



Senioren M 70 und älter

3.000 m

Bestleistung 2008: 12:57,0 min - Geck Siegfried - LG Plettenberg-Her.

Fehlanzeige

10.000 m

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

1. 48:07,1 Geck Siegfried 38 LG Plettenberg-Her. 18.09. Plettenberg
Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

10 km

Bestleistung 2008: 47:16 min - Geck Siegfried - LG Plettenberg-Her.

1.	49:52		Geck Siegfried	38	LG Plettenberg-Her.	06.06. Halver
2.	1:00:13	M80	Nies Wolfgang	29	TSG Valbert	30.05. Rönsahl
3.	1:02:19		Cordt Gerhard	37	Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
4.	1:11:51		Gelhausen Horst	36	Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La

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

Halbmarathon

Bestleistung 2008: 1:48:39 Std - Geck Siegfried - LG Plettenberg-Her.

Fehlanzeige

Kugelstoß 4,00 kg

Bestleistung 2008: 10,62 m - Rath Uwe - TV Wiblingwerde

1.	10,53		Rath Uwe	36	TV Wiblingwerde	12.09. Oberaden
2.	9,47		Schöttner Friedhelm	39	LG Plettenberg-Her.	15.08. Altena

Diskuswurf 1,00 kg

Bestleistung 2008: 26,59 m - Rath Uwe - TV Wiblingwerde

1.	27,61		Rath Uwe	36	TV Wiblingwerde	20.06. Plettenberg-Bö
----	-------	--	----------	----	-----------------	-----------------------

Speerwurf 500 g

Bestleistung 2008: 29,64 m - Rath Uwe - TV Wiblingwerde

1.	28,74		Rath Uwe	36	TV Wiblingwerde	25.09. Altena
----	-------	--	----------	----	-----------------	---------------

Hammerwurf 4,00 kg

Bestleistung 2008: 51,35 m - Seddon Peter - LG Plettenberg-Her.

1.	46,90		Seddon Peter	37	LG Plettenberg-Her.	30.05. Paderborn
----	-------	--	--------------	----	---------------------	------------------

**Senioren M 70 und älter****Pokalwertung**

1. TV Wiblingwerde	30 Punkte	39 Pkt. Vorjahr	76,9 % vom Vorj.
2. LG Plettenberg-Her.	29 Punkte	40 Pkt. Vorjahr	72,5 % vom Vorj.
3. Turboschnecken Lüd.	15 Punkte	8 Pkt. Vorjahr	187,5 % vom Vorj.
4. TSG Valbert	9 Punkte	9 Pkt. Vorjahr	100,0 % vom Vorj.
gesamt:	83 Punkte	96 Pkt. Vorjahr	86,5 % vom Vorj.