

Männer

100 Meter

Kreisrekord: 10.43 Schulze, Rainer 81 LG Wilhelmshaven 2005
Bestl.Vorjahr:

1.	11.40	+1.9	Schmidt, Fabrice	98	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19
**.	11.41	+3.2	Helbig, Lars	97	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	12.05.19
2.	11.56	-0.2	Helbig, Lars	97	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	14.08.19
3.	11.84	+1.4	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
4.	12.05	+1.9	Enxing, Mika	99	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19
5.	12.19	-0.2	Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	08.09.19
6.	12.25	+1.4	Schmohl, Dennis	98	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
7.	12.26	+1.4	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
8.	12.87	+1.5	Pilz, Timo	86	Heidmühler FC	Schortens	04.05.19
**.	12.98	+3.2	Bormann, Helge	67	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	13.05.19
9.	13.07	-0.1	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Oldenburg	14.08.19
**.	13.11	+3.2	Pöhlker, Jens	80	TV Metjendorf	Oldenburg	12.05.19
10.	13.19	-0.1	Bormann, Helge	67	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	14.08.19

200 Meter

Kreisrekord: 21.10 Schulze, Rainer 81 LG Wilhelmshaven 2006
Bestl.Vorjahr:

1.	23.75	-1.0	Helbig, Lars	97	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	12.07.19
2.	25.90	+0.3	Bormann, Helge	67	SV Friedrichsfehn	Leinefelde-Worbis	14.07.19
3.	26.45	-2.3	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Lingen	24.08.19
4.	28.59	+0.0	Kerski, Alexander	83	TV Elmendorf	Lingen	24.08.19
**.	31.90	+2.2	Kerski, Werner	50	TV Elmendorf	Hameln	15.09.19
5.	32.67	+1.9	Kerski, Werner	50	TV Elmendorf	Delmenhorst	12.07.19
6.	32.80	+0.6	Remmers, Gerd	55	Heidmühler FC	Waldstadion Papenburg	05.05.19

400 Meter

Kreisrekord: 46.78 Wegner, Uwe 59 LG Wilhelmshaven 1980
Bestl.Vorjahr:

1.	53.46		Helbig, Lars	97	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	14.08.19
2.	55.86		Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	08.09.19
3.	57.85		Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
4.	59.42		Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Oldenburg	14.08.19
5.	60.26		Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
6.	63.36		Krisch, Martin	90	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn	24.05.19
7.	65.67		Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Edemissen	04.05.19
8.	70.53		Decker, Alf	67	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	08.09.19

800 Meter

Kreisrekord: 1:50.20 Plätzer, Stephan 66 TuS Ofen 1985
Bestl.Vorjahr:

1.	2:38.4		Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn	11.10.19
2.	2:56.10		Schmalstieg, Uwe	44	TuS Zetel	Oldenburg	14.08.19

1000 Meter

Kreisrekord: 2:26.72 Plätzer, Stephan 66 TuS Ofen 1985
Bestl.Vorjahr:

1.	3:07.78		Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Papenburg	27.09.19
2.	4:22.3		Ruiter, Jan	53	SSV Gristede	Bad Zwischenahn	11.10.19

1500 Meter

Kreisrekord: 3:51.6 Metz, Herbert 36 WSC Frisia 1958
Bestl.Vorjahr:

1.	4:56.16		Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Edemissen	05.05.19
2.	5:28.84		Fortmann, Dirk	72	SSV Gristede	Oldenburg	14.08.19
3.	5:41.34		Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg	02.06.19
4.	5:59.23		Schmalstieg, Uwe	44	TuS Zetel	Celle	26.05.19
5.	6:30.16		Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Oldenburg	14.08.19

Männer

noch 1500 Meter

6.	6:32.08	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Oldenburg 14.08.19
7.	6:44.73	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19

1 Meile

Kreisrekord: 4:38.84 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 2001
Bestl.Vorjahr:

1.	6:58.26	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Lingen 24.08.19
2.	6:59.0	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Bad Zwischenahn 11.10.19

3000 Meter

Kreisrekord: 8:23.42 Gronewald, Lars 73 LG Wilhelmshaven 1991
Bestl.Vorjahr:

1.	13:56.15	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Delmenhorst 28.09.19
----	----------	---------------	----	----------	----------------------

5000 Meter

Kreisrekord: 14:11.9 Diettrich, Georg 70 LG Wilhelmshaven 1995
Bestl.Vorjahr:

1.	18:29.28	Behrens, Frank	69	SSV Gristede	Oldenburg 12.05.19
2.	22:57.01	Pöhlker, Jens	80	TV Metjendorf	Hude 05.05.19
3.	23:00.00	Schmalstieg, Uwe	44	TuS Zetel	Papenburg 01.06.19

10.000 Meter

Kreisrekord: 29:22.92 Diettrich, Georg 70 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1.	38:04.9	Behrens, Frank	69	SSV Gristede	Garrel 16.05.19
2.	41:52.1	Blessen, Wolfgang	71	TuS Ofen	Großenkneten 02.11.19
3.	42:14.0	Böcker, Matthias	71	TuS Zetel	Großenkneten 02.11.19
4.	44:07.0	Becker, Horst	66	LG Wilhelmshaven	Großenkneten 02.11.19
5.	49:50.2	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Großenkneten 02.11.19

Stundenlauf

Kreisrekord: 19.030 Ollesch, Hartmut 54 Heidmühler FC 1987
Bestl.Vorjahr:

1.	15.532	Behrens, Frank	69	SSV Gristede	Garrel 16.05.19
2.	14.157	Blessen, Wolfgang	71	TuS Ofen	Großenkneten 02.11.19
3.	13.840	Böcker, Matthias	71	TuS Zetel	Großenkneten 02.11.19
4.	13.376	Becker, Horst	66	LG Wilhelmshaven	Großenkneten 02.11.19
5.	12.900	Boles, Dietrich	63	TuS Ofen	Schortens 04.06.19
6.	12.370	Lockowandt, Heiko	66	Heidmühler FC	Schortens 04.06.19
7.	11.972	Böseler, Jürgen	60	TuS Ofen	Großenkneten 02.11.19
8.	11.390	Pannenburg, Olaf	70	TuS Ofen	Schortens 04.06.19
9.	11.080	Ulferts, Andreas	66	TuS Ofen	Schortens 04.06.19

10 km Straßenlauf

Kreisrekord: 30:50 Diettrich, Georg 70 LG Wilhelmshaven 1998
Bestl.Vorjahr:

1.	37:44	Behrens, Frank	69	SSV Gristede	Ofen 03.10.19
2.	39:12	Blessen, Wolfgang	71	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
3.	42:42	Jehle, Frank	66	Laufftreff Rastede	Gristede 01.05.19
4.	42:51	Fortmann, Dirk	72	SSV Gristede	Ofen 03.10.19
5.	42:55	Boles, Dietrich	63	TuS Ofen	Garrel 14.09.19
6.	43:22	Bonhaus, Stephan	73	VfL Rastede	Oldenburg 10.03.19
7.	44:20	Becker, Horst	66	LG Wilhelmshaven	Schortens 31.03.19
8.	45:20	Ahlers, Thomas	90	Laufftreff Rastede	Oldenburg 10.03.19
9.	45:30	Grasse, Holger	65	TuS Zetel	Papenburg 31.03.19
10.	45:37	Feibig, Ommat	68	Laufftreff Rastede	Gristede 01.05.19

Männer

10 km Mannschaft

Kreisrekord: 1:40:15
Bestl.Vorjahr:

LG Wilhelmshaven 1999

1.	2:11:16	SSV Gristede			Ofen 03.10.19
		Behrens, Frank (69) 37:44 - Fortmann, Dirk (72) 42:51 - Bölts, Renke (71) 50:41			
2.	2:12:30	TuS Ofen			Ofen 03.10.19
		Blessen, Wolfgang (71) 39:12 - Stahmer, Felix (97) 45:48 - Stahmer, Uwe (64) 47:30			
3.	2:42:12	Vareler TB			Ofen 03.10.19
		Grönig, Dirk (79) 46:58 - Tjarks, Ralf (67) 52:31 - Schober, Gerd (48) 1:02:43			

Halbmarathon

Kreisrekord: 1:08:28 Dietrich, Georg
Bestl.Vorjahr:

70 LG Wilhelmshaven 1997

1.	1:23:27	Behrens, Frank	69	SSV Gristede	Hannover 07.04.19
2.	1:30:54	Körn, Matthias	76	LG Wilhelmshaven	Schortens 31.03.19
3.	1:31:38	Blessen, Wolfgang	71	TuS Ofen	Oldenburg 14.04.19
4.	1:32:38	Meents, Thomas	88	MTV Hohenkirchen	Schortens 31.03.19
5.	1:34:26	Jehle, Frank	66	Laufftreff Rastede	Löninge 22.06.19
6.	1:36:19	Wessels, Wolfgang	69	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
7.	1:37:24	Boles, Dietrich	63	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
8.	1:37:39	Becker, Horst	66	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen 16.11.19
9.	1:40:10	Brader, Sascha	69	MTV Hohenkirchen	Schortens 31.03.19
10.	1:41:09	Kowollik, Karl-Heinz	57	LG Wilhelmshaven	Neuenkirchen 16.11.19

Halbmarathon Mannschaft

Kreisrekord: 3:38:37
Bestl.Vorjahr:

LG Wilhelmshaven 1995

1.	5:04:05	LG Wilhelmshaven			Neuenkirchen 16.11.19
		Becker, Horst (66) 1:37:39 - Kowollik, Karl-Heinz (57) 1:41:09 - Klemm, Michael (68) 1:45:17			

Marathon

Kreisrekord: 2:19:44 Ollesch, Hartmut
Bestl.Vorjahr:

54 Heidmühler FC 1986

1.	3:01:43	Behrens, Frank	69	SSV Gristede	Hamburg 28.04.19
2.	3:22:43	Jehle, Frank	66	Laufftreff Rastede	Frankfurt 27.10.19
3.	4:16:43	Schürmann, Gordian	90	Laufftreff Rastede	Hamburg 28.04.19
4.	4:24:16	Deters, Udo	90	Laufftreff Rastede	Oldenburg 20.10.19
5.	4:30:36	Raabe, Volker	52	TuS Ofen	Salzburg (A) 19.05.19
6.	4:42:32	Jungsthöfel, Christen	90	SSV Gristede	Berlin 29.09.19

110 Meter Hürden (1,067m)

Kreisrekord: 14.40 John, Helge
Bestl.Vorjahr:

69 LG Wilhelmshaven 1991

1.	18.72 +0.1	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19
2.	20.23 +0.1	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19

Hochsprung

Kreisrekord: 2.12 John, Helge
Bestl.Vorjahr:

69 LG Wilhelmshaven 1988

1.	1.88	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
2.	1.72	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
3.	1.62	Bormann, Helge	67	SV Friedrichsfehn	Celle 25.05.19
4.	1.56	Tönjes, Manuel	83	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19
5.	1.42	Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Venedig/ITA 05.09.19
6.	1.23	Borchers, Enno	44	VfL Rastede	Waldstadion Papenburg 05.05.19
7.	1.20	Rudert, Jürgen	48	Heidmühler FC	Edermissen 17.08.19

Männer

noch Hochsprung

8.	1.15	Pöhlker, Jens	80	TV Metjendorf	Bad Zwischenahn 24.05.19
----	------	---------------	----	---------------	--------------------------

Stabhochsprung

			Kreisrekord:	4.80	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	2016
			Bestl.Vorjahr:					
1.	3.61	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Aurich 10.06.19			
2.	3.40	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19			
3.	2.48	Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Papenburg 27.09.19			

Weitsprung

			Kreisrekord:	7.28	Miller, Roland	58	LG Friesland Süd	1979
			Bestl.Vorjahr:					
1.	6.15	+1.7	Enxing, Mika	99	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19		
2.	6.12	+0.0	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19		
3.	6.09	+0.0	Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Leinefelde-Worbis 13.07.19		
4.	5.97	+0.0	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19		
5.	5.75	+1.8	Schmidt, Fabrice	98	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19		
6.	5.57	-0.1	Helbig, Lars	97	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19		
7.	5.50	+0.2	Lüers, Heiner	58	TSG Westerstede	Lingen 24.08.19		
8.	5.21	+0.0	Schmohl, Dennis	98	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19		
9.	4.94	+0.7	Cordes, Torben	99	Heidmühler FC	Aurich 10.06.19		
10.	4.71		Krisch, Martin	90	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 24.05.19		

Dreisprung

			Kreisrekord:	15.50	Howe, Falk	66	TuS Zetel	1985
			Bestl.Vorjahr:					
1.	10.32	-1.4	Decker, Alf	67	SV Friedrichsfehn	Berlin 15.06.19		
2.	7.31	+0.8	Borchers, Enno	44	VfL Rastede	Celle 25.05.19		

Kugelstoß 7.26 kg

			Kreisrekord:	16.14	Tidow, Günter	43	TSV Germania	1962
			Bestl.Vorjahr:					
1.	11.88		Kerski, Alexander	83	TV Elmendorf	Bad Zwischenahn 24.05.19		
2.	11.76		Willgerodt, Jan-Philip	78	SV Friedrichsfehn	Bremen 03.10.19		
3.	11.45		Hecker, Arne	76	TV Elmendorf	Bremen 27.04.19		
4.	11.28		Hecker, Arne	76	TV Elmendorf	Bad Zwischenahn 24.05.19		
5.	11.23		Beintken, Jens	81	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19		
6.	10.22		Cordes, Torben	99	Heidmühler FC	Aurich 10.06.19		
7.	10.04		Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19		
8.	9.59		Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19		
9.	8.95		Pöhlker, Jens	80	TV Metjendorf	Oldenburg 12.05.19		
10.	7.11		Wieting, Florian	78	TSG Westerstede	Worpswede 01.09.19		

Diskuswurf 2 kg

			Kreisrekord:	53.58	Mücher, Michael	54	LG Wilhelmshaven	1979
			Bestl.Vorjahr:					
1.	37.38		Cordes, Torben	99	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19		
2.	32.90		Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19		
3.	31.07		Hecker, Arne	76	TV Elmendorf	Delmenhorst 24.03.19		
4.	31.02		Swalve, Jelto	91	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19		
5.	30.91		Willgerodt, Jan-Philip	78	SV Friedrichsfehn	Bremen 03.10.19		
6.	29.67		Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19		
7.	29.63		Bormann, Helge	67	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19		
8.	26.17		Kerski, Alexander	83	TV Elmendorf	Lingen 24.08.19		
9.	19.31		Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Edemissen 05.05.19		

Männer

Hammerwurf 7.26 kg

Kreisrekord: 47.78 Kowalczyk, Ham 55 LG Wilhelmshaven 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	30.97	Kerski, Alexander	83	TV Elmendorf	Delmenhorst 24.03.19
2.	29.57	Hecker, Arne	76	TV Elmendorf	Bremen 27.04.19

Speerwurf 800 g

Kreisrekord: 69.59 Lesser, Gunnar 39 TSV Germania 1966
Bestl.Vorjahr:

1.	49.88	Kerski, Alexander	83	TV Elmendorf	Lingen 24.08.19
2.	45.30	Decker, Tilman	99	SV Friedrichsfehn	Göttingen 23.06.19
3.	41.84	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19
4.	39.55	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19
5.	36.79	Swalve, Jelto	91	SV Friedrichsfehn	Bremen 03.10.19
6.	36.43	Pöhlker, Jens	80	TV Metjendorf	Bad Zwischenahn 24.05.19
7.	35.80	Bormann, Helge	67	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 14.08.19
8.	35.13	Hecker, Arne	76	TV Elmendorf	Hornburg 26.10.19
9.	31.45	Cordes, Torben	99	Heidmühler FC	Aurich 24.08.19
10.	29.29	Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Papenburg 27.09.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.753 Schmidt, Fabrice 98 LG Wilhelmshaven 2022
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 7.26 kg

1.	738	Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Edemissen 04.05.19
		14.69 (+1.0) - 4.02 (+1.0) - 7.01			
2.	721	Wieting, Florian	78	TSG Westerstede	Worpswede 01.09.19
		16.13 - 3.77 - 7.11			

Zehnkampf

Kreisrekord: 6.717 Galler, Uwe 60 LG Wilhelmshaven 1980
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 7.26 kg - Hochsprung - 400 Meter

110 Meter Hürden (1,067m) - Diskuswurf 2 kg - Stabhochsprung - Speerwurf 800 g - 1500 Meter

1.	4.873	Becker, Nico	98	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
		11.84 (+1.0) - 6.12 (+1.0) - 9.59 - 1.88 - 60.26			
		18.72 (+1.0) - 32.90 - 3.40 - 41.84 - 6:44.73			
2.	4.719	Cordes, Henning	97	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
		12.26 (+1.0) - 5.97 (+1.0) - 10.04 - 1.72 - 57.85			
		20.23 (+1.0) - 29.67 - 3.30 - 39.55 - 5:41.34			
3.	3.135	Piotrowski, Carsten	79	TuS Oestringen	Venedig/ITA 05.09.19
		14.63 (+0.3) - 4.18 (-0.5) - 6.43 - 1.42 - 65.90			
		o.L. - 18.60 - 2.30 - 29.06 - 5:01.02			

Frauen

100 Meter

Kreisrekord: 11.87 Zobel, Melanie 78 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1.	12.68	+1.2	Meiners, Lieske	94	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 12.05.19
2.	13.16	+0.5	Stieglitz, Rieke	84	SV Friedrichsfehn	München 21.09.19
3.	13.18	-0.2	Sandfort, Corinna	87	SV Friedrichsfehn	Papenburg 27.09.19
4.	13.34	+1.5	Franzmeier, Anna Carina	93	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
5.	13.58	+1.5	Grummert, Hanna	90	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 09.08.19
6.	15.02		Lüers, Helene	92	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 24.05.19
7.	15.65	+1.2	Bolinus, Christina	77	Heidmühler FC	Oldenburg 12.05.19
8.	15.70	+1.8	Schöndube, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Schortens 04.05.19

Frauen

200 Meter

Kreisrekord: 24.75 Zobel, Melanie 78 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

**.	25.90	+2.3	Meiners, Lieske	94	SV Friedrichsfehn	Zeven	09.06.19
1.	25.98	+1.3	Meiners, Lieske	94	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst	12.07.19
2.	27.18	+1.1	Stieglitz, Rieke	84	SV Friedrichsfehn	Leinefelde-Worbis	14.07.19
3.	33.20	+1.6	Schöndube, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Schortens	04.05.19

400 Meter

Kreisrekord: 55.54 Neumann, Christiane 68 LG Wilhelmshaven 1986
Bestl.Vorjahr:

1.	72.55		Schöndube, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Celle	26.05.19
2.	1:35.40		Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Bad Zwischenahn	24.05.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:09.64 Höfft, Gesa 71 TuS Ofen 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	2:40.06		Zacharias, Lisa-Marie	93	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	08.09.19
2.	2:57.45		Schöndube, Jeannette	70	LG Wilhelmshaven	Celle	25.05.19

1000 Meter

Kreisrekord: 3:04.31 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede 2016
Bestl.Vorjahr:

1.	4:27.9		Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Bad Zwischenahn	11.10.19
----	--------	--	----------------	----	--------------	-----------------	----------

1500 Meter

Kreisrekord: 4:26.37 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede 2018
Bestl.Vorjahr:

1.	7:16.7		Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Emden	16.04.19
----	--------	--	----------------	----	--------------	-------	----------

3000 Meter

Kreisrekord: 9:18.39 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede 2018
Bestl.Vorjahr:

1.	14:48.78		Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Delmenhorst	28.09.19
----	----------	--	----------------	----	--------------	-------------	----------

5000 Meter

Kreisrekord: 16:34.32 Willcox, Victoria 73 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	24:51.44		Paga, Ulla	52	LG Wilhelmshaven	Papenburg	01.06.19
2.	27:32.19		Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Delmenhorst	25.06.19
3.	40:08.38		Willerts, Elfriede	36	LG Wilhelmshaven	Papenburg	01.06.19

10.000 Meter

Kreisrekord: 34:31.82 Willcox, Victoria 73 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	48:01.1		Baumann, Marion	71	TuS Zetel	Großenkneten	02.11.19
----	---------	--	-----------------	----	-----------	--------------	----------

Stundenlauf

Kreisrekord: 15.460 Paga, Ulla 52 LG Wilhelmshaven 1987
Bestl.Vorjahr:

1.	12.542		Held, Ulrike	58	Vareler TB	Schortens	04.06.19
2.	12.432		Baumann, Marion	71	TuS Zetel	Großenkneten	02.11.19
3.	10.630		Webersinke, Marlen	63	Vareler TB	Schortens	04.06.19

10 km Straßenlauf

Kreisrekord: 35:27 Willcox, Victoria 73 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	44:10		Eggert, Bettina	69	Laufftreff Rastede	Ofen	03.10.19
2.	47:02		Held, Ulrike	58	Vareler TB	Ofen	03.10.19
3.	47:26		Baumann, Marion	71	TuS Zetel	Ofen	03.10.19
4.	49:05		Weist, Romy	81	SV Friedrichsfehn	Ofen	03.10.19

Frauen

noch 10 km Straßenlauf

5.	49:27	Pfaffenroth, Ricarda	81	TSG Westerstede	Großenkneten 25.05.19
6.	50:09	Paga, Ulla	52	LG Wilhelmshaven	Lingen 24.03.19
7.	50:10	van Dinnelt, Anita	65	MTV Hohenkirchen	Oldenburg 10.03.19
8.	51:16	Webersinke, Marlen	63	Vareler TB	Oldenburg 10.03.19
9.	52:38	Scheepker, Anja	71	Vareler TB	Oldenburg 10.03.19
10.	53:09	Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Oldenburg 10.03.19

10 km Mannschaft

Kreisrekord: 1:57:45 LG Wilhelmshaven 1999
Bestl.Vorjahr:

1.	2:34:58	Varler TB			Ofen 03.10.19
Held, Ulrike (58) 47:02 - Webersinke, Marlen (63) 51:26 - Tjarks, Stephanie (69) 56:30					

Halbmarathon

Kreisrekord: 1:17:53 Willcox, Victoria 73 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	1:41:17	Eggert, Bettina	69	Laufftreff Rastede	Hannover 07.04.19
2.	1:43:28	Göden, Ina	90	Laufftreff Rastede	Oldenburg 20.10.19
3.	1:48:38	Held, Ulrike	58	Vareler TB	Schortens 31.03.19
4.	1:54:41	Behrens, Heike	73	SSV Gristede	Essen 23.11.19
5.	1:56:23	Rohner, Judith	63	TuS Ofen	Berlin 07.04.19
6.	1:57:45	Webersinke, Marlen	63	Vareler TB	Schortens 31.03.19
7.	1:58:52	Zeller, Sabine	66	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
8.	1:59:20	Stahmer, Sylvia	66	TuS Ofen	Oldenburg 14.04.19
9.	2:10:44	Kaper, Simone	90	Laufftreff Rastede	Löningen 22.06.19
10.	2:12:00	Beckmann, Silke	90	Laufftreff Rastede	Löningen 22.06.19

Marathon

Kreisrekord: 2:53:22 Paga, Ulla 52 LG Wilhelmshaven 1988
Bestl.Vorjahr:

1.	4:07:46	Eggert, Bettina	90	Laufftreff Rastede	Oldenburg 20.10.19
2.	4:23:22	Fiebig, Silke	90	Laufftreff Rastede	Oldenburg 20.10.19
3.	4:27:23	Schöndube, Jeanette	70	LG Wilhelmshaven	Hannover 07.04.19
4.	4:32:31	Schmidt, Sabrina	79	Laufftreff Rastede	Hannover 07.04.19

100 Meter Hürden (0,840m)

Kreisrekord: 13.8 Wilkens, Marlies 59 LG Wilhelmshaven 1978
13.8 Gabriel, Marita 59 LG Wilhelmshaven 1980

Bestl.Vorjahr:
87 SV Friedrichsfehn Hannover 21.07.19

1.	15.41	+1.2	Sandfort, Corinna		
----	-------	------	-------------------	--	--

3000 Meter Hindernis

Kreisrekord: 10:03.42 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede 2019
Bestl.Vorjahr:

1.	10:03.42	Papenfuß, Josina	00	TSG Westerstede	Berlin 04.08.19
----	----------	------------------	----	-----------------	-----------------

Hochsprung

Kreisrekord: 1.87 Wilken, Marlis 59 LG Wilhelmshaven 1977
Bestl.Vorjahr:

1.	1.52	Sandfort, Corinna	87	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19
2.	1.30	Bolinus, Christina	77	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19

Stabhochsprung

Kreisrekord: 3.06 Strauß, Sarah 95 Heidmühler FC 2009
Bestl.Vorjahr:

1.	1.60	Bolinus, Christina	77	Heidmühler FC	Schortens 06.10.19
----	------	--------------------	----	---------------	--------------------

Frauen

Weitsprung

Kreisrekord: 6.24 Diesing, Susanne 70 LG Wilhelmshaven 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	5.61	+0.2	Meiners, Lieske	94	SV Friedrichsfehn	Göttingen 22.06.19
2.	5.04	+1.0	Sandfort, Corinna	87	SV Friedrichsfehn	München 21.09.19
	5.04	+0.0	Grummert, Hanna	90	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 09.08.19
4.	4.14	+0.0	Bolinius, Christina	77	Heidmühler FC	Aurich 10.06.19
5.	4.07		Lüers, Helene	92	TSG Westerstede	Bad Zwischenahn 24.05.19
6.	3.51	+0.0	Pehlken, Alexandra	71	SV Friedrichsfehn	Waldstadion Papenburg 05.05.19

Kugelstoß 4 kg

Kreisrekord: 13.46 Galler, Dagmar 61 LG Wilhelmshaven 1980
Bestl.Vorjahr:

1.	10.00		Sandfort, Corinna	87	SV Friedrichsfehn	Papenburg 27.09.19
2.	8.87		Bolinius, Christina	77	Heidmühler FC	Aurich 24.08.19
3.	8.05		Kilwinski, Nina	98	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19
4.	7.91		Pehlken, Alexandra	71	SV Friedrichsfehn	Papenburg 05.05.19
5.	7.21		Ahrenberg-Hecker, Christi	76	TV Elmendorf	Bad Zwischenahn 24.05.19
6.	6.13		Pröger, Stephanie	82	TV Metjendorf	Delmenhorst 24.03.19

Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord: 54.04 Galler, Dagmar 61 LG Wilhelmshaven 1980
Bestl.Vorjahr:

1.	30.80		Stieglitz, Rieke	84	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 12.05.19
2.	27.10		Bolinius, Christina	77	Heidmühler FC	Oldenburg 12.05.19
3.	14.44		Pröger, Stephanie	82	TV Metjendorf	Delmenhorst 24.03.19

Speerwurf 600 g

Kreisrekord: 44.84 van Allen, Inge 55 LG Wilhelmshaven 1973
Bestl.Vorjahr:

1.	25.37		Bolinius, Christina	77	Heidmühler FC	Aurich 24.08.19
2.	23.21		Pehlken, Alexandra	71	SV Friedrichsfehn	Papenburg 05.05.19
3.	15.41		Pröger, Stephanie	82	TV Metjendorf	Delmenhorst 24.03.19

Männliche Jugend U20

100 Meter

Kreisrekord: 10.58 Amarteifio, Patrick 73 LG Wilhelmshaven 1992
Bestl.Vorjahr:

1.	12.62	+0.0	Stadtlander, Ben	00	TuS Zetel	Schortens 04.05.19
2.	13.37	+0.0	Stepanek, Finn	01	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19

200 Meter

Kreisrekord: 21.27 Helbig, Till 95 LG Wilhelmshaven 2014
Bestl.Vorjahr:

1.	25.76	+1.4	Stadtlander, Ben	00	TuS Zetel	Schortens 04.05.19
----	-------	------	------------------	----	-----------	--------------------

1500 Meter

Kreisrekord: 3:52.01 Gronewald, Lars 73 LG Wilhelmshaven 1991
Bestl.Vorjahr:

1.	5:20.32		Stadtlander, Ben	00	TuS Zetel	Oldenburg 14.08.19
----	---------	--	------------------	----	-----------	--------------------

10.000 Meter

Kreisrekord: 31:49.9 Heidner, Uwe 71 LG Wilhelmshaven 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	37:51.01		Theilken, Tom-Ole	00	TSG Westerstede	Warsingsfehn 03.09.19
----	----------	--	-------------------	----	-----------------	-----------------------

Männliche Jugend U20

10 km Straßenlauf

Kreisrekord: 32:57 Gyöngyösi, Martin 88 Vareler TB 2007
Bestl.Vorjahr:

1. 43:14 Hobbie, Jannis 01 TuS Zetel Gristede 01.05.19

Hochsprung

Kreisrekord: 2.12 John, Helge 69 LG Wilhelmshaven 1988
Bestl.Vorjahr:

1. 1.45 Stepanek, Finn 01 Heidmühler FC Schortens 04.05.19

Kugelstoß 6 kg

Kreisrekord: 15.90 Isenecker, Roland 72 LG Wilhelmshaven 1991
Bestl.Vorjahr:

1. 8.26 Stepanek, Finn 01 Heidmühler FC Schortens 04.05.19

Weibliche Jugend U20

100 Meter

Kreisrekord: 11.87 Zobel, Melanie 78 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1. 14.80 +1.5 Kopke, Franca 00 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 26.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:09.64 Höfft, Gesa 71 TuS Ofen 1990
Bestl.Vorjahr:

1. 2:38.89 Drab, Johanna 00 SV Friedrichsfehn Oldenburg 08.09.19

Halbmarathon

Kreisrekord: 1:19:10 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede 2019
Bestl.Vorjahr:

1. 1:19:10 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede Bonn 07.04.19

Kugelstoß 4 kg

Kreisrekord: 13.46 Galler, Dagmar 61 LG Wilhelmshaven 1980
Bestl.Vorjahr:

1. 7.22 Krisch, Luca 01 TSG Westerstede Bad Zwischenahn 24.05.19

Weibliche Jugend U18

100 Meter

Kreisrekord: 11.87 Zobel, Melanie 78 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

** 13.03 +2.3 Bormann, Hannah 03 SV Friedrichsfehn Göttingen 22.06.19
1. 13.32 +0.8 Bormann, Hannah 03 SV FriedrichsfehnWaldstadion Papenburg 05.05.19
2. 14.26 +0.3 Scheiffarth, Bervenly 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
3. 14.70 -1.1 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
4. 14.87 -2.7 Koch, Neele 03 TV Metjendorf Bad Zwischenahn 24.05.19
** 15.11 +2.2 Böhm, Mariele 02 Heidmühler FC Oldenburg 12.05.19

200 Meter

Kreisrekord: 24.75 Zobel, Melanie 78 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1. 26.86 +0.0 Bormann, Hannah 03 SV Friedrichsfehn Göttingen 23.06.19
2. 31.88 +1.6 Hering, Anrike Marie 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
3. 32.33 +0.7 Böhm, Mariele 02 Heidmühler FC Schortens 04.05.19

Weibliche Jugend U18

400 Meter

Kreisrekord: 57.7 Gerth, Beate 63 TuS Ofen 1980
Bestl.Vorjahr:

1. 121.16 Böhm, Mariele 02 Heidmühler FC Bad Zwischenahn 24.05.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:09.7 Gerth, Beate 63 TuS Ofen 1980
Bestl.Vorjahr:

1. 3:03.13 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 02.06.19

100 Meter Hürden (0,762m)

Kreisrekord: 14.3 Diesing, Susanne 70 LG Wilhelmshaven 1986
Bestl.Vorjahr:

1. 18.90 -2.7 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19

Hochsprung

Kreisrekord: 1.82 Wilken, Marlies 59 LG Wilhelmshaven 1975
Bestl.Vorjahr:

1. 1.40 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
2. 1.35 Block, Merit 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
3. 1.30 Koch, Neele 03 TV Metjendorf Bad Zwischenahn 24.05.19

Stabhochsprung

Kreisrekord: 3.06 Strauß, Sarah 95 Heidmühler FC 2009
Bestl.Vorjahr:

1. 2.53 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Nienhagen 30.05.19
2. 2.50 Hering, Anrike Marie 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
3. 1.75 Böhm, Mariele 02 Heidmühler FC Osterholz-Scharmbeck 15.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 6.03 Diesing, Susanne 70 LG Wilhelmshaven 1986
Bestl.Vorjahr:

1. 4.52 +0.0 Bormann, Hannah 03 SV Friedrichsfehn/Waldstadion Papenburg 05.05.19
2. 4.48 +0.0 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 02.06.19
3. 4.24 Koch, Neele 03 TV Metjendorf Bad Zwischenahn 24.05.19
4. 3.17 Böhm, Mariele 02 Heidmühler FC Bad Zwischenahn 24.05.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 12.13 Seeger, Johanna 92 SV Friedrichsfehn 2007
Bestl.Vorjahr:

1. 7.92 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
2. 6.73 Bender, Aliena 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
3. 6.72 Block, Merit 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
4. 6.49 Koch, Neele 03 TV Metjendorf Bad Zwischenahn 24.05.19
5. 6.23 Böhm, Mariele 02 Heidmühler FC Bad Zwischenahn 24.05.19

Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord: 35.10 Eilers, Janneke 90 SV Friedrichsfehn 2006
Bestl.Vorjahr:

1. 18.09 Block, Merit 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
2. 16.79 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19
3. 13.52 Bender, Aliena 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19

Speerwurf 500 g

Kreisrekord: 28.58 Ueckert, Saskia 75 LG Wilhelmshaven 1991
Bestl.Vorjahr:

1. 22.58 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Schortens 04.05.19

Weibliche Jugend U18

Vierkampf

Kreisrekord: 2.830 Eden, Lale 98 Heidmühler FC 2015
Bestl.Vorjahr:

100 Meter Hürden (0,762m) - Hochsprung - Kugelstoß 3 kg - 100 Meter

1. 1.805 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
18.90 (+1.0) - 1.40 - 7.92 - 14.70 (+1.0)

Siebenkampf

Kreisrekord: 4.566 Ueckert, Saskia 75 LG Wilhelmshaven 1991
Bestl.Vorjahr:

100 Meter Hürden (0,762m) - Hochsprung - Kugelstoß 3 kg - 100 Meter - Weitsprung
Speerwurf 500 g - 800 Meter

1. 2.809 Danielmeyer, Jule 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
18.90 (+1.0) - 1.40 - 7.92 - 14.70 (+1.0) - 4.48 (+1.0)
17.60 - 3:03.13

Weibliche Kinder U12

5 km Mannschaft

Kreisrekord: 1:09:48 TuS Ofen 2005
Bestl.Vorjahr:

1. 1:22:08 TuS Ofen Ofen 03.10.19
Hildebrand, Janne (08) 25:22 - Meyer, Nincke (09) 27:45 -
Weber, Clara (09) 29:01

4 x 50 Meter

Kreisrekord: 29.4 Vareler TB 2013
Bestl.Vorjahr:

1. 33.11 TuS Zetel Oldenburg 11.05.19
Schade, Jasmin (10) - Gertje, Tjalda (09) -
Botschek, Lenja (09) - Janssen, Emma (09)
2. 33.22 SV Friedrichsfehn Lingen (Ems) 18.05.19
Paulo, Leni (09) - Wilken, Franka (09) -
Krause, Hanna (09) - Koch, Sina Lea (08)

Dreikampf Mannschaft

Kreisrekord: 5.251h VfL Bad Zwischenahn 1995
Bestl.Vorjahr:

1. 4.364 SV Friedrichsfehn Edeweicht 21.06.19
Koch, Sina Lea (08) 1.016 - Paulo, Leni (09) 1.005 -
Hörster, Alissa (09) 832 - Mecklenburg, Juna (09) 791 -
Kurek, Nicole (08) 720

Männliche Kinder U10

5 km Mannschaft

Kreisrekord: 1:05:24 LG Wilhelmshaven 2005
Bestl.Vorjahr:

1. 1:10:41 TuS Ofen Ofen 03.10.19
Grimmig, Joris (10) 23:14 - Krüger, Kjell (10) 23:37 -
Blessen, Toki (10) 23:50

4 x 50 Meter

Kreisrekord: 32.0 LG Wilhelmshaven 2011
Bestl.Vorjahr:

1. 35.00 SV Friedrichsfehn Oldenburg 22.09.19
von Thülen, Leon (10) - Weiß, Carl (11) -
Schade, Tammo (10) - Schmid, Jorim (10)

Männliche Kinder U10

noch 4 x 50 Meter

2.	37.42	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
		Bremermann, Thede (12) - Brunn, Bjarne (11) - Tischendorf, Wim (11) - Bosse, Wilke (12)	

Dreikampf Mannschaft

Kreisrekord: 4.523
Bestl.Vorjahr:

LG Wilhelmshaven 2011

1.	3.603	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		Willgerodt, Paul (10) 951 - Schade, Tammo (10) 782 - Schmidt, Jorim (10) 744 - von Thülen, Leon (10) 596 - Weiß, Carl (11) 530	
2.	2.193	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		Idriss, Arif (12) 534 - Wieting, Bruno Joke (10) 511 - Willjes, Lennard (11) 430 - Pistor, Linus (11) 383 - Jander, Jona (11) 335	
3.	1.805	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
		Bremermann, Thede (12) 516 - Bosse, Wilke (12) 460 - Wardenburg, Max (11) 355 - Blaha, Jonas (12) 260 - Buchwitz, Jesaja (12) 214	

Weibliche Kinder U10

5 km Mannschaft

Kreisrekord: 1:16:17
Bestl.Vorjahr:

TuS Ofen 2003

1.	1:28:18	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
		Elsen, Rahel (10) 28:18 - Schrotz, Lilly (10) 29:59 - Henkel, Leefke (10) 30:01	

4 x 50 Meter

Kreisrekord: 32.2
Bestl.Vorjahr:

Vareler TB 2011

1.	34.59	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
		Boldt, Lilli (10) - Dessi, Milena (10) - Boldt, Svea (10) - Schnellhase, Mia (11)	
2.	36.60	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		Petersen, Klara (10) - Lorenz, Lotta (11) - de Vries, Alexandra (11) - Pretzer, Anna (10)	
3.	36.81	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
		Röben, Johanna (11) - Jakob, Feemke (10) - Sohl, Lola (11) - Slaschjow, Paula (11)	
4.	38.10	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
		Henkel, Leefke (10) - Krause, Luzie (10) - Menrich, Lykka (10) - Elsen, Rahel (10)	

Dreikampf Mannschaft

Kreisrekord: 5.606h
Bestl.Vorjahr:

SSV Jeddelloh II 1987

1.	3.839	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
		Boldt, Svea (10) 936 - Boldt, Lilli (10) 906 - Dessi, Milena (10) 722 - Diekmann, Neele-Dette (10) 644 - Ruck, Amy-Kate (11) 631	
2.	3.603	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		Slaschjow, Paula (11) 879 - Sohl, Lola (11) 759 - Röben, Johanna (11) 704 - Donker, Mayra (11) 642 - Jürgens-Tatje, Lea (11) 619	

Weibliche Kinder U10

noch Dreikampf Mannschaft

3.	3.481	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
		Schrotz, Lilly (10) 820 - Elsen, Rahel Elise (10) 731 - Krause, Luzie (10) 698 - Henkel, Leefke (10) 633 - Bemboom, Stina (12) 599	
4.	2.906	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		Pretzer, Anna (10) 757 - Lorenz, Lotta (11) 634 - de Vries, Alexandra (11) 629 - Petersen, Klara (10) 490 - Weigel, Hanna (12) 396	

Kinder M08

50 Meter

Kreisrekord: 7.7 Senff, Thomas 73 LG Wilhelmshaven 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	8.83	Idriss, Arif	12 TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
2.	9.09	Brunn, Bjarne	11 SSV Gristede	Schortens 16.06.19
3.	9.32	Bremermann, Thede	12 SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
4.	9.45	Huntemann, Jonas	11 TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
5.	9.52	Bosse, Wilke	12 SSV Gristede	Schortens 16.06.19
6.	9.4	Genz, Moritz	12 SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
7.	9.77	Logemann, Thies	12 VfL Rastede	Schortens 16.06.19
8.	9.82	Weiß, Carl	11 SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
9.	9.83	Thienemann, Elias	11 TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
10.	9.89	Protsenko, Robert	11 VfL Rastede	Oldenburg 22.09.19

800 Meter

Kreisrekord: 3:08.77 Fahls, Henrik 08 LG Wilhelmshaven 2016
Bestl.Vorjahr:

1.	3:23.25	Brunn, Bjarne	11 SSV Gristede	Schortens 16.06.19
2.	3:28.0	Bremermann, Thede	12 SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
3.	3:45.1	zur Mühlen, Mattes	12 SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
4.	3:50.92	Thienemann, Elias	11 TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
5.	3:52.53	Pistor, Linus	11 TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
6.	3:54.2	Bosse, Wilke	12 SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
7.	3:55.2	Wardenburg, Max	11 SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
8.	3:56.3	Tischendorf, Wim	11 SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
9.	4:19.51	Jander, Jona	11 TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
10.	5:20.01	Willjes, Lennard	11 TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 3.84 Kiese, Lukas 84 TuS Ofen 1992
Bestl.Vorjahr:

1.	3.06	Brunn, Bjarne	11 SSV Gristede	Schortens 16.06.19
2.	3.00	Genz, Moritz	12 SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
3.	2.89	Weiß, Carl	11 SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
4.	2.85	Thienemann, Elias	11 TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
5.	2.82	Bremermann, Thede	12 SSV Gristede	Schortens 16.06.19
6.	2.81	Bosse, Wilke	12 SSV Gristede	Schortens 16.06.19
7.	2.75	Lohß, Bennet	12 LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn 14.09.19
8.	2.73	Brackhaus, Liam	12 SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
9.	2.70	Huntemann, Jonas	11 TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
10.	2.69	Logemann, Thies	12 VfL Rastede	Schortens 16.06.19

Kinder M08

Schlagball 80 g

			Kreisrekord: 45.00	Pickert, Henning	72	TuS Petersfehn	1980
			Bestl.Vorjahr:				
1.	29.00	Gertje, Bjarne	11	TuS Zetel		Oldenburg	22.09.19
2.	24.00	Bremermann, Thede	12	SSV Gristede		Oldenburg	22.09.19
3.	23.50	Steffens, Till	11	TuS Zetel		Oldenburg	22.09.19
4.	22.00	Bolinus, Maximilian	12	Heidmühler FC		Friedrichsfehn	14.09.19
5.	21.50	Huntemann, Jonas	11	TV Metjendorf		Oldenburg	22.09.19
6.	20.50	Brunn, Bjarne	11	SSV Gristede		Schortens	16.06.19
7.	20.00	Lohß, Bennet	12	LG Wilhelmshaven		Friedrichsfehn	14.09.19
8.	19.50	Logemann, Thies	12	VfL Rastede		Schortens	16.06.19
9.	18.50	Weiß, Carl	11	SV Friedrichsfehn		Oldenburg	22.09.19
10.	16.00	Willjes, Lennard	11	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19

Dreikampf

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

			Kreisrekord: 949	Senff, Thomas	73	LG Wilhelmshaven	1981
			Bestl.Vorjahr:				
1.	564	Genz, Moritz 9.4 - 3.00 - 15.00	12	SV Friedrichsfehn		Friedrichsfehn	14.09.19
2.	541	Lohß, Bennet 10.0 - 2.75 - 20.00	12	LG Wilhelmshaven		Friedrichsfehn	14.09.19
3.	539	Weiß, Carl 9.8 - 2.83 - 17.50	11	SV Friedrichsfehn		Friedrichsfehn	14.09.19
4.	534	Idriss, Arif 8.83 - 2.55 - 12.00	12	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
5.	516	Bremermann, Thede 9.32 - 2.38 - 16.00	12	SSV Gristede		Oldenburg	11.05.19
6.	485	Huntemann, Jonas 9.77 - 2.54 - 14.50	11	TV Metjendorf		Oldenburg	11.05.19
7.	472	Thienemann, Elias 9.83 - 2.85 - 10.50	11	TuS Ofen		Westerstede	25.08.19
8.	468	Brackhaus, Liam 9.94 - 2.73 - 12.00	12	SSV Gristede		Delmenhorst	18.08.19
9.	460	Bosse, Wilke 9.82 - 2.57 - 12.50	12	SSV Gristede		Oldenburg	11.05.19
10.	433	Bolinus, Maximilian 10.9 - 2.26 - 22.00	12	Heidmühler FC		Friedrichsfehn	14.09.19

Kinder M09

50 Meter

			Kreisrekord: 7.4	Boltes, Maik	72	TuS Ofen	1981
			Bestl.Vorjahr:				
1.	8.02	Willgerodt, Paul	10	SV Friedrichsfehn		Oldenburg	22.09.19
2.	8.3	Schmid, Jorim	10	SV Friedrichsfehn		Edeweicht	21.06.19
3.	8.58	Heurich, Mika	10	LG Wilhelmshaven		Oldenburg	22.09.19
4.	8.73	Memmen, Janto	10	TuS Oestringen		Westerstede	25.08.19
5.	8.81	Schneider, Thies	10	SV Friedrichsfehn		Oldenburg	11.05.19
6.	8.83	Schade, Tammo	10	SV Friedrichsfehn		Oldenburg	22.09.19
7.	8.99	Leonard, Thomas	10	Heidmühler FC		Schortens	16.06.19
8.	9.10	Thomas, Leonard	10	Heidmühler FC		Oldenburg	11.05.19
9.	9.22	Hamo, Abude	10	VfL Rastede		Oldenburg	22.09.19
10.	9.47	Wieting, Bruno Joke	10	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19

800 Meter

			Kreisrekord: 3:06.8	Fiedler, Mattes	06	VfL Rastede	2015
			Bestl.Vorjahr:				
1.	3:09.88	Heurich, Mika	10	LG Wilhelmshaven		Oldenburg	22.09.19
2.	4:17.61	Wieting, Bruno Joke	10	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19

Kinder M09

1000 Meter

Kreisrekord: 3:28.5 Pagel, Niels 77 TV Metjendorf 1986
Bestl.Vorjahr:

1.	4:36.6	Thomas, Leonard	10	Heidmühler FC	Schortens 04.06.19
2.	6:10.9	Coordes, Jannick	10	Heidmühler FC	Schortens 04.06.19

5 km Straße

Kreisrekord: 21:02 Hörig, Joel 96 LG Wilhelmshaven 2005
Bestl.Vorjahr:

1.	23:14	Grimmig, Joris	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
2.	23:37	Krüger, Kjell	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
3.	23:50	Blessen, Toki	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
4.	37:42	von Thülen, Leon	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 20.10.19
5.	37:49	Rosendahl, Peer	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 20.10.19
6.	42:19	Harms, Wyn	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19

Weitsprung

Kreisrekord: 4.12 Eilers, Jörn 76 Heidmühler FC 1985
4.12 Senff, Thomas 73 LG Wilhelmshaven 1982

1.	3.93	Willgerodt, Paul	10	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
2.	3.39	Schmid, Jorim	10	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
3.	3.33	Leonard, Thomas	10	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
4.	3.30	Schade, Tammo	10	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
5.	3.25	Thomas, Leonard	10	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
6.	3.10	Memmen, Janto	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
7.	2.99	Hamo, Abude	10	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
8.	2.94	Uphoff, Lasse	10	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
9.	2.93	Schneider, Thies	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 11.05.19
10.	2.83	von Thülen, Leon	10	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19

Schlagball 80 g

Kreisrekord: 51.50 Kohlen, Sven 70 LG Friesland Süd 1979
Bestl.Vorjahr:

1.	35.00	Willgerodt, Paul	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
2.	27.00	Schade, Tammo	10	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
3.	25.00	von Thülen, Leon	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
4.	21.50	Leonard, Thomas	10	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
5.	20.50	Schmid, Jorim	10	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
6.	19.00	Hamo, Abude	10	VfL Rastede	Oldenburg 22.09.19
7.	18.50	Wieting, Bruno Joke	10	TSG Westerstede	Worpswede 01.09.19
8.	18.00	Heurich, Mika	10	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19
9.	17.50	Schneider, Thies	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 11.05.19
10.	16.50	Rosendahl, Peer	10	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.112 Senff, Thomas 73 LG Wilhelmshaven 1982
Bestl.Vorjahr:

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

1.	956	Willgerodt, Paul	10	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		8.0 - 3.89 - 31.00			
2.	782	Schade, Tammo	10	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		8.7 - 3.30 - 27.00			
3.	761	Schmid, Jorim	10	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		8.4 - 3.39 - 20.50			
4.	688	Leonard, Thomas	10	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
		9.07 - 3.33 - 18.00			
5.	667	Memmen, Janto	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
		8.73 - 3.10 - 16.00			
6.	654	Schneider, Thies	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 11.05.19
		8.81 - 2.93 - 17.50			
7.	613	von Thülen, Leon	10	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 11.05.19
		9.74 - 2.80 - 23.00			

Kinder M09

noch Dreikampf

8.	610	Thomas, Leonard 9.10 - 3.25 - 12.50	10	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
9.	544	Wieting, Bruno Joke 9.71 - 2.60 - 18.50	10	TSG Westerstede	Worpswede 01.09.19
10.	448	Rosendahl, Peer 10.3 - 2.50 - 16.50	10	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

Männliche Kinder U12

5 km Mannschaft

Kreisrekord: 1:03:12
Bestl.Vorjahr: TuS Zetel 2008

1.	1:16:48	TuS Ofen Lisekam, Miko (08) 25:17 - Rose, Ben (09) 25:42 - Wessels, Matti (09) 25:49			Ofen 03.10.19
2.	1:25:37	TuS Ofen Hashagen, Bruno (09) 26:10 - Milbratz, Niklas (09) 26:11 - Hübner, Jasper (09) 33:16			Ofen 03.10.19

4 x 50 Meter

Kreisrekord: 27.96
Bestl.Vorjahr: LG Wilhelmshaven 2013

1.	32.47	SSV Gristede zur Mühlen, Jannes (09) - Bosse, Thies (09) - Jenn, Jonas (09) - Blaha, Tom (09)			Oldenburg 11.05.19
2.	36.02	SSV Gristede Bremermann, Thede (12) - Behrens, Tammo (08) - Hullmann, Lasse (09) - Haske, Linus (09)			Oldenburg 11.05.19

Dreikampf Mannschaft

Kreisrekord: 5.746
Bestl.Vorjahr: LG Wilhelmshaven 2018

1.	3.935	SSV Gristede Jenn, Jonas (09) 866 - Bosse, Thies (09) 789 - Hullmann, Lasse (09) 775 - Haske, Linus (09) 762 - Blaha, Tom (09) 743			Oldenburg 11.05.19
2.	3.293	TSG Westerstede Thyrolf, Nils (08) 795 - Richter, Tim (08) 784 - Baumgart, Mats (09) 671 - Pleis, Hannes (09) 538 - Pistor, Lasse (09) 505			Westerstede 25.08.19

Vierkampf Mannschaft

Kreisrekord: 7.012
Bestl.Vorjahr: LG Wilhelmshaven 1991

1.	5.084	SSV Gristede Jenn, Jonas (09) 1.149 - Haske, Linus (09) 1.021 - Hullmann, Lasse (09) 1.010 - Bosse, Thies (09) 975 - Blaha, Tom (09) 929			Oldenburg 11.05.19
----	-------	---	--	--	--------------------

Kinder M10

50 Meter

Kreisrekord: 7.2 Sellmer, Carsten 71 LG Wilhelmshaven 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	7.84	Pöhlker, Bennett	09	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
----	------	------------------	----	---------------	--------------------

Kinder M10

noch 50 Meter

2.	8.09	Jenn, Jonas	09	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
3.	8.31	Blaha, Tom	09	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
4.	8.37	Bosse, Thies	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
5.	8.68	Freudling, Leo	09	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19
6.	8.73	zur Mühlen, Jannes	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
7.	8.5	Lohß, Finn	09	LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn 14.09.19
8.	8.77	Gleisenberg, Robin	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
9.	8.82	Lohss, Finn	09	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
10.	8.83	Hamo, Mohamed	09	VfL Rastede	Schortens 16.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:52.5 Urban, Jan Niklas 02 LG Wilhelmshaven 2012
Bestl.Vorjahr:

1.	2:57.05	Pöhlker, Bennett	09	TV Metjendorf	Bremen 08.09.19
2.	3:11.0	zur Mühlen, Jannes	09	SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
3.	3:19.0	Janssen, Jonas	09	TuS Ofen	Bad Zwischenahn 11.10.19
4.	3:31.25	Bosse, Thies	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
5.	4:00.05	Pleis, Hannes	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
6.	4:04.52	Schaffarzik, Niklas	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
7.	4:17.98	Pistor, Lasse	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

1000 Meter

Kreisrekord: 3:13.5 Pagel, Niels 77 TV Metjendorf 1987
Bestl.Vorjahr:

1.	4:10.7	Lohß, Finn	09	LG Wilhelmshaven	Schortens 04.06.19
2.	4:27.3	Freudling, Leo	09	LG Wilhelmshaven	Schortens 04.06.19
3.	4:30.0	Schütz, Tim	09	LG Wilhelmshaven	Schortens 04.06.19

5 km Straße

Kreisrekord: 19:34 Gaida, Lars 88 Vareler TB 1998
Bestl.Vorjahr:

1.	25:42	Rose, Ben	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
2.	25:49	Wessels, Matti	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
3.	26:04	Blessen, Toki	09	TuS Ofen	Gristede 01.05.19
4.	26:10	Hashagen, Bruno	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
5.	26:11	Milbratz, Niklas	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
6.	33:16	Hübner, Jasper	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
7.	33:23	Hallay, Paul	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19

Hochsprung

Kreisrekord: 1.32 Ahrens, Michael 75 Heidmühler FC 1985
Bestl.Vorjahr:

1.	1.18	Pöhlker, Bennett	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
2.	1.15	Jenn, Jonas	09	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
3.	1.10	Haske, Linus	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
4.	1.06	Hullmann, Lasse	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
5.	1.02	zur Mühlen, Jannes	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
	1.02	Sunder, Jakob	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
7.	0.98	Bosse, Thies	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
	0.98	Blaha, Tom	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19

Weitsprung

Kreisrekord: 4.58 Jürgens, Lennard 07 LG Wilhelmshaven 2017
Bestl.Vorjahr:

1.	3.94	Pöhlker, Bennett	09	TV Metjendorf	Bremen 08.09.19
2.	3.66	Blaha, Tom	09	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
3.	3.61	Jenn, Jonas	09	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
4.	3.59	Bosse, Thies	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19

Kinder M10

noch Weitsprung

	3.59	Bosse, Thies	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19
6.	3.50	Lohß, Finn	09	LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn 14.09.19
7.	3.48	Lohss, Finn	09	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
8.	3.46	Hamo, Mohamed	09	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
9.	3.38	Freudling, Leo	09	LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	3.36	Gleisenberg, Robin	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19

Schlagball 80 g

Kreisrekord: 59.00 Schrör, Olaf 77 SSV Jeddelloh II 1987
Bestl.Vorjahr:

1.	42.50	Pöhlker, Bennett	09	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
2.	34.50	Jenn, Jonas	09	SSV Gristede	Schortens 16.06.19
3.	30.00	Hullmann, Lasse	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
4.	29.50	Bosse, Thies	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
	29.50	Netschaew, Anton	09	VfL Rastede	Westerstede 25.08.19
6.	29.00	Janssen, Jonas	09	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
7.	28.00	zur Mühlen, Jannes	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
8.	27.50	Gleisenberg, Robin	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
9.	27.00	Hamo, Mohamed	09	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
10.	26.50	Haske, Linus	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.194 Sellmer, Carsten 71 LG Wilhelmshaven 1981
Bestl.Vorjahr:

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

1.	1.034	Pöhlker, Bennett 8.08 - 3.86 - 39.50	09	TV Metjendorf	Westerstede 25.08.19
2.	866	Jenn, Jonas 8.62 - 3.40 - 32.00	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
3.	818	Bosse, Thies 8.5 - 3.59 - 25.00	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19
4.	784	Lohß, Finn 8.5 - 3.50 - 22.50	09	LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn 14.09.19
5.	779	Blaha, Tom 8.56 - 3.56 - 19.50	09	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
6.	778	Janssen, Jonas 8.99 - 3.17 - 29.00	09	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
7.	775	Hullmann, Lasse 8.99 - 3.08 - 30.00	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
8.	762	Haske, Linus 9.02 - 3.23 - 26.50	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
9.	740	zur Mühlen, Jannes 8.7 - 3.04 - 26.00	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	729	Gleisenberg, Robin 8.8 - 3.36 - 21.50	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19

Vierkampf

Kreisrekord: 1.473 Ahrens, Michael 75 Heidmühler FC 1985
Bestl.Vorjahr:

50 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Schlagball 80 g

1.	1.260	Pöhlker, Bennett 8.21 - 3.52 - 1.18 - 36.00	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
2.	1.149	Jenn, Jonas 8.62 - 3.40 - 1.14 - 32.00	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
3.	1.021	Haske, Linus 9.02 - 3.23 - 1.10 - 26.50	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
4.	1.010	Hullmann, Lasse 8.99 - 3.08 - 1.06 - 30.00	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
5.	975	Bosse, Thies 8.83 - 3.57 - 0.98 - 23.00	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19

Kinder M10

noch Vierkampf

6.	929	Blaha, Tom	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
		8.42 - 3.60 - 0.98 - 14.50			
7.	922	zur Mühlen, Jannes	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
		9.07 - 3.05 - 1.02 - 24.00			
8.	820	Sunder, Jakob	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		9.25 - 3.10 - 1.02 - 15.00			

Kinder M11

50 Meter

				Kreisrekord: 7.1	Oetken, Florian	80	LG Wilhelmshaven	1991
				7.1	Toben, Ron	80	LG Wilhelmshaven	1991
				Bestl.Vorjahr:				
1.	7.56	Diser, Devin	08	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19		
2.	7.98	Leo, Moritz	08	TuS Zetel	Schortens	16.06.19		
3.	8.06	Schmidt, Fynn	08	TuS Oestringen	Schortens	16.06.19		
4.	8.50	Thyrolf, Nils	08	TSG Westerstede	Westerstede	25.08.19		
5.	8.53	de Haas, Sem	08	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19		
6.	8.67	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf	Oldenburg	11.05.19		
	8.67	Richter, Tim	08	TSG Westerstede	Westerstede	25.08.19		
8.	8.80	de Haan, Sem	08	LG Wilhelmshaven	Schortens	16.06.19		
9.	9.24	Budde, Julius	08	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19		
10.	9.65	Schwarte, Mattis	08	TuS Zetel	Westerstede	25.08.19		

800 Meter

				Kreisrekord: 2:36.3	Herthum, Sven	63	LG Wilhelmshaven	1974
				Bestl.Vorjahr:				
1.	3:14.11	Richter, Tim	08	TSG Westerstede	Westerstede	25.08.19		
2.	3:23.6	Linnemann, Felix	08	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	11.10.19		
3.	3:45.0	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede	Bad Zwischenahn	11.10.19		

1000 Meter

				Kreisrekord: 3:10.9	Izadpanah, Belayne	83	LG Wilhelmshaven	1994
				Bestl.Vorjahr:				
1.	4:03.4	de Haan, Sem	08	LG Wilhelmshaven	Schortens	04.06.19		

2000 Meter

				Kreisrekord: 7:15.5	Helling, Robin	01	LG Wilhelmshaven	2012
				Bestl.Vorjahr:				
1.	9:09.4	Linnemann, Felix	08	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	11.10.19		
2.	10:11.50	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede	Delmenhorst	18.08.19		

5 km Straße

				Kreisrekord: 19:34	Gaida, Lars	88	Vareler TB	1998
				Bestl.Vorjahr:				
1.	24:47	Westie, Ole	08	SSV Gristede	Gristede	01.05.19		
2.	25:04	Gottschalk, Ben	08	SSV Gristede	Gristede	01.05.19		
3.	25:17	Lisekam, Miko	08	TuS Ofen	Ofen	03.10.19		

Hochsprung

				Kreisrekord: 1.40	Bruns, Florian	79	VfL Bad Zwischenahn	1990
				1.40	Kalter, Thorsten	63	LG Wilhelmshaven	1974
				Bestl.Vorjahr:				
1.	1.18	Leo, Moritz	08	TuS Zetel	Schortens	16.06.19		
2.	1.14	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf	Oldenburg	11.05.19		
3.	1.06	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede	Schortens	16.06.19		

Kinder M11

Weitsprung

			Kreisrekord: 4.82	Jürgens, Lennart	07	LG Wilhelmshaven	2018
			Bestl.Vorjahr:				
1.	3.94	Leo, Moritz	08	TuS Zetel		Oldenburg	22.09.19
2.	3.75	Diser, Devin	08	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven	26.06.19
3.	3.61	de Haas, Sem	08	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven	26.06.19
4.	3.57	de Haan, Sem	08	LG Wilhelmshaven		Schortens	16.06.19
5.	3.50	Schmidt, Fynn	08	TuS Oestringen		Schortens	16.06.19
6.	3.44	Thyrolf, Nils	08	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
7.	3.33	Richter, Tim	08	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
	3.33	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf		Oldenburg	11.05.19
9.	3.00	Budde, Julius	08	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven	26.06.19
10.	2.97	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede		Schortens	16.06.19

Schlagball 80 g

			Kreisrekord: 60.00	Schrör, Olaf	77	SSV Jeddelloh II	1988
			Bestl.Vorjahr:				
1.	31.00	Leo, Moritz	08	TuS Zetel		Delmenhorst	18.08.19
2.	27.50	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf		Oldenburg	11.05.19
3.	24.00	Richter, Tim	08	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
4.	23.50	de Haan, Sem	08	LG Wilhelmshaven		Schortens	16.06.19
5.	22.00	Thyrolf, Nils	08	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
	22.00	Schmidt, Fynn	08	TuS Oestringen		Schortens	16.06.19
7.	21.00	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede		Oldenburg	22.09.19
8.	12.00	Schwarte, Mattis	08	TuS Zetel		Westerstede	25.08.19

Dreikampf

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

			Kreisrekord: 1.332	Jürgens, Lennart	07	LG Wilhelmshaven	2018
			Bestl.Vorjahr:				
1.	950	Leo, Moritz	08	TuS Zetel		Delmenhorst	18.08.19
		8.18 - 3.79 - 31.00					
2.	816	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf		Oldenburg	11.05.19
		8.67 - 3.33 - 27.50					
3.	795	Thyrolf, Nils	08	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
		8.50 - 3.44 - 22.00					
4.	784	Richter, Tim	08	TSG Westerstede		Westerstede	25.08.19
		8.67 - 3.33 - 24.00					
5.	780	de Haan, Sem	08	LG Wilhelmshaven		Friedrichsfehn	14.09.19
		8.6 - 3.50 - 23.00					
6.	482	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede		Oldenburg	11.05.19
		10.35 - 2.69 - 16.00					
7.	466	Schwarte, Mattis	08	TuS Zetel		Westerstede	25.08.19
		9.65 - 2.56 - 12.00					

Vierkampf

50 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Schlagball 80 g

			Kreisrekord: 1.589	Izadpanah, Belayne	83	LG Wilhelmshaven	1994
			Bestl.Vorjahr:				
1.	1.099	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf		Oldenburg	11.05.19
		8.67 - 3.33 - 1.14 - 27.50					
2.	717	Behrens, Tammo	08	SSV Gristede		Oldenburg	11.05.19
		10.35 - 2.69 - 1.06 - 16.00					

Jugend M12

75 Meter

			Kreisrekord: 9.7	Izadpanah, Belayne	83	LG Wilhelmshaven	1995
			Bestl.Vorjahr:				
1.	10.36	Jürgens, Lennard	07	LG Wilhelmshaven		Wilhelmshaven	15.09.19

Jugend M12

noch 75 Meter

2.	10.62	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
3.	10.90	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
4.	11.35	Maywald, Keno	07	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
5.	11.54	Rachow, Lucas	07	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
6.	11.68	Haake, Reyk	07	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
7.	11.81	Norrenbrock, Felix	07	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
8.	12.07	Gerriets, Rolef	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
9.	12.41	Janßen, Calvin	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
10.	12.50	Oeltjenbruns, Timon	07	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:26.91 Helling, Robin 01 LG Wilhelmshaven 2013
Bestl.Vorjahr:

1.	2:40.70	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Hude 15.09.19
2.	3:21.93	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
3.	3:23.5	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Bad Zwischenahn 11.10.19
4.	3:47.19	Rosenau, Piet	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
5.	4:05.79	Bender, Lukas	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19

1000 Meter

Kreisrekord: 2:56.3 Izadpanah, Belyane 83 LG Wilhelmshaven 1995
Bestl.Vorjahr:

1.	5:13.7	Bender, Lukas	07	Heidmühler FC	Schortens 04.06.19
----	--------	---------------	----	---------------	--------------------

2000 Meter

Kreisrekord: 7:03.9 Sachse, Stefan 71 Heidmühler FC 1983
Bestl.Vorjahr:

1.	8:20.4	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Bad Zwischenahn 11.10.19
----	--------	----------------	----	----------	--------------------------

5 km Straße

Kreisrekord: 18:50 Helling, Robin 01 LG Wilhelmshaven 2013
Bestl.Vorjahr:

1.	21:59	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
2.	22:00	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
3.	25:04	Haake, Reyk	07	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
4.	26:07	Rosenau, Piet	07	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
5.	29:11	Steuer, Levin	07	TuS Zetel	Gristede 01.05.19

60 Meter Hürden (0,762m)

Kreisrekord: 9.2 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1988
Bestl.Vorjahr:

1.	11.97	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
----	-------	------------------	----	-------------------	--------------------

Hochsprung

Kreisrekord: 1.52 Spiegelberg, Jakob 93 VfL Rastede 2005
1.52 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1988
Bestl.Vorjahr:

1.	1.28	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
2.	1.22	Janßen, Calvin	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
3.	1.18	Haake, Reyk	07	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
4.	1.08	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 5.16 Izadpanah, Belyane 83 LG Wilhelmshaven 1995
5.16 Müller, Markus 62 LG Wilhelmshaven 1974
Bestl.Vorjahr:

1.	4.38	Jürgens, Lennard	07	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
2.	4.34	Rachow, Lucas	07	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
3.	4.25	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
4.	4.05	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
5.	3.99	Norrenbrock, Felix	07	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19

Jugend M12

noch Weitsprung

6.	3.90	Maywald, Keno	07	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
7.	3.81	Oeltjenbruns, Timon	07	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
8.	3.79	Haake, Reyk	07	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
9.	3.75	Gerriets, Rolef	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
10.	3.66	Norrenbrock, Felix	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 11.67 Eilers, Thore 94 TSG Westerstede 2006
Bestl.Vorjahr:

1.	9.30	Jürgens, Lennard	07	LG Wilhelmshaven	Schortens 16.06.19
2.	6.88	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
3.	6.26	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
4.	5.92	Oeltjenbruns, Timon	07	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
5.	5.78	Janßen, Calvin	07	TV Metjendorf	Delmenhorst 24.03.19
6.	4.60	Janßen, Aljoscha	08	TV Metjendorf	Delmenhorst 24.03.19
7.	4.39	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Schortens 04.05.19
8.	4.27	Bender, Lukas	07	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
9.	3.00	Gerriets, Rolef	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19

Diskuswurf 750 g

Kreisrekord: 37.15 Eilers, Thore 94 TSG Westerstede 2006
Bestl.Vorjahr:

1.	24.94	Jürgens, Lennard	07	LG Wilhelmshaven	Schortens 16.06.19
2.	14.71	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
3.	10.25	Bender, Lukas	07	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
4.	9.42	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Schortens 04.05.19

Speerwurf 400 g

Kreisrekord: 32.06 Kerski, Alexander 83 TV Elmendorf 1995
Bestl.Vorjahr:

1.	31.83	Jürgens, Lennard	07	LG Wilhelmshaven	Schortens 16.06.19
2.	21.18	Janßen, Calvin	07	TV Metjendorf	Delmenhorst 24.03.19
3.	14.93	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
4.	10.31	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Schortens 04.05.19
5.	8.90	Oeltjenbruns, Timon	07	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19

Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 60.00 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1988
Bestl.Vorjahr:

1.	37.00	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
2.	31.50	Rosenau, Piet	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
	31.50	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
4.	28.50	Norrenbrock, Felix	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
5.	24.50	Haake, Reyk	07	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
6.	23.00	Janßen, Calvin	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
7.	20.50	Gerriets, Rolef	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
8.	19.00	Bellmann, Peer	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
9.	14.50	Bender, Lukas	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.310 Enxing, Jelle 03 LG Wilhelmshaven 2015
Bestl.Vorjahr:

75 Meter - Weitsprung - Ballwurf 200 g

1.	1.077	Krause, Theo	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
		11.07 - 3.93 - 31.50			
2.	1.034	Schwarz, Bastian	07	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		11.3 - 3.59 - 37.00			
3.	955	Haake, Reyk	07	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
		11.68 - 3.79 - 24.50			

Jugend M12

noch Dreikampf

4.	944	Norrenbrock, Felix 12.02 - 3.66 - 28.50	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
5.	876	Rosenau, Piet 12.74 - 3.36 - 31.50	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
6.	837	Janßen, Calvin 12.41 - 3.39 - 23.00	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
7.	819	Gerriets, Rolef 12.07 - 3.21 - 20.50	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
8.	795	Bellmann, Peer 12.70 - 3.50 - 19.00	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
9.	489	Bender, Lukas 14.83 - 2.49 - 14.50	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19

Vierkampf

Kreisrekord: 1.750 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 1995
Bestl.Vorjahr:

75 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Ballwurf 200 g

1.	1.439	Krause, Theo 11.07 - 3.93 - 1.28 - 31.50	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
2.	1.261	Haake, Reyk 11.68 - 3.79 - 1.18 - 24.50	07	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
3.	1.166	Janßen, Calvin 12.41 - 3.39 - 1.22 - 23.00	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
4.	1.042	Bellmann, Peer 12.70 - 3.50 - 1.08 - 19.00	07	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19

Jugend M13

75 Meter

Kreisrekord: 9.74 Ng, Kim Hao 00 LG Wilhelmshaven 2013
Bestl.Vorjahr:

1.	10.35	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Delmenhorst 25.05.19
2.	10.89	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
3.	10.96	Simionas, Samuel	06	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
4.	11.03	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
5.	12.00	Niebisch, Jesper	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
6.	12.13	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
7.	12.34	Janßen, Enno	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:26.91 Helling, Robin 01 LG Wilhelmshaven 2013
Bestl.Vorjahr:

1.	2:37.23	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Hude 15.09.19
2.	2:42.40	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Hude 15.09.19
3.	3:06.82	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19

5 km Straße

Kreisrekord: 17:45 Ohls, Gerriet 85 LG Wilhelmshaven 1998
Bestl.Vorjahr:

1.	21:15	Ahlers, Nevio	06	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
2.	22:02	Gottschalk, Finn	06	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
3.	24:53	Arndt, Jonathan	06	TuS Zetel	Gristede 01.05.19
4.	25:13	Frohnwieser, Bennet	06	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
5.	27:32	Gallo, Mika	06	TuS Ofen	Ofen 03.10.19

Jugend M13

Hochsprung

Kreisrekord: 1.65 Spiegelberg, Jakob 93 VfL Rastede 2006
1.65 John, Helge 69 LG Wilhelmshaven 1982

Bestl.Vorjahr:

1.	1.44	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
2.	1.34	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Oldenburg 22.09.19
3.	1.16	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 5.48 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 1996
Bestl.Vorjahr:

1.	4.86	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
2.	4.25	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Hude 15.09.19
3.	4.21	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
4.	3.86	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
5.	3.76	Niebisch, Jesper	06	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
6.	3.46	Janßen, Enno	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 13.82 Eilers, Thore 94 SV Friedrichsfehn 2007
Bestl.Vorjahr:

1.	9.57	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Delmenhorst 25.05.19
2.	7.05	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
3.	6.11	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
4.	4.29	Niebisch, Jesper	06	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19

Speerwurf 400 g

Kreisrekord: 50.78 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1989
Bestl.Vorjahr:

1.	29.54	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Oldenburg 22.09.19
----	-------	-----------------	----	-------------	--------------------

Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 72.00 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1989
Bestl.Vorjahr:

1.	40.00	Fiedler, Mattis	06	VfL Rastede	Hude 15.09.19
2.	37.00	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Hude 15.09.19
3.	35.00	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
4.	30.00	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
5.	27.00	Niebisch, Jesper	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
	27.00	Janßen, Enno	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Dreikampf

75 Meter - Weitsprung - Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 1.539 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 1996
Bestl.Vorjahr:

1.	1.269	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		10.30 - 4.76 - 35.00			
2.	1.134	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		11.03 - 4.21 - 34.50			
3.	1.058	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		10.8 - 3.83 - 30.00			
4.	930	Niebisch, Jesper	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		12.00 - 3.64 - 27.00			
5.	883	Janßen, Enno	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		12.34 - 3.46 - 27.00			

Vierkampf

75 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 1.998 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 1996
Bestl.Vorjahr:

1.	1.686	Simon, Bela	06	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		10.30 - 4.76 - 1.38 - 35.00			

Jugend M13

noch Vierkampf

2.	1.429	Neidhardt, Florian	06	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
11.03 - 4.21 - 1.16 - 34.50					

Männliche Jugend U16

5 km Mannschaft

Kreisrekord: 54:56
Bestl.Vorjahr: LG Wilhelmshaven 1999

1.	1:28:30	TuS Ofen			Ofen 03.10.19
Bellmann, Leif (05) 22:38 - Brömstrup, Sören (04) 32:14 - Krüger, Tom (05) 33:28					

Jugend M14

100 Meter

Kreisrekord: 11.6 Hanuschek, Thomas 62 LG Wilhelmshaven 1976
11.6 Weiland, Niko 71 LG Wilhelmshaven 1985
11.6 Amarteifio, Erick 81 LG Wilhelmshaven 1995

Bestl.Vorjahr:

1.	12.60	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
2.	13.67	Albrecht, Janno	05	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
3.	14.09	Guddat, Mika	05	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
4.	14.38	Lembke, Justin	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
5.	14.85	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
6.	14.94	Schön, Jannik	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
7.	15.61	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
8.	15.80	Gautier, Maxcence	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
9.	16.29	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:17.34 Helling, Robin 01 LG Wilhelmshaven 2015
Bestl.Vorjahr:

1.	2:47.66	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
2.	2:54.9	Fortmann, Mattis	05	SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
3.	2:58.7	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19

2000 Meter

Kreisrekord: 6:09.6 Izadpanah, Belayne 83 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	7:55.6	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Bad Zwischenahn 11.10.19
----	--------	----------------	----	----------	--------------------------

3000 Meter

Kreisrekord: 9:35.7 Gronewald, Lars 73 LG Wilhelmshaven 1987
Bestl.Vorjahr:

1.	14:45.23	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
2.	15:07.41	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19

5 km Straße

Kreisrekord: 17:15 Ohls, Gerriet 85 LG Wilhelmshaven 1999
Bestl.Vorjahr:

1.	21:13	Westie, Marten	05	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
2.	22:23	Fortmann, Mattis	05	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
3.	22:28	Kraski, Piet	05	TuS Ofen	Gristede 01.05.19
4.	22:38	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
5.	24:23	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Ofen 03.10.19
6.	25:22	Schröder, Justin	05	SSV Gristede	Gristede 01.05.19

Jugend M14

noch 5 km Straße

7.	25:44	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Gristede 01.05.19
8.	33:38	Krüger, Tom	05	TuS Ofen	Ofen 03.10.19

80 Meter Hürden (0,840m)

Kreisrekord: 11.3 Jordan, Dirk 62 LG Wilhelmshaven 1976
Bestl.Vorjahr:

1.	16.00	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
----	-------	----------------	----	----------	--------------------

Hochsprung

Kreisrekord: 1.80 Schreyer, Patrick 71 LG Wilhelmshaven 1985
1.80 Howe, Falk 66 TuS Zetel 1980
Bestl.Vorjahr:

1.	1.48	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Westerstede 25.08.19
2.	1.41	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
3.	1.32	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 6.02 Eilers, Dirk 64 TuS Zetel 1978
Bestl.Vorjahr:

1.	4.85	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
2.	4.81	Guddat, Mika	05	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
3.	4.78	Laaken, Mauro	05	SV Friedrichsfehn	Lingen 18.05.19
4.	4.46	Albrecht, Janno	05	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
5.	4.18	Lembke, Justin Sven	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
6.	4.15	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
7.	3.79	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
8.	3.71	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
9.	3.55	Schön, Jannik	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
10.	2.97	Gautier, Maxcence	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19

Kugelstoß 4 kg

Kreisrekord: 13.48 Albert, Philipp 82 LG Wilhelmshaven 1996
Bestl.Vorjahr:

1.	11.23	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Lingen 18.05.19
2.	9.10	Laaken, Mauro	05	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
3.	6.53	Lembke, Justin	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
4.	5.67	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
5.	5.56	Gautier, Maxcence	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
6.	5.41	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
7.	5.40	Schwarz, Maxim	06	SV Friedrichsfehn	Lingen 18.05.19
8.	5.19	Schön, Jannik	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
9.	5.13	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19

Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord: 39.74 Oetken, Florian 80 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1.	33.03	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
2.	13.31	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Schortens 04.05.19

Speerwurf 600 g

Kreisrekord: 52.86 Folkers, Andreas 76 Heidmühler FC 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	16.60	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
----	-------	----------------	----	----------	--------------------

Dreikampf

Kreisrekord: 1.506 Bormann, Nils 05 SV Friedrichsfehn 2019
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 4 kg

1.	1.506	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
----	-------	---------------	----	-------------------	--------------------

12.4 - 4.73 - 11.00

Jugend M14

noch Dreikampf

2.	911	Haake, Bent	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
		15.61 (+0,9) - 3.79 (+0,0) - 5.41			
3.	846	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
		16.29 (+1,1) - 3.71 (-0,6) - 5.13			
4.	807	Gautier, Maxcence	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
		15.80 (+1,1) - 2.97 (-0,5) - 5.56			

Vierkampf

100 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Kugelstoß 4 kg

Kreisrekord: 2.182 Albert, Philipp
Bestl.Vorjahr:

82 LG Wilhelmshaven 1996

1.	1.953	Bormann, Nils	05	SV Friedrichsfehn	Westerstede 25.08.19
		12.75 - 4.67 - 1.48 - 10.86			
2.	1.399	Bellmann, Leif	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
		14.85 - 4.15 - 1.32 - 5.67			
3.	1.279	Oetken, Fabian	05	SSV Gristede	Delmenhorst 18.08.19
		16.29 (+1,1) - 3.71 (-0,6) - 1.41 - 5.13			
4.	807	Schön, Jannik	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		15.30 - 2.99 - o.L. - 5.01			

Jugend M15

100 Meter

Kreisrekord: 11.26 Helbig, Till
Bestl.Vorjahr:

95 LG Wilhelmshaven 2010

1.	11.99	Schmidt, Lennart	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
2.	12.67	Müller, Nicolas	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
3.	12.74	Müller, Nico	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
4.	12.85	Ehlers, Maximilian	04	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
5.	13.04	Reil, Linus	04	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
6.	13.52	Hippen, Lennart	04	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
7.	13.65	Daudrich, Dominik	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
8.	14.16	Semenov, Alexej	04	TSG Westerstede	Hude 15.09.19
9.	14.4	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	15.1	Ehrentraut, Simon	04	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:05.42 Schmidt, Christian
Bestl.Vorjahr:

68 TuS Zetel 1983

1.	2:53.23	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Hude 15.09.19
2.	2:53.97	Koch, Luis	04	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19

5 km Straße

Kreisrekord: 16:45 Ohls, Gerrit
Bestl.Vorjahr:

85 LG Wilhelmshaven 2000

1.	23:01	Bonhaus, Leonard	04	VfL Rastede	Schortens 31.03.19
2.	24:18	Steuer, Joris	04	TuS Zetel	Gristede 01.05.19
3.	32:14	Brömstrup, Sören	04	TuS Ofen	Ofen 03.10.19

Hochsprung

Kreisrekord: 1.96 Howe, Falk
Bestl.Vorjahr:

66 TuS Zetel 1981

1.	1.40	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
	1.40	Semenov, Alexej	04	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
	1.40	Hippen, Lennart	04	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
4.	1.38	Reil, Linus	04	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
5.	1.20	Anisimov, Elias	04	VfL Rastede	Westerstede 25.08.19

Jugend M15

Weitsprung

Kreisrekord: 6.43 Ameiteifio, Erick 81 LG Wilhelmshaven 1996
Bestl.Vorjahr:

1.	4.91	Reil, Linus	04	SV Friedrichsfehn	Hude 15.09.19
2.	4.68	Müller, Nicolas	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
3.	4.65	Daudrich, Dominik	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
4.	4.32	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
5.	4.31	Semenov, Alexej	04	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
6.	4.25	Ehrentraut, Simon	04	SV Friedrichsfehn	Edewecht 21.06.19
7.	4.17	Hippen, Lennart	04	Heidmühler FC	Aurich 10.06.19
8.	3.48	Anisimov, Elias	04	VfL Rastede	Westerstede 25.08.19

Kugelstoß 4 kg

Kreisrekord: 64.00 Kalter, Marvin 88 LG Wilhelmshaven 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	8.97	Hippen, Lennart	04	Heidmühler FC	Aurich 10.06.19
2.	8.93	Anisimov, Elias	04	VfL Rastede	Hude 15.09.19
3.	8.66	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19
4.	6.53	Ehrentraut, Simon	04	SV Friedrichsfehn	Edewecht 21.06.19
5.	6.43	Semenov, Alexej	04	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
6.	6.42	Reil, Linus	04	SV Friedrichsfehn	Edewecht 21.06.19

Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord: 50.57 Engelmann, Jens 88 SV Friedrichsfehn 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	21.84	Hippen, Lennart	04	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
----	-------	-----------------	----	---------------	--------------------

Dreikampf

Kreisrekord: 1.624 Kalter, Marvin 88 LG Wilhelmshaven 2003
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 4 kg

1.	1.186	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		14.4 - 4.32 - 8.35			
2.	1.043	Ehrentraut, Simon	04	SV Friedrichsfehn	Edewecht 21.06.19
		15.1 - 4.25 - 6.53			
3.	710	Reil, Linus	04	SV Friedrichsfehn	Edewecht 21.06.19
		13.8 - o.L. - 6.42			

Vierkampf

Kreisrekord: 2.370 Pross, Christopher 81 LG Wilhelmshaven 1996
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Kugelstoß 4 kg

1.	1.680	Hippen, Lennart	04	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
		13.52 (-1,3) - 4.14 (+0,0) - 1.40 - 8.42			
2.	1.613	Freese, Luca	04	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		14.4 - 4.32 - 1.40 - 8.35			
3.	1.535	Semenov, Alexej	04	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		14.38 - 4.31 - 1.40 - 6.43			
4.	1.361	Anisimov, Elias	04	VfL Rastede	Westerstede 25.08.19
		15.46 - 3.48 - 1.20 - 8.51			

Kinder W08

50 Meter

Kreisrekord: 7.9 Mielke, Wencke 69 LG Wilhelmshaven 1977
7.9 Bittner, Jana 81 TuS Ofen 1989
7.9 Stüber, Janka 81 TuS Ofen 1989

Bestl.Vorjahr:

1.	8.34	Slaschjow, Paula	11	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
2.	8.78	Schellhase, Mia	11	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
3.	9.16	Petermann, Nele	11	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Kinder W08

noch 50 Meter

4.	9.19	Ruck, Amy-Kate	11	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
5.	9.0	Lorenz, Lotta	11	TV Metjendorf	Friedrichsfehn 14.09.19
6.	9.28	Bemboom, Stina	12	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
7.	9.32	Kisiel, Joana	12	TV Metjendorf	Schortens 16.06.19
8.	9.35	Sohl, Lola	11	SV Friedrichsfehn	Westerstede 25.08.19
9.	9.44	de Vries, Alexandra	11	TV Metjendorf	Westerstede 25.08.19
10.	9.46	Coordes, Hanna	12	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19

800 Meter

Kreisrekord: 3:03.3 Henke, Alicia 00 LG Wilhelmshaven 2008
Bestl.Vorjahr:

1.	3:43.20	Ruck, Amy-Kate	11	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
2.	3:46.03	Petermann, Nele	11	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
3.	3:48.6	Coordes, Hanna	12	Heidmühler FC	Schortens 04.06.19
4.	3:55.03	de Vries, Alexandra	11	TV Metjendorf	Westerstede 25.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 3.74 Bittner, Jana 81 TuS Ofen 1989
Bestl.Vorjahr:

1.	3.52	Slaschjow, Paula	11	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
2.	2.84	Dörjes, Merve	11	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
3.	2.83	Coordes, Hanna	12	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
4.	2.82	Sohl, Lola	11	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
5.	2.79	Donker, Mayra	11	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
6.	2.78	Röben, Johanna	11	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
	2.78	Petermann, Nele	11	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
8.	2.73	Ruck, Amy-Kate	11	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
9.	2.67	Lorenz, Lotta	11	TV Metjendorf	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	2.66	Hennen, Ida	11	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19

Schlagball 80 g

Kreisrekord: 33.00 Klöver, Oddy 84 Vareler TB 1992
33.00 Mielke, Wencke 69 LG Wilhelmshaven 1977
Bestl.Vorjahr:

1.	19.00	Sohl, Lola	11	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
	19.00	Slaschjow, Paula	11	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
3.	16.50	Coordes, Hanna	12	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
4.	16.00	Dörjes, Merve	11	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
5.	15.50	Röben, Johanna	11	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
	15.50	de Vries, Alexandra	11	TV Metjendorf	Westerstede 25.08.19
7.	13.50	Noffke, Ivy	12	TV Metjendorf	Oldenburg 22.09.19
	13.50	Petermann, Nele	11	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
	13.50	Schellhase, Mia	11	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
10.	13.00	Jürgens-Tatje, Lea	11	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.146 Mielke, Wencke 69 LG Wilhelmshaven 1977
Bestl.Vorjahr:

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

1.	922	Slaschjow, Paula	11	SV Friedrichsfehn	Westerstede 25.08.19
		8.36 - 3.50 - 14.00			
2.	783	Dörjes, Merve	11	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
		8.99 - 2.73 - 16.00			
3.	765	Sohl, Lola	11	SV Friedrichsfehn	Westerstede 25.08.19
		9.35 - 2.78 - 16.50			
4.	758	Coordes, Hanna	12	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
		9.46 - 2.79 - 16.50			
	758	Coordes, Hanna	12	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
		9.46 - 2.79 - 16.50			

Kinder W08

noch Dreikampf

6.	737	Petermann, Nele 9.16 - 2.78 - 13.50	11	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
7.	723	de Vries, Alexandra 9.44 - 2.65 - 15.50	11	TV Metjendorf	Westerstede 25.08.19
8.	704	Röben, Johanna 9.4 - 2.78 - 14.00	11	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
9.	673	Lorenz, Lotta 9.0 - 2.67 - 11.00	11	TV Metjendorf	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	642	Donker, Mayra 9.8 - 2.79 - 12.00	11	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19

Kinder W09

50 Meter

Kreisrekord: 7.4 Siener, Kathrin 85 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1.	8.33	Boldt, Lilli	10	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
2.	8.54	Boldt, Svea	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
3.	8.60	Schade, Jasmin	10	TuS Zetel	Westerstede 25.08.19
4.	8.97	Pretzer, Anna	10	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
5.	9.29	Schrotz, Lilly	10	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
6.	9.31	Dirksen, Sophia	10	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
7.	9.38	Dessi, Milena	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
8.	9.39	Muga, Isabella	10	LG Wilhelmshaven	Schortens 16.06.19
9.	9.40	Dieckmann, Neela-Dette	10	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
10.	9.45	Elsen, Rahel Elise	10	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19

800 Meter

Kreisrekord: 3:00.1 Baron, Judith 94 TuS Ofen 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	3:24.23	Dessi, Milena	10	TuS Oestringen	Papenburg 14.09.19
2.	3:44.8	Dirksen, Sophia	10	Heidmühler FC	Schortens 04.06.19
3.	3:45.60	Schade, Jasmin	10	TuS Zetel	Schortens 16.06.19
4.	3:51.14	Kroonen, Emma	10	TuS Zetel	Westerstede 25.08.19
5.	3:52.5	Henkel, Leefke	10	TuS Ofen	Bad Zwischenahn 11.10.19
6.	3:54.66	Boldt, Svea	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
7.	3:56.66	Wempen, Anna	10	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
8.	3:59.09	Schrotz, Lilly	10	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
9.	3:59.49	Elsen, Rahel Elise	10	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
10.	4:03.38	Boldt, Lilli	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19

5 km Straße

Kreisrekord: 22:27 Baron, Judith 94 TuS Ofen 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	28:12	Wöhlbrand, Clara	10	TV Metjendorf	Oldenburg 20.10.19
2.	28:18	Elsen, Rahel Elise	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
3.	29:59	Schrotz, Lilly	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
4.	30:01	Henkel, Leefke	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
5.	37:47	Krüger, Rebekka	10	TuS Ofen	Ofen 03.10.19

Weitsprung

Kreisrekord: 4.00 Hobbiejanßen, Thalke 94 TSG Westerstede 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	3.56	Boldt, Svea	10	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
2.	3.42	Boldt, Lilli	10	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
3.	3.32	Schade, Jasmin	10	TuS Zetel	Schortens 16.06.19
4.	3.11	Schrotz, Lilly	10	TuS Ofen	Friedrichsfehn 14.09.19

Kinder W09

noch Weitsprung

5.	3.09	Pretzer, Anna	10	TV Metjendorf	Oldenburg	11.05.19
6.	3.00	Dessi, Milena	10	TuS Oestringen	Schortens	16.06.19
7.	2.98	Vogel, Lina	10	LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn	14.09.19
	2.98	Muga, Isabella	10	LG Wilhelmshaven	Schortens	16.06.19
9.	2.85	Röller, Merle	10	TuS Ofen	Schortens	16.06.19
	2.85	Mennrich, Lykka	10	TuS Ofen	Schortens	16.06.19
	2.85	Engelbrecht, Neele	10	VfL Rastede	Schortens	16.06.19

Schlagball 80 g

Kreisrekord: 37.50 Sachreuther, Nadine 81 LG Wilhelmshaven 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	20.00	Boldt, Svea	10	TuS Oestringen	Westerstede	25.08.19
2.	19.00	Schrotz, Lilly	10	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
	19.00	Schade, Jasmin	10	TuS Zetel	Oldenburg	11.05.19
4.	17.50	Krause, Luzie	10	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
5.	17.00	Haase, Sana	10	TV Metjendorf	Oldenburg	22.09.19
	17.00	Elsen, Rahel Elise	10	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
7.	15.50	Mönch, Karolina	10	SV Friedrichsfehn	Edeweicht	21.06.19
	15.50	Engelbrecht, Neele	10	VfL Rastede	Schortens	16.06.19
9.	15.00	Pretzer, Anna	10	TV Metjendorf	Friedrichsfehn	14.09.19
	15.00	Boldt, Lilli	10	TuS Oestringen	Westerstede	25.08.19
	15.00	Mennrich, Lykka	10	TuS Ofen	Schortens	16.06.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.146 Mielke, Wencke 69 LG Wilhelmshaven 1977
Bestl.Vorjahr:

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

1.	936	Boldt, Svea	10	TuS Oestringen	Westerstede	25.08.19
		8.54 - 3.11 - 20.00				
2.	906	Boldt, Lilli	10	TuS Oestringen	Westerstede	25.08.19
		8.56 - 3.42 - 15.00				
3.	904	Schade, Jasmin	10	TuS Zetel	Oldenburg	11.05.19
		8.85 - 3.20 - 19.00				
4.	823	Schrotz, Lilly	10	TuS Ofen	Friedrichsfehn	14.09.19
		9.3 - 3.11 - 18.50				
5.	765	Pretzer, Anna	10	TV Metjendorf	Friedrichsfehn	14.09.19
		8.9 - 2.80 - 15.00				
6.	741	Vogel, Lina	10	LG Wilhelmshaven	Friedrichsfehn	14.09.19
		9.3 - 2.98 - 14.00				
7.	731	Elsen, Rahel Elise	10	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
		9.45 - 2.56 - 17.00				
8.	722	Dessi, Milena	10	TuS Oestringen	Westerstede	25.08.19
		9.38 - 2.86 - 13.00				
9.	698	Krause, Luzie	10	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
		9.74 - 2.45 - 17.50				
10.	691	Dirksen, Sophia	10	Heidmühler FC	Westerstede	25.08.19
		9.41 - 2.83 - 11.50				

Kinder W10

50 Meter

Kreisrekord: 7.4 Bittner, Jana 81 TuS Ofen 1991
7.4 Stüber, Janka 81 TuS Ofen 1991
7.4 Siener, Kathrin 85 LG Wilhelmshaven 1994

Bestl.Vorjahr:

1.	8.36	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Oldenburg	11.05.19
2.	8.50	Janssen, Emma	09	TuS Zetel	Oldenburg	11.05.19
3.	8.54	Bemboom, Greta Bente	09	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
	8.54	Kalski, Lentje	09	TuS Zetel	Westerstede	25.08.19

Kinder W10

noch 50 Meter

5.	8.55	Paulo, Leni	09	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
6.	8.61	Schemering, Hedda	09	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
7.	8.63	Gertje, Tjalda	09	TuS Zetel	Oldenburg 11.05.19
8.	8.80	Botschek, Lenja	09	TuS Zetel	Oldenburg 11.05.19
9.	8.81	Krause, Hanna	09	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 11.05.19
10.	8.88	Euler, Majka	09	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:46.6 Beyer, Kristin 97 LG Wilhelmshaven 2007
Bestl.Vorjahr:

1.	2:59.85	Janssen, Emma	09	TuS Zetel	Oldenburg 22.09.19
2.	3:07.76	Gertje, Tjalda	09	TuS Zetel	Oldenburg 22.09.19
3.	3:12.3	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Bad Zwischenahn 11.10.19
4.	3:19.09	Ruck, Mary-Ann	09	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
5.	3:23.7	Euler, Majka	09	LG Wilhelmshaven	Schortens 04.06.19
6.	3:27.22	Götzke, Freya	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
7.	3:28.56	Kalski, Lentje	09	TuS Zetel	Westerstede 25.08.19
8.	3:31.79	Botschek, Lenja	09	TuS Zetel	Oldenburg 22.09.19

5 km Straße

Kreisrekord: 21:56 Baron, Judith 94 TuS Ofen 2004
Bestl.Vorjahr:

1.	27:45	Meyer, Nincke	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
2.	29:01	Weber, Clara	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
3.	29:28	Bemboom, Greta	09	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
4.	29:36	Meyer, Nincke	09	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19

Hochsprung

Kreisrekord: 1.36 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	1.06	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
2.	0.94	Dakil Hassan, Sandrella	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19

Weitsprung

Kreisrekord: 4.39 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	3.79	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Oldenburg 22.09.19
2.	3.38	Schemering, Hedda	09	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
3.	3.37	Ruck, Mary-Ann	09	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
4.	3.36	Kalski, Lentje	09	TuS Zetel	Westerstede 25.08.19
5.	3.28	Wilken, Franka	09	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
6.	3.27	Paulo, Leni	09	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
7.	3.26	Tietken, Marina	09	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19
	3.26	Götzke, Freya	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
9.	3.25	Krause, Hanna	09	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	3.24	Euler, Majka	09	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19
	3.24	Pohl, Caroline	09	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19

Schlagball 80 g

Kreisrekord: 47.00 Mielke, Wencke 69 LG Wilhelmshaven 1979
Bestl.Vorjahr:

1.	27.50	Paulo, Leni	09	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
2.	24.00	Kalski, Lentje	09	TuS Zetel	Oldenburg 22.09.19
3.	22.50	Pohl, Caroline	09	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
4.	21.50	Euler, Majka	09	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19
5.	21.00	Hörster, Alissa	09	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
6.	18.50	Kaiser, Laura	09	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
7.	17.50	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19

Kinder W10

noch Schlagball 80 g

8.	17.00	Krause, Hanna	09	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
	17.00	Dakil Hassan, Sandrella	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
10.	16.00	Götzke, Freya	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Dreikampf

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

Kreisrekord: 1.321 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	1.005	Paulo, Leni	09	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		8.7 - 3.27 - 27.50			
2.	1.000	Kalski, Lentje	09	TuS Zetel	Westerstede 25.08.19
		8.54 - 3.36 - 22.50			
3.	954	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Friedrichsfehn 14.09.19
		8.4 - 3.58 - 17.50			
4.	892	Pohl, Caroline	09	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		9.1 - 3.12 - 22.50			
5.	884	Janssen, Emma	09	TuS Zetel	Oldenburg 11.05.19
		8.50 - 3.21 - 15.00			
6.	864	Götzke, Freya	09	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		8.92 - 3.26 - 16.00			
7.	856	Krause, Hanna	09	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 11.05.19
		8.81 - 3.12 - 16.00			
8.	850	Bemboom, Greta Bente	09	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
		8.54 - 3.10 - 14.00			
9.	849	Schemering, Hedda	09	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		8.61 - 3.38 - 12.00			
10.	847	Hörster, Alissa	09	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		9.4 - 3.11 - 21.00			

Vierkampf

50 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Schlagball 80 g

Kreisrekord: 1.821 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	1.117	Bremermann, Marit	09	SSV Gristede	Oldenburg 11.05.19
		8.36 - 3.44 - 1.06 - 13.00			
2.	839	Dakil Hassan, Sandrella	09	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		9.58 - 2.48 - 0.94 - 17.00			

Kinder W11

50 Meter

Kreisrekord: 7.30 Beyer, Tomke 86 Heidmühler FC 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	8.23	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Westerstede 25.08.19
2.	8.33	Bolinus, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
3.	8.36	Preuß, Fenja	08	LG Wilhelmshaven	Oldenburg 22.09.19
4.	8.68	Preuss, Fenja	08	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
5.	8.73	Rost, Zoe	08	TV Metjendorf	Oldenburg 22.09.19
6.	8.80	Guddat, Fenja	08	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
7.	9.1	Kurek, Nicole	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
8.	9.75	Meyer, Hannah	08	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
9.	9.6	Ley, Mara	08	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	9.9	Sabrowski, Mattea	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:38.6 Drewezke, Miriam 79 Heidmühler FC 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	3:02.70	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
----	---------	----------------	----	-------------------	--------------------

Kinder W11

noch 800 Meter

2.	3:20.53	Rost, Zoe	08	TV Metjendorf	Oldenburg 22.09.19
3.	3:40.94	Meyer, Hannah	08	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19

2000 Meter

Kreisrekord: 7:37.9 Baron, Judith 94 TuS Ofen 2005
Bestl.Vorjahr:

1.	8:56.58	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 18.08.19
----	---------	----------------	----	-------------------	----------------------

5 km Straße

Kreisrekord: 20:39 Baron, Judith 94 TuS Ofen 2005
Bestl.Vorjahr:

1.	25:05	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 14.04.19
2.	25:22	Hildebrand, Janne	08	TuS Ofen	Ofen 03.10.19
3.	27:19	Martens, Mette	08	Lauftreff Rastede	Ofen 03.10.19

Hochsprung

Kreisrekord: 1.49 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1982
Bestl.Vorjahr:

1.	1.18	Bolinus, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
----	------	---------------------	----	---------------	--------------------

Weitsprung

Kreisrekord: 4.55 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	3.88	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
2.	3.81	Bolinus, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Delmenhorst 25.05.19
3.	3.41	Guddat, Fenja	08	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
4.	3.27	Rost, Zoe	08	TV Metjendorf	Oldenburg 22.09.19
5.	2.82	Kurek, Nicole	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
6.	2.80	Meyer, Hannah	08	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
7.	2.62	Ley, Mara	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
8.	2.37	Sabrowski, Mattea	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

Schlagball 80 g

Kreisrekord: 49.00 Mielke, Wencke 69 LG Wilhelmshaven 1980
Bestl.Vorjahr:

1.	30.50	Bolinus, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
2.	22.50	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
3.	18.00	Rost, Zoe	08	TV Metjendorf	Oldenburg 22.09.19
4.	14.00	Sabrowski, Mattea	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
5.	13.00	Kurek, Nicole	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
6.	11.50	Ley, Mara	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
7.	9.00	Meyer, Hannah	08	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.405 Eilers, Janneke 90 TSG Westerstede 2001
Bestl.Vorjahr:

50 Meter - Weitsprung - Schlagball 80 g

1.	1.136	Bolinus, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
		8.33 - 3.55 - 30.50			
2.	1.016	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		8.5 - 3.64 - 22.50			
3.	720	Kurek, Nicole	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		9.1 - 2.82 - 13.00			
4.	613	Meyer, Hannah	08	TuS Oestringen	Westerstede 25.08.19
		9.75 - 2.80 - 9.00			
5.	604	Sabrowski, Mattea	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		9.9 - 2.37 - 14.00			
6.	595	Ley, Mara	08	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		10.0 - 2.62 - 11.50			

Kinder W11

Vierkampf

50 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Schlagball 80 g

Kreisrekord: 1.821 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1981
Bestl.Vorjahr:

1.	1.306	Bolinius, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
----	-------	----------------------	----	---------------	--------------------

8.51 - 3.48 - 1.14 - 23.50

Weibliche Jugend U14

4 x 75 Meter

Kreisrekord: 40.26 LG Wilhelmshaven 2002
Bestl.Vorjahr:

1.	45.02	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
----	-------	---------------	--------------------

Dörjes, Sölve (07) - Gerriets, Jantke (06) -
Janßen, Jule (07) - Groh, Jette (07)

3 x 800 Meter

Kreisrekord: 8:09.2 Heidmühler FC 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	8:56.43	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
----	---------	---------------	--------------------

Groh, Jette (07) - Janßen, Jule (07) -
Große, Hannalena (06)

Dreikampf Mannschaft

Kreisrekord: 6.480 Vareler TB 2015
Bestl.Vorjahr:

1.	5.104	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
----	-------	---------------	--------------------

Groh, Jette (07) 1.138 - Dörjes, Sölve (07) 1.120 -
Große, Hannalena (06) 1.009 - Gerriets, Jantke (06) 926 -
Janßen, Jule (07) 911

2.	4.699	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
----	-------	-------------------	--------------------

Decker, Berrit (06) 1.292 - Hörster, Alana (06) 1.271 -
Willgerodt, Janna (07) 1.067 - Rosendahl, Janne (07) 551 -
Eiskamp, Lene (06) 518

Jugend W12

75 Meter

Kreisrekord: 9.9 Fayn, Alicia 00 TuS Ofen 2012
Bestl.Vorjahr:

1.	10.83	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
2.	11.00	Willgerodt, Janna	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
3.	11.35	Zimmer, Jeannette	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
4.	11.44	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
5.	11.63	Struß, Marie	07	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
6.	11.7	Koch, Vivienne	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
7.	12.03	Koch, Sina Lea	08	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 22.09.19
8.	12.05	Westerburg, Melissa	07	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
9.	12.13	Greve, Paula	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
10.	12.33	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:28.6 Drewezke, Miriam 79 Heidmühler FC 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	3:02.68	Ritschel, Johanna	07	TSG Westerstede	Hude 15.09.19
2.	3:36.56	Eberhards, Johanna	07	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
3.	3:47.26	Fooken, Anneke	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Jugend W12

5 km Straße

Kreisrekord: 20:19 Harms, Neele 96 TuS Ofen 2008
Bestl.Vorjahr:

1.	24:38	Koch, Vivienne	07	SV Friedrichsfehn	Ofen 03.10.19
2.	28:14	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Schortens 31.03.19

60 Meter Hürden (0,762m)

Kreisrekord: 10.0 Mielke, Christiane 63 LG Wilhelmshaven 1975
10.0 Drechsler, Dagmar 63 LG Wilhelmshaven 1975
10.0 Imelmann, Carlotta 00 LG Wilhelmshaven 2012

Bestl.Vorjahr:

1.	11.55	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
----	-------	-------------	----	---------------	--------------------

Hochsprung

Kreisrekord: 1.49 Metzger, Sandra 71 VfL Bad Zwischenahn 1982
Bestl.Vorjahr:

1.	1.38	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
2.	1.36	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
3.	1.31	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
4.	1.20	Westerburg, Melissa	07	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
	1.20	Greve, Paula	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
6.	1.14	Zimmer, Jeannette	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19

Stabhochsprung

Kreisrekord: 2.60 Voigt, Payton 97 Heidmühler FC 2009
Bestl.Vorjahr:

1.	2.25	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Osterholz-Scharmbeck 15.08.19
2.	1.80	Bolinus, Lea Sophie	08	Heidmühler FC	Schortens 06.10.19
3.	1.70	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Schortens 06.10.19

Weitsprung

Kreisrekord: 4.88 Drechsler, Dagmar 63 LG Wilhelmshaven 1975
Bestl.Vorjahr:

1.	4.37	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
2.	4.15	Willgerodt, Janna	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19
3.	3.82	Westerburg, Melissa	07	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
4.	3.76	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
5.	3.73	Fooken, Anneke	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
6.	3.67	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
7.	3.65	Piwek, Mia	07	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19
8.	3.47	Koch, Vivienne	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
	3.47	Struß, Marie	07	TuS Oestringen	Schortens 16.06.19
10.	3.37	Ritschel, Johanna	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 8.96 Eilers, Janneke 90 TSG Westerstede 2002
Bestl.Vorjahr:

1.	6.61	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Delmenhorst 25.05.19
----	------	--------------	----	---------------	----------------------

Speerwurf 400 g

Kreisrekord: 35.50 Zaage, Vanessa 90 LG Wilhelmshaven 2002
Bestl.Vorjahr:

1.	15.79	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
2.	11.99	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
3.	9.62	Willgerodt, Janna	07	SV Friedrichsfehn	Schortens 16.06.19

Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 43.50 Hobbensiefken, Johanne05 Vareler TB 2017
Bestl.Vorjahr:

1.	28.50	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
	28.50	Zimmer, Jeannette	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
3.	24.50	Koch, Vivienne	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19

Jugend W12

noch Ballwurf 200 g

4.	20.00	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
5.	19.50	Willgerodt, Janna	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
6.	18.50	Ritschel, Johanna	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
	18.50	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
8.	17.50	Fooken, Anneke	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
9.	16.00	Pohl, Charlotte	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
10.	12.00	Nahsan, Amani	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19

Dreikampf

75 Meter - Weitsprung - Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 1.305 Dallaserra, Medea 02 Vareler TB 2014
Bestl.Vorjahr:

1.	1.138	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		10.99 - 3.84 - 20.00			
2.	1.124	Zimmer, Jeannette	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		11.35 - 3.34 - 28.50			
3.	1.120	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		11.48 - 3.61 - 25.50			
4.	1.095	Willgerodt, Janna	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		11.1 - 3.80 - 19.50			
5.	1.054	Koch, Vivienne	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		11.7 - 3.47 - 24.50			
6.	953	Fooken, Anneke	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		12.75 - 3.73 - 17.50			
7.	911	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		12.33 - 3.09 - 18.50			
8.	773	Nahsan, Amani	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		13.27 - 3.14 - 12.00			
9.	685	Pohl, Charlotte	07	SV Friedrichsfehn	Friedrichsfehn 14.09.19
		13.8 - 2.50 - 16.00			
10.	551	Rosendahl, Janne	07	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
		14.4 - 2.32 - 10.50			

Vierkampf

75 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 1.624 Böcker, Lara 04 Vareler TB 2016
Bestl.Vorjahr:

1.	1.589	Dörjes, Sölve	07	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
		11.44 - 3.76 - 1.36 - 28.50			
2.	1.570	Groh, Jette	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		10.99 - 3.84 - 1.38 - 20.00			
3.	1.399	Zimmer, Jeannette	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		11.35 - 3.34 - 1.14 - 28.50			
4.	1.240	Janßen, Jule	07	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
		12.33 - 3.09 - 1.22 - 18.50			
5.	947	Ritschel, Johanna	07	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
		12.35 - 3.37 - o.L. - 18.50			
6.	773	Nahsan, Amani	07	TV Metjendorf	Oldenburg 11.05.19
		13.27 - 3.14 - o.L. - 12.00			

Jugend W13

75 Meter

Kreisrekord: 9.74 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2005
Bestl.Vorjahr:

1.	10.63	Kempf, Serafina	06	LG Wilhelmshaven	Westerstede 25.08.19
2.	10.81	Decker, Berit	06	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
3.	11.00	Sechstroh, Jule	06	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
4.	11.10	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Schortens 16.06.19

Jugend W13

noch 75 Meter

5.	11.11	Hörster, Alana	06	SV Friedrichsfehn	Hude	15.09.19
6.	11.85	Gerriets, Jantke	06	Heidmühler FC	Oldenburg	11.05.19
7.	12.04	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Schortens	16.06.19
	12.04	Schaffarzik, Martha	06	TSG Westerstede	Schortens	16.06.19
9.	14.6	Eiskamp, Lene	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht	21.06.19
10.	15.35	Severein, Meret	06	TuS Oestringen	Schortens	16.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:19.48 Höfft, Gesa 71 TuS Ofen 1984
Bestl.Vorjahr:

1.	2:29.20	Thoß, Solveig	06	TuS Oestringen	Hude	15.09.19
2.	3:10.27	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Schortens	16.06.19
3.	3:13.4	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	11.10.19

2000 Meter

Kreisrekord: 7:11.43 Löffel, Karoline Sophie 02 Heidmühler FC 2015
Bestl.Vorjahr:

1.	10:09.9	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Bad Zwischenahn	11.10.19
----	---------	---------------	----	----------	-----------------	----------

5 km Straße

Kreisrekord: 20:19 Harms, Neele 96 TuS Ofen 2008
Bestl.Vorjahr:

1.	21:01	Thoß, Solveig	06	TuS Oestringen	Schortens	31.03.19
2.	25:04	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Schortens	31.03.19
3.	26:33	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Oldenburg	20.10.19

60 Meter Hürden (0,762m)

Kreisrekord: 9.9 Goritzka, Swantje 82 LG Wilhelmshaven 1995
9.9 Nowak, Eva 84 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	13.32	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Schortens	04.05.19
----	-------	---------------	----	----------	-----------	----------

Hochsprung

Kreisrekord: 1.56 Strauß, Sarah 95 Heidmühler FC 2008
Bestl.Vorjahr:

1.	1.31	Schaffarzik, Martha	06	TSG Westerstede	Schortens	16.06.19
	1.31	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Schortens	16.06.19

Stabhochsprung

Kreisrekord: 2.60 Voigt, Payton 97 Heidmühler FC 2009
Bestl.Vorjahr:

1.	1.80	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Schortens	04.05.19
----	------	------------------	----	---------------	-----------	----------

Weitsprung

Kreisrekord: 5.34 Otten, Christina 77 LG Wilhelmshaven 1990
Bestl.Vorjahr:

1.	4.88	Decker, Berit	06	SV Friedrichsfehn	Westerstede	25.08.19
2.	4.75	Kempf, Serafina	06	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19
3.	4.16	Hörster, Alana	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht	21.06.19
4.	3.90	Schaffarzik, Martha	06	TSG Westerstede	Schortens	16.06.19
5.	3.83	Gerriets, Jantke	06	Heidmühler FC	Westerstede	25.08.19
6.	3.65	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Westerstede	25.08.19
7.	3.44	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Oldenburg	11.05.19
8.	2.26	Severein, Meret	06	TuS Oestringen	Schortens	16.06.19
9.	2.09	Eiskamp, Lene	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht	21.06.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 10.50 Seeger, Johanna 92 SV Friedrichsfehn 2005
Bestl.Vorjahr:

1.	8.32	Hörster, Alana	06	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	08.09.19
----	------	----------------	----	-------------------	-----------	----------

Jugend W13

noch Kugelstoß 3 kg

2.	7.19	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Schortens 16.06.19
3.	6.17	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
4.	4.97	Gerriets, Jantke	06	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19

Diskuswurf 750 g

Kreisrekord: 31.02 Eilers, Janneke 90 TSG Westerstede 2003
Bestl.Vorjahr:

1.	14.30	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Schortens 04.05.19
----	-------	---------------	----	----------	--------------------

Speerwurf 400 g

Kreisrekord: 46.00 Schipper, Mieke 89 LG Wilhelmshaven 2002
Bestl.Vorjahr:

1.	13.71	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Schortens 04.05.19
----	-------	---------------	----	----------	--------------------

Ballwurf 200 g

Kreisrekord: 52.00 Sachreuther, Nadine 81 LG Wilhelmshaven 1994
Bestl.Vorjahr:

1.	35.50	Thoß, Solveig	06	TuS Oestringen	Hude 15.09.19
2.	34.50	Kempf, Serafina	06	LG Wilhelmshaven	Westerstede 25.08.19
3.	33.50	Hörster, Alana	06	SV Friedrichsfehn	Hude 15.09.19
4.	28.50	Decker, Berit	06	SV Friedrichsfehn	Delmenhorst 18.08.19
5.	22.50	Große, Hannalena	06	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
6.	21.50	Henkel, Fenna	06	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
7.	17.00	Gerriets, Jantke	06	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
8.	11.50	Eiskamp, Lene	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

Dreikampf

Kreisrekord: 1.417 Kaupert, Amelie 02 Vareler TB 2015
Bestl.Vorjahr:

75 Meter - Weitsprung - Ballwurf 200 g

1.	1.371	Kempf, Serafina 10.63 - 4.37 - 34.50	06	LG Wilhelmshaven	Westerstede 25.08.19
2.	1.292	Decker, Berit 10.8 - 4.52 - 28.00	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
3.	1.271	Hörster, Alana 11.0 - 4.16 - 32.50	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19
4.	1.100	Henkel, Fenna 11.32 - 3.65 - 21.50	06	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
5.	1.016	Gerriets, Jantke 12.00 - 3.83 - 17.00	06	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
6.	1.009	Große, Hannalena 12.22 - 3.44 - 22.50	06	Heidmühler FC	Oldenburg 11.05.19
7.	518	Eiskamp, Lene 14.6 - 2.09 - 11.50	06	SV Friedrichsfehn	Edeweicht 21.06.19

Vierkampf

Kreisrekord: 1.840 Kaupert, Amelie 02 Vareler TB 2015
Bestl.Vorjahr:

75 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Ballwurf 200 g

1.	1.468	Henkel, Fenna 11.32 - 3.65 - 1.28 - 21.50	06	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
----	-------	--	----	----------	----------------------

Jugend W14

100 Meter

Kreisrekord: 12.36 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2006
Bestl.Vorjahr:

1.	14.44	Dörjes, Sontje	05	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
----	-------	----------------	----	---------------	----------------------

Jugend W14

noch 100 Meter

2.	14.63	Hörster, Alana	06	SV Friedrichsfehn	Oldenburg 08.09.19
3.	15.05	Poppen, Damaris	05	TuS Ofen	Schortens 04.05.19
4.	15.15	Smit, Lea	05	VfL Rastede	Westerstede 25.08.19
5.	15.35	Krause, Ida	05	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
6.	15.64	Mauch, Alma	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
7.	16.13	Holthusen, Carmen	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
8.	16.18	Zimmermann, Lana	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
9.	16.34	Franzmeier, Merle	05	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
10.	16.38	Reichelt, Shanice	05	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 26.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:16.9 Höfft, Gesa 71 TuS Ofen 1985
Bestl.Vorjahr:

1.	2:47.79	Smit, Lea	05	VfL Rastede	Oldenburg 22.09.19
2.	3:16.40	Krause, Ida	05	TuS Ofen	Schortens 16.06.19

5 km Straße

Kreisrekord: 18:24 Papenfuß, Josina 00 TSG Westerstede 2014
Bestl.Vorjahr:

1.	28:17	Krause, Ida	05	TuS Ofen	Oldenburg 20.10.19
----	-------	-------------	----	----------	--------------------

80 Meter Hürden (0,762m)

Kreisrekord: 11.6 Mielke, Christiane 63 LG Wilhelmshaven 1977
Bestl.Vorjahr:

1.	15.97	Poppen, Damaris	05	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
----	-------	-----------------	----	----------	--------------------

Hochsprung

Kreisrekord: 1.64 Diesing, Susanne 70 LG Wilhelmshaven 1984
1.64 Reinen, Claudia 69 LG Wilhelmshaven 1983
1.64 Hoffmann, Britta 69 LG Wilhelmshaven 1983

1.	1.47	Smit, Lea	05	VfL Rastede	Oldenburg 22.09.19
2.	1.40	Dörjes, Sontje	05	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
3.	1.32	Mauch, Alma	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
4.	1.28	Zimmermann, Lana	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
5.	1.20	Holthusen, Carmen	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 5.74 Diesing, Susanne 70 LG Wilhelmshaven 1984
Bestl.Vorjahr:

1.	3.84	Smit, Lea	05	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
	3.84	Mauch, Alma	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
3.	3.73	Dörjes, Sontje	05	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
4.	3.53	Zimmermann, Lana	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
5.	3.51	Krause, Ida	05	TuS Ofen	Schortens 16.06.19
6.	3.45	Holthusen, Carmen	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 37.00 Tappe, Kim 86 LG Wilhelmshaven 2000
Bestl.Vorjahr:

1.	8.20	Koch, Fiona	06	SV Friedrichsfehn	Lingen 18.05.19
2.	7.60	Poppen, Damaris	05	TuS Ofen	Hude 15.09.19
3.	7.58	Dörjes, Sontje	05	Heidmühler FC	Westerstede 25.08.19
4.	7.47	Mauch, Alma	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19
5.	7.40	Krause, Ida	05	TuS Ofen	Westerstede 25.08.19
6.	6.23	Franzmeier, Merle	05	SV Friedrichsfehn	Lingen (Ems) 18.05.19
7.	5.94	Smit, Lea	05	VfL Rastede	Schortens 16.06.19
8.	5.78	Holthusen, Carmen	05	TSG Westerstede	Westerstede 25.08.19
9.	5.62	Zimmermann, Lana	05	TSG Westerstede	Schortens 16.06.19

Jugend W14

Diskuswurf 1 kg

Kreisrekord: 32.60 Ueckert, Saskia 75 LG Wilhelmshaven 1989
Bestl.Vorjahr:

1. 11.03 Poppen, Damaris 05 TuS Ofen Schortens 04.05.19

Speerwurf 600 g

Kreisrekord: 37.41 Klöver, Oddy 84 Vareler TB 1998
Bestl.Vorjahr:

1. 12.41 Poppen, Damaris 05 TuS Ofen Schortens 16.06.19

Vierkampf

Kreisrekord: 2.061 Ueckert, Saskia 75 LG Wilhelmshaven 1989
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Kugelstoß 3 kg

1. 1.660 Dörjes, Sontje 05 Heidmühler FC Westerstede 25.08.19
14.44 - 3.73 - 1.40 - 7.58

2. 1.478 Smit, Lea 05 VfL Rastede Westerstede 25.08.19
15.15 - 3.53 - 1.36 - 5.88

3. 1.461 Mauch, Alma 05 TSG Westerstede Westerstede 25.08.19
15.85 - 3.48 - 1.32 - 7.05

4. 1.298 Holthusen, Carmen 05 TSG Westerstede Westerstede 25.08.19
16.13 - 3.45 - 1.20 - 5.78

5. 1.255 Zimmermann, Lana 05 TSG Westerstede Westerstede 25.08.19
16.74 - 3.11 - 1.28 - 5.48

6. 1.070 Krause, Ida 05 TuS Ofen Westerstede 25.08.19
15.83 - 3.37 - o.L. - 7.40

Jugend W15

100 Meter

Kreisrekord: 12.12 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2007
Bestl.Vorjahr:

1. 14.44 Budde, Jane Josephine 04 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19

2. 14.75 Budde, Jane 04 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 26.06.19

3. 14.90 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19

4. 16.15 Maywald, Lara 04 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 26.06.19

800 Meter

Kreisrekord: 2:12.5 Gerth, Beate 63 TuS Ofen 1978
Bestl.Vorjahr:

1. 2:44.16 Koch, Marie 04 SV Friedrichsfehn Oldenburg 08.09.19

2. 2:55.66 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Papenburg 02.06.19

3. 3:09.56 Widow, Chiara 04 TSG Westerstede Oldenburg 14.08.19

5 km Straße

Kreisrekord: 18:23 Löffel, Karoline Sophie 02 Vareler TB 2017
Bestl.Vorjahr:

1. 22:03 Koch, Marie 04 SV Friedrichsfehn Ofen 03.10.19

80 Meter Hürden (0,762m)

Kreisrekord: 11.82 Zähler, Nadine 92 LG Wilhelmshaven 2007
Bestl.Vorjahr:

1. 16.89 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Papenburg 02.06.19

Hochsprung

Kreisrekord: 1.65 Eden, Lale 98 Heidmühler FC 2013
Bestl.Vorjahr:

1. 1.36 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Westerstede 25.08.19

Jugend W15

Stabhochsprung

Kreisrekord: 3.06 Strauß, Sarah 95 Heidmühler FC 2009
Bestl.Vorjahr:

1. 2.10 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Braunschweig 31.08.19

Weitsprung

Kreisrekord: 5.74 Diesing, Susanne 70 LG Wilhelmshaven 1984
Bestl.Vorjahr:

1. 4.21 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Bad Zwischenahn 24.05.19

Kugelstoß 3 kg

Kreisrekord: 12.13 Seeger, Johanna 92 SV Friedrichsfehn 2007
Bestl.Vorjahr:

1. 6.71 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Bad Zwischenahn 24.05.19

Speerwurf 500 g

Kreisrekord: 41.51 Klöver, Oddy 84 Vareler TB 1999
Bestl.Vorjahr:

1. 24.22 Budde, Jane Josephine 04 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
2. 19.08 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Schortens 04.05.19

Vierkampf

Kreisrekord: 2.141 Eden, Lale 98 Heidmühler FC 2013
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Hochsprung - Kugelstoß 3 kg

1. 1.579 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
14.90 (-0,8) - 4.18 (-0,0) - 1.32 - 6.44

Siebenkampf

Kreisrekord: 3.672 Seeger, Johanna 92 SV Friedrichsfehn 2007
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 3 kg - Hochsprung - 80 Meter Hürden (0,762m)
Speerwurf 500 g - 800 Meter

1. 2.682 Groh, Lotta 04 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
14.90 (-0,8) - 4.18 (-0,0) - 6.44 - 1.32 - 16.89 (-1,0)
16.80 - 2:55.66

Männliche Jugend U18

100 Meter

Kreisrekord: 10.77 Helbig, Till 95 LG Wilhelmshaven 2012
Bestl.Vorjahr:

1. 11.86 +1.2 Lucas, Mika 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
2. 12.18 +1.8 Daudrich, Oliver 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 26.06.19
3. 12.30 +1.2 Schrader, Jakob 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
4. 12.33 +1.2 Enxing, Jelle 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
5. 12.52 +1.2 Housen, Jehad 02 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
6. 12.61 +0.0 Koch, Calvin 03 SV Friedrichsfehn Oldenburg 14.08.19
7. 12.62 -0.2 Janßen, Simon 03 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
8. 12.68 -0.4 Hippen, Hauke 02 Heidmühler FC Papenburg 01.06.19
9. 12.78 +1.8 Kischel, Jan Ole 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 26.06.19
10. 13.00 +0.0 Mannott, Jan-Erik 03 TuS Zetel Oldenburg 14.08.19

200 Meter

Kreisrekord: 21.84 Helbig, Till 95 LG Wilhelmshaven 2012
Bestl.Vorjahr:

1. 25.15 +0.5 Lucas, Mika 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
2. 25.22 +0.5 Schmidt, Lennart 04 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
3. 26.22 +0.5 Schrader, Jakob 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19
4. 26.78 +0.5 Enxing, Jelle 03 LG Wilhelmshaven Wilhelmshaven 15.09.19

Männliche Jugend U18

noch 200 Meter

5.	27.65	+0.5	Housen, Jehad	02	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	15.09.19
6.	28.41	+0.5	Müller, Nico	04	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	15.09.19

400 Meter

1.	57.93		Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
2.	61.80		Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
3.	67.92		Fortmann, Henrik	03	SSV Gristede	Delmenhorst	13.05.19

Kreisrekord: 48.87 Caspers, Claas 86 Heidmühler FC 2002
Bestl.Vorjahr:

800 Meter

1.	2:32.16		Fortmann, Henrik	03	SSV Gristede	Oldenburg	12.05.19
----	---------	--	------------------	----	--------------	-----------	----------

Kreisrekord: 1:54.3 Plätzer, Stephan 66 TuS Ofen 1983
Bestl.Vorjahr:

1500 Meter

1.	5:13.01		Fortmann, Henrik	03	SSV Gristede	Delmenhorst	13.06.19
2.	5:33.02		Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Papenburg	02.06.19
3.	5:34.44		Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg	02.06.19

Kreisrekord: 3:57.6 Gronewald, Lars 73 LG Wilhelmshaven 1990
Bestl.Vorjahr:

10 km Straßenlauf

1.	43:20		Fortmann, Henrik	03	SSV Gristede	Schortens	31.03.19
2.	49:25		Bonhaus, Leonard	04	VfL Rastede	Großenkneten	25.05.19
3.	53:22		Wessels, Jano	06	TuS Ofen	Ofen	03.10.19
4.	55:13		Fortmann, Mattis	05	SSV Gristede	Schortens	31.03.19

Kreisrekord: 34:29 Horig, Julien 94 LG Wilhelmshaven 2011
Bestl.Vorjahr:

110 Meter Hürden (0,914m)

1.	16.84	+1.2	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Oldenburg	12.05.19
2.	19.05	-0.4	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg	02.06.19

Kreisrekord: 13.66 Amarteifio, Patrick 73 LG Wilhelmshaven 1990
Bestl.Vorjahr:

Hochsprung

1.	1.68		Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
2.	1.44		Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19

Kreisrekord: 2.00 Zimmer, Jens-Peter 71 TuS Ofen 1988
Bestl.Vorjahr:

Stabhochsprung

1.	3.13		Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Nienhagen	30.05.19
2.	2.60		Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Osterholz-Scharmbeck	15.08.19

Kreisrekord: 4.44 Becker, Nico 98 Heidmühler FC 2015
Bestl.Vorjahr:

Weitsprung

1.	5.80	+1.9	Daudrich, Oliver	03	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19
2.	5.71	+1.8	Enxing, Jelle	03	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19
3.	5.22	-1.3	Koch, Calvin	03	SV Friedrichsfehn	Oldenburg	12.05.19
4.	5.19	+2.0	Kischel, Jan Ole	03	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven	26.06.19
**.	4.85	+5.0	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19
5.	4.77	+0.0	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg	01.06.19

Kreisrekord: 6.72 Howe, Falk 66 TuS Zetel 1983
Bestl.Vorjahr:

Männliche Jugend U18

Kugelstoß 5 kg

Kreisrekord: 14.48 Oetken, Florian 80 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	9.84	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Bad Zwischenahn 24.05.19
2.	8.80	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19

Diskuswurf 1.5 kg

Kreisrekord: 45.44 Oetken, Florian 80 LG Wilhelmshaven 1997
Bestl.Vorjahr:

1.	24.98	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
2.	18.93	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg 02.06.19
3.	13.12	Groh, Mattis	02	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19

Speerwurf 700 g

Kreisrekord: 65.84 Folkers, Andreas 76 LG Wilhelmshaven 1993
Bestl.Vorjahr:

1.	46.45	Enxing, Jelle	03	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
2.	32.88	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Schortens 04.05.19
3.	32.30	Lucas, Mika	03	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
4.	31.57	Housen, Jehad	02	LG Wilhelmshaven	Wilhelmshaven 15.09.19
5.	20.64	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Oldenburg 12.05.19

Fünfkampf

Kreisrekord: 3.328 Folkers, Andreas 76 LG Wilhelmshaven 1992
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 5 kg - Hochsprung - 400 Meter

1.	2.340	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
				12.62 (+1.0) - 4.85 (+1.0) - 9.21 - 1.68 - 57.93	
2.	1.975	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
				12.68 (+1.0) - 4.77 (+1.0) - 8.80 - 1.44 - 61.80	

Zehnkampf

Kreisrekord: 6.454 Engelmann, Jens 88 SV Friedrichsfehn 2004
Bestl.Vorjahr:

100 Meter - Weitsprung - Kugelstoß 5 kg - Hochsprung - 400 Meter

110 Meter Hürden (0,914m) - Diskuswurf 1.5 kg - Stabhochsprung - Speerwurf 700 g - 1500 Meter

1.	4.403	Janßen, Simon	03	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
				12.62 (+1.0) - 4.85 (+1.0) - 9.21 - 1.68 - 57.93	
				16.88 (+1.0) - 23.65 - 3.10 - 31.39 - 5:33.02	
2.	3.373	Hippen, Hauke	02	Heidmühler FC	Papenburg 01.06.19
				12.68 (+1.0) - 4.77 (+1.0) - 8.80 - 1.44 - 61.80	
				19.05 (+1.0) - 18.93 - 2.20 - 19.95 - 5:34.44	

Männliche Jugend U14

4 x 75 Meter

Kreisrekord: 39.2 LG Wilhelmshaven 2012
Bestl.Vorjahr:

1.	48.93	TV Metjendorf			Oldenburg 11.05.19
		Sunder, Jakob (09) - Janßen, Aljoscha (08) - Janßen, Calvin (07) - Pöhlker, Bennett (09)			