöningen	16.05.09
3000 m Hindernis	9:39,1	Ida, Alfons (33)	VfL Wolfsburg	Hannover	01.08.79
10.000 m Bahngehen	44:10,8	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Schwanewede	02.09.89
10 km Straßengehen	43:50	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Stuttgart	11.08.79
20 km Straßengehen	01:28:34	Degener, Karl-Friedrich (43)	VfL Wolfsburg	Nürnberg	06.05.89
50 km Straßengehen	04:00:49	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Rhede	19.04.80
Hochsprung	1,70	Hublitz, Hartmut (50)	LG Eichsfeld	Göttingen	02.07.96
Stabhochsprung	3,12	Möller, Helmut (48)	LG Edemissen/Peine	Hannover	05.06.94

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Weitsprung	6,07	Hoffmann, Rolf (31)	TV Jahn Wolfsburg	Göteborg/SWE	08.08.77
	6,07	Schmidt, Ernst (41)	MTV Herzberg/Harz	Braunschweig	17.06.87
Dreisprung	12,29*	Ernst, Dietmar (47)	LG Braunschweig	Hagen	22.08.92
	12,29*	Denecke, Volker (62)	LG Osterode	Kevelaer	29.06.08
Kugelstoß	14,70	Mertens, Michael (65)	LG Braunschweig	Hannover	19.09.10
Diskuswurf	46,53	Mertens, Michael (65)	LG Braunschweig	Verden	19.06.10
Hammerwurf	55,08	Ulrich, Bernhard (58)	SV Germania Helmstedt	Bremen	15.06.08
Speerwurf	62,40	Funke, Jochen (43)	LG Göttingen	Hagen	21.08.92
Gewichtwurf	15,15	Pachal, Jörg (70)	TSV Lelm	Bremen	03.10.17
Fünfkampf	3.340	Denecke, Volker (62)	LG Osterode	Ljubljana/SLO	30.07.08
	5,90(+0,0)-44,91-26,09(+1,9)-32,68-5:16,34				
Zehnkampf	5.177	Zaiß, Dr. Ulrich (49)	MTV Wolfenbüttel	Salzgitter	17./18.09.94
	12,66-5,07-10,95-1,48-62,24/21,74-32,30-2,10-33,88-5:29,64				
Wurf-Fünfkampf	3.648	Pachal, Jörg (70)	TuRa Braunschweig	Lyon/FRA	16.08.15
	47,74-12,17-33,79-38,65-14,60				
<b>Senioren M50</b>					
100 m Lauf	11,9*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	29.06.96
200 m Lauf	24,8	Richter, Klaus (32)	LG Braunschweig	Braunschweig	31.07.82
400 m Lauf	56,18	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	26.09.98
800 m Lauf	2:06,5	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Osterode	28.05.88
1000 m Lauf	2:50,92	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Osterode	15.07.92
1500 m Lauf	4:13,62	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Eugene/USA	05.08.89
1 Meile	5:00,07	Behrens, Rainer (57)	LG Osterode	Greene	12.09.07
3000 m Lauf	8:49,02	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Menden	15.07.88
5000 m Lauf	15:17,8	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Menden	15.06.88
10.000 m Lauf	32:05,2	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Celle	02.07.88
1 Stunde Lauf	16.704	Arms, Peter (43)	TSV Lelm	Magdeburg	22.09.95
5 km Lauf	16:57	Gollisch, Tim (73)	LG Göttingen	Greene	21.04.24
5 km Lauf Mannschaft	*57:08	Laufclub BlueLiner		Oldendorf	27.04.25
		Wilshusen, Matthias (70) – Band, Mattias (70) – Plehn, Karsten (66)			
10 km Lauf	33:56	Lindemann, Rainer (49)	LG Salzgitter	Wolfenbüttel	01.05.00
10 km Lauf Mannschaft	01:47:33	LG Göttingen		Karlsruhe	13.09.08
		Graeber, Dr. Wilhelm (55) - Vollmer, Manfred (57) - Kassner, Uwe (57)			
Halbmarathonlauf	01:12:58	Lindemann, Rainer (49)	LG Salzgitter	Magdeburg	04.03.00
Halbmarathonlauf Mannschaft	04:03:38	TSV Lelm		Bremen	07.09.97
		Arms, Peter (43) - Quoll, Günter (44) - Poley, Dieter (40)			
Marathonlauf	02:28:22	Thiemann, Joachim (33)	TSV Arminia Vöhrum	Daverden	17.06.84
Marathon Mannschaft	08:20:10	SVG Groß Bültzen		Hannover	02.05.04
		Minnich, Klaus-Dieter (54) - Heinrich, Klaus-Dieter (54) - Schaffranek, Wolfgang (53)			
100 km Lauf	07:20:04	Lindemann, Rainer (49)	LG Salzgitter	Hanau	22.04.00
100 km Lauf Mannschaft	24:22:21	SVG Groß Bültzen		Rodenbach	29.04.06
		Minnich, Klaus-Dieter (54) - Bosle, Elgar (55) - Schaffranek, Wolfgang (53)			
100 m Hürden	13,8	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	01.10.94
400 m Hürden	61,6	Kapaun, Michael (61)	TV Germania Wiedelah	Harlingerode	10.06.15
3000 m Hindernis	10:20,1	Ida, Alfons (33)	VfL Wolfsburg	Schöningen	04.09.83
4 x 100 m Staffel	50,6	LG Göttingen		Göttingen	24.06.89
		Hahne, Heinz (37) - Schröter, Ewald (39) - Weitemeier, Horst (36) - Bräuer, Klaus (38)			
4 x 400 m Staffel	4:29,11	LG Braunschweig		Braunschweig-Rün.	16.06.18
		Achtzehn, Dirk (63) - Adelman, Clemens (65) - Leppla, Frank (64) - Sich, Christian (67)			
3 x 1000 m Staffel	9:16,58	LG Göttingen		Hamburg	04.05.25
		Dessi, Sascha (73) - Scholz-Neu, Florian (71) - Gollisch, Tim (73)			
4 x 1500 m Staffel (alt)	19:57,9	VfB Fallersleben		Gifhorn	10.05.89
		Kano, Wolf gang (36) - Kochanek, Klaus (38) - Bobrowski, Klaus (38) - Schencke, Udo (35)			
Schwedenstaffel	2:35,57	LG Braunschweig		Braunschweig-Rün.	23.09.17
		Sich, Christian (67) - Mauer, Mark M. (66) - Achtzehn, Dirk (63) - Winkler, Siegfried (51)			
10.000 m Bahngehen	46:15,0	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Hildesheim	06.07.85
20 km Straßengehen	01:35:15	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Berlin	11.07.86
20 km Str.-Gehen Mannschaft	05:54:58	TSC Dorste		Diez	20.04.02
		Degener, Karl-Friedrich (43) - Müller, Gerhard (50) - Ueck, Horst Bernd (47)			
50 km Straßengehen	4:14:37	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Letter	28.08.83
Hochsprung	1,81	Schwabe, Heinrich (48)	LG Salzgitter	Hamburg	23.08.98
Stabhochsprung	3,90	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Malmö/SWE	25.07.96
Weitsprung	5,98*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Athen/GRE	03.06.94
Dreisprung	12,09*	Denecke, Volker (62)	LG Altes Amt	Seesen	19.05.12
Kugelstoß	14,41	Gayk, Walter (47)	LG Seesen	Osterode	27.06.98
Diskuswurf	43,65	Hülsmann, Swen (67)	LG Göttingen	Merseburg	25.08.18
Hammerwurf	62,51	Ulrich, Bernhard (58)	SV Germania Helmstedt	Lahti/FIN	02.08.09
Speerwurf	59,14	Funke, Jochen (43)	LG Göttingen	Lübeck	27.08.94
Gewichtwurf	20,62	Ulrich, Bernhard (58)	SV Germania Helmstedt	Ahlen	24.08.08
Fünfkampf	3.766	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Athen/GRE	03.06.94
	5,98(+0,0)-42,60-25,62(+0,0)-40,80-5:08,01				
Fünfkampf Mannschaft	7.335	LG Göttingen		Hamel	26.09.21
		Thielecke, Ingolf (68) - Wiehl, Marc (71) - Weber, Dietmar (68)			
Zehnkampf	7.819	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	29./30.06.96
	11,9*-5,61-12,32-1,62-56,5/14,3*-41,32-3,80-41,77-4:59,1				
Wurf-Fünfkampf	3.848	Ulrich, Bernhard (58)	SV Germania Helmstedt	Ahlen	24.08.08
	60,46-11,21-33,19-34,39-20,62				
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	7.357	LG Osterode		Salzgitter-Bad	13.05.17
		Ahrens, Jörg (62) - Schweidler, Dirk (65) - Bode, Helmut (55)			
<b>Senioren M55</b>					
100 m Lauf	12,24*	Kindermann, Frank (55)	MTV Wolfenbüttel	Kevelaer	03.07.10
200 m Lauf	25,82*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Wunstorf	06.06.99
400 m Lauf	56,21	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	03.07.99
800 m Lauf	2:16,02	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Schwerin	25.07.93
1000 m Lauf	2:59,9	Kano, Wolfgang (36)	VfB Fallersleben	Braunschweig	28.04.91
1500 m Lauf	4:25,78	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Winsen/Luhe	05.06.93
1 Meile	5:10,96	Vollmer, Manfred (57)	LG Göttingen	Greene	04.09.13
3000 m Lauf	9:13,7	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Alfeld	01.06.93
5000 m Lauf	15:53,6	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Seesen	08.05.94
10.000 m Lauf	33:25,9	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Seesen	01.10.94
1 Stunde Lauf	16.100	Arms, Peter (43)	TSV Lelm	Schladen	10.10.98
5 km Lauf	17:56	Wilshusen, Matthias (70)	Laufclub BlueLiner	Oldendorf	27.04.25
10 km Lauf	35:50	Lindemann, Rainer (49)	TV Klein Ilsede	Lingen	28.03.04
Halbmarathonlauf	01:14:41	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Kandel	08.05.93
Marathonlauf	02:35:58	Thiemann, Joachim (33)	TSV Arminia Vöhrum	Berlin	09.10.88
100 km Lauf	08:19:22	Rummel, Heinrich (42)	LG Braunschweig	Troisdorf	10.04.99
100 m Hürden	14,75	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Gateshead/GBR	03.08.99
110 m Hürden (alt)	21,11*	Lippoldes, Udo (47)	TSV Winnigstedt	Braunschweig	03.09.03
400 m Hürden	67,16	Holland, Henning (63)	LG Osterode	Leinefelde-Worbis	13.07.19
3000 m Hindernis	11:16,49	Fürle, Dietrich (45)	SVG GW Bad Gandersheim	Jyväskylä/FIN	15.07.00
5000 m Bahngehen	23:19,14	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Sogne/NOR	01.07.92
10.000 m Bahngehen	49:07,2	Degener, Karl-Friedrich (43)	TSC Dorste	Letter	13.06.98
20 km Straßengehen	01:36:20	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Hamburg	11.08.89

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

50 km Straßengehen	04:25:21	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Berlin	19.04.92
Hochsprung	1,62	Holland, Henning (63)	LG Osterode	Berlin	15.06.19
Stabhochsprung	3,80	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Hagen	21.08.99
Weitsprung	5,66*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	03.07.99
Dreisprung	10,65	Holland, Henning (63)	LG Osterode	Zeven	29.08.20
Kugelstoß	14,07	Weber, Dr. Werner (47)	LG Edemissen/Peine	Salzgitter	11.09.04
Diskuswurf	41,21	Mauer, Dierk (47)	VfL Wolfsburg	Büdelndorf	23.08.03
Hammerwurf	51,60	Mauer, Dierk (47)	VfL Wolfsburg	Salzw edel	13.07.02
Speerwurf	55,71	Funke, Jochen (43)	LG Göttingen	Weinstadt	28.07.02
Gewichtwurf	16,10	Mauer, Dierk (47)	VfL Wolfsburg	Borken	31.08.03
Fünfkampf	4,002	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Koblenz	20.06.99
Zehnkampf	5,49(+0,2)-43,33-25,92(-0,3)-39,75-5:06,53	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Göttingen	03./04.07.99
Wurf-Fünfkampf	12,41(+0,7)-5,66(+1,2)-11,59-1,61-56,21/15,10(+0,4)-40,80-3,62-44,14-5:07,79	Mauer, Dierk (47)	VfL Wolfsburg	Borken	31.08.03
	3,794	Mauer, Dierk (47)	VfL Wolfsburg	Borken	31.08.03
	47,15-12,46-34,55-34,61-16,10				
<b>Senioren M60</b>					
100 m Lauf	12,73	Kindermann, Frank (55)	MTV Wolfenbüttel	Zittau	11.07.15
200 m Lauf	26,76 (-0,4)	Wieweg, Andreas (57)	SG Denkershausen/Langershausen	Berlin	15.06.19
400 m Lauf	60,95	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	San Sebastian/ESP	23.08.05
800 m Lauf	2:20,82	Flachowsky, Gerhard (44)	LG Braunschweig	Osterode	12.06.04
1000 m Lauf	3:05,59	Flachowsky, Gerhard (44)	LG Braunschweig	Garbsen	17.07.04
1500 m Lauf	4:42,13	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Osterode	14.06.98
1 Meile	5:41,2	Arms, Peter (43)	TSV Leim	Königsutter	22.08.03
3000 m Lauf	9:47,7	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Seesen	24.06.98
5000 m Lauf	17:18,23	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Gateshead/GBR	31.07.99
10.000 m Lauf	35:40,73	Kurz, Josef (38)	LG Bad Sachsa/Lerbach	Osterode	27.05.98
1 Stunde Lauf	15:269	Abraham, Hans (35)	LG Salzgitter	Schladen	12.10.96
5 km Lauf	19:18	Stock, Peter (65)	Läufer-Team Oker	Springe	22.03.25
10 km Lauf	35:35	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Wolfenbüttel	01.05.00
10 km Lauf Mannschaft	01:57:57	LG Salzgitter		Hannover	05.04.98
Halbmarathonlauf	01:20:30	Abraham, Hans (35) - Löffler, Richard (36) - Bergmann, Johann (37)	TSV Leim	Burghaslach	22.03.03
Halbmarathonlauf Mannschaft	04:08:14	Arms, Peter (43)	TSV Leim	Hamburg	15.09.96
Marathonlauf	2:51:43	Abraham, Hans (35) - Löffler, Richard (36) - Steffens, Franz (33)	LG Salzgitter	Berlin	29.09.96
Marathon Mannschaft	9:12:58	Abraham, Hans (35)	LG Salzgitter	Berlin	29.09.96
100 km Lauf	9:04:15	Abraham, Hans (35) - Löffler, Richard (36) - Mildenerger, Karl-Heinz (34)	MTV Jahn Schladen	Rodenbach	29.04.06
100 km Lauf Mannschaft	34:31,10	Hanke, Peter (46)	MTV Jahn Schladen	Leipzig	20.08.16
100 m Hürden	14,97*	SVG Groß Bültzen			
300 m Hürden	49,84	Schmidt, Detlev (55), Schaffranek, Wolfgang (53), Krawczyk, Siegfried (49)			
2000 m Hindernis	9:29,07	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Aarhus/DEN	29.07.04
3000 m Hindernis (alt)	13:59,5	Holland, Henning (63)	LG Osterode	Mönchenglabach	12.08.23
4 x 100 m Staffel	55,99	Bosse, Peter (48)	LAV 07 Bad Harzburg	Harlingerode	07.09.12
		Kaczor, Paul (37)	SV Germania Helmstedt	Helmstedt	01.06.00
		LG Göttingen		Göttingen	04.07.01
4 x 400 m Staffel	5:33,99	Mischke, Reinhard (39) - Hahne, Heinz (37) - Weitemeier, Horst (36) - Bräuer, Klaus (38)			
		MTV Hondelage		Edemissen	07.09.13
3 x 1000 m Staffel	9:57,6	Herzberg, Martin (46) - Mohr, Horst (52) - Winkler, Siegfried (51) - Wolf, Detlev (53)			
		LG Salzgitter		Schladen	11.08.96
Schwedenstaffel	2:51,53	Abraham, Hans (35) - Steffens, Franz (33) - Löffler, Richard (36)			
		MTV Hondelage		Braunschweig	28.08.08
5000 m Bahngehen	24:07,71	Flachowsky, Gerhard (44) - Herzberg, Martin (46) - Henkel, Fritz (42) - Klecker, Alfred (43)			
10.000 m Bahngehen	48:24,7	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Buffalo/USA	22.07.95
10 km Straßengehen	49:13	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Letter	04.06.94
20 km Straßengehen	1:37:46	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Naumburg	28.04.96
50 km Straßengehen	4:23:29	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Letter	28.03.93
Hochsprung	1,54	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Kerpen-Horrem	23.05.93
Stabhochsprung	3,50	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	San Sebastian/ESP	23.08.05
Weitsprung	5,43*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Aarhus/DEN	23.07.04
Dreisprung	10,32	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Celle	26.06.05
Kugelstoß	13,92	Weitemeier, Horst (36)	LG Göttingen	Göttingen	07.08.96
Diskuswurf	47,23	Weber, Dr. Werner (47)	LG Peiner Land	Edemissen	29.09.07
Hammerwurf	47,46	Thomsen, Martin (64)	MTV Schöningen	Schönebeck	29.03.25
Speerwurf	46,35	Tolle, Manfred (42)	VfL Wolfsburg	Verden	28.05.06
Gewichtwurf	13,70	Bargmann, Jürgen (43)	VfL Wolfsburg	Berlin	04.07.04
Fünfkampf	2,955	Zaiß, Dr. Ulrich (49)	MTV Wolfenbüttel	Zella-Mehlis	21.08.11
	3,97(+0,2)-27,36-29,2(+0,0)-33,20-5:25,9	Stülzebach, Hubert (54)	LG Solling	Uslar	04.10.15
Fünfkampf Mannschaft	7,076	SG Denkershausen/Langershausen		Hameln	26.09.21
Zehnkampf	8.107	Landmann, Viktor (57) - Vieweg, Andreas (57) - Wüstedfeld, Detlev (57)	LG Göttingen	San Sebastian/ESP	23./24.08.05
Wurf-Fünfkampf	2,915	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Salzgitter-Bad	21.09.19
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	8.586	Jögi, Priit (57)	VfL Wolfsburg	Salzgitter-Bad	13.05.17
	27,90-10,27-36,53-36,06-11,45	TuRa Braunschweig			
		Wolf, Wolfgang (51) - Bremer-Huhn, Klaus (52) - Eggeling, Thomas (56)			
<b>Senioren M65</b>					
100 m Lauf	13,39 (+0,8)	Leistner, Eckhard (53)	SV Anker 06 Gadenstedt	Harlingerode	19.08.18
200 m Lauf	27,80 (+0,1)	Leistner, Eckhard (53)	SV Anker 06 Gadenstedt	Osterode	21.08.21
400 m Lauf	63,64	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Lahti/FIN	28.07.09
800 m Lauf	2:29,96	Flachowsky, Gerhard (44)	MTV Hondelage	Osterode	09.05.09
1000 m Lauf	3:15,67	Flachowsky, Gerhard (44)	MTV Hondelage	Braunschweig	19.04.09
1500 m Lauf	5:01,04	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Greene	25.06.03
1 Meile	6:03,7	Kötz, Harald (46)	SV Union Salzgitter	Salzgitter	13.06.12
3000 m Lauf	10:49,63	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Salzgitter	21.06.03
5000 m Lauf	18:04,6	Kruzycki, Erich (11)	LG Göttingen	Göttingen	01.05.76
10.000 m Lauf	37:04,0	Kruzycki, Erich (11)	LG Göttingen	Bilshausen	10.04.76
1 Stunde Lauf	14,018	Peter, Wolfgang (38)	LG Kreis Gifhorn	Lüchow	04.10.03
5 km Lauf	*21:50	Krüger, Ralf (58)	MTV Jahn Schladen	Greene	21.04.24
10 km Lauf	37:16	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Troisdorf	13.09.03
Halbmarathonlauf	01:28:02	Abraham, Hans (35)	LG Salzgitter	Freiburg i. Br.	25.03.00
Marathonlauf	03:00:22	Abraham, Hans (35)	LG Salzgitter	Duisburg	30.04.00
100 km Lauf	10:18:34	Günther, Klaus (24)	LG Braunschweig	Hanau	28.04.90
100 m Hürden	15,47*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Lahti/FIN	07.08.09
300 m Hürden	56,57	Flachowsky, Gerhard (44)	MTV Hondelage	Nienhagen	09.04.11
2000 m Hindernis	19:56,10	Haak, Hans-Henning (47)	SV Germania Helmstedt	Helmstedt	09.05.13
3000 m Hindernis (alt)	13:41,38	Peter, Wolfgang (38)	LG Kreis Gifhorn	Helmstedt	07.09.05
5000 m Bahngehen	25:05,01	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Nienhagen	07.09.05
10.000 m Bahngehen	50:40,9	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Gateshead/GBR	07.08.99
5 km Straßengehen	25:23	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Letter	13.06.98
10 km Straßengehen	51:01	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Naumburg	23.05.98
20 km Straßengehen	01:43:34	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Naumburg	23.05.98

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Hochsprung	1,44	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Vaterstetten	10.07.09
Stabhochsprung	3,10	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Lahti/FIN	29.07.09
Weitsprung	4,97	Weitemeier, Horst (36)	LG Göttingen	Potsdam	17.08.01
	4,97*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Lahti/FIN	29.07.09
Dreisprung	10,12*	Weitemeier, Horst (36)	LG Göttingen	Potsdam	21.08.02
Kugelstoß	12,67	Weber, Dr. Werner (47)	LG Peiner Land	Zittau	19.08.12
Diskuswurf	40,00	Tolle, Manfred (42)	VfL Wolfsburg	Meppen	27.04.08
Hammerwurf	46,86	Tolle, Manfred (42)	VfL Wolfsburg	Riccione/ITA	09.09.07
Speerwurf	44,37	Bargmann, Jürgen (43)	VfL Wolfsburg	Verden	21.06.08
Gewichtwurf	16,24	Schmidt, Klaus (41)	TuRa Braunschweig	Sarstedt	21.09.08
Fünfkampf	2.559	Landmann, Viktor (57)	SG Denkershausen/Langershausen	Delmenhorst	17.09.23
	3,73(+0,2)-28,77-34,25(+1,1)-29,94-6:00,08				
Zehnkampf	7.831	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Lahti/FIN	28./29.07.09
	13,83(-0,6)-4,97(+0,3)-11,41-1,42-63,64/16,3(+1,0)-34,57-3,10-25,12-5:50,10				
Wurf-Fünfkampf	3.778	Tolle, Manfred (42)	VfL Wolfsburg	Meppen	26.04.09
	43,37-10,50-34,90-32,25-15,41				
<b>Senioren M70</b>					
100 m Lauf	13,79 (+1,5)	Leistner, Eckhard (53)	SV Anker 06 Gadenstedt	SZ-Lebenstedt	06.05.23
200 m Lauf	27,91 (+1,1)	Leistner, Eckhard (53)	SV Anker 06 Gadenstedt	Edemissen	28.05.23
400 m Lauf	67,07	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	28.05.16
800 m Lauf	2:54,34	Flachowsky, Gerhard (44)	MTV Hondelage	Stendal	31.05.14
	2:54,2	Schencke, Udo (35)	LG Kreis Gifhorn	Wolfenbüttel	03.06.05
1000 m Lauf	3:45,28	Flachowsky, Gerhard (44)	MTV Hondelage	Osterode	29.08.14
1500 m Lauf	5:25,07	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Braunschweig	24.05.08
1 Meile	6:38,15	Bock, Hans-Erwin (37)	TSV Münchehof	Greene	12.09.07
3000 m Lauf	12:59,5	Schencke, Udo (35)	LG Kreis Gifhorn	Suderburg	07.09.05
5000 m Lauf	19:29,86	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Unterlüß	27.04.08
10.000 m Lauf	43:55,0	Scholz, Gerhard (13)	TSV Lemm	Gronau	29.06.85
1 Stunde Lauf	13.273	Peter, Wolfgang (38)	LG Kreis Gifhorn	Helmstedt	10.10.08
5 km Lauf	22:18	Jünemann, Bernhard (53)	DSC Dransfeld	Greene	21.04.24
10 km Lauf	39:58	Kurz, Josef (38)	TSV Bad Sachsa	Lüchow	13.04.08
10 km Lauf Mannschaft	02:27:34	LG Kreis Gifhorn		Wolfenbüttel	10.04.10
	01:35:34	Peter, Wolfgang (38) - Gössing, Peter (40) - Pfeuffer, Bodo (39)			
Halbmarathonlauf	05:41:08	Schüttler, Hans (34)	MTV Seesen	Siegburg	14.03.04
Halbmarathonlauf Mannschaft		LG Kreis Gifhorn		Okertalsperre	18.04.10
	03:20:37	Peter, Wolfgang (38) - Gössing, Peter (40) - Pfeuffer, Bodo (39)			
Marathonlauf	12:52:20	Schüttler, Hans (34)	MTV Seesen	Regensburg	08.05.05
Marathon Mannschaft		LG Kreis Gifhorn		Hannover	02.05.10
	14:37:39	Peter, Wolfgang (38) - Gössing, Peter (40) - Pfeuffer, Bodo (39)			
100 km Lauf	14:37:39	Vogt, Hartmut (44)	LG Kreis Gifhorn	Biel/SUI	13.06.15
80 m Hürden	13,40	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Lyon/FRA	15.08.15
300 m Hürden	59,1	Flachowsky, Gerhard (44)	MTV Hondelage	Edemissen	06.09.14
2000 m Hindernis	9:35,44	Peter, Wolfgang (38)	LG Kreis Gifhorn	Nienhagen	10.09.08
3000 m Hindernis (alt)	17:06,5	Deckmann, Hans-Joachim (40)	TV Germania Wiedelah	Harlingerode	03.10.13
4 x 100m Staffel	81,72	LAV Rümmer		Zeven	02.10.22
	6:18,8	Friedrich, Gerd (40) - Böttcher, Udo (52) - Schmidt, Joachim (47) - Böttcher, Manfred (51)			
4 x 400 m Staffel		LG Kreis Gifhorn		Gifhorn	18.06.13
	12:46,0	Gössing, Peter (40) - Kub, Uve (43) - Peter, Wolfgang (38) - Schencke, Udo (35)			
3 x 1000 m Staffel		LG Kreis Gifhorn		Gifhorn	15.06.10
	27:44,4	Peter, Wolfgang (38) - Gössing, Peter (40) - Schencke, Udo (35)			
5000 m Bahngehen	56:18,39	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Aarhus/DEN	26.07.04
10.000 m Bahngehen	55:57	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Coburg	11.10.03
10 km Straßengehen	01:59:06	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Sindelfingen	14.03.04
20 km Straßengehen	1,37	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Aarhus/DEN	29.07.04
Hochsprung	3,00	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Izmir/TUR	23.03.14
Stabhochsprung	4,62*	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Leinefelde-Worbis	08.07.16
Weitsprung	8,49	Weitemeier, Horst (36)	LG Göttingen	Poznan/POL	24.07.06
Dreisprung	13,08	Flachowsky, Gerhard (44)	LG Braunschweig	Magdeburg	12.06.16
Kugelstoß	37,08	Mattner, Felix (22)	LG Münden	Osterode	22.05.93
Diskuswurf	48,08	Apenberg, Albert (20)	LG Göttingen	Göttingen	16.08.92
Hammerwurf	41,26	Schmidt, Klaus (41)	TuRa Braunschweig	Braunschweig	13.10.12
Speerwurf	18,06	Bargmann, Jürgen (43)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	05.05.13
Gewichtwurf	2.148	Tolle, Manfred (42)	VfL Wolfsburg	Hannover	28.04.12
Dreikampf	14,67-3,96-10,28	Lippoldes, Udo (47)	TSV Winnigstedt	Schladen	11.06.17
Dreikampf Mannschaft	3.642	MTV Hondelage		Braunschweig	18.06.19
	3.373	Herzberg, Martin (46) - Klecker, Alfred (43) - Diestelmeier, Henning (41)			
Fünfkampf	4,15(+0,4)-29,44-30,86(+1,2)-29,04-6:35,51	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Zella-Mehlis	14.07.18
Zehnkampf	7.943	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	28./29.05.16
	14,47(+1,2)-4,20(-0,4)-11,59-1,33-67,07/13,72(+1,6)-33,35-2,90-32,72-6:22,10				
Wurf-Fünfkampf	3.881	Tolle, Manfred (42)	VfL Wolfsburg	Hannover	28.04.12
	42,57-10,41-31,42-26,54-18,06				
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	7.082	SV Union Salzgitter		Salzgitter	18.08.21
		Flachowsky, Gerhard (44) - Lippold, Karl-Heinz (50) - Bode, Friedhelm (51)			
<b>Senioren M75</b>					
100 m Lauf	14,64 (+0,9)	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	01.06.19
200 m Lauf	30,47 (+1,7)	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Zella-Mehlis	15.06.19
400 m Lauf	01:10,05	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	01.06.19
800 m Lauf	03:16,55	Flachowsky, Gerhard (44)	LG Braunschweig	Braunschweig	29.06.19
1000 m Lauf	04:25,50	Kötz, Harald (46)	Union Salzgitter	Uslar	07.06.21
1500 m Lauf	06:30,47	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	02.06.19
1 Meile	08:18,34	Grießler, Hartmut (46)	LG Weper	Uslar	30.07.21
3000 m Lauf	13:44,46	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Delmenhorst	28.05.11
5000 m Lauf	22:42,13	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Dessau	06.06.09
10.000 m Lauf	42:15,40	Bothe, Olaf (35)	MTV Jahn Schladen	Schladen	21.04.12
1 Stunde Lauf	*9,877	Schröder, Heinrich (41)	TSV Arminia Vöhrum	Borsum	31.08.16
5 km Lauf	28:00,00	Hanke, Peter (46)	MTV Jahn Schladen	Wolfenbüttel	19.09.21
10 km Lauf	46:32,00	Weidner, Gerhard (33)	LG Salzgitter	Otterndorf	12.09.09
Halbmarathonlauf	02:52,39	Deckmann, Hans-Joachim (40)	TV Germania Wiedelah	Hasede	07.06.15
Marathonlauf					
100 km Lauf	14,55 (-2,9)	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	02.06.19
80 m Hürden	*1:14,65	Flachowsky, Gerhard (44)	LG Braunschweig	Celle	25.05.19
300 m Hürden					
2000 m Hindernis	*1,28	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Stendal	01.06.19
Hochsprung	*2,01	Zaiß, Ulrich (49)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	25.09.24
Stabhochsprung	4,12 (0,8)	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Uslar	03.10.19
Weitsprung	8,07 (-0,5)	Flachowsky, Gerhard (44)	LG Braunschweig	Leinefelde-Worbis	13.07.19
Dreisprung	*11,79	Deutsch, Heinz (32)	MTV Salzgitter	Dessau	07.06.09
Kugelstoß	*33,76	Boese, Rainer (50)	VfL Wolfsburg	Zeven	07.09.25
Diskuswurf	*36,53	Schmidt, Klaus (41)	TuRa Braunschweig	Braunschweig	24.06.18
Hammerwurf	*33,00	Bargmann, Jürgen (43)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	21.04.18
Speerwurf					

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Gewichtwurf	*12,31	Zaiß, Ulrich (49)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	24.09.24
Dreikampf	*1291	Hustert, Reinhold (43) 18,65(-1,1);2,73(0,6);8,36	LG Göttingen	Göttingen	03.09.20
Fünfkampf	*3.966	Geese, Dr. Rolf (44) 4,01(+2,9)-30,97-30,47(+1,7)-31,37-6:54,55	LG Göttingen	Zella-Mehlis	15.06.19
Zehnkampf	*8.538	Geese, Dr. Rolf (44) 14,64(+0,9)-4,10(+0,0)-10,60-1,28-70,05/14,55(-2,9)-33,21-2,80-29,62-6:30,47	LG Göttingen	Stendal	01./02.06.19
Wurf-Fünfkampf	*2.967	Flachowsky, Gerhard (44) 26,61;8,55;27,63;19,77;12,09	LG Braunschweig	Salzgitter-Bad	21.09.19
<b>Senioren M80</b>					
100 m Lauf	16,38 (+0,4)	Geese, Dr. Rolf (44)	LG Göttingen	Erding	15.06.24
200 m Lauf	36,89 (-2,0)	Reddigk, Manfred (35)	TSV Leinde	Schöningen	26.05.18
400 m Lauf	01:32,64	Reddigk, Manfred (35)	TSV Leinde	Kalefeld	01.10.17
800 m Lauf	03:36,43	Geer, Lorenz (38)	LG Göttingen	Celle	25.05.19
1000 m Lauf	06:00,00	Krönke, Walter (07)	LG Braunschweig	Kassel	12.09.87
1500 m Lauf	07:39,02	Geer, Lorenz (38)	LG Göttingen	Celle	26.05.19
1 Meile	11:47,60	Stölting,Konrad (30)	MTV Wolfenbüttel	Salzgitter	23.06.10
3000 m Lauf	14:34,82	Geer, Lorenz (38)	LG Göttingen	Göttingen	28.08.18
5000 m Lauf	26:11,83	Geer, Lorenz (38)	LG Göttingen	Gronau	04.08.18
10.000 m Lauf					
1 Stunde Lauf					
5 km Lauf	35:17,00	Sump, Wolfgang (30)	TV Mascherode	Wolfenbüttel	18.09.11
10 km Lauf	53:13,00	Geer, Lorenz (38)	LG Göttingen	Gronau	24.08.18
10 km Lauf Mannschaft					
Halbmarathonlauf	02:41,03	Deppe, Heinz (37)	TSV Wulften	Hannover	08.04.18
Halbmarathonlauf Mannschaft					
Marathonlauf					
Marathon Mannschaft					
100 km Lauf					
80 m Hürden					
200 m Hürden					
2000 m Hindernis					
4 x 100m Staffel					
4 x 400 m Staffel					
3 x 1000 m Staffel					
Hochsprung	1,10	Roth, Henner (38)	SSV Neuhaus	Schöningen	26.05.18
Stabhochsprung					
Weitsprung	3,72	Ernst, Walter (26)	TSC Eisdorf	Delmenhorst	07.06.08
Dreisprung					
Kugelstoß	11,13	Deutsch, Heinrich (32)	MTV Salzgitter	Erfurt	13.07.12
Diskuswurf	34,62	Brodersen, Karsten (07)	LG Braunschweig	Meilbourne/AUS	06.12.87
Hammerwurf	40,36	Geishauser, Josef (35)	VfL Wolfsburg	Salzwedel	04.07.15
Speerwurf	28,09	Hustert, Reinhold (43)	LG Göttingen	Göttingen	30.09.23
Gewichtwurf	13,13	Schmidt, Klaus (41)	TuRa Braunschweig	Harsum	10.09.22
Dreikampf	2067	Geese, Dr. Rolf (44) 16,93(0,7);3,65 (1,2);10,23	LG Göttingen	Göttingen	27.08.24
Fünfkampf					
Zehnkampf					
Wurf-Fünfkampf	2810	Deutsch, Heinrich (32) 25,61;10,73;27,27;16,63;11,10	MTV Salzgitter	Herrenhausen	28.04.12
<b>Senioren M85</b>					
100 m Lauf	17,48 (-0,1)	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Braunschweig	11.07.20
200 m Lauf	38,80 (0,2)	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	04.10.20
400 m Lauf	01:44,11	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Mönchengladbach	12.08.23
800 m Lauf	5:01,2*	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	03.10.20
1000 m Lauf	6:19,3*	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	03.10.20
1500 m Lauf	9:32,7*	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	03.10.20
1 Meile					
3000 m Lauf					
5000 m Lauf	17:22,10	Schlue, Volker (24)	MTV Jahn Schladen	Schladen	13.04.13
10.000 m Lauf					
1 Stunde Lauf					
5 km Lauf					
10 km Lauf					
Halbmarathonlauf					
Marathonlauf					
100 km Lauf					
80 m Hürden					
200 m Hürden					
2000 m Hindernis					
Hochsprung	1,02	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	23.07.20
Stabhochsprung					
Weitsprung	2,82	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	23.07.20
Dreisprung					
Kugelstoß	8,78	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Zella-Mehlis	10.08.19
Diskuswurf	20,13	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Celle	26.05.19
Hammerwurf	26,64	Deutsch, Heinrich (32)	MTV Salzgitter	Salzgitter-Bad	25.05.18
Speerwurf	19,86	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Torun/POL	27.03.19
Gewichtwurf	9,20	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Venedig/ITA	07.09.19
Dreikampf	2062	Reddigk, Manfred (35) 17,3(0,0);2,82;7,28	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	24.07.20
Fünfkampf	2813	Reddigk, Manfred (35) 2,76; 17,01; 38,8*(0,2); 14,07; 9:32	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	03.10.20
Zehnkampf					
Wurf-Fünfkampf	3001	Deutsch, Heinrich (32) 24,88;8,50;17,84;12,73;8,91	MTV Salzgitter	Salzgitter-Bad	27.06.18
<b>Senioren M90 und älter</b>					
100 m Lauf	22,04 (1,3)	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Gotha	23.08.25
200 m Lauf	48,55 (1,4)	Reddigk, Manfred (35)	MTV Wolfenbüttel	Gotha	24.08.25
Weitsprung	2,17 (1,9)	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Gotha	24.08.25
Kugelstoß	7,20*	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Funchal/POR	13.10.25
Diskuswurf	16,88	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Erding	15.06.24
Hammerwurf	19,57	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Berlin	10.02.24
Speerwurf	14,67	Thielbörger, Wolfgang (34)	LG Göttingen	Göttingen	20.09.25
<b>Seniorinnen W30</b>					
100 m Lauf	11,71*	Janke, Karin (63)	VfL Wolfsburg	Scheeßel	30.05.93
200 m Lauf	23,66*	Janke, Karin (63)	VfL Wolfsburg	Scheeßel	30.05.93

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

400 m Lauf	51,85	Janke, Karin (63)	VfL Wolfsburg	Lindau	31.07.94
800 m Lauf	2:04,43	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Kassel	03.06.98
1000 m Lauf	3:09,6	Schneider, Simone (65)	LG Braunschweig	Seesen	16.08.95
1500 m Lauf	4:06,33	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Hengelo/NED	01.06.98
1 Meile	5:35,53	Ostrowski, Charlene (94)	LG Braunschweig	Burgdorf	27.04.24
3000 m Lauf	8:53,72	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Menden	18.08.99
5000 m Lauf	15:33,58	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Berlin	04.07.98
10.000 m Lauf	32:35,90	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Kandel	19.05.01
1 Stunde Lauf	15:15,0	Krajenski, Dr. Andrea (65)	SV Germania Helmstedt	Helmstedt	15.10.99
5 km Lauf	16:47	Ojstersek, Svenja (94)	Braunschweiger Laufclub	Leverkusen	03.03.24
10 km Lauf	31:58	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Oelde	06.07.02
10 km Lauf Mannschaft	01:46:13	LG Braunschweig		Otterndorf	11.09.05
		Zaituc, Luminita (68) - Bultmann, Birte (74) - Bröger, Katrin (70)			
Halbmarathonlauf	01:09:50	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Paderborn	30.03.02
Halbmarathonlauf Mannschaft	04:13:40	LG Seesen		Berlin	06.03.99
		Brünig, Kerstin (69) - Weiglein, Karola (67) - Hillebrecht, Heidi (56)			
Marathonlauf	02:26:01	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Frankfurt	28.10.01
Marathon Mannschaft	08:35:39	LG Seesen		Hamburg	25.05.86
		Heldt, Ursula (56) - Jordan, Brigitte (50) - Kissling, Heidi (56)			
100 km Lauf	8:09:22	Krajenski, Dr. Andrea (65)	SV Germania Helmstedt	Cavagne/FRA	15.05.99
100 m Hürden	14,95*	Messerschmidt, Verena (73)	LG Braunschweig	Braunschweig	24.05.03
400 m Hürden	57,28	Rieger, Silvia (70)	SV Union Groß Ilsede	Dortmund	09.06.01
3000 m Hindernis	10:07,41	Bultmann, Birte (74)	LG Braunschweig	Regensburg	17.06.06
4 x 100 m Staffel	51,5	VfL Wolfsburg		Wolfsburg	27.08.77
		Jabczynski, Helga (40) - Czekay, Christa (44) - Brenner, Elke (43) - Radmer, Marion (46)			
4 x 400 m Staffel	5:15,0	SV Germania Helmstedt		Schöningen	12.06.02
		Dugec, Brigitte (53) - Ritter, Renate (48) - Weise, Manuela (71) - Worlich, Gabriele (57)			
3 x 800 m Staffel	7:32,35	TSV Arminia Vöhrum		Kevelaer	19.08.00
		Ostwald, Elke (58) - Stille, Andrea (63) - Hornbostel, Ulla (60)			
Olympische Staffel	4:49,15	TSV Lelm		Braunschweig	21.08.99
		Scheiding, Heidrun (54) - Stahr, Birgit (68) - Klement, Heike (61) - Thomsen, Carina (62)			
Schwedenstaffel	2:51,0	TSV Arminia Vöhrum		Edemissen	30.04.02
		Stille, Andrea (63) - Künnemann, Doris (56) - Bartoniek, Christa (55) - Ostwald, Elke (58)			
10 km Straßengehen	57:00	Kutze, Gabriele (50)	LG Braunschweig	Dülmen	28.04.84
10 km Str.-Gehen Mannschaft	2:56:28	LG Braunschweig		Letter	28.05.89
		Kuchenbecker, Edith (44) - Kutze, Gabriele (50) - Hartmann, Ulrike (48)			
20 km Straßengehen	01:55:17	Kuchenbecker, Edith (44)	LG Braunschweig	Groß-Gerau	15.10.88
20 km Str.-Gehen Mannschaft	05:59:47	LG Braunschweig		Groß-Gerau	15.10.88
		Kuchenbecker, Edith (44) - Kutze, Gabriele (50) - Hartmann, Ulrike (48)			
Hochsprung	1,83	Dollas, Carolin (74)	LG Braunschweig	Halberstadt	20.06.04
Stabhochsprung	3,31	Ziemann, Christina (68)	LG Göttingen	Holzwinden	13.09.00
Weitsprung	5,98*	Harms, Silke (67)	VfL Wolfsburg	Garbsen	15.08.98
Dreisprung	14,53 (+1,5)	Eckhardt-Noack, Neele (92)	LG Göttingen	München	17.08.22
Kugelstoß	19,12	Storp, Stephanie (68)	VfL Wolfsburg	Peine	23.05.98
Diskuswurf	44,60	Schwarz, Adelheid (35)	LG Göttingen	Göttingen	02.07.69
Hammerwurf	43,55	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Salzgitter	05.09.09
Speerwurf	54,80	Mau-Repnak, Beatrice (71)	VfL Wolfsburg	Delmenhorst	15.06.02
Gewichtwurf	14,10	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Salzwedel	21.07.12
Fünfkampf	2,384	Duderstadt, Heike (79)	LG Heeseberg	Schöningen	03.05.09
	13,9-1,52-6,90-4,97-3-10,0				
Fünfkampf Mannschaft	7,870	TSV Lelm		Koblenz	19.06.99
		Thomsen, Carina (62) - Klement, Heike (61) - Scheiding, Heidrun (54)			
Siebenkampf	3,630	Messerschmidt, Verena (73)	LG Braunschweig	Papenburg	28./29.06.03
	15,61(-0,3)-1,48-7,27-27,62(+0,0)/5,03(-1,0)-17,88-2:52,54				
Siebenkampf Mannschaft	7,395	LG Heeseberg		Schöningen	14./15.08.10
		Duderstadt, Heike (79) - Weitz, Andrea (77) - Weitz, Sarah (77)			
Wurf-Fünfkampf	2,813	Klecka, Katrin (74)	LG Göttingen	Göttingen	28.05.05
	30,82-11,50-37,39-31,08-11,32				
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	5,739	SV Union Salzgitter		Salzgitter-Bad	13.05.17
		Bremer, Melanie (78) - Raeth, Iris (77) - Schunke, Sibylle (68)			
<b>Seniorinnen W35</b>					
100 m Lauf	12,55	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Hofgeismar	18.06.05
200 m Lauf	27,52*	Belau, Bettina (75)	LG Göttingen	Wilhelmshaven	08.06.13
400 m Lauf	61,92	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Bad Gandersheim	31.08.03
800 m Lauf	2:12,36	Starke, Ursula (56)	VfL Wolfsburg	Ludwigshafen	09.08.91
1000 m Lauf	3:04,30	Gröne, Jutta (89)	LG Eichsfeld	Göttingen	02.09.25
1500 m Lauf	4:22,55	Starke, Ursula (56)	VfL Wolfsburg	Hannover	26.07.91
1 Meile	05:28,4*	Otten, Carmen (90)	Braunschweiger Laufclub	Helmstedt	29.05.25
3000 m Lauf	9:23,57	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Hannover	21.05.05
5000 m Lauf	16:46,49	Starke, Ursula (56)	VfL Wolfsburg	Hagen	22.08.92
10.000 m Lauf	35:32,36	Starke, Ursula (56)	VfL Wolfsburg	Delmenhorst	24.04.93
1 Stunde Lauf	14:55,2	Behrens, Edith (52)	VfL Wolfsburg	Alfeld	12.04.87
5 km Lauf	*18:36	Gröne, Jutta (89)	LG Eichsfeld	Dingelstädt	27.09.25
10 km Lauf	31:45	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Otterndorf	11.09.05
Halbmarathonlauf	01:09:35	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Remich/LUX	26.09.04
Marathonlauf	02:26:44	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Düsseldorf	08.05.05
100 m Hürden	15,52	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Bad Gandersheim	31.08.03
400 m Hürden	73,3	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Lelm	Schöningen	12.06.91
10 km Straßengehen	55:45	Kutze, Gabriele (50)	LG Braunschweig	Scheeßel	07.05.88
20 km Straßengehen	2:02:15	Kutze, Gabriele (50)	LG Braunschweig	Groß-Gerau	15.10.88
Hochsprung	1,72	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Kevelaer	12.07.02
Stabhochsprung	1,80	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	04.05.02
Weitsprung	5,82*	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Bremen	29.05.05
Dreisprung	10,69	Fruth, Frauke (67)	MTV Wolfenbüttel	Stendal	29.06.02
Kugelstoß	12,53	Ahrens, Marlies (25)	LG Braunschweig	Braunschweig	29.05.60
Diskuswurf	42,80	Schwarz, Adelheid (35)	LG Göttingen	Göttingen	06.10.74
Hammerwurf	44,60	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Celle	15.06.14
Speerwurf	36,33	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Wunstorf	04.06.05
Gewichtwurf	13,41	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Hannover	27.04.13
Fünfkampf	3,756	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Hannover	27.06.04
	12,87(+0,0)-1,64-9,28-5,68(+0,0)-2:28,43				
Siebenkampf	3,816	Belau, Bettina (75)	LG Göttingen	Oldenburg	11./12.06.16
	16,97(+0,4)-1,36-9,56-27,99(+0,6)/4,71(+0,0)-31,40-3:02,73				
Wurf-Fünfkampf	2,934	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Baunatal	28.09.14
	41,44-10,82-28,88-20,71-12,38				
<b>Seniorinnen W40</b>					
100 m Lauf	12,71*	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Erfurt	08.07.06
200 m Lauf	26,54	Gleichfeld, Antje (38)	LG Salzgitter	Wilhelmshaven	29.06.80
400 m Lauf	59,20	Gleichfeld, Antje (38)	LG Salzgitter	Wilhelmshaven	28.06.80
800 m Lauf	2:15,46	Gleichfeld, Antje (38)	LG Salzgitter	München	21.06.80
1000 m Lauf	3:11,40	Paurat, Miriam (73)	MTV Jahn Schladen	Wolfenbüttel	31.05.17
1500 m Lauf	4:38,30	Starke, Ursula (56)	VfL Wolfsburg	Blankenburg	14.07.96
1 Meile	5:41,29	Hupfeld, Tanja (73)	LG Göttingen	Osterode	18.07.14

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

3000 m Lauf	10:12,8	Hillebrecht, Heidi (56)	LG Seesen	Braunschweig	18.05.96
5000 m Lauf	17:23,46	Starke, Ursula (56)	VfL Wolfsburg	Hagen	05.07.96
10.000 m Lauf	37:53,79	Hillebrecht, Heidi (56)	LG Seesen	Goslar	15.06.96
1 Stunde Lauf	14.191	Krafczyk-Möhring, Agata	Einbecker SV	Uslar	18.10.25
5 km Lauf	19:15	Krafczyk-Möhring, Agata	Einbecker SV	Braunschweig	09.11.25
10 km Lauf	33:25	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Otterndorf	21.09.08
10 km Lauf Mannschaft	1:59:37	VfL Wolfsburg		Scheeßel	08.05.82
Halbmarathonlauf	01:15:30	Winter, Liane (42) - Heyn, Hannelore (41) - Mieke, Ursula (41)		Bonn	20.04.08
Halbmarathonlauf Mannschaft	04:36:33	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Hannover	08.04.18
Marathonlauf	02:29:58	Paurat, Miriam (73) - Riske, Anna (77) - Frick, Nadja (73)		Köln	05.10.08
Marathon Mannschaft	10:30:34	Zaituc, Luminita (68)	LG Braunschweig	Hannover	18.04.93
100 km Lauf	09:49:51	Hartenberger, Angelika (48) - Rodenbeck-Hellert, Brigitte (53) - Koch, Monika (52)		Kandel	21.09.24
24 Stundenlauf	150.030	Krafczyk-Möhring, Agata (83)	Einbecker SV	Bad Blumau/AUT	04.07.21
80 m Hürden	12,55	Stanik, Sylvia (79)	sportTrend Ultralaufteam BS	Sarstedt	30.04.16
100 m Hürden (alt)	15,47*	Belau, Bettina (75)	LG Göttingen	Salzgitter	09.09.06
400 m Hürden	74,6	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Schöningen	27.08.96
3000m Hindernis	14:55,0	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Leim	Helmstedt	30.05.19
4 x 100 m Staffel	56,87	Buhtz, Ariane (75)	TSV Germania Helmstedt	Hamburg	11.09.93
4 x 400 m Staffel	4:57,6	VfL Wolfsburg		Edemissen	04.09.02
3 x 800 m Staffel	8:53,77	Skritek, Maria (45) - Tilke, Karla (48) - Stiekel, Gudrun (49) - Gasa, Monika (52)		Zella-Mehlis	29.08.15
Schwedenstaffel	2:43,4	TSV Arminia Vöhrum		Edemissen	02.05.01
5000 m Bahngehen	35:48,52	Ostwald, Elke (58) - Künnemann, Doris (56) - Bartoniek, Christa (55) - Hornbostel, Ulla (60)		Hannover	15.10.88
5 km Straßengehen	27:28	Friedrich, Ilka (71)	Laufclub BlueLiner	Boppard	28.05.88
10 km Straßengehen	55:46	Kuchenbecker, Edith (44)	LG Braunschweig	Celle	09.10.88
20 km Straßengehen	1:55:17	Kuchenbecker, Edith (44)	LG Braunschweig	Groß-Gerau	15.10.88
Hochsprung	1,65	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Zittau	07.07.07
Stabhochsprung	1,80	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Leim	Königsutter	05.09.97
Weitsprung	5,99*	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Poznan/POL	24.07.06
Dreisprung	8,93	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Leim	Helmstedt	12.06.94
Kugelstoß	11,90	Ahrens, Marlies (25)	LG Braunschweig	Braunschweig	05.06.66
Diskuswurf	41,20	Schwarz, Adelheid (35)	LG Göttingen	Obersuhl	30.08.75
Hammerwurf	43,66	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Zeven	13.01.19
Speerwurf	40,31	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Salzgitter	13.09.08
Gewichtwurf	12,46	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Wolmirstedt	25.08.18
Fünfkampf	4.026	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Ahlen	11.06.06
Siebenkampf	13,08(-1,8)-1,60-9,60-5,65(+1,0)-2,34,04	Belau, Bettina (75)	LG Göttingen	Lyon/FRA	04./05.08.15
Wurf-Fünfkampf	3.035	12,94(+2,5)-1,37-9,97-28,17(+1,0)/4,85(-2,0)-31,33-2:55,05	MTV Schöningen	Wolmirstedt	01.05.18
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	5.615	41,35-9,59-30,59-14,94-12,45	SV Union Salzgitter	Hannover	10.05.14
		Alex, Edda (66) - Johns, Birgit (65) - Kloppenburg, Marion (65)			
<b>Seniorinnen W45</b>					
100 m Lauf	12,93*	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Wunstorf	10.06.12
200 m Lauf	27,86	Gleichfeld, Antje (38)	LG Salzgitter	Schriesheim	03.07.83
400 m Lauf	59,82	Bröger, Katrin (70)	LG Braunschweig	Verden	04.07.15
800 m Lauf	2:18,66	Bröger, Katrin (70)	LG Braunschweig	Schlade	28.06.15
1000 m Lauf	3:11,34	Paurat, Miriam (73)	MTV Jahn Schlade	Osterode	15.08.18
1500 m Lauf	5:00,68	Hornbostel, Ulla (60)	TSV Arminia Vöhrum	Schweinfurt	10.07.05
1 Meile	5:45,62	Hornbostel, Ulla (60)	TSV Arminia Vöhrum	Soiltau	07.06.06
3000 m Lauf	10:39,7	Paurat, Miriam (73)	MTV Jahn Schlade	Osterode	15.08.18
5000 m Lauf	18:44,43	Paurat, Miriam (73)	MTV Jahn Schlade	Mönchengladbach	01.07.18
10.000 m Lauf	39:37,48	Heyn, Hannelore (41)	VfL Wolfsburg	Hannover	16.05.87
1 Stunde Lauf	14.632	Weber-Badlii, Rachida (66)	LG Peiner Land	Helmstedt	14.10.11
5 km Lauf	21:15	Koschmieder, Aleksandra (76)	Einbecker SV	Greene	21.04.24
10 km Lauf	37:01	Paurat, Miriam (73)	MTV Jahn Schlade	Torun/POL	27.03.19
Halbmarathonlauf	01:26:47	Paurat, Miriam (73)	MTV Jahn Schlade	Funchal/POR	29.10.20
Marathonlauf	02:58:01	Winter, Liane (42)	VfL Wolfsburg	Hamburg	24.04.88
50 km Lauf	05:20:47	Elezovic, Tanja (76)	Laufclub BlueLiner	Wolfenbüttel	18.07.21
100 km Lauf	08:40:40	Winter, Liane (42)	VfL Wolfsburg	Hamm	08.10.88
24 Stundenlauf	145.300	Noack, Maika (73)	sportTrend Ultralaufteam BS	Bad Blumau/AUT	04.07.21
80 m Hürden	12,83*	Tilke, Karla (48)	VfL Wolfsburg	Ludwigshafen	16.07.93
100 m Hürden (alt)	18,5	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Leim	Königsutter	08.09.00
400 m Hürden	78,0	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Leim	Schöningen	15.06.99
10 km Straßengehen	56:01	Kuchenbecker, Edith (44)	LG Braunschweig	Nürnberg	06.05.89
Hochsprung	1,58	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Seesen	20.05.12
Stabhochsprung	2,50	Fürle, Tessa (75)	SVG GW Bad Gandersheim	Zeven	10.09.23
Weitsprung	5,62*	Mann, Kriemhild (66)	SVG GW Bad Gandersheim	Osterode	28.04.12
Dreisprung	9,74 (+1,2)	Gericke, Kerstin (70)	MTV Schöningen	Bad Harzburg	01.05.19
Kugelstoß	11,66	Ahrens, Marlies (25)	LG Braunschweig	Braunschweig	31.05.70
Diskuswurf	34,64	Schwarz, Adelheid (35)	LG Göttingen	Göttingen	23.06.84
Hammerwurf	41,03	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Schönebeck	13.04.24
Speerwurf	34,70	Bannenberg, Ilse (58)	LG Göttingen	Göttingen	28.05.05
Gewichtwurf	12,2	Piehozki, Christine (78)	MTV Schöningen	Hannover	28.04.24
Fünfkampf	3.258	Scheiding, Heidrun (54)	TSV Leim	Helmstedt	02.05.99
Siebenkampf	4.165	14,0-1,40-8,97-4,12-2:48,0	TSG Bad Harzburg	Lyon/FRA	04./05.08.15
Wurf-Fünfkampf	3.493	14,18(+1,6)-1,22-7,86-30,00(+2,3)/4,27(+0,3)-24,65-2:52,62	LG Göttingen	Göttingen	28.05.05
	33,59-9,90-29,57-34,70-11,22	Bannenberg, Ilse (58)			
<b>Seniorinnen W50</b>					
100 m Lauf	13,84	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Verden	28.05.94
200 m Lauf	29,46*	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Buffalo/USA	18.07.95
400 m Lauf	69,25	Doerks, Anja (68)	LG Nordharz	Stadthagen	07.09.19
800 m Lauf	2:37,73	Heyn, Hannelore (41)	VfL Wolfsburg	Ahlen	14.09.91
1000 m Lauf	3:31,8	Bezold, Hannelore (49)	SV Bovenden	Alfeld	16.06.99
1500 m Lauf	5:27,37	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Potsdam	19.08.02
1 Meile	5:59,3	Bezold, Hannelore (49)	SV Bovenden	Alfeld	28.08.99
3000 m Lauf	11:55,2	Hornbostel, Ulla (60)	LG Peiner Land	Winsen/Luhe	22.08.12
5000 m Lauf	20:14,96	Bezold, Hannelore (49)	SV Bovenden	Kevelaer	19.08.00
10.000 m Lauf	42:29,2	Staebe, Erika (61)	LC BlueLiner	Wolfenbüttel	04.06.14
1 Stunde Lauf	13.702	Gebauer, Elisabeth (54)	LG Eichsfeld	Uslar	16.10.04
5 km Lauf	23:06	Friedrich, Ilka (71)	Laufclub BlueLiner	Wolfenbüttel	18.07.21
10 km Lauf	39:35	Saborowski, Maria (52)	LG Göttingen	Alfeld	03.10.05
10 km Lauf Mannschaft	02:33:54	SV Germania Helmstedt		Wolfenbüttel	02.04.06
		Ritter, Renate (48) - Heine, Irene (55) - Pfeuffer, Erika (41)			

## NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Halbmarathonlauf	1:31:29	Weide, Bianca (67)	SVG Groß Bülten	Hannover	09.04.17
Halbmarathonlauf Mannschaft	5:11:14	VfB Fallersleben		Wolfsburg	04.09.16
Marathonlauf	3:07:27	Becker, Karin (64) - Siesespeck, Swea (66) - Manzeck, Karin (59)		Berlin	26.09.04
Marathon Mannschaft	12:01:41	Saborowski, Maria (52)	LG Göttingen	Berlin	26.09.93
100 km Lauf	09:28:38	Müller, Maike (41) - Kiehne, Hannelore (39) - Ohm, Monika (41)		Rheine	04.09.93
24 Stundenlauf	154.270	Pennigstorff, Winnie Vera (43)	LG Göttingen	Bad Blumau/AUT	04.07.21
5.000 m Bahngehen	43:36,85	Herdegen, Nicole (71)	sportTrend Ultralaufteam BS	Oldenburg	10.10.21
80 m Hürden	15,97*	Friedrich, Ilka (71)	Laufclub BlueLiner	Salzgitter	10.06.07
100 m Hürden (alt)	19,4	Scheidung, Heidrun (54)	TSV Lelm	Königsutter	02.09.05
300 m Hürden	62,00	Scheidung, Heidrun (54)	TSV Lelm	Zeven	29.08.20
4 x 100 m Staffel	64,9	Ahrens, Silke (69)	LAV 07 Bad Harzburg	Göttingen	13.09.89
10 km Straßengehen	60:34	LG Göttingen		Scheeßel	08.05.82
Hochsprung	1,43	Gille, Christa (32)	LG Braunschweig	Edemissen	04.07.21
Stabhochsprung	2,20*	Gericke, Kerstin (70)	MTV Schöningen	Uslar	19.06.22
Weitsprung	5,05 (+1,1)	Gericke, Kerstin (70)	MTV Schöningen	Bad Gandersheim	17.08.25
Dreisprung	10,33 (+0,5)	Fürle, Tessa (75)	SVG GW Bad Gandersheim	Edemissen	04.07.21
Kugelstoß	11,64	Gericke, Kerstin (70)	MTV Schöningen	Schöningen	14.02.22
Diskuswurf	31,71	Geese, Karin (52)	LG Göttingen	Göttingen	24.09.04
Hammerwurf	31,84	Mende, Andrea (70)	TSV Germania Helmstedt	Schöningen	21.07.24
Speerwurf	32,30	Radczwill, Ulrike (39)	LG Braunschweig	Kristiansand/NOR	03.07.92
Gewichtwurf	9,30	Rahn, Sabine (67)	VfL Wolfsburg	Wolfsburg	13.06.17
Fünfkampf	3.436	Johns, Birgit (65)	SV Union Salzgitter	Salzgitter-Bad	13.08.16
Siebenkampf	14,90(-0,4)-1,27-10,09-4,15(+0,0)-2:51,84	Scheidung, Heidrun (54)	TSV Lelm	Hannover	27.06.04
Wurf-Fünfkampf	14,12(+0,0)-1,16-8,92-31,51(+0,0)4,02(+0,1)-25,55-3:04,97	Doerks, Anja (68)	LG Nordharz	Bad Bevensen	07./08.07.18
Wurf-Fünfkampf Mannschaft	2,346	Alex, Edda (66)	SV Union Salzgitter	Salzgitter-Bad	16.04.16
	26,36-8,21-20,42-15,22-8,94				
	6.510	SV Union Salzgitter		Salzgitter-Bad	13.08.16
		Alex, Edda (66) - Johns, Birgit (65) - Kloppenburg, Marion (65)			
<b>Seniorinnen W55</b>					
100 m Lauf	14,3*	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Quedlinburg	18.09.99
200 m Lauf	31,08*	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Hagen	22.08.99
400 m Lauf	76,35	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Ljubljana/SLO	30.07.08
800 m Lauf	2:50,02	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Ljubljana/SLO	02.08.08
1000 m Lauf	3:44,1	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Uslar	20.05.05
1500 m Lauf	5:32,8	Saborowski, Maria (52)	LG Göttingen	Heiligenrode	02.09.09
1 Meile	6:12,0	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Uslar	17.06.05
3000 m Lauf	11:33,20	Saborowski, Maria (52)	LG Göttingen	Verden	21.06.08
5000 m Lauf	20:00,30	Saborowski, Maria (52)	LG Göttingen	Osterode	29.08.09
10.000 m Lauf	46:11,1	Meinberg, Anke (54)	LC BlueLiner	Schladen	18.04.09
1 Stunde Lauf	12,962	Meinberg, Anke (54)	LC BlueLiner	Schladen	18.04.09
5 km Lauf	*23:56	Möhle, Petra (69)	LG Solling	Greene	21.04.24
10 km Lauf	40:52	Saborowski, Maria (52)	LG Göttingen	Hannover	06.05.07
Halbmarathonlauf	01:35:00	Hoffmann, Anke (68)	MTV Groß Denkte	Kopenhagen	15.09.24
Marathonlauf	03:27:10	Hoffmann, Anke (68)	MTV Groß Denkte	Hannover	14.04.24
100 km Lauf	09:46:32	Rodenbeck-Hellert, Brigitte (53)	LG Braunschweig	Bad Neuenahr	03.10.09
10 km Straßengehen	68:20,5	Gille, Christa (32)	LG Braunschweig	Verona/ITA	01.07.88
80m Hürden	15,08	Strack, Nina (67)	MTV Gifhorn	Funchal/POR	12.10.25
300m Hürden	63,63	Strack, Nina (67)	MTV Gifhorn	Sarstedt	09.08.25
Hochsprung	1,41	Strack, Nina (67)	MTV Gifhorn	Gotha	23.08.25
Weitsprung	4,82 (1,6)	Gericke, Kerstin (70)	MTV Schöningen	Schöningen	17.08.25
Dreisprung	9,88 (1,0)	Gericke, Kerstin (70)	MTV Schöningen	Berlin-Lichterfelde	05.07.25
Kugelstoß	10,77	Rosenberg, Adelheid (34)	LG Edemissen/Peine	Wunstorf	17.06.90
Diskuswurf	32,10	Mende, Andrea (70)	TSV Germania Helmstedt	Gotha	24.08.25
Hammerwurf	34,96	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	02.06.91
Speerwurf	24,83	Albrecht, Christel (55)	DSC Dransfeld	Göttingen	16.04.11
Gewichtwurf	9,30	Brohr, Birgit (48)	LG Göttingen	Göttingen	08.07.03
Dreikampf	895	Heine, Irene (55)	SV Germania Helmstedt	Helmstedt	22.05.12
Fünfkampf	18,3-2,64-5,06				
	2321	Kunze, Sonja (70)	LG Solling	Uslar	03.10.25
Siebenkampf	4440	17,37 (-1,4)– 1,12 – 7,55 -3,34 (-1,2)– 3:16,15			
		Strack, Nina (67)	MTV Gifhorn	Funchal/POR	12.10.25
Wurf-Fünfkampf	2.438	15,08 (-2,2) – 1,41 – 8,78 – 33,18 (-0,5) – 3,79 (1,4)– 21,96 – 3:12,83			
	17,50-9,00-22,03-18,50-7,45	Ebert-Böhm, Susanne (64)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	04.10.20
<b>Seniorinnen W60</b>					
100 m Lauf	15,22*	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Zittau	14.08.04
200 m Lauf	33,83*	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Aarhus/DEN	30.05.04
400 m Lauf	77,40	Gebauer, Elisabeth (54)	LG Eichsfeld	Erfurt	12.07.14
800 m Lauf	2:56,81	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Greene	20.05.09
1000 m Lauf	3:55,93	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Uslar	13.08.11
1500 m Lauf	6:02,31	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Zittau	19.08.12
1 Meile	6:30,6	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Uslar	29.05.09
3000 m Lauf	13:06,6	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Uslar	04.04.09
5000 m Lauf	22:50,0	Gebauer, Elisabeth (54)	LG Eichsfeld	Uslar	16.04.16
10.000 m Lauf	47:43,1	Ritter, Renate (48)	SV Germania Helmstedt	Helmstedt	27.03.09
1 Stunde Lauf	12,180	Cramme, Gisela (43)	MTK Bad Harzburg	Schladen	16.04.05
10 km Lauf	46:47	Cramme, Gisela (43)	MTK Bad Harzburg	Braunschweig	08.10.06
Halbmarathonlauf	01:44:46	Cramme, Gisela (43)	MTK Bad Harzburg	Okertalsperre	03.04.04
Marathonlauf	03:43:19	Ritter, Renate (48)	SV Germania Helmstedt	Hannover	03.05.09
100 km Lauf	10:27:36	Rodenbeck-Hellert, Brigitte (53)	LG Braunschweig	Kienbaum	13.04.13
Hochsprung	1,30	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Celle	15.06.14
Weitsprung	4,26*	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Aarhus/DEN	24.07.04
Kugelstoß	10,20	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Lübeck	27.08.94
Diskuswurf	28,54	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Malmö/SWE	27.07.96
Hammerwurf	31,92	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	21.03.93
Speerwurf	27,90	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Osterode	22.05.93
Gewichtwurf	10,94	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Salzgitter	17.08.13
Dreikampf	1.753	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Salzgitter	28.08.13
Wurf-Fünfkampf	16,2-3,48-6,24				
	2,533	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Salzgitter	17.08.13
	20,40-6,88-14,83-17,63-10,94				
<b>Seniorinnen W65</b>					
100 m Lauf	16,27	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Lahti/FIN	01.08.09
200 m Lauf	36,22 (-0,4)	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Uslar	11.08.19
400 m Lauf	84,65	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Lyon/FRA	15.08.15
800 m Lauf	3:10,94	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Lyon/FRA	09.08.15
1000 m Lauf	4:10,18	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Uslar	30.08.15

NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

1500 m Lauf	6:22,82	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Zittau	11.07.15
1 Meile	6:54,7	Bezold, Hannelore (49)	LG Göttingen	Edemissen	06.09.14
3000 m Lauf	13:44,6	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Edemissen	24.04.09
5000 m Lauf	23:41,17	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Bremen	26.04.09
10.000 m Lauf	52:04,4	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Uslar	11.10.08
1 Stunde Lauf	11.476	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Uslar	11.10.08
5 km Lauf	40:36	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Wolfenbüttel	19.09.21
10 km Lauf	48:25	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Lemwerder	22.03.09
Halbmarathonlauf	01:51:59	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Yutz/FRA	15.05.11
Marathonlauf	04:39:00	Dahl, Marianne (43)	TSV Sibbesse	Bühlertal	04.09.10
100 km Lauf	12:59:57	Rodenbeck-Hellert, Brigitte (53)	Laufclub BlueLiner	Rheine	10.03.18
5000 m Bahngehen	42:25,44	Gille, Christa (32)	TuRa Braunschweig	Jyväskylä/FIN	09.07.00
10 km Straßengehen	85:37	Gille, Christa (32)	TuRa Braunschweig	Jyväskylä/FIN	15.07.00
Hochsprung	1,25	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Edemissen	14.08.16
Weitsprung	3,74	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Lahti/FIN	07.08.09
Dreisprung	2,40	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Hannover	06.05.11
Kugelstoß	9,86	Rosenberg, Adelheid (34)	LG Edemissen/Peine	Edemissen	30.09.00
Diskuswurf	25,99	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Cesenatico/ITA	14.09.98
Hammerwurf	29,97	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Cesenatico/ITA	14.09.98
Speerwurf 400 g (alt)	25,82	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Hagen	21.08.99
Speerwurf 500 g	18,84	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Uslar	31.07.16
Gewichtwurf	11,96	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	08.07.03
Dreikampf	2.116	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Aichach	07.08.09
	16,78(+0,0)-3,37(+0,0)-7,88				
Fünfkampf	3.285	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Hameln	15.09.19
	17,19(-1,1)-3,30(+0,0)-6,76-1,19-3-51,93				
Wurf-Fünfkampf	3.657	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	08.07.03
	24,28-8,42-23,16-20,72-11,96				
<b>Seniorinnen W70</b>					
100 m Lauf	17,08	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Osterode	21.08.21
200 m Lauf	36,23 (1,8)	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Brandenburg	04.09.21
400 m Lauf					
800 m Lauf	03:40,94	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Zittau	10.07.15
1000 m Lauf	06:32,60	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	17.05.06
1500 m Lauf	07:16,11	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Wilhelmshaven	09.06.13
1 Meile	07:53,10	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Edemissen	06.09.14
3000 m Lauf	15:35,30	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Salzgitter-Bad	02.08.14
5000 m Lauf	26:28,37	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Bremen	21.04.13
10.000 m Lauf	53:38,40	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Delmenhorst	08.08.14
1 Stunde Lauf	10405	Susenburger, Rita (54)	TSV Germania Helmstedt	Helmstedt	10.10.25
5 km Lauf					
10 km Lauf	56:34:00	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Upice/CZE	24.05.13
Halbmarathonlauf	02:04:18	Rattay, Reintraut (43)	LG Peiner Land	Upice/CZE	26.05.13
Marathonlauf					
100 km Lauf	17:11:52	Rodenbeck-Hellert, Brigitte (53)	Laufclub BlueLiner	Bottrop	20.07.24
Hochsprung	1,18	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Baunatal	11.09.21
Weitsprung	3,38	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Edemissen	04.07.21
Dreisprung					
Kugelstoß	9,03	Rosenberg, Adelheid (34)	LG Edemissen/Peine	Salzgitter	29.05.04
Diskuswurf	20,92	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Salzgitter-Bad	02.08.14
Hammerwurf	21,71	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Salzgitter	17.09.21
Speerwurf 500 g	15,34	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Edemissen	04.07.21
Gewichtwurf	9,2	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Borsum	10.09.22
Dreikampf	1968	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Stuhr-Moordeich	06.09.15
	18,10 (-0,8)-2,91(-1,0)-6,99				
Fünfkampf	2754	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Hannover	14.09.06
	20,76-1,00-6,14-2,86-4:51,23				
Wurf-Fünfkampf	2529	Richter, Renate (51)	SV Union Salzgitter	Salzgitter	02.10.21
	20,75 – 6,90 – 12,80 – 14,29 – 8,21				
<b>Seniorinnen W75</b>					
100 m Lauf	20,19 (1,4)	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Stendal	01.06.19
200 m Lauf	49,09	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Braunschweig	25.08.07
400 m Lauf					
800 m Lauf	05:07,80	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Bad Oeynhausen	17.06.07
1000 m Lauf	06:45,80	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	23.05.07
1500 m Lauf	09:20,20	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Bad Harzburg	28.09.19
1 Meile					
3000 m Lauf	18:28,59	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Edemissen	14.08.16
5000 m Lauf					
10.000 m Lauf					
1 Stunde Lauf	9170	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Helmstedt	14.10.16
5 km Lauf					
10 km Lauf	67:53:00	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Okertal	02.04.16
Halbmarathonlauf					
Marathonlauf					
Hochsprung	*1,00	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Hamburg	24.06.07
Weitsprung	2,81 (1,4)	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Berlin	16.06.19
Dreisprung					
Kugelstoß 2 kg	7,88	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Stendal	01.06.19
Diskuswurf	19,19	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Torun/POL	30.03.19
Hammerwurf					
Speerwurf 400 g	17,71	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Braunschweig	20.08.09
Gewichtwurf		21,69-2,48-6,17			
Dreikampf	1872	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Blankenburg	01.06.19
		20,19(1,4)-2,46(-1,1)-7,88			
Fünfkampf	3030	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Nienhagen	25.08.07
		21,2-1,00-5,88-2,62-5:08,94			
Wurf-Fünfkampf					
<b>Seniorinnen W80</b>					
100 m Lauf	23,75(-0,8)	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Göteborg/SWE	13.08.24
200 m Lauf	56,68	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Braunschweig	03.07.12
400 m Lauf					
800 m Lauf	05:54,60	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Nienhagen	29.07.12
1000 m Lauf	07:30,50	Stöling, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	23.05.12
1500 m Lauf					
1 Meile					
3000 m Lauf	21:11,64	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Bad Harzburg	01.05.24
5000 m Lauf					
10.000 m Lauf					
1 Stunde Lauf					
5 km Lauf	38:23:00	Pfeuffer, Erika (41)	MTV Jahn Schladen	Greene	21.04.24
10 km Lauf					

NLV Bezirk Braunschweig – Rekorde 2025

Stand: 01.01.2026

Halbmarathonlauf					
Marathonlauf					
Hochsprung	0,93	Stölting, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Erfurt	14.07.12
Weitsprung	2,38	Stölting, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Schladen	17.08.13
Dreisprung					
Kugelstoß 2 kg	7,14	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	26.09.15
Diskuswurf	16,77	Eriksen, Anne-Kathrin (44)	LG Braunschweig	Edemissen	13.04.24
Hammerwurf	17,4	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	26.09.15
Speerwurf 400g	16,05	Dwenger, Elisabeth (33)	LG Göttingen	Göttingen	26.09.15
Gewichtwurf					
Dreikampf	1693	Stölting, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Wolfenbüttel	05.05.12
Fünfkampf	2788	24,7-2,29-5,93 Stölting, Ingrid (32)	MTV Wolfenbüttel	Nienhagen	10.08.13
Wurf-Fünfkampf		25,26-2,26-6,04-0,92-6:02,07			

Seniorinnen W85 und älter

- 100 m Lauf
- 200 m Lauf
- 400 m Lauf
- 800 m Lauf
- 1000 m Lauf
- 1500 m Lauf
- 1 Meile
- 3000 m Lauf
- 5000 m Lauf
- 10.000 m Lauf
- 1 Stunde Lauf
- 5 km Lauf
- 10 km Lauf
- Halbmarathonlauf
- Marathonlauf
- Hochsprung
- Weitsprung
- Dreisprung
- Kugelstoß
- Diskuswurf
- Hammerwurf
- Speerwurf
- Gewichtwurf
- Dreikampf
- Fünfkampf
- Wurf-Fünfkampf