



Frauen Hauptklasse

100 m

Bestleistung 2008: 13,15 sek - Hesse Christina - LG Lüdenscheid

1.	13,34 +0,0	JA	Lüsebrink Nina	91	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
2.	13,38 +0,4		Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	12.09. Lüdenscheid
3.	13,47 +0,0	JB	Kaiser Tabea	92	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
4.	13,48 +0,4		Hesse Christina	88	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
5.	13,3	W14	Schindler Jessica	95	LG Lüdenscheid	05.09. Plettenberg
6.	13,65 +1,9	W15	Golla Kathrin	94	LG Lüdenscheid	17.05. Lüdenscheid
7.	13,8	W15	Jaschultowski Sarah	94	LG Lüdenscheid	02.05. Schalksmühle
8.	13,8	W14	Kremer Aileen	95	LG MTV/St.R. Altena	26.09. Altena
9.	14,07 +0,7	W15	Alberts Nadine	94	LG Plettenberg-Her.	12.09. Lüdenscheid
10.	13,9	W14	Turck Kristina	95	LG Lüdenscheid	05.09. Plettenberg
11.	13,9	W14	Hagemann Marie-Ther	95	LG Plettenberg-Her.	05.09. Plettenberg

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

200 m

Bestleistung 2008: 26,39 sek - Hesse Christina - LG Lüdenscheid

1.	27,76 +1,3	JA	Lüsebrink Nina	91	LG Lüdenscheid	25.04. Lüdenscheid
2.	27,92 +0,6	JB	Kaiser Tabea	92	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
3.	32,18 +1,3		Aufmkolk Julia	84	LG Lüdenscheid	25.04. Lüdenscheid

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

400 m

Bestleistung 2008: 71,98 sek - Gierling Anina - LG Plettenberg-Her.

1.	67,04	JB	Kirschey Danica	92	LG Lüdenscheid	13.09. Lüdenscheid
----	-------	----	-----------------	----	----------------	--------------------

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

800 m

Bestleistung 2008: 2:25,64 min - Schwaiger Anna Kath - TuS Neuenrade

1.	2:22,29	W15	Schwaiger Anna Kath	94	TuS Neuenrade	07.06. Hagen
2.	2:34,43	JB	Kirschey Danica	92	LG Lüdenscheid	25.04. Lüdenscheid
3.	2:37,92	JB	Bäcker Lisa	92	LG Halver-Schalksm.	12.09. Lüdenscheid
4.	2>38,66	W11	Cormann Samira	98	TuS Neuenrade	21.06. Menden
5.	2:38,6	W40	Birbaleite Vilja	66	LG Plettenberg-Her.	18.09. Plettenberg
6.	2:42,78	W13	Boodes Ilka	96	LG Halver-Schalksm.	11.06. Iserlohn
7.	2:44,50	W15	Alberts Nadine	94	LG Plettenberg-Her.	17.05. Lüdenscheid
8.	2:45,82	W12	Hoffmann Michelle	97	LG Plettenberg-Her.	12.09. Lüdenscheid
9.	2:47,94	W14	Klee Linda	95	LG Lüdenscheid	17.05. Lüdenscheid
10.	3:01,45	W12	Häbel Svenja	97	LG Halver-Schalksm.	12.09. Lüdenscheid

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

1.000 m

Bestleistung 2008: 3:43,15 min - Kunde Sabrina - TSV 1886 Rönsahl

Fehlanzeige



Frauen Hauptklasse

1.500 m

Bestleistung 2008: 5:04,50 min - Birbaleite Vilja - LG Plettenberg-Her.

Fehlanzeige

3.000 m

Bestleistung 2008: 11:47,02 min - Turra Monika - TSV 1886 Rönsahl

1.	10:36,86	W40	Birbaleite Vilja	66	LG Plettenberg-Her.	30.05. Paderborn
2.	12:14,50	JA	Rüdiger Alisa	90	LG Lüdenscheid	25.04. Lüdenscheid

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

5.000 m

Bestleistung 2008: 18:57,45 min - Birbaleite Vilja - LG Plettenberg-Her.

Fehlanzeige

10.000 m

Bestleistung 2008: 40:46,46 min - Turra Monika - TSV 1886 Rönsahl

Fehlanzeige

1 Stundenlauf

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

1.	11.845	W55	Schulte Gudrun	54	TSG Valbert	04.04. Bilstein
----	--------	-----	----------------	----	-------------	-----------------

10 km

Bestleistung 2008: 39:43 min - Birbaleite Vilja - LG Plettenberg-Her.

1.	39:52	W40	Birbaleite Vilja	66	LG Plettenberg-Her.	18.04. Gummersbach-La
2.	40:09	W40	Turra Monika	68	TSV 1886 Rönsahl	25.01. Porz
3.	41:26	W35	Busenius Stefanie	71	Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
4.	42:34	W45	Röther Claudia	64	Turboschnecken Lüd.	31.01. Duisburg
5.	46:35	W30	Kunde Sabrina	77	TSV 1886 Rönsahl	01.03. Leverkusen
6.	46:48	W45	Stromberger Melanie	60	Turboschnecken Lüd.	08.02. Herten-Bertlic
7.	47:23	W45	Wasserfuhr Barbara	62	TSV 1886 Rönsahl	25.01. Porz
8.	49:23	W55	Schulte Gudrun	54	TSG Valbert	18.04. Gummersbach-La
9.	49:34	W40	Bäcker Michaela	69	LG Halver-Schalksm.	30.05. Rönsahl
10.	50:55	W40	Bienlein Caroline	67	Turboschnecken Lüd.	08.02. Herten-Bertlic

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



Frauen Hauptklasse

10 km Mannschaft

Bestleistung 2008: 2:33:26 Std - TSG Valbert

1.	2:20:36	W35		Turboschnecken Lüd.	08.02. Herten-Bertlic
				(Busenius S.71/42:53 - Stromberger M.60/46:48 - Bienlein C.67/50:55)	
2.	2:37:31	W30		Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
				(Bolz M.61/1:04:52 - Harbecke K.76/1:11:14 - Marre G.62/1:11:25)	
3.	3:35:40	W45		Turboschnecken Lüd.	18.04. Gummersbach-La
				(Kayser A.62/1:11:25 - Fischer C.57/1:12:07 - Brauers K.52/1:12:08)	

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

15 km

Bestleistung 2008: 1:01:04 min - Turra Monika - TSV 1886 Rönsahl

1.	59:36	W40	Turra Monika	68	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
2.	1:12:09	W45	Wasserfuhr Barbara	62	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
3.	1:15:57	W50	Prachowski Krystyna	55	LG Plettenberg-Her.	08.02. Hamm
4.	1:16:53	W30	Kunde Sabrina	77	TSV 1886 Rönsahl	08.02. Porz
5.	1:21:17	W55	Bialuschewski Chris	54	TSV Altena	08.02. Herten-Bertlic
6.	1:21:29	W50	Witt Heidi	58	Turboschnecken Lüd.	08.02. Herten-Bertlic
7.	1:34:27		Sommer Imke	83	Turboschnecken Lüd.	08.02. Herten-Bertlic

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

Halbmarathon

Bestleistung 2008: 1:26:21 Std - Turra Monika - TSV 1886 Rönsahl

1.	1:29:24	W45	Röther Claudia	64	Turboschnecken Lüd.	06.09. Köln
2.	1:30:28	W40	Turra Monika	68	TSV 1886 Rönsahl	01.03. Porz
3.	1:36:52	W35	Busenius Stefanie	71	Turboschnecken Lüd.	23.08. Iserlohn
4.	1:42:04	W50	Springob Ulrike	59	TSV Altena	11.04. Paderborn
5.	1:46:04	W45	Wasserfuhr Barbara	62	TSV 1886 Rönsahl	01.03. Porz
6.	1:46:37	W40	Bienlein Caroline	67	Turboschnecken Lüd.	04.10. Köln
7.	1:47:33	W30	Kunde Sabrina	77	TSV 1886 Rönsahl	21.03. Rodenkirchen
8.	1:56:31	W45	Nölker Waltraud	64	TSG Valbert	04.10. Köln
9.	1:57:31	W50	Bingart Silke	56	Turboschnecken Lüd.	23.08. Iserlohn
10.	2:02:54	W45	Nies Petra	61	TSV 1886 Rönsahl	04.10. Köln

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

Marathon

Bestleistung 2008: 3:05:26 Std - Turra Monika - TSV 1886 Rönsahl

1.	3:06:02	W45	Röther Claudia	64	Turboschnecken Lüd.	03.05. Düsseldorf
2.	3:31:48	W45	Stromberger Melani	60	Turboschnecken Lüd.	03.05. Hannover
3.	3:57:00	W50	Prachowski Krystyna	55	LG Plettenberg-Her.	03.05. Düsseldorf
4.	4:19:12		Nies Carla	89	TSG Valbert	20.09. Berlin
5.	4:40:31	W30	Nitsche Silvia	79	Turboschnecken Lüd.	04.10. Köln
	4:40:31	W50	Nitsche Doris	58	Turboschnecken Lüd.	04.10. Köln

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



Frauen Hauptklasse

Marathon Mannschaft

Bestleistung 2008: 11:21:30 Std - Turboschnecken Lüd.

1. 12:28:39 W30 Turboschnecken Lüd. 04.10. Köln
(Röther C.64/3:07:37 - Nitsche S.79/4:40:31 - Nitsche D.58/4:40:31)
Leistung unter Vorbehalt, da nicht immer amtlich vermessene Strecken gelaufen wurden.

4 x 100 m Staffel

Bestleistung 2008: 54,10 sek - LG Lüdenscheid

1. 54,71 W15 LG Lüdenscheid 12.09. Lüdenscheid
(Stolf M.94 - Jaschultowski S.94 - Turck K.95 - Golla K.94)
2. 55,14 LG Lüdenscheid 12.09. Lüdenscheid
(Friemann S.74 - Lüsebrink N.91 - Hesse C.88 - Aufmkolk J.84)
3. 64,0 W15 LG MTV/St.R. Altena 26.09. Altena
(Steinigweg K.95 - Rohrandt L.94 - Trinkhaus V.94 - Beckmann J.94)

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

Hochsprung

Bestleistung 2008: 1,50 m - Hallas Svenja - LG Plettenberg-Her.

- | | | | | | | |
|-----|------|-----|------------------|----|---------------------|---------------------|
| 1. | 1,50 | | Tauber Cora | 80 | TSV Altena | 26.09. Altena |
| 2. | 1,40 | W15 | Stolf Marlene | 94 | LG Lüdenscheid | 25.04. Lüdenscheid |
| 3. | 1,40 | W15 | Pauli Hanne | 94 | LG Halver-Schalksm. | 26.09. Altena |
| 4. | 1,35 | W13 | Menschikov Irina | 96 | LG Halver-Schalksm. | 02.05. Schalksmühle |
| 5. | 1,35 | W30 | Flusche Gundula | 79 | TSV Altena | 26.09. Altena |
| 6. | 1,30 | W13 | Radatz Fenja | 96 | LG Halver-Schalksm. | 02.05. Schalksmühle |
| 7. | 1,30 | W13 | Boodes Ilka | 96 | LG Halver-Schalksm. | 10.05. Iserlohn |
| 8. | 1,30 | W15 | Beckmann Julia | 94 | LG MTV/St.R. Altena | 26.09. Altena |
| 9. | 1,28 | W13 | Thamer Frauke | 96 | LG Plettenberg-Her. | 05.09. Plettenberg |
| 10. | 1,26 | W11 | Braß Loriane | 98 | LG Halver-Schalksm. | 05.09. Plettenberg |
| 11. | 1,26 | W11 | Plautz Alina | 98 | TV Wiblingwerde | 05.09. Plettenberg |

Stabhochsprung

Bestleistung 2008: Fehlanzeige

- | | | | | | | |
|----|------|-----|------------------|----|---------------------|---------------------|
| 1. | 1,53 | W13 | Menschikov Irina | 96 | LG Halver-Schalksm. | 03.10. Schalksmühle |
| 2. | 1,43 | W12 | Toffel Svenja | 97 | LG Halver-Schalksm. | 03.10. Schalksmühle |



Frauen Hauptklasse

Weitsprung

Bestleistung 2008: 5,17 m - Lüsebrink Nina - LG Halver-Schalksm.

1.	5,02	JA	Lüsebrink Nina	91	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
2.	5,00		Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	12.09. Lüdenscheid
3.	4,69	W15	Golla Kathrin	94	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
4.	4,60	W15	Jaschultowski Sarah	94	LG Lüdenscheid	12.09. Lüdenscheid
5.	4,54	W14	Kremer Aileen	95	LG MTV/St.R. Altena	23.05. Schalksmühle
6.	4,41	W15	Beckmann Julia	94	LG MTV/St.R. Altena	12.09. Lüdenscheid
7.	4,38	W40	Kreisel Anja	66	TSV Altena	25.04. Lüdenscheid
8.	4,36	W14	Strehmel Cathy	95	LG Lüdenscheid	17.05. Lüdenscheid
9.	4,20	W15	Stolf Marlene	94	LG Lüdenscheid	25.04. Lüdenscheid
10.	4,20	W14	Schindler Jessica	95	LG Lüdenscheid	25.04. Lüdenscheid

Dreisprung

Bestleistung 2008: 9,41 m - Flusche Gundula - TSV Altena

1.	9,00	W30	Flusche Gundula	79	TSV Altena	26.09. Altena
----	------	-----	-----------------	----	------------	---------------

Kugelstoß 4,00 kg

Bestleistung 2008: 10,12 m - Geppert Sylvia - TV Wiblingwerde

1.	9,92		Dresel Henrike	88	TV Wiblingwerde	18.04. Wiblingwerde
2.	9,49	W40	Krischer Heidi	69	TSV Altena	13.09. Lüdenscheid
3.	9,39	JB	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	03.10. Hagen
4.	8,88	W30	Flusche Gundula	79	TSV Altena	16.05. Altena
5.	8,88	JA	Wilke Veronika	90	TV Wiblingwerde	26.09. Altena
6.	8,64	W35	Pusch Melanie	74	TSV Altena	16.05. Altena
7.	8,56		Tauber Cora	80	TSV Altena	26.09. Altena
8.	8,19	JA	Haarmann Lisa	91	LG Plettenberg-Her.	10.10. Plettenberg
9.	8,14		Weber Inga	84	TSV Altena	18.04. Wiblingwerde
10.	7,85	W40	Kreisel Anja	66	TSV Altena	16.05. Altena

Diskuswurf 1,00 kg

Bestleistung 2008: 33,45 m - Geppert Sylvia - TV Wiblingwerde

1.	30,69	W35	Geppert Sylvia	71	TV Wiblingwerde	01.03. Düsseldorf
2.	28,79		Dresel Henrike	88	TV Wiblingwerde	18.04. Wiblingwerde
3.	27,85	W55	Steinhanses-Kordt J	51	LG Plettenberg-Her.	11.07. Vaterstetten
4.	27,64	JB	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	14.03. Gladbeck
5.	26,83	W40	Krischer Heidi	69	TSV Altena	25.09. Altena
6.	26,70	JA	Haarmann Lisa	91	LG Plettenberg-Her.	16.05. Altena
7.	25,44	W35	Sahrmann Antje	71	TV Wiblingwerde	11.01. Düsseldorf
8.	22,72	W15	Feldmann Jaqueline	94	LG Plettenberg-Her.	18.04. Wiblingwerde
9.	22,36	W60	Rüsch Gertraud	48	TV Wiblingwerde	30.05. Paderborn
10.	21,73	W35	Richardt Sandra	73	TSV Altena	16.05. Altena



Frauen Hauptklasse

Speerwurf 600 g

Bestleistung 2008: 40,38 m - Hamel Jennifer - LG Halver-Schalksm.

1.	39,34	JB	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	31.01. Kamen
2.	27,87		Hartwig Svenja	88	LG Plettenberg-Her.	26.09. Altena
3.	26,19	W40	Krischer Anja	66	TSV Altena	16.05. Altena
4.	24,78	W40	Krischer Heidi	69	TSV Altena	25.09. Altena
5.	23,37	W35	Richardt Sandra	73	TSV Altena	16.05. Altena
6.	23,22	JB	Kirschey Danica	92	LG Lüdenscheid	13.09. Lüdenscheid
7.	22,86	W30	Flusche Gundula	79	TSV Altena	25.09. Altena
8.	22,56	W14	Hagemann Marie-Ther	95	LG Plettenberg-Her.	18.04. Wiblingwerde
9.	21,74	W15	Feldmann Jaqueline	94	LG Plettenberg-Her.	18.04. Wiblingwerde
10.	20,78		Dresel Henrike	88	TV Wiblingwerde	18.04. Wiblingwerde

Hammerwurf 4,00 kg

Bestleistung 2008: 43,06 m - Henrichs Jennifer - LG Plettenberg-Her.

1.	49,88		Henrichs Jennifer	87	LG Plettenberg-Her.	05.07. Plettenberg
2.	39,20	W40	Krischer Heidi	69	TSV Altena	10.10. Dortmund-Höchs
3.	38,57	JA	Haarmann Lisa	91	LG Plettenberg-Her.	10.10. Plettenberg
4.	32,30		Hartwig Kathrin	88	LG Plettenberg-Her.	20.06. Plettenberg-Bö
5.	31,90		Hartwig Svenja	88	LG Plettenberg-Her.	03.10. Hagen
6.	30,11	W35	Pusch Melanie	74	TSV Altena	20.06. Plettenberg-Bö
7.	26,35		Weber Inga	84	TSV Altena	25.09. Altena
8.	24,60	W35	Sahrmann Antje	71	TV Wiblingwerde	11.01. Düsseldorf
9.	20,98	W30	Flusche Gundula	79	TSV Altena	16.05. Altena

Pokalwertung

1.	LG Lüdenscheid	162 Punkte	120 Pkt. Vorjahr	135,0 % vom Vorj.
2.	TSV Altena	123 Punkte	78 Pkt. Vorjahr	157,7 % vom Vorj.
3.	Turboschnecken Lüd.	122 Punkte	50 Pkt. Vorjahr	244,0 % vom Vorj.
4.	LG Plettenberg-Her.	117 Punkte	133 Pkt. Vorjahr	88,0 % vom Vorj.
5.	LG Halver-Schalksm.	85 Punkte	169 Pkt. Vorjahr	50,3 % vom Vorj.
6.	TSV 1886 Rönsahl	65 Punkte	163 Pkt. Vorjahr	39,9 % vom Vorj.
7.	TV Wiblingwerde	63 Punkte	91 Pkt. Vorjahr	69,2 % vom Vorj.
8.	LG MTV/St.R. Altena	25 Punkte	15 Pkt. Vorjahr	166,7 % vom Vorj.
9.	TSG Valbert	23 Punkte	50 Pkt. Vorjahr	46,0 % vom Vorj.
10.	TuS Neuenrade	17 Punkte	16 Pkt. Vorjahr	106,3 % vom Vorj.
	gesamt:	802 Punkte	885 Pkt. Vorjahr	90,6 % vom Vorj.