

Senioren M 35**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	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	23.06. Ahlen
3.	13,03 +0,2	M40	Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	19.08. Lüdenscheid
4.	13,4	M40	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	M40	Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid
7.	14,3	M40	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	M40	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	M40	Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	19.08. Lüdenscheid
5.	28,78 +1,0	M40	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	M40	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	M40	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	M40	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	M40	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: 2:57,17 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	2:59,34	M40	Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
2.	3:08,96	M40	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 35**1.500 m**

Bestleistung 2006: 4:32,16 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	4:52,45	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
2.	4:52,56	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	24.06. Ahlen
3.	5:19,66	M40	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	M40	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	M40	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.	10:38,22		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
4.	10:40,18	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	13.07. Menden
5.	11:35,46		Hoffmann Christoph	68	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
6.	12:26,52	M50	Wermekes Dieter	53	TSV 1886 Rönsahl	16.08. Berg.-Gladbach
7.	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: 16:52,64 min - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	17:06,33	M40	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
2.	17:09,67	M40	Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
3.	17:30,67	M40	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.	18:07,85		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
6.	19:48,66		Hoffmann Christoph	68	TSV 1886 Rönsahl	23.08. Berg.-Gladbach
7.	20:05,66		Dietrich Jens	70	LG Lüdenscheid	23.08. Berg.-Gladbach
8.	21:15,00	M60	Hoffmann Gerd	43	TSG Valbert	01.09. Lüdenscheid
9.	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.

Senioren M 35**10.000 m**

Bestleistung 2006: 34:24,3 min - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	35:00,54	M40	Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
2.	35:12,76	M40	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.	38:14,60		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
6.	40:36,90	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	19.08. Lüdenscheid
7.	42:06,51		Hoffmann Christoph	68	TSV 1886 Rönsahl	30.08. Berg.-Gladbach
8.	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.

10 km

Bestleistung 2006: 34:13 min - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	34:18	M40	Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	04.03. Leverkusen
2.	35:49	M40	Vach Andreas	67	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
3.	35:55	M40	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
4.	36:25		Schuster Holger	69	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
5.	36:35	M40	Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
6.	37:12	M40	Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	04.03. Leverkusen
7.	37:15		Satory Markus	68	TSV Altena	28.01. Hamm
8.	37:17	M55	Nickel Andreas	52	TSV 1886 Rönsahl	21.04. Gummersbach-La
9.	37:38	M40	Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	21.01. Porz
10.	37:45		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	21.10. Refrath

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

15 km

Bestleistung 2006: 54:05 min - Denzer Peter - TSV 1886 Rönsahl

1.	54:28	M40	Vach Andreas	67	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
2.	54:30	M40	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
3.	56:30	M40	Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
4.	56:54		Satory Markus	68	TSV Altena	31.12. Werl/Soest
5.	57:01	M40	Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
6.	57:21		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
7.	57:35	M40	Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
8.	59:41		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
9.	59:49	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz
10.	1:03:06	M60	Haude Franz	45	TSV 1886 Rönsahl	04.02. Porz

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

Senioren M 35**Halbmarathon**

Bestleistung 2006: 1:16:22 Std - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	1:15:36	M40	Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
2.	1:20:32	M40	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
3.	1:21:38	M40	Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
4.	1:22:58		Schuster Holger	69	TSV 1886 Rönsahl	26.08. Iserlohn
5.	1:23:10		Satory Markus	68	TSV Altena	25.02. Hamm
6.	1:23:44	M40	Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
7.	1:24:24		Kunde Karsten	72	TSV 1886 Rönsahl	21.04. Gummersbach-La
8.	1:25:57	M40	Thoma Klaus	67	TSV 1886 Rönsahl	20.05. St. Blasien
9.	1:26:22		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	25.02. Porz
10.	1:27:48	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	21.04. Gummersbach-La

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

Marathon

Bestleistung 2006: 2:44:03 Std - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	2:45:47		Hartwig Volker	68	Turbo-Schnecken Lüd.	30.09. Bremen
2.	2:47:12	M40	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	09.09. Münster
3.	2:50:49	M40	Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
4.	2:55:39	M40	Binner Dr. Dirk	63	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
5.	3:04:08		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
6.	3:06:44		Kunde Karsten	72	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
7.	3:15:56	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
8.	3:28:05	M40	Baltres Andreas	64	TSV 1886 Rönsahl	06.05. Düsseldorf
9.	3:33:48	M40	Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	07.10. Köln
10.	3:36:30		Hoffmann Christoph	68	TSV 1886 Rönsahl	07.10. Köln

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

100 km

Bestleistung 2006: Fehlanzeige

1.	11:15:38		Stange Michael	71	Turbo-Schnecken Lüd.	16.06. Biel/SUI
----	----------	--	----------------	----	----------------------	-----------------

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	M40	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	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	07.06. Hemer
----	-------	-----	-----------------	----	---------------------	--------------

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

Senioren M 35**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: 1:44:59 Std - TSV 1886 Rönsahl

1. 1:47:58 TSV 1886 Rönsahl 04.03. Leverkusen
 (Perisic S. 34:18 - Schuster H. 36:28 - Binner Dr. D. 37:12)

2. 2:09:29 TSV 1886 Rönsahl 04.03. Leverkusen
 (Keloudis G. 38:08 - Hoffmann C. 44:30 - Wasserfuhr K. 46:51)

3. 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)

4. 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.

Halbmarathon Mannschaft

Bestleistung 2006: 4:56:52 Std - TSV 1886 Rönsahl

1. 5:03:05 TSV Altena 25.02. Hamm
 (Satory M.68/1:23:10 - Lohrey F.63/1:49:57 - Grüber J.59/1:49:58)

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 M40 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 M40 Arnoldi Ekkehard 63 LG Plettenberg-Her. 28.04. Altena

4. 1,40 M50 Bauckhage Jochen 57 LG Plettenberg-Her. 17.05. Menden

Stabhochsprung

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

1. 3,40 M40 Maximowitz Dirk 66 LG Halver-Schalksm. 05.09. Riccione/ITA

Weitsprung

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

1. 6,06 M40 Maximowitz Dirk 66 LG Halver-Schalksm. 05.05. Lüdenscheid

2. 5,33 M40 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 M40 Meyer Thomas 65 TuS Dahle 04 08.09. Altena

5. 4,81 M40 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

Senioren M 35**Dreisprung**

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

1.	12,04 +1,6	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	03.06. Dortmund
2.	9,21	M40	Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	20.05. Schalksmühle

Kugelstoß 7,26 kg

Bestleistung 2006: 12,62 m - Grote Jörg - TV Wiblingwerde

1.	12,39		Grote Jens	70	TV Wiblingwerde	21.04. Wiblingwerde
2.	10,73	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	04.09. Riccione/ITA
3.	9,24	M40	Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	01.05. Rheinbach
4.	8,99	M40	Lengenfeldt Frank	66	LG MTV/St.R. Altena	08.09. Altena
5.	8,72	M45	Liedtke Hans-Werner	61	LG MTV/St.R. Altena	08.09. Altena
6.	8,32	M45	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	17.03. Niederselters
7.	7,84	M40	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.	36,26		Grote Jens	70	TV Wiblingwerde	21.04. Wiblingwerde
4.	31,71	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	17.06. Bad Oeynhausen
5.	26,40	M40	Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	05.05. Lüdenscheid
6.	26,23	M45	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	07.01. Düsseldorf
7.	23,96		Pusch Thomas	68	TSV Altena	31.08. Altena

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.	44,54		Grote Jens	70	TV Wiblingwerde	21.04. Wiblingwerde
3.	41,34	M40	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	19.08. Lüdenscheid
4.	37,62	M40	Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	02.09. Lüdenscheid

Hammerwurf 7,26 kg

Bestleistung 2006: 42,35 m - Pusch Thomas - TSV Altena

1.	41,70		Pusch Thomas	68	TSV Altena	31.08. Altena
2.	40,68	M65	Röcken Hans	40	LG Plettenberg-Her.	07.09. Altena
3.	38,47	M45	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	07.01. Düsseldorf
4.	34,81	M45	Seddon John	60	LG Plettenberg-Her.	19.05. Plettenberg-Bö

Senioren M 35**Fünfkampf**

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

- | | | | | | | |
|----|---------|-----|--|----|---------------------|-----------------------|
| 1. | 2.680 h | M40 | 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 | M40 | 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 | M40 | 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	397 Punkte	538 Pkt. Vorjahr	73,8 % vom Vorj.
2. LG Plettenberg-Her.	283 Punkte	167 Pkt. Vorjahr	169,5 % vom Vorj.
3. LG Halver-Schalksm.	157 Punkte	254 Pkt. Vorjahr	61,8 % vom Vorj.
4. TSV Altena	51 Punkte	36 Pkt. Vorjahr	141,7 % vom Vorj.
5. LG Lüdenscheid	41 Punkte	57 Pkt. Vorjahr	71,9 % vom Vorj.
5. TV Wiblingwerde	27 Punkte	27 Pkt. Vorjahr	100,0 % vom Vorj.
7. Turbo-Schnecken Lüd.	20 Punkte	0 Pkt. Vorjahr	999,9 % vom Vorj.
8. TuS Dahle 04	18 Punkte	0 Pkt. Vorjahr	999,9 % vom Vorj.
9. LG MTV/St.R. Altena	17 Punkte	41 Pkt. Vorjahr	41,5 % vom Vorj.
10. TSG Valbert	3 Punkte	10 Pkt. Vorjahr	30,3 % vom Vorj.
gesamt:	1014 Punkte	1130 Pkt. Vorjahr	89,7 % vom Vorj.