

Senioren M 40**100 m**

Bestleistung 2006: 12,48 sek - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	12,36 -1,5	M50	Störmann Hilmar	57	LG Plettenberg-Her.	14.07. Fulda
2.	12,40 +0,5		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	23.06. Ahlen
3.	13,03 +0,2		Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	19.08. Lüdenscheid
4.	13,4		Meyer Thomas	65	TuS Dahle 04	08.09. Altena
5.	13,67 +0,0	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
6.	14,11 +1,5		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid
7.	14,3		Lengenfeldt Frank	66	LG MTV/St.R. Altena	08.09. Altena

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,24 Sekunden höher eingestuft.

200 m

Bestleistung 2006: 25,06 sek - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	25,21 +0,8		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	03.06. Dortmund
2.	26,14 -0,5	M50	Störmann Hilmar	57	LG Plettenberg-Her.	02.06. Dortmund
3.	26,83 +1,0	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid
4.	27,13 -0,8		Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	19.08. Lüdenscheid
5.	28,78 +1,0		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,24 Sekunden höher eingestuft.

400 m

Bestleistung 2006: 55,82 sek - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	55,48		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	23.06. Ahlen
2.	57,29	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	14.07. Fulda
3.	62,90	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	19.08. Lüdenscheid
4.	63,74		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	03.06. Dortmund
5.	63,98	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	13.06. Oedt

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

800 m

Bestleistung 2006: 2:15,26 min - Peters Holger - LG Plettenberg-Her.

1.	2:17,71	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
2.	2:22,46	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	15.09. Lüdenscheid
3.	2:25,70		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	03.06. Dortmund
4.	2:29,19	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
5.	2:36,89	M60	Klitscher Karl-H.	47	TSV 1886 Rönsahl	02.06. Dortmund
6.	2:59,34		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

1.000 m

Bestleistung 2006: 3:00,4 min - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	2:59,34		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
2.	3:08,96		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid
3.	3:09,80	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

Senioren M 40**1.500 m**

Bestleistung 2006: 4:52,32 min - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	4:52,45	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
2.	4:52,56		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	24.06. Ahlen
3.	5:19,66		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	17.06. Bad Oeynhausen
4.	5:28,01	M60	Klitscher Karl-H.	47	TSV 1886 Rönsahl	02.06. Dortmund

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

1 Meile

Bestleistung 2006: 5:05,8 min - Schmidt Wieland - LG Halver-Schalksm.

1.	5:59,5		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	28.04. Altena
----	--------	--	------------------	----	---------------------	---------------

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

3.000 m

Bestleistung 2006: 10:09,45 min - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	10:02,29		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
2.	10:31,25	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
3.	10:40,18	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	13.07. Menden
4.	12:26,52	M50	Wermekes Dieter	53	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
5.	12:45,46	M65	Geck Siegfried	38	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

5.000 m

Bestleistung 2006: 17:31,47 min - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	17:06,33		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
2.	17:09,67		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
3.	17:30,67		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
4.	18:04,17	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
5.	21:15,00	M60	Hoffmann Gerd	43	TSG Valbert	01.09. Lüdenscheid
6.	21:51,97	M55	Rixen Franz-Gert	49	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

10.000 m

Bestleistung 2006: 36:16,4 min - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	35:00,54		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
2.	35:12,76		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
3.	37:17,18	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
4.	37:18,47	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	28.04. Oberhausen
5.	40:36,90	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	19.08. Lüdenscheid
6.	46:58,51	M55	Rixen Franz-Gert	49	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

Senioren M 40**10 km**

Bestleistung 2006: 35:32 min - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	34:18		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	04.03. Leverkusen
2.	35:49		Vach Andreas	67	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
3.	35:55		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
4.	36:35		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
5.	37:12		Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	04.03. Leverkusen
6.	37:17	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	21.04. Gummersbach-La
7.	37:38		Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
8.	38:39		Thoma Klaus	67	TSV 1886 Rönsahl	18.03. Rheinfelden
9.	39:02		Schmidt Wieland	66	LG Halver-Schalksm.	02.06. Halver
10.	39:16	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	02.06. Halver

Leistung unter Vorbehalt, da nicht immer amtlich vermessene Strecken gelaufen wurden.

15 km

Bestleistung 2006: 54:11 min - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	54:28		Vach Andreas	67	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
2.	54:30		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
3.	56:30		Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
4.	57:01		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
5.	57:35		Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
6.	59:49	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
7.	1:03:06	M60	Haude Franz	45	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
8.	1:05:42		Baltres Andreas	64	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
9.	1:13:31		Lohrey Frank	63	TSV Altena	11.02. Hamm
10.	1:14:24	M45	Tetzner Stefan	58	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz

Leistung unter Vorbehalt, da nicht immer amtlich vermessene Strecken gelaufen wurden.

Halbmarathon

Bestleistung 2006: 1:20:48 Std - Nies Thomas - TSV 1886 Rönsahl

1.	1:15:36		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
2.	1:20:32		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
3.	1:21:38		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
4.	1:23:44		Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
5.	1:25:57		Thoma Klaus	67	TSV 1886 Rönsahl	20.05. St. Blasien
6.	1:27:48	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	21.04. Gummersbach-La
7.	1:32:46	M60	Haude Franz	45	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
8.	1:38:10	M50	Schröder Siegfried	57	LG Plettenberg-Her.	25.03. Warschau/POL
9.	1:40:53	M45	Stromberger Dirk	59	Turbo-Schnecken Lüd.	26.08. Iserlohn
10.	1:45:53	M45	Thiele Ulrich	62	LG Plettenberg-Her.	21.04. Gummersbach-La

Leistung unter Vorbehalt, da nicht immer amtlich vermessene Strecken gelaufen wurden.

Senioren M 40**Marathon**

Bestleistung 2006: 3:02:30 Std - Binner Dr. Dirk - TSV 1886 Rönsahl

1.	2:47:12		Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	09.09. Münster
2.	2:50:49		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
3.	2:55:39		Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
4.	3:15:56	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
5.	3:28:05		Baltres Andreas	64	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
6.	3:33:48		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	07.10. Köln
7.	3:45:55	M45	Dietzel Ralf	58	LG Halver-Schalksm.	30.09. Berlin
8.	3:55:42	M45	Gebauer Lothar	61	LG Halver-Schalksm.	20.10. Schmallenberg-
9.	3:56:42	M50	Neumann Udo	56	LG Halver-Schalksm.	13.05. Dortmund/Essen
10.	3:59:26	M50	Schröder Siegfried	57	LG Plettenberg-Her.	07.01. Kevelaer

Leistung unter Vorbehalt, da nicht immer amtlich vermessene Strecken gelaufen wurden.

110 m Hürden (0,991 m)

Bestleistung 2006: 17,0 sek - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	17,06 +1,7		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	27.04. Neheim
----	------------	--	-----------------	----	---------------------	---------------

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,24 Sekunden höher eingestuft.

400 m Hürden

Bestleistung 2006: Fehlanzeige

1.	61,40		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	07.06. Hemer
----	-------	--	-----------------	----	---------------------	--------------

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

4 x 100 m Staffel

Bestleistung 2006: 54,89 sek - LG Plettenberg-Her.

1.	54,17	M50			LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
----	-------	-----	--	--	---------------------	---------------

(Bauckhage J.57 - Peters H.56 - Mantel K.54 - Störmann H.57)

Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

10 km Mannschaft

Bestleistung 2006: Fehlanzeige

1.	2:15:06	M45			LG Halver-Schalksm.	02.06. Halver
					(Gebauer L.61/42:56 - Eicker Dr. B.60/45:23 - Dietzel R.58/46/47)	
2.	2:27:17	M50			LG Halver-Schalksm.	02.06. Halver
					(Panne K.46/48:04 - Benschmidt W.55/48:50 - Neumann U.56/50:23)	

Leistung unter Vorbehalt, da nicht immer amtlich vermessene Strecken gelaufen wurden.

Hochsprung

Bestleistung 2006: 1,68 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	1,60		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	04.09. Riccione/ITA
2.	1,56	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
3.	1,44		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	28.04. Altena
4.	1,40	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden

Senioren M 40**Stabhochsprung**

Bestleistung 2006: 3,30 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	3,40		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	05.09. Riccione/ITA
----	------	--	-----------------	----	---------------------	---------------------

Weitsprung

Bestleistung 2006: 5,96 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	6,06		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	05.05. Lüdenscheid
2.	5,33		Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	19.08. Lüdenscheid
3.	4,99	M50	Störmann Hilmar	57	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
4.	4,89		Meyer Thomas	65	TuS Dahle 04	08.09. Altena
5.	4,81		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	17.06. Bad Oeynhausen
6.	4,77	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
7.	4,58	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	17.05. Menden
8.	4,18 -1,9	M65	Schemm Peter	41	LG Lüdenscheid	02.06. Dortmund

Dreisprung

Bestleistung 2006: 11,75 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	12,04 +1,6		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	03.06. Dortmund
2.	9,21		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	20.05. Schalksmühle

Kugelstoß 7,26 kg

Bestleistung 2006: 10,73 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	10,73		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	04.09. Riccione/ITA
2.	9,24		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	01.05. Rheinbach
3.	8,99		Lengenfeldt Frank	66	LG MTV/St.R. Altena	08.09. Altena
4.	8,72	M45	Liedtke Hans-Werner	61	LG MTV/St.R. Altena	08.09. Altena
5.	8,32	M45	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	17.03. Niederselters
6.	7,84		Meyer Thomas	65	TuS Dahle 04	08.09. Altena

Diskuswurf 2,00 kg

Bestleistung 2006: 34,26 m - Röcken Hans - LG Plettenberg-Her.

1.	40,65	M50	Hoffmann Frank	57	TSV Altena	19.05. Plettenberg-Bö
2.	36,61	M65	Röcken Hans	40	LG Plettenberg-Her.	19.05. Plettenberg-Bö
3.	31,71		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	17.06. Bad Oeynhausen
4.	26,40		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid
5.	26,23	M45	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	07.01. Düsseldorf

Speerwurf 800 g

Bestleistung 2006: 48,03 m - Steinacker Dr. Theo - LG Lüdenscheid

1.	45,09	M50	Steinacker Dr. Theo	54	LG Lüdenscheid	02.09. Lüdenscheid
2.	41,34		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	19.08. Lüdenscheid
3.	37,62		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	02.09. Lüdenscheid

Senioren M 40**Hammerwurf 7,26 kg**

Bestleistung 2006: 39,80 m - Peter Wolfgang - LG Plettenberg-Her.

1.	40,68	M65	Röcken Hans	40	LG Plettenberg-Her.	07.09. Altena
2.	38,47	M45	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	07.01. Düsseldorf
3.	34,81	M45	Seddon John	60	LG Plettenberg-Her.	19.05. Plettenberg-Bö

Fünfkampf

Bestleistung 2006: 2.708 P. - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	2.680 h		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	17.06. Bad Oeynhausen
			(5,93 [+0,0] - 40,99 - 25,48 [+0,1] - 31,71 - 4:54,98)			
2.	1.841 e		Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	17.06. Bad Oeynhausen
			(4,81 [+0,0] - 36,05 - 28,98 [-1,3] - 23,90 - 5:19,66)			

Zehnkampf

Bestleistung 2006: 5.074 P. - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	5.094 e		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	04.09. Riccione/ITA
			(12,44 [+1,3] - 5,80 - 10,73 - 1,60 - 56,67)			
			(17,62 [+0,9] - 30,33 - 3,40 - 40,72 - 5:08,12)			

Pokalwertung

1. TSV 1886 Rönsahl	356 Punkte	292 Pkt. Vorjahr	121,9 % vom Vorj.
2. LG Plettenberg-Her.	301 Punkte	219 Pkt. Vorjahr	137,4 % vom Vorj.
3. LG Halver-Schalksm.	175 Punkte	303 Pkt. Vorjahr	57,8 % vom Vorj.
4. LG Lüdenscheid	37 Punkte	61 Pkt. Vorjahr	60,7 % vom Vorj.
5. LG MTV/St.R. Altena	19 Punkte	52 Pkt. Vorjahr	36,5 % vom Vorj.
5. TuS Dahle 04	19 Punkte	0 Pkt. Vorjahr	999,9 % vom Vorj.
7. TSV Altena	12 Punkte	18 Pkt. Vorjahr	66,7 % vom Vorj.
8. TSG Valbert	6 Punkte	27 Pkt. Vorjahr	22,2 % vom Vorj.
9. Turbo-Schnecken Lüd.	2 Punkte	1 Pkt. Vorjahr	200,0 % vom Vorj.
gesamt:	927 Punkte	973 Pkt. Vorjahr	95,3 % vom Vorj.