

**Senioren M 40****100 m**

Bestleistung 2008: 11,8 sek - Störmann Hilmar - LG Plettenberg-Her.

1.	12,46 +0,2		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	29.07.	Lathi/FIN
2.	12,68 +0,7	M50	Störmann Hilmar	57	LG Plettenberg-Her.	12.09.	Hamburg
3.	12,75 -3,0	M45	Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	25.04.	Lüdenscheid
4.	13,60 +0,4	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	13.06.	Gütersloh
5.	13,73 +1,7	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	29.04.	Oedt
6.	14,18 -0,7	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	13.06.	Gütersloh

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

**200 m**

Bestleistung 2008: 25,99 sek - Bacher Dr. Thomas - LG Lüdenscheid

1.	25,10 +0,6		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	12.09.	Lüdenscheid
2.	26,63 +0,6	M45	Bacher Dr. Thomas	64	LG Lüdenscheid	12.09.	Lüdenscheid
3.	28,63 +0,6	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	24.06.	Grefrath-Oedt

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

**400 m**

Bestleistung 2008: 57,71 sek - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	56,25		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	29.07.	Lathi/FIN
2.	59,56	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	30.05.	Paderborn
3.	64,32	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	30.05.	Paderborn

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

**800 m**

Bestleistung 2008: 2:20,21 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	2:24,56	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	17.05.	Seeheim-Jugenh
2.	2:29,08	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	13.06.	Gütersloh
3.	2:29,24	M55	Nickel Andreas	52	LG Plettenberg-Her.	17.05.	Seeheim-Jugenh

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

**1.000 m**

Bestleistung 2008: 2:59,17 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

Fehlanzeige

**1.500 m**

Bestleistung 2008: 4:57,92 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	4:57,74		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	18.09.	Arnsberg
2.	5:08,32	M55	Nickel Andreas	52	LG Plettenberg-Her.	30.05.	Paderborn

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

**Senioren M 40****3.000 m**

Bestleistung 2008: 10:00,07 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	9:43,83		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	13.08.	Berg.-Gladbach
2.	9:45,27		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	13.08.	Berg.-Gladbach
3.	10:07,41		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	13.08.	Berg.-Gladbach
4.	10:10,07		Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	13.08.	Berg.-Gladbach
5.	10:23,99		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	13.08.	Berg.-Gladbach
6.	10:49,76	M55	Nickel Andreas	52	LG Plettenberg-Her.	12.09.	Hamburg
7.	11:16,94	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	13.06.	Gütersloh
8.	12:19,43	M55	Wermekes Dieter	53	TSV 1886 Rönsahl	13.08.	Berg.-Gladbach
9.	13:38,39		Blümhor Markus	67	LG Plettenberg-Her.	25.04.	Lüdenscheid
10.	13:44,19		Delhalle Rene	66	LG Plettenberg-Her.	25.04.	Lüdenscheid

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

**5.000 m**

Bestleistung 2008: 18:00,00 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	16:33,74		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	20.08.	Berg.-Gladbach
2.	16:40,98		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	20.08.	Berg.-Gladbach
3.	17:53,36		Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	20.08.	Berg.-Gladbach
4.	17:59,43		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	20.08.	Berg.-Gladbach
5.	18:20,13		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	20.08.	Berg.-Gladbach
6.	21:47,27	M55	Wermekes Dieter	53	TSV 1886 Rönsahl	20.08.	Berg.-Gladbach

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

**10.000 m**

Bestleistung 2008: 37:25,30 min - Bodenstein Kai-Uwe - TSV 1886 Rönsahl

1.	34:14,17		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	27.08.	Berg.-Gladbach
2.	34:39,02		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	27.08.	Berg.-Gladbach
3.	37:15,85		Brandt Christian	67	TSV 1886 Rönsahl	27.08.	Berg.-Gladbach
4.	37:34,75		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	27.08.	Berg.-Gladbach
5.	37:44,16		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	27.08.	Berg.-Gladbach
6.	38:54,1	M55	Nickel Andreas	52	LG Plettenberg-Her.	18.09.	Plettenberg
7.	40:27,4	M50	Lemke Hans-Jörg	57	LG Plettenberg-Her.	18.09.	Plettenberg
8.	42:54,3	M55	Steinhauer Ulrich	53	Turboschnecken Lüd.	18.09.	Plettenberg
9.	42:56,4		Müller Jan-Hendrik	68	LG Plettenberg-Her.	18.09.	Plettenberg
10.	46:02,59	M55	Wermekes Dieter	53	TSV 1886 Rönsahl	27.08.	Berg.-Gladbach

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

**1 Stundenlauf**

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

1.	14.742		Bückemeyer Thomas	68	TSG Valbert	04.04.	Bilstein
2.	14.266	M45	Langwald Thomas	61	TSG Valbert	04.04.	Bilstein
3.	12.989	M65	Hoffmann Gerd	43	TSG Valbert	04.04.	Bilstein

**Senioren M 40****10 km**

Bestleistung 2008: 35:31 min - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	35:46		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
2.	37:27		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
3.	37:50	M45	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	25.01. Porz
4.	38:38		Satory Markus	68	TSV Altena	06.06. Halver
5.	38:39		Thoma Klaus	67	TSV 1886 Rönsahl	08.03. Rheinfelden
6.	38:39		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
7.	39:09		Schuster Holger	69	TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
8.	39:15		Thon Ralf	65	TSG Valbert	06.06. Halver
9.	39:18	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	25.01. Porz
10.	39:46	M45	Gabor Peter	60	LG Plettenberg-Her.	25.01. Hamm

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

**10 km Mannschaft**

Bestleistung 2008: 1:58:22 Std - TSV 1886 Rönsahl

1.	1:51:52				TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
			(Denzer P69/35:46-Keloudis G69/37:27-Bodenstein K67/38:39)			
2.	2:09:09				Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
			(Ackermann F66/42:24-Burkowski J57/43:09-Zelkas I67/43:36)			
3.	2:20:30				Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
			(Steinhauer U53/45:20-Dumke A60/47:34-Sgouradis P66/47:36)			
4.	2:33:45	M50			LG Halver-Schalksm.	06.06. Halver
			(Dietzel R58/46:51 - Benschmidt W55/49:48 - Arlt R50/57:06)			
5.	2:44:56	M50			Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
			(Vöbel G51/49:09 - Witt K59/53:28 - Cordt G37/1:02:19)			

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

**15 km**

Bestleistung 2008: 53:40 min - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	57:56		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
2.	58:34	M45	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
3.	59:00		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
4.	59:24	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
5.	1:12:28	M50	Schröder Siegfried	57	LG Plettenberg-Her.	08.02. Hamm
6.	1:17:36		Hoen Oliver	65	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
7.	1:18:54	M45	Nalbantis Jörg	62	Turboschnecken Lüd.	08.02. Hamm
8.	1:21:48	M45	Freudl Jörg	61	TSV Altena	08.02. Herten-Bertlic
9.	1:23:05	M55	Hahne Friedrich	53	TSV Altena	08.02. Hamm
10.	1:29:01	M50	Witt Karsten	59	Turboschnecken Lüd.	08.02. Herten-Bertlic

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

**Senioren M 40****Halbmarathon**

Bestleistung 2008: 1:17:20 Std - Perisic Sasa - TSV 1886 Rönsahl

1.	1:18:54		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	09.08. Köln
2.	1:21:23	M45	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
3.	1:23:36		Hartwig Volker	68	Turboschnecken Lüd.	23.08. Iserlohn
4.	1:23:46		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	01.03. Porz
5.	1:24:19		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	09.08. Köln
6.	1:24:47		Satory Markus	68	TSV Altena	23.08. Iserlohn
7.	1:25:42	M45	Niederwipper Harald	62	TSV 1886 Rönsahl	18.04. Gummersbach-La
8.	1:28:16		Bückemeyer Thomas	68	TSG Valbert	18.04. Gummersbach-La
9.	1:28:47	M45	Gabor Peter	60	LG Plettenberg-Her.	22.02. Hamm
10.	1:31:41	M45	Langwald Thomas	61	TSG Valbert	09.08. Köln

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

**Halbmarathon Mannschaft**

Bestleistung 2008: 5:19:28 Std - TSV Altena

1.	5:24:50				Turboschnecken Lüd.	04.10. Köln
			(Heine H.58/1:45:55 - Bachmann A.66/1:47:27 - Vogelsang V.54/1:51:28)			
2.	5:55:26				Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
			(Stromberger D59/1:48:37-Hessmert U67/2:03:24-Haberland F66/2:03:25)			

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

**30 km**

Bestleistung 2008: 1:54:49 Std - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

Fehlanzeige

**Marathon**

Bestleistung 2008: 2:53:29 Std - Theis Frank - TSV 1886 Rönsahl

1.	2:47:14		Denzer Peter	69	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln
2.	2:51:53		Satory Markus	68	TSV Altena	04.10. Köln
3.	3:10:01		Thon Ralf	65	TSG Valbert	11.10. München
4.	3:10:15	M55	Blechinger Heinrich	54	Turboschnecken Lüd.	10.05. Mainz
5.	3:19:34		Perisic Sasa	67	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln
6.	3:19:35		Bodenstein Kai-Uwe	67	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln
7.	3:19:46		Keloudis Georgios	69	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln
8.	3:30:31	M45	Theis Frank	64	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln
9.	3:34:36		Kayser Bernd	67	TSG Valbert	04.10. Köln
10.	3:38:43		Hoffmann Christoph	68	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln

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

**Senioren M 40****Marathon Mannschaft**

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

- |    |          |     |  |                  |
|----|----------|-----|--|------------------|
| 1. | 9:26:23  |     | TSV 1886 Rönsahl   | 04.10. Köln      |
|    |          |     | (Denzer P.69/2:47:14 - Perisic S.67/3:19:34 - Bodenstein K.67/3:19:35) |                  |
| 2. | 10:29:00 |     | TSV 1886 Rönsahl   | 04.10. Köln      |
|    |          |     | (Keloudis G.69/3:19:46 - Theis F.94/3:30:31 - Hoffmann C.68/3:38:43)   |                  |
| 3. | 11:10:52 | M45 | LG Halver-Schalksm.  | 17.05. Helgoland |
|    |          |     | (Hass P60/3:35:53 - Panne K46/3:47:25 - Dietzel R58/3:47:34)           |                  |

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

**110 m Hürden (0,991 m)**

Bestleistung 2008: 18,47 sek - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

- |    |            |                 |                        |                   |
|----|------------|-----------------|------------------------|-------------------|
| 1. | 17,33 -0,7 | Maximowitz Dirk | 66 LG Halver-Schalksm. | 27.06. St. Wendel |
|----|------------|-----------------|------------------------|-------------------|
- Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,24 Sekunden höher eingestuft.

**400 m Hürden**

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

- |    |       |                 |                        |                   |
|----|-------|-----------------|------------------------|-------------------|
| 1. | 60,49 | Maximowitz Dirk | 66 LG Halver-Schalksm. | 28.06. St. Wendel |
|----|-------|-----------------|------------------------|-------------------|
- Leistungen mit vollelektronischer Zeitmessung sind um 0,14 Sekunden höher eingestuft.

**4 x 100 m Staffel**

Bestleistung 2008: 53,31 sek - LG Plettenberg-Her.

- |    |       |     |  |                  |
|----|-------|-----|--|------------------|
| 1. | 51,90 | M50 | LG Plettenberg-Her.  | 13.06. Gütersloh |
|    |       |     | (Störmann H.57 - Peters H.56 - Steinacker T.54 - Lemke H.57) |                  |

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

**Hochsprung**

Bestleistung 2008: 1,65 m - Steinacker Dr. Theo - LG Plettenberg-Her.

- |    |      |                         |                        |                       |
|----|------|-------------------------|------------------------|-----------------------|
| 1. | 1,66 | Maximowitz Dirk         | 66 LG Halver-Schalksm. | 29.07. Lathi/FIN      |
| 2. | 1,62 | M55 Steinacker Dr. Theo | 54 LG Plettenberg-Her. | 12.09. Hamburg        |
| 3. | 1,56 | M50 Peters Holger       | 56 LG Plettenberg-Her. | 17.05. Seeheim-Jugenh |
| 4. | 1,47 | M50 Störmann Hilmar     | 57 LG Plettenberg-Her. | 17.05. Seeheim-Jugenh |
| 5. | 1,41 | M50 Bauckhage Jochen    | 57 LG Plettenberg-Her. | 17.05. Seeheim-Jugenh |

**Stabhochsprung**

Bestleistung 2008: 3,10 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

- |    |      |                 |                        |                     |
|----|------|-----------------|------------------------|---------------------|
| 1. | 3,40 | Maximowitz Dirk | 66 LG Halver-Schalksm. | 23.05. Schalksmühle |
|----|------|-----------------|------------------------|---------------------|

**Senioren M 40****Weitsprung**

Bestleistung 2008: 5,65 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	5,64		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	25.04. Lüdenscheid
2.	4,85	M55	Steinacker Dr. Theo	54	LG Plettenberg-Her.	12.09. Hamburg
3.	4,79	M50	Störmann Hilmar	57	LG Plettenberg-Her.	13.06. Gütersloh
4.	4,66	M50	Bauckhage Jochen	57	LG Plettenberg-Her.	12.09. Hamburg
5.	4,65	M50	Peters Holger	56	LG Plettenberg-Her.	17.05. Seeheim-Jugenh
6.	4,07	M65	Schemm Peter	41	LG Lüdenscheid	30.05. Lüdenscheid

**Dreisprung**

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

1.	11,60		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	23.05. Schalksmühle
----	-------	--	-----------------	----	---------------------	---------------------

**Kugelstoß 7,26 kg**

Bestleistung 2008: 11,01 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	11,85		Glock Marcus	69	Sportfreunde Altena	16.05. Altena
2.	10,75		Seuster Jörg	67	LG MTV/St.R. Altena	30.05. Paderborn
3.	10,66		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	15.08. Altena

**Diskuswurf 2,00 kg**

Bestleistung 2008: 32,62 m - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	31,89		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	13.06. Ahlen
2.	25,97	M45	Arnoldi Ekkehard	63	LG Plettenberg-Her.	20.06. Plettenberg-Bö

**Speerwurf 800 g**

Bestleistung 2008: 44,20 m - Steinacker Dr. Theo - LG Plettenberg-Her.

1.	42,66		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	15.08. Altena
2.	37,38		Lengenfeldt Frank	66	LG MTV/St.R. Altena	16.05. Altena

**Hammerwurf 7,26 kg**

Bestleistung 2008: 41,69 m - Pusch Thomas - TSV Altena

1.	38,65		Pusch Thomas	68	TSV Altena	17.07. Altena
2.	35,03	M50	Peter Wolfgang	59	LG Plettenberg-Her.	13.12. Plettenberg

**Fünfkampf**

Bestleistung 2008: 2.319 P. - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	2.980 e		Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	13.06. Ahlen
(5,44 [+0,0] - 41,83 - 25,28 - 31,89 - 5:01,38)						

**Senioren M 40****Zehnkampf**

Bestleistung 2008: 4.602 P. - Maximowitz Dirk - LG Halver-Schalksm.

1.	6.012 e	Maximowitz Dirk	66	LG Halver-Schalksm.	29.07. Lathi/FIN
		(12,46 +0,2 - 5,52 +1,8 - 10,58 - 1,66 - 56,25)			
		(17,58 +2,1 - 31,00 - 3,30 - 42,12 - 5:05,46)			

**Pokalwertung**

1.	TSV 1886 Rönsahl	288 Punkte	327 Pkt. Vorjahr	88,1 % vom Vorj.
2.	LG Plettenberg-Her.	208 Punkte	234 Pkt. Vorjahr	88,9 % vom Vorj.
3.	LG Halver-Schalksm.	155 Punkte	173 Pkt. Vorjahr	89,6 % vom Vorj.
4.	Turboschnecken Lüd.	65 Punkte	38 Pkt. Vorjahr	171,1 % vom Vorj.
5.	TSG Valbert	44 Punkte	28 Pkt. Vorjahr	157,1 % vom Vorj.
6.	TSV Altena	36 Punkte	58 Pkt. Vorjahr	62,1 % vom Vorj.
7.	LG Lüdenscheid	22 Punkte	33 Pkt. Vorjahr	66,7 % vom Vorj.
8.	LG MTV/St.R. Altena	18 Punkte	0 Pkt. Vorjahr	999,9 % vom Vorj.
9.	Sportfreunde Altena	10 Punkte	0 Pkt. Vorjahr	999,9 % vom Vorj.
-	TV Wiblingwerde	0 Punkte	8 Pkt. Vorjahr	0,0 % vom Vorj.
	gesamt:	846 Punkte	899 Pkt. Vorjahr	94,1 % vom Vorj.