

50 m

1.	7,34	Auras Michelle	95	LG Plettenberg-Her.	13.05.2006 Attendorn
2.	7,47	Würtz Nayara	96	LG Lüdenscheid	09.09.2007 Dortmund
3.	7,56	Privitera Catharina	92	LG Halver-Schalksm.	20.07.2003 Lüdenscheid
4.	7,59	Drummer Alena	97	LG Lüdenscheid	07.09.2008 Lüdenscheid
5.	7,62	Janoschka Alice	99	LG Plettenberg-Her.	05.09.2010 Hagen
6.	7,63 +0,9	Stoltz Renate	88	LG Lüdenscheid	02.10.1999 Menden
7.	7,4	Jäckering Nadine	79	LG Plettenberg-Her.	01.05.1989 Witten
8.	7,4	Hess Sara Kristin	85	Grün-Weiß Lüdensch.	25.08.1996 Lüdenscheid
9.	7,4	Theiß Miriam	93	LG Halver-Schalksm.	15.05.2004 Schalksmühle
10.	7,4	Golla Lisa	96	LG Lüdenscheid	17.06.2007 Lüdenscheid
11.	7,4	Högger Laura	99	LG Halver-Schalksm.	01.05.2010 Schalksmühle

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

800 m

1.	2:38,66	Cormann Samira	98	TuS Neuenrade	21.06.2009 Menden
2.	2:42,49	Schirmer Stephanie	84	TuS Halver	30.09.1995 Lüdenscheid
3.	2:42,8	Pleuger Michelle	93	LG Halver-Schalksm.	27.06.2004 Lüdenscheid
4.	2:44,72	Christeleit Lisa	81	TS Evingsen	30.06.1991 Dortmund
5.	2:45,6	W10 Schwaiger Anna Kath	94	TuS Jahn Werdohl	27.06.2004 Lüdenscheid
6.	2:47,18	Dopatka Anja	86	TuS Halver	27.04.1997 Menden
7.	2:48,1	Lefarth Jeanine	77	TuS Jahn Werdohl	11.09.1987 Plettenberg
8.	2:48,83	Lembcke Miriam	75	TV Kierspe 79	31.08.1985 Iserlohn
9.	2:48,8	Plassmann Christina	95	LG Plettenberg-Her.	02.09.2006 Plettenberg
10.	2:48,96	W10 Weidmann Linda	87	TSG Valbert	21.09.1997 Dortmund

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

2.000 m

1.	7:31,51	W10 Dopatka Anja	86	TSV 1886 Rönsahl	06.10.1996 Dortmund
2.	7:40,29	W10 Cormann Samira	98	TuS Neuenrade	12.10.2008 Dortmund
3.	7:41,0	W10 Schwaiger Anna Kath	94	TuS Jahn Werdohl	03.09.2004 Rönsahl
4.	7:51,78	Schirmer Stephanie	84	TuS Halver	07.10.1995 Dortmund
5.	8:03,57	W10 Elsner Clara	86	TuS Halver	06.10.1996 Dortmund
6.	8:04,2	Goldfuß Janina	83	TSG Valbert	14.08.1994 Halver
7.	8:12,8	W10 Weidmann Linda	87	TSG Valbert	06.09.1997 Meinerzhagen
8.	8:15,51	Kobus Christine	84	TuS Halver	07.10.1995 Dortmund
9.	8:17,95	Liebau Mona	86	TuS Halver	20.06.1997 Menden
10.	8:19,5	Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	12.09.2003 Meinerzhagen

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

5 km

1.	23:23	W10 Elsner Clara	86	TuS Halver	09.11.1996 Werl
2.	24:34	W10 Schirmer Alexandra	86	TuS Halver	09.11.1996 Werl

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

4 x 50 m Staffel

1.	29,39	Grün-Weiß Lüdensch. (Kathenbach S.84 - Geßler T.84 - van Düsseldorf K.84 - Balz N.84)	28.05.1995 Dortmund
2.	29,84	LG Halver-Schalksm. (Menschikov I.96 - Boodes I.96 - Radatz F.96 - Toffel S.97)	02.09.2007 Lüdenscheid
3.	29,90	LG Plettenberg-Her. (Plassmann C.95 - Hagemann M.95 - Seel M.95 - Auras M.95)	24.09.2006 Gütersloh
4.	29,92	LG Plettenberg-Her. (Glingener K.88 - Lill H.88 - Schöffel S.88 - Weber L.88)	12.09.1999 Lippstadt
5.	29,98	LG Plettenberg-Her. (Kuschel A.92 - Wittkopp C.92 - Butt S.92 - Störmann N.92)	27.07.2003 Menden
6.	30,06	Grün-Weiß Lüdensch. (Marten J.85 - Lux S.86 - Hess S.85 - Krause M.85)	16.06.1996 Menden
7.	30,1	LG Lüdenscheid (Neumann L.96 - Kanngießler S.97 - Golla L.96 - Würtz N.96)	17.06.2007 Lüdenscheid
8.	30,43	LG Halver-Schalksm. (Oberberg 99 - Spelsberg 00 - Fischer 99 - Hübner 99)	20.06.2010 Lüdenscheid
9.	30,69	LG Plettenberg-Her. (Dopatka J.90 - Joseph P.90 - Kühne J.90 - Henrichs S.90)	15.09.2001 Plettenberg-B.
10.	30,87	LG Halver-Schalksm. (Schwalm J.92 - Kurek S.92 - Kirschey D.92 - Privitera C.92)	20.07.2003 Lüdenscheid

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

3 x 800 m Staffel

1.	8:42,6	TuS Halver (Dahlhaus St.84 - Kobus C.84 - Schirmer St.84)	24.06.1995 Oberhausen
2.	8:55,0	TuS Halver (Schirmer A.86 - Liebau M.86 - Elsner C.86)	17.09.1997 Dortmund
3.	9:04,24	TuS Halver (Lange M.82 - Wulf T.83 - Elsner J.82)	10.05.1992 Dortmund
4.	9:16,4	TSG Valbert (Dörnen - Böhnke - Otemann 72)	03.10.1982 Wipperfürth
5.	9:25,6	TSG Valbert (Schmidt 71 - Berndt I. 72 - Krellmann )	12.09.1981 Nachrodt
6.	9:30,0	TuS Jahn Werdohl (Drees S. 90 - Rauer J. 90 - Rauer J. 90)	09.09.2000 Halver
7.	9:46,00	TuS Halver (Eibach 79 - Arlt 79 - Broszat 79)	29.04.1989 Oberhausen
8.	9:47,0	TSG Valbert (Berndt S.70 - Oelke H.70 - Drechsler S.70)	05.06.1980 Nachrodt
9.	9:54,7	LG Plettenberg-Her. (Zimmer J.83 - Schreiber K.83 - Fillinger V.83)	12.06.1993 Plettenberg-B.
10.	9:59,2	TuS Lin.-Heedfeld (Schermbeck A.70 - Rittinghaus S.70 - Spindler K.70)	05.06.1980 Nachrodt

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

### Hochsprung

1.	1,36	Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	02.10.1999 Menden
2.	1,35	Kuschel Amelie	92	LG Plettenberg-Her.	05.10.2003 Iserlohn
3.	1,34	Glingener Katharina	88	LG Plettenberg-Her.	12.09.1999 Lippstadt
4.	1,29	Auras Michelle	95	LG Plettenberg-Her.	16.09.2006 Altena
5.	1,28	Krause Mareike	85	Grün-Weiß Lüdensch.	25.08.1996 Lüdenscheid
6.	1,28	Seel Melina	95	LG Plettenberg-Her.	26.08.2006 Lüdenscheid
7.	1,26	Jäckering Nadine	79	LG Plettenberg-Her.	08.09.1989 Plettenberg-B.
8.	1,26	Hallas Svenja	91	LG Plettenberg-Her.	14.09.2002 Plettenberg
9.	1,26	Menschikov Irina	96	LG Halver-Schalksm.	17.06.2007 Lüdenscheid
10.	1,26	Braß Loriane	98	LG Halver-Schalksm.	05.09.2009 Plettenberg
11.	1,26	Plautz Alina	98	TV Wiblingwerde	05.09.2009 Plettenberg

### Weitsprung

1.	4,20	Jäckering Nadine	79	LG Plettenberg-Her.	01.05.1989 Witten
2.	4,20	Tauber Cora	80	TS Evingsen	06.10.1990 Altena
3.	4,14	Hohage Meike	79	TV Wiblingwerde	04.06.1989 Wiblingwerde
4.	4,12	Perlick Jessica	76	LG Plettenberg-Her.	01.06.1986 Altena
5.	4,09	Dam Anja	67	LG Altena-Nachrodt	17.06.1977 Nachrodt
6.	4,05	Lefarth Jeanine	77	TuS Jahn Werdohl	12.09.1987 Lüdenscheid
7.	4,00	Vitz Angela	74	TuS Neuenrade	26.04.1984 Plettenberg
8.	3,99	Wulf Tina	83	TuS Halver	23.05.1993 Menden
9.	3,95	Vedder Michaela	71	LG Lüdenscheid	27.06.1981 Lüdenscheid
10.	3,95	Hoffmann Bettina	76	TuS Jahn Werdohl	01.06.1986 Altena

### Weitsprung a. d. Zone

1.	4,73	Janoschka Alice	99	LG Plettenberg-Her.	18.09.2010 Lüdenscheid
2.	4,37	Würtz Nayara	96	LG Lüdenscheid	22.09.2007 Menden
3.	4,35	Toffel Svenja	97	LG Halver-Schalksm.	26.04.2008 Lüdenscheid
4.	4,33	Privitera Catharina	92	LG Halver-Schalksm.	20.07.2003 Lüdenscheid
5.	4,31	Stoltz Renate	88	LG Lüdenscheid	02.10.1999 Menden
6.	4,30	Hess Sara Kristin	85	Grün-Weiß Lüdensch.	06.06.1996 Iserlohn
7.	4,27	Schwalm Jana	92	LG Halver-Schalksm.	20.07.2003 Lüdenscheid
8.	4,24	Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	15.05.1999 Attendorn
9.	4,24	Meyer Urte	88	LG MTV/St.R. Altena	11.09.1999 Altena
10.	4,23	Hübner Pia	99	LG Halver-Schalksm.	26.06.2010 Plettenberg

Schlagballwurf 80 g

1.	45,50		Esser Alexandra	97	LG Halver-Schalksm.	19.06.2008 Menden
2.	45,00		Hagemann Marie-Ther	95	LG Plettenberg-Her.	02.09.2006 Plettenberg
3.	43,00		Bleul Laura	99	LG Halver-Schalksm.	04.07.2010 Lüdenscheid
4.	42,00		Kirsten Sabrina	84	Schalksmühler TV	02.07.1995 Plettenberg-B.
5.	42,00	W10	Elsner Clara	86	TuS Halver	15.06.1996 Halver
6.	42,00		Oberberg Lena	99	LG Halver-Schalksm.	25.09.2010 Altena
7.	41,50		Elsner Johanna	82	TuS Halver	18.06.1992 Iserlohn
8.	41,00	W10	Balic Nevressa	86	TuS Halver	15.06.1996 Halver
9.	40,80	W10	Meyer Urte	88	LG MTV/St.R. Altena	05.09.1998 Altena
10.	40,50		Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	02.10.1999 Menden

Dreikampf

1.	1.330 h		Hagemann Marie-Ther	95	LG Plettenberg-Her.	02.09.2006 Plettenberg
			( 7,8 - 3,75 - 45,00)			
2.	1.282 h		Esser Alexandra	97	LG Halver-Schalksm.	23.08.2008 Plettenberg-Bö
			( 8,1 - 3,78 - 43,00)			
3.	1.274 h		Theiß Miriam	93	LG Halver-Schalksm.	15.05.2004 Schalksmühle
			( 7,4 - 3,68 - 34,50)			
4.	1.272 e		Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	02.10.1999 Menden
			( 8,47 [-3,8] - 4,00 - 40,50)			
5.	1.272 h		Auras Michelle	95	LG Plettenberg-Her.	18.06.2006 Werdohl
			( 7,3 - 4,18 - 27,00)			
6.	1.270 e	W10	Wuntke Michelle	98	LG Halver-Schalksm.	15.06.2008 Lüdenscheid
			( 8,29 - 3,85 - 40,00)			
7.	1.266 h		Quinkert Svenja	83	Schalksmühler TV	11.06.1994 Schalksmühle
			( 7,7 - 4,04 - 33,00)			
8.	1.262 h	W10	Elsner Clara	86	TuS Halver	15.06.1996 Halver
			( 8,3 - 3,86 - 42,00)			
9.	1252 h		Oberberg Lena	99	LG Halver-Schalksm.	06.06.2010 Schalksmühle
			( 7,9 - 4,00 - 34,50)			
10.	1.247 e		Hess Sara Kristin	85	Grün-Weiß Lüdensch.	06.06.1996 Iserlohn
			( 7,88 - 4,30 - 27,50)			

Dreikampf Mannschaft

1.	6.062 h		LG Halver-Schalksm.	06.06.2010	Schalksmühle
		(Oberberg 1252 - Fischer 1244 - Högger 1233 - Bleul 1208 - Hübner 1125)			
2.	6.022 e		LG Halver-Schalksm.	15.06.2008	Lüdenscheid
		(Wuntke M1270-Esser A1256-Toffel S1217-Heiduk J1180-Kraja E1099)			
3.	6.000 e		LG Plettenberg-Her.	02.10.1999	Menden
		(Lill88/1272-Glingener88/1243-Zrno88/1205-Weber88/1144-Schöffel88/1136)			
4.	5.886 h		LG Halver-Schalksm.	12.07.2003	Schalksmühle
		(Schwalm J1245-Kurek S1234-Theiß M1138-Kirschey D1130-Hamel J1119)			
5.	5.741 e		LG Plettenberg-Her.	29.09.2001	Menden
		(Fehrmann V1173-Henrichs S1169-Kühne J1152-Joseph P1137-Dopatka J1110)			
6.	5.385 h		Grün-Weiß Lüdensch.	05.05.1996	Schalksmühle
		(Hess85/1193-Marten85/1187-Lux86/1153-Piotrowski85/1082-EI Matoul85/770)			
7.	5.323 e		LG Plettenberg-Her.	01.09.2002	Lüdenscheid
		(Dziwisch N1173-Reininghaus C1080-Haarmann L1065-Störmann N1019-Busch K)			
8.	5.270 h		TuS Halver	15.06.1996	Halver
		(Elsner 86/1262-Baliv 86/1216-Schirmer 86/977-Kobus 86/909-Liebau86/906)			
9.	5.196 h		Schalksmühler TV	11.06.1994	Schalksmühle
		(Quinkert83/1266-Kirsten84/1116-Lumberg84/986-Schulz84/918-Meyer84/910)			
10.	5.097 h		LG Plettenberg-Her.	25.08.2007	Plettenberg-Bö
		(Schülke J1160-Rautenberg C1128-Ottlik J971-Bergmann D963-Hoffmann M875)			

Vierkampf

1.	1.691 e	Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	02.10.1999	Menden
		( 8,47 [-3,8] - 4,00 - 1,36 - 40,50)				
2.	1.596 e	Theiß Miriam	93	LG Halver-Schalksm.	09.05.2004	Iserlohn
		( 8,08 [-0,7] - 3,69 - 38,00 - 1,24)				
3.	1.595 h	Glingener Katharina	88	LG Plettenberg-Her.	15.05.1999	Attendorn
		( 8,3 - 4,09 - 1,33 - 32,00)				
4.	1.560 h	Schwalm Jana	92	LG Halver-Schalksm.	12.07.2003	Schalksmühle
		( 7,5 - 4,17 - 27,00 - 1,20)				
5.	1.557 h	Esser Alexandra	97	LG Halver-Schalksm.	23.08.2008	Plettenberg-Bö
		( 8,1 - 3,78 - 1,14 - 43,00)				
6.	1.551 h	Bleul Laura	99	LG Halver-Schalksm.	01.05.2010	Schalksmühle
		( 8,1 - 3,70 - 1,24 - 36,00)				
7.	1.549 e	Auras Michelle	95	LG Plettenberg-Her.	13.05.2006	Attendorn
		( 7,34 - 3,86 - 23,50 - 1,22)				
8.	1.529 e	Heiduk Johanna	97	LG Halver-Schalksm.	15.06.2008	Lüdenscheid
		( 7,96 - 4,00 - 1,25 - 25,50)				
9.	1.523 h	Fischer Nele	99	LG Halver-Schalksm.	26.06.2010	Plettenberg
		( 7,7 - 4,05 - 1,18 - 28,50)				
10.	1.517 e	W10 Wuntke Michelle	98	LG Halver-Schalksm.	15.06.2008	Lüdenscheid
		( 8,29 - 3,85 - 1,10 - 40,00)				

