

75 m

1.	9,26 -0,3		Möller Sandra	80	LG Lüdenscheid	10.06.1995 Lage
2.	9,93 +1,4	W14	Hess Sara Kristin	85	SC Lüdenscheid	07.05.1999 Menden
3.	10,00 *		Blau Tanja	74	TuS Jahn Werdohl	07.05.1988 Lüdenscheid
4.	9,9		Donacien Samantha	74	Grün-Weiß Lüdensch.	07.08.1988 Dortmund
5.	10,0		Schauerte Maren	76	LG Plettenberg-Her.	15.09.1990 Lüdenscheid
6.	10,0		Kühnl Elke	77	TV Jahn Plettenberg	30.06.1991 Plettenberg-B.
7.	10,0		Broszat Tatjana	79	TuS Halver	11.06.1994 Schalksmühle
8.	10,0		Geßler Tanja	84	SC Lüdenscheid	29.05.1999 Schalksmühle
9.	10,1		Roth Vera	78	TSG Valbert	12.09.1992 Meinerzhagen
10.	10,1		Ruff Michelle	80	LG Lüdenscheid	24.06.1995 Schalksmühle
11.	10,1		Balz Nadine	84	SC Lüdenscheid	02.05.1999 Schalksmühle
12.	10,1		Bätzel Julia	84	LG MTV/St.R. Altena	11.09.1999 Altena
13.	10,1		di Venanzio Laura	84	TSV Altena	11.09.1999 Altena

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

100 m

1.	12,70 +0,0		Stoltz Renate	88	LG Lüdenscheid	14.06.2003 Menden
2.	12,5		König Ute	65	TSG Valbert	15.06.1979 Lüdenscheid
3.	12,5		Dam Anja	67	TuS Nachrodt-Obstf.	10.05.1981 Lüdenscheid
4.	12,79 -1,0		Hess Sara Kristin	85	SC Lüdenscheid	04.06.2000 Dortmund
5.	12,83		Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	28.05.2006 Lüdenscheid
6.	12,7		Walk Christine	65	LG Lüdenscheid	12.05.1979 Lüdenscheid
7.	13,01	W14	Eicker Marie	93	LG Halver-Schalksm.	20.05.2007 Recklinghausen
8.	12,8		Afflerbach Beate	62	LG Lüdenscheid	23.06.1976 Lüdenscheid
9.	12,8		Lenz Angela	68	Schalksmühler TV	25.06.1981 Iserlohn
10.	12,8		Klampt Nicole	70	Schalksmühler TV	10.06.1984 Obersuhl

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

300 m

1.	42,35		Hess Sara Kristin	85	SC Lüdenscheid	27.08.2000 Hagen
2.	43,28		Swierczek Jessica	90	LG Lüdenscheid	19.06.2005 Lüdenscheid
3.	43,77		Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	20.07.2003 Lüdenscheid
4.	44,27		Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	19.08.2007 Kevelaer
5.	44,78		Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	03.06.2006 Gladbeck
6.	45,18		Vetter Kathrin	87	LG Lüdenscheid	22.09.2002 Lüdenscheid
7.	45,37	W14	Vanselow Sandra	86	LG Lüdenscheid	21.07.2000 Menden
8.	45,61		Rüdiger Alisa	90	LG Lüdenscheid	19.06.2005 Lüdenscheid
9.	46,15	W14	Risse Jennifer	91	LG Halver-Schalksm.	19.06.2005 Lüdenscheid
10.	46,26	W14	Schwaiger Anna Kath	94	TuS Neuenrade	06.09.2008 Lüdenscheid

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

600 m

1.	1:45,3		Wunderlich Heike	54	TuS Jahn Werdohl	23.05.1968 Menden
2.	1:45,9		Plischke Beate	59	TSG Valbert	12.05.1973 Werd.-Eveking
3.	1:48,4	SB	König Ute	65	TSG Valbert	19.05.1977 Dortmund
4.	1:49,5		Wenzel Ulrike	56	TuS Versetal	07.09.1969 Altena
5.	1:51,0		Bahr Heidi	52	TuS Versetal	04.09.1966 Werdohl
6.	2:04,0		Middendorf Antje	56	TuS Versetal	12.06.1969 Werdohl
7.	2:06,5		Uhlig Annegret	56	TuS Versetal	12.06.1969 Werdohl
8.	2:09,7		Castell Christiane	55	TV Friesen Lüdensch	03.05.1969 Lüdenscheid
9.	2:10,7		Zander Regina	56	TuS Jahn Werdohl	03.05.1969 Lüdenscheid
10.	2:13,5		Gansohr Heidrun	56	TSV Altena	28.06.1969 Altena

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

800 m

1.	2:14,6		König Ute	65	TSG Valbert	18.08.1979 Menden
2.	2:18,36		Goldfuß Janina	83	TSG Valbert	26.09.1998 Lüdenscheid
3.	2:19,1		Plischke Beate	59	TSG Valbert	15.09.1973 Koblenz
4.	2:22,29		Schwaiger Anna Kath	94	TuS Neuenrade	07.06.2009 Hagen
5.	2:23,48		Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	28.06.2007 Dortmund
6.	2:23,4		Wiebel Antje	67	TuS Halver	28.09.1980 Lüdenscheid
7.	2:24,2	SB	Walk Christine	65	LG Lüdenscheid	12.06.1977 Menden
8.	2:26,2		Köster Sabine	64	TuS Jahn Werdohl	20.08.1978 Dortmund
9.	2:26,7		Wenzel Ulrike	56	LG Werdohl-Versetal	14.06.1970 Werdohl
10.	2:26,96		Elsner Johanna	82	TuS Halver	11.07.1997 Menden

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

2.000 m

1.	6:46,46	W14	Goldfuß Janina	83	TSG Valbert	05.10.1997 Dortmund
2.	6:50,4		Müller Janina	75	LG Plettenberg-Her.	23.09.1989 Kamen
3.	6:59,25	W14	Schwaiger Anna Kath	94	TuS Neuenrade	11.07.2008 Menden
4.	7:00,48		Elsner Johanna	82	TuS Halver	25.04.1997 Brackwede
5.	7:05,7	W14	Schirmer Stephanie	84	LG Halver-Schalksm.	26.09.1998 Oberhausen
6.	7:10,82		Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	23.06.2007 Ahlen
7.	7:13,1		Steffens Petra	68	TuS Jahn Werdohl	25.09.1982 Altena
8.	7:28,78	W12	Cormann Samira	98	TuS Neuenrade	20.03.2010 Oeventrop
9.	7:28,90	W13	Höfer Nicole	82	TuS Halver	14.07.1995 Menden
10.	7:31,51	W10	Dopatka Anja	86	TSV 1886 Rönsahl	06.10.1996 Dortmund

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

3.000 m

1.	10:34,64		Goldfuß Janina	83	TSG Valbert	23.08.1998 Dortmund
2.	11:08,42		Elsner Johanna	82	TuS Halver	05.09.1997 Köln
3.	11:21,25		Giebel Gwenda	80	LG Lüdenscheid	10.09.1995 Olpe

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

5 km

1.	18:17		Goldfuß Janina	83	TSG Valbert	28.03.1998 Potsdam
2.	19:21		Elsner Johanna	82	TuS Halver	08.11.1997 Werl
3.	19:56	W14	Schirmer Stephanie	84	LG Halver-Schalksm.	14.11.1998 Werl
4.	19:58		Schwaiger Anna Kath	94	TuS Neuenrade	14.02.2009 Fröndenberg
5.	21:13		Kionka Gesina	93	LG Plettenberg-Her.	31.05.2008 Attendorn
6.	21:20	W13	Höfer Nicole	82	TuS Halver	03.12.1995 Herten-Bertlic
7.	21:20	W14	Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	03.12.2006 Herten-Bertlic
8.	21:37		Stute Janina	79	TuS Oberbrügge	13.03.1993 Duisburg
9.	22:00	W13	Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	14.02.1999 Herten-Bertlic
10.	22:13		Redlich Daniela	82	TSV 1886 Rönsahl	02.02.1997 Köln-Porz

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

7,5 km

1.	34:33		Redlich Daniela	82	TSV 1886 Rönsahl	09.02.1997 Berg-Gl.-Refra
2.	37:04	W13	Eisenacher Nadine	87	LG Halver-Schalksm.	05.11.2000 Verl

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

10 km

1.	41:30		Mosch Vanessa	91	LG Plettenberg-Her.	30.12.2006 Netphen-Brauer
2.	43:15		Redlich Daniela	82	TSV 1886 Rönsahl	12.01.1997 Pulheim
3.	44:05	W11	Elsner Johanna	82	TuS Halver	02.04.1994 Paderborn
4.	47:16		Stute Janina	79	TuS Oberbrügge	17.04.1993 Duisburg
5.	50:12	W13	Voerster Nina	80	TuS Oberbrügge	17.04.1993 Duisburg
6.	1:02:07		Gierling Anina	91	LG Plettenberg-Her.	30.12.2006 Netphen-Brauer

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

80 m Hürden (0,762 m)

1.	12,57 +0,0		Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	05.06.2006 Recklinghausen
2.	12,68		Stoltz Renate	88	LG Lüdenscheid	10.08.2003 Lage
3.	12,5		Bonventre Katrin	80	LG Lüdenscheid	24.06.1995 Schalksmühle
4.	12,75		Kaiser Dunja	73	LG Lüdenscheid	06.09.1986 Lüdenscheid
5.	12,92	W14	Thewen Beate	87	LG Lüdenscheid	01.07.2001 Werl
6.	12,7		Möller Sandra	80	LG Lüdenscheid	24.06.1995 Schalksmühle
7.	12,8 +0,4		Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	19.09.1999 Gelsenkirchen
8.	13,09 *		Schauerte Maren	76	LG Plettenberg-Her.	25.08.1990 Ahlen
9.	12,9		Walk Christine	65	LG Lüdenscheid	06.10.1979 Lüdenscheid
10.	12,9		Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	05.07.2003 Plettenberg

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

300 m Hürden

1.	48,89		Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	26.05.2007 Gladbeck
2.	48,99		Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	05.06.2006 Recklinghausen

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

4 x 75 m Staffel

1.	38,67	LG Lüdenscheid	24.05.1995 Hagen
		(Enes I.80 - Ruff M.80 - Möller S.80 - Bonventre K.80)	
2.	39,48	SC Lüdenscheid	22.08.1999 Paderborn
		(Kathenbach S.84 - Balz N.84 - Geßler T.84 - Hess S.85)	
3.	40,27	W13 LG Lüdenscheid	30.05.2009 Witten
		(Neumann L.96 - Drummer A.97 - Golla L.96 - Würtz N.96)	
4.	40,70	W13 LG Halver-Schalksm.	12.09.2009 Lüdenscheid
		(Boodes I.96 - Toffel S.97 - Menschikov I.96 - Heiduk J.97)	
5.	40,86	W13 LG Plettenberg-Her.	15.06.2008 Lüdenscheid
		(Schülke J.95 - Seel M.95 - Hagemann M.95 - Auras M.95)	
6.	40,89	W13 LG Lüdenscheid	20.07.2003 Lüdenscheid
		(Swierczek J.90 - Rüdiger A.90 - Bobitka S.90 - Juretzki I.90)	
7.	40,9	W13 LG Lüdenscheid	24.08.2007 Schwerte
		(Stolf M.94 - Steiner S.94 - Golla K.94 - Jaschultowski S.94)	
8.	41,45	W13 LG Plettenberg-Her.	28.06.2003 Hagen
		(Dziwisch N.91 - Kühne J.90 - Joseph P.90 - Henrichs S.90)	
9.	41,52	W13 LG Lüdenscheid	02.06.2001 Iserlohn
		(Hartwig K.88 - Satian Y.89 - Buchheister S.88 - Stoltz R.88)	
10.	41,8	W13 LG Altena-Nachrodt	27.09.1973 Lüdenscheid
		(Dresel 61 - Renner 61 - Werk 61 - Siarka 61)	

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

4 x 100 m Staffel

1.	51,70	LG Halver-Schalksm.	17.09.2006 Gladbeck
		(Lüsebrink N.91 - Neumann C.91 - Schwalm J.92 - Berbecker M.91)	
2.	51,92	LG Lüdenscheid	18.06.2005 Lüdenscheid
		(Swierczek J.90 - Rüdiger A.90 - Bobitka S.90 - Juretzki I.90)	
3.	52,61	LG Lüdenscheid	21.09.2002 Lüdenscheid
		(Hartwig S.88 - Thewen B.87 - Stoltz R.88 - Vetter K.87)	
4.	53,0	LG Lüdenscheid	01.10.1983 Lüdenscheid
		(Hollweg 69 - Vedder 71 - Mühlhoff 70 - Lüth 69)	
5.	53,2	TuS Lin.-Heedfeld	04.06.1978 Menden
		(Neubauer 65 - Dickmann 65 - Freikmann 64 - Druschel 64)	
6.	53,90	LG Lüdenscheid	20.06.2010 Lüdenscheid
		(Neumann 96, Turck 95 - Golla 96 - Schindler 95)	
7.	53,8	TuS Nachrodt-Obstf.	01.06.1980 Lüdenscheid
		(Dreisbach 67 - Balogh 66 - Kirchhefer 66 - Dam 67)	
8.	54,10	LG Lüdenscheid	15.06.2008 Lüdenscheid
		(Stolf M.94 - Steiner S.94 - Golla K.94 - Jaschultowski S.94)	
9.	54,1	TuS Jahn Werdohl	27.08.1978 Dortmund
		(Köster 64 - Schulze 66 - Hellmich 65 - Raschat 64)	
10.	54,2	TSG Valbert	10.06.1982 Lüdenscheid
		(Fitzner 68 - Otte - Lischnewski 68 - Schulte 69)	

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

3 x 800 m Staffel

1.	7:32,16		TuS Halver	02.07.1996	Warstein
		(Elsner J.82 - Höfer N.82 - Hornschu E.82)			
2.	8:00,9		TSV Altena	26.05.1982	Lüdenscheid
		(Schütte 68 - Dunker 68 - Pump 70)			
3.	8:11,63		LG Lüdenscheid	02.06.2001	Iserlohn
		(Hartwig S.88 - Buchheister S.88 - Westendorf K.86)			
4.	8:13,77		SC Lüdenscheid	19.05.1999	Lüdenscheid
		(Geßler T.84 - Kathenbach S.84 - Hess S.85)			
5.	8:15,9		TSG Valbert	26.05.1982	Lüdenscheid
		(Bartelt 69 - Lischnewski 68 - Schulte 69)			
6.	8:21,1		TSG Valbert	26.05.1982	Lüdenscheid
		(Kunz 69 - Steinmeyer 69 - Fitzner 68)			
7.	8:22,9		TSV Altena	13.07.1974	Nachrodt
		(vestweber - Arens - Weispfennig)			
8.	8:24,1		TuS Dahle 04	16.05.1987	Altena
		(Ziese 73 - Schaumann 74 - Seiferth 73)			
9.	8:25,3		TSG Valbert	05.06.1980	Nachrodt
		(Lütticke 67 - Klein 67 - Fricke 66)			
10.	8:25,4		TuS Nachrodt-Obstf.	25.05.1979	Fröndenberg
		(Kargl 65 - Schmohl 65 - Balogh 66)			

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

Hochsprung

1.	1,64		Dam Anja	67	TuS Nachrodt-Obstf.	11.07.1981	Dortmund
2.	1,60		Kaiser Dunja	73	LG Lüdenscheid	05.07.1986	Hösbach
3.	1,58		Thierkopf Catja	67	TuS Grünew Lüdensch	27.06.1981	Lüdenscheid
4.	1,58		Blau Tanja	74	TuS Jahn Werdohl	11.09.1988	Lüdenscheid
5.	1,57		Hollweg Katja	69	LG Lüdenscheid	11.06.1983	Lüdenscheid
6.	1,57		Hießerich Britta	72	LG Lüdenscheid	01.06.1986	Altena
7.	1,56		Bertram Anja	65	TuS Lin.-Heedfeld	14.06.1979	Werdohl
8.	1,56	W14	Eicker Marie	93	LG Halver-Schalksm.	20.05.2007	Recklinghausen
9.	1,55		Kraas Frauke	62	Blau-Weiß Lüdensch.	10.10.1976	Lüdenscheid
10.	1,55		Josef Dagmar	67	TuS Grünew Lüdensch	23.05.1981	Werdohl
11.	1,55		Fritsch Dagmar	67	TV Städt.-Rahmede	05.07.1981	Nachrodt
12.	1,55		Wiebel Antje	67	TuS Halver	04.10.1981	Dortmund

Stabhochsprung

1.	2,90		Bonventre Katrin	80	LG Lüdenscheid	16.07.1995	Hagen
2.	2,25	W14	Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	03.10.2005	Schalksmühle
3.	2,10		Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	19.05.2001	Schalksmühle
4.	1,90		Broszat Tatjana	79	TuS Halver	20.08.1994	Schalksmühle
5.	1,80	W13	Quinkert Svenja	83	Schalksmühler TV	23.06.1996	Schalksmühle
	1,80	W14	Elsner Johanna	82	TuS Halver	23.06.1996	Schalksmühle
7.	1,80	W12	Schwalm Jana	92	LG Halver-Schalksm.	04.09.2004	Schalksmühle
8.	1,70	W12	Backer Stefanie	78	TV Wiblingwerde	24.05.1990	Schalksmühle
9.	1,70		Höfer Bettina	79	TuS Halver	20.08.1994	Schalksmühle
10.	1,70	W13	Schmidt Britta	83	LG Lüdenscheid	23.06.1996	Schalksmühle
11.	1,70	W13	Kurek Sarah	92	LG Halver-Schalksm.	04.06.2005	Schalksmühle
12.	1,70	W13	Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	04.06.2005	Schalksmühle
13.	1,70	W14	Boodes Ilka	96	LG Halver-Schalksm.	29.05.2010	Schalksmühle

Weitsprung

1.	5,22	Lüth Simone	69	LG Lüdenscheid	25.09.1983 Lüdenscheid
2.	5,22	Kaiser Dunja	73	LG Lüdenscheid	16.07.1986 Oberbrügge
3.	5,20	Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	25.05.2003 Lüdenscheid
4.	5,18	Dam Anja	67	TuS Nachrodt-Obstf.	19.07.1981 Werdohl
5.	5,11	Kraege Jenny	92	LG Halver-Schalksm.	19.08.2007 Lüdenscheid
6.	5,07	Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	28.05.2006 Lüdenscheid
7.	5,06	Schulte Anja	69	TSG Valbert	25.09.1983 Lüdenscheid
8.	5,05	Smigej Sandra	66	TuS Halver	01.06.1980 Lüdenscheid
9.	5,05	Stoltz Renate	88	LG Lüdenscheid	25.05.2003 Lüdenscheid
10.	5,04	Zagilis Alexandra	76	LG MTV/St.R. Altena	06.10.1990 Altena

Dreisprung

1.	9,98	Kathenbach Sabrina	84	SC Lüdenscheid	21.08.1999 Paderborn
2.	9,72	Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	03.05.2003 Altena
3.	9,66	Zimmer Meike	80	LG Plettenberg-Her.	24.06.1995 Schalksmühle
4.	9,66	Bätzel Julia	84	LG MTV/St.R. Altena	11.09.1999 Altena
5.	9,23	W14 Haarmann Anne	82	TSV Altena	07.09.1996 Altena
6.	9,21	Glingener Katharina	88	LG Plettenberg-Her.	22.06.2003 Minden
7.	9,07	Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	05.07.2003 Plettenberg
8.	8,84	di Venanzio Laura	84	TSV Altena	11.09.1999 Altena
9.	8,74	W13 Flusche Gundula	79	TSV Altena	11.07.1992 Schalksmühle
10.	8,64	W14 Hallas Svenja	91	LG Plettenberg-Her.	17.09.2005 Plettenberg-Bö

Kugelstoß 3,00 kg

1.	12,71	W13 Esser Alexandra	97	TV Wiblingwerde	04.09.2010 Lemgo
2.	12,46	Altrogge Kerstin	69	TV Wiblingwerde	26.08.1983 Schwerte-Ergst
3.	11,77	W14 Dresel Henrike	88	TV Wiblingwerde	03.10.2002 Hagen-Dahl
4.	11,72	Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	12.07.2003 Dortmund
5.	11,62	Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	10.08.1996 Lüdenscheid
6.	11,36	Schulte Anja	69	TSG Valbert	05.06.1983 Lage
7.	11,26	Köhn Stefanie	72	LG Plettenberg-Her.	12.09.1986 Plettenberg-B.
8.	11,19	Altrogge Andrea	65	TV Wiblingwerde	01.09.1979 Nachrodt
9.	11,09	Lüth Simone	69	LG Lüdenscheid	01.10.1983 Lüdenscheid
10.	11,09	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	10.03.2007 Gladbeck

Diskuswurf 0,75 kg

1.	32,67	Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	19.09.1999 Gelsenkirchen
2.	32,38	Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	31.08.1996 Menden
3.	30,88	Backer Stefanie	78	TV Wiblingwerde	16.05.1992 Lüdenscheid
4.	30,18	Vitz Angela	74	TuS Neuenrade	04.09.1988 Werdohl
5.	29,32	Bässler Maria	80	LG Lüdenscheid	03.10.1995 Hagen
6.	27,94	W14 Wilkens Maja	83	TuS Neuenrade	12.04.1997 Wiblingwerde
7.	27,75	W14 Bröcker Lena	86	LG Plettenberg-Her.	14.10.2000 Dortmund
8.	26,94	Roß Julia	81	TuS Neuenrade	23.06.1996 Schalksmühle
9.	26,44	Shamplong Stefanie	76	Schalksmühler TV	24.05.1990 Schalksmühle
10.	26,36	W14 Kirsten Sabrina	84	LG Halver-Schalksm.	21.06.1998 Schalksmühle

Diskuswurf 1,00 kg

1.	30,89	W13	Esser Alexandra	97	TV Wiblingwerde	03.10.2010 Lippstadt
2.	30,38	W14	Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	03.10.2002 Hagen-Dahl
3.	30,22		Dresel Henrike	88	TV Wiblingwerde	26.04.2003 Wiblingwerde
4.	29,24		Schulte Anja	69	TSG Valbert	16.05.1982 Lüdenscheid
5.	27,75	W14	Bröcker Lena	86	LG Plettenberg-Her.	14.10.2000 Dortmund-Höch.
6.	27,53		Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	12.10.2003 Lippstadt
7.	26,66		Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	09.09.2007 Minden
8.	26,37	W14	Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	14.09.2002 Plettenberg
9.	26,20	W14	Heim Sara	87	LG Plettenberg-Her.	26.08.2001 Bielefeld
10.	26,16	W14	Pomsel Vanessa	88	TV Wiblingwerde	14.09.2002 Plettenberg

Speerwurf 400 g

1.	42,34		Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	20.01.1996 Kamen
2.	39,18		Kirsten Sabrina	84	LG Halver-Schalksm.	25.09.1999 Lüdenscheid
3.	34,30	W14	Elsner Johanna	82	TuS Halver	01.06.1996 Lüdenscheid
4.	33,93		Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	05.09.1999 Gelsenkirche
5.	33,58		Vitz Angela	74	TuS Neuenrade	04.09.1988 Werdohl
6.	32,44	W14	Kathenbach Sabrina	84	SC Lüdenscheid	06.06.1998 Lüdenscheid
7.	30,70		Ruff Michelle	80	LG Lüdenscheid	06.05.1995 Lüdenscheid
8.	29,92		Broszat Tatjana	79	TuS Halver	15.05.1994 Dortmund
9.	29,64	W13	Wilkins Maja	83	TuS Neuenrade	01.06.1996 Lüdenscheid
10.	28,62		Berneiser Julia	79	TV Wiblingwerde	09.04.1994 Wiblingwerde

Speerwurf 600 g

Ausgetragen bis 1987

1.	37,54		Eich Sandra	73	TuS Grünew Lüdensch	03.10.1987 Lüdenscheid
2.	30,94		Fink Judith	68	TuS Grünew Lüdensch	27.06.1981 Lüdenscheid
3.	29,16		Schönebeck Britta	73	TuS Grünew Lüdensch	08.08.1987 Lüdenscheid
4.	28,64		Hübner Ulrike	69	LG Lüdenscheid	01.07.1983 Lüdenscheid
5.	26,76		Schulte Anja	69	TSG Valbert	12.06.1982 Lüdenscheid
6.	26,04		Bertram Anja	65	TuS Lin.-Heedfeld	16.06.1979 Lüdenscheid
7.	25,64		Heiermann Antje	71	TV Wiblingwerde	04.05.1985 Lüdenscheid
8.	24,62		Vitz Angela	74	TuS Neuenrade	05.07.1987 Werdohl
9.	24,60		Schäfer Simone	70	TSV Altena	14.09.1984 Schwerte-Ergst
10.	24,48		Bangert Kira	68	TuS Halver	02.10.1982 Lüdenscheid

Speerwurf 600 g

Ausgetragen ab 1988

1.	36,79		Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	15.09.2001 Munster
2.	36,53		Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	22.06.2003 Minden
3.	36,30		Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	26.05.2007 Gladbeck
4.	33,76		Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	24.05.2003 Recklinghausen
5.	30,16	W13	Esser Alexandra	97	TV Wiblingwerde	17.07.2010 Witten
6.	29,93		Hartwig Svenja	88	LG Lüdenscheid	31.05.2003 Lüdenscheid
7.	29,58	W14	Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	18.09.2005 Paderborn
8.	29,10		Hartwig Kathrin	88	LG Lüdenscheid	31.05.2003 Lüdenscheid
9.	28,28		Ullrich Mirjam	88	LG Halver-Schalksm.	19.07.2003 Lüdenscheid
10.	28,08		Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	27.09.2003 Lüdenscheid

Schlagballwurf 80 g

1.	58,50	W13	Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	28.05.1994	Lüdenscheid
2.	55,50	W12	Hagemann Marie-Ther	95	LG Plettenberg-Her.	13.10.2007	Tudorf
3.	55,00	W13	Meyer Urte	88	LG MTV/St.R. Altena	01.09.2001	Lüdenscheid
4.	54,00	W13	Elsner Johanna	82	TuS Halver	02.07.1995	Plettenberg-B.
5.	50,50	W13	Schädel Maren	85	LG Halver-Schalksm.	16.08.1998	Dortmund
6.	50,50	W14	Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	14.09.2002	Plettenberg
7.	50,50	W12	Esser Alexandra	97	TV Wiblingwerde	12.09.2009	Lüdenscheid
8.	50,00	W13	Theiß Miriam	93	LG Halver-Schalksm.	07.05.2006	Iserlohn
9.	49,00	W12	Kirsten Sabrina	84	Schalksmühler TV	15.09.1996	Gelsenkirchen
10.	49,00	W13	Lux Sabrina	86	SC Lüdenscheid	03.06.1999	Iserlohn

Ballwurf 200 g

1.	59,80	W14	Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	03.10.1995	Hagen
2.	57,50	W14	Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	12.10.2002	Plettenberg
3.	50,00		Eich Sandra	73	TuS Grünew Lüdensch	16.05.1987	Altena
4.	49,00		Hopmeier Birgit	73	LG Plettenberg-Her.	16.05.1987	Altena
5.	49,00		Vitz Angela	74	TuS Neuenrade	11.09.1988	Lüdenscheid
6.	48,00	W14	Elsner Johanna	82	TuS Halver	05.05.1996	Schalksmühle
7.	47,00	W14	Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	06.05.2000	Schalksmühle
8.	46,50		Ullrich Mirjam	88	LG Halver-Schalksm.	12.07.2003	Schalksmühle
9.	46,00	W14	Privitera Carmen	86	LG Halver-Schalksm.	06.05.2000	Schalksmühle
10.	45,50		Quinkert Svenja	83	LG Halver-Schalksm.	17.05.1998	Schalksmühle
11.	45,50	W14	Kirsten Sabrina	84	LG Halver-Schalksm.	12.09.1998	Lüdenscheid
12.	45,50		Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	05.07.2003	Plettenberg
13.	45,50		Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	06.05.2007	Schalksmühle

Hammerwurf 3,00 kg

1.	41,80		Feldmann Jaqueline	94	LG Plettenberg-Her.	18.10.2009	Paderborn
2.	41,78		Henrichs Jennifer	87	LG Plettenberg-Her.	20.10.2002	Leichlingen
3.	40,27		Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	03.10.2003	Hagen-Dahl
4.	39,15		Bröcker Lena	86	LG Plettenberg-Her.	22.09.2001	Altena
5.	38,81		Reininghaus Carina	92	LG Plettenberg-Her.	08.12.2007	Plettenberg-Bö
6.	36,56		Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	22.06.2003	Minden
7.	36,56		Haarmann Lisa	91	LG Plettenberg-Her.	19.08.2006	Leichlingen
8.	35,35		Reininghaus Yvonne	89	LG Plettenberg-Her.	10.10.2004	Paderborn
9.	34,82		Köster Martina	88	LG Plettenberg-Her.	11.10.2003	Plettenberg
10.	34,26		Lill Hanna	88	LG Plettenberg-Her.	11.10.2003	Plettenberg

Dreikampf

Ausgetragen bis 1980, Disziplinen: 100 m - Weit - Kugel 3 kg

1.	2.530 h		Altrogge Andrea	65	TV Wiblingwerde	25.08.1979	Halver
			(13,6 - 4,20 - 9,94)				
2.	2.312 h		Nimisch Petra	65	TuS Halver	25.08.1979	Halver
			(14,5 - 3,92 - 9,79)				
3.	2.187 h		Hellerforth Michael	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979	Halver
			(14,8 - 4,33 - 7,21)				
4.	2.169 h		Schulz Corinna	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979	Halver
			(14,8 - 4,15 - 7,58)				
5.	2.067 h		Smigaj Sandra	66	TuS Halver	25.08.1979	Halver
			(14,3 - 3,90 - 6,27)				

Dreikampf

Ausgetragen 1981 - 1987 und ab 2000, Disziplinen: 100 m - Weit - Ball 200 g

1.	1.484 h	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	06.05.2007 Schalksmühle
		(13,5 - 4,32 - 45,50)			
2.	1.483 h	Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	06.05.2007 Schalksmühle
		(13,2 - 4,26 - 43,00)			
3.	1.471 h	W14 Privitera Carmen	86	LG Halver-Schalksm.	06.05.2000 Schalksmühle
		(13,9 - 4,45 - 46,00)			
4.	1.453 h	W14 Boodes Ilka	96	LG Halver-Schalksm.	26.06.2010 Plettenberg
		(13,6 [+0,0] - 4,48 [+0,7] - 40,00)			
5.	1.449 h	Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	13.05.2006 Schalksmühle
		(13,5 - 4,24 - 42,00)			
6.	1.448 e	W14 Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	14.09.2002 Plettenberg
		(14,98 - 4,34 - 53,50)			
7.	1.424 h	W14 Schindler Jessica	95	LG Lüdenscheid	05.09.2009 Plettenberg
		(13,3 - 4,17 - 37,50)			
8.	1.418 h	W14 Wilke Veronika	90	TV Wiblingwerde	15.05.2004 Schalksmühle
		(13,8 - 4,40 - 38,50)			
9.	1.415 h	Westendorf Kim	86	LG Lüdenscheid	05.05.2001 Schalksmühle
		(14,0 - 4,19 - 43,50)			
10.	1.414 h	W14 Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	06.05.2000 Schalksmühle
		(14,8 - 4,46 - 47,00)			

Dreikampf

Ausgetragen 1988 - 1999, Disziplinen: 75 m - Weit - Ball 200 g

1.	1.485 h	W14 Hess Sara Kristin	85	SC Lüdenscheid	02.05.1999 Schalksmühle
		(9,7 - 4,81 - 33,50)			
2.	1.435 h	W14 Kathenbach Sabrina	84	SC Lüdenscheid	17.05.1998 Schalksmühle
		(10,5 - 4,73 - 39,00)			
3.	1.428 h	Kowal Magdalena	79	LG Plettenberg-Her.	11.06.1994 Schalksmühle
		(10,3 - 4,58 - 37,50)			
4.	1.424 h	Klimke Svenja	79	LG MTV/St.R. Altena	11.06.1994 Schalksmühle
		(10,6 - 4,48 - 42,50)			
5.	1.416 h	Quinkert Svenja	83	LG Halver-Schalksm.	17.05.1998 Schalksmühle
		(10,7 - 4,30 - 45,50)			
6.	1.406 h	Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	05.05.1996 Schalksmühle
		(11,5 - 4,29 - 54,50)			
7.	1.406 e	W14 Kirsten Sabrina	84	LG Halver-Schalksm.	12.09.1998 Lüdenscheid
		(11,06 - 4,31 - 45,50)			
8.	1.401 h	Berneiser Julia	79	TV Wiblingwerde	26.06.1993 Wiblingwerde
		(10,8 - 4,45 - 42,40)			
9.	1.398 h	Balz Nadine	84	SC Lüdenscheid	02.05.1999 Schalksmühle
		(10,1 - 4,31 - 35,00)			
10.	1.396 h	Zagilis, Alexandra	76	LG MTV/St.R. Altena	15.09.1990 Lüdenscheid
		(10,6 - 4,60 - 37,00)			

Dreikampf Mannschaft

Ausgetragen ab 1981 - 1987 und ab 2000

1.	6.975 h		LG Halver-Schalksm.	13.05.2006	Schalksmühle
		(Berbecker M1449-Hamel J1436-Schwalm J1382-Kirschey D1376-Risse J1332)			
2.	6.552 h		LG Plettenberg-Her.	05.07.2003	Plettenberg
		(Schiefer D1363-Lill H1350-Weber L1314-Schöffel S1277-Dymek K1248)			
3.	6.427 h		LG Lüdenscheid	02.05.2009	Schalksmühle
		(Jaschultowski1400-Schindler1391-Strehmel1223-Sonnenberg1210-Turck1203)			
4.	6.058 h		LG Plettenberg-Her.	15.05.2004	Schalksmühle
		(Kühne 1336-Fehrmann V1234-Beckmann J1189-Dopatka J1189-Baberg R1110)			
5.	5.608 h		LG Plettenberg-Her.	05.07.2003	Plettenberg
		(Körbe L1220-Alberts S1158-Neumann C1158-Reininghaus Y1096-Köster M976)			
6.	5.495 e		TSV Altena	09.05.1987	Lüdenscheid
		(Lüling 1239-Bäcker 1093 - Groß P.1075 - Groß G.1053 - Rump 1035)			
7.	5.265 h		TS Evingsen	26.06.2005	Schalksmühle
		(Woermann L1217-Rohrsen K1077-Bussler S1063-Gesing S988-Potthoff C920)			

Dreikampf Mannschaft

Ausgetragen 1988 - 1999

1.	6.827 h		SC Lüdenscheid	02.05.1999	Schalksmühle
		(Hess85/1485-Kathenbach84/1433-Balz84/1398-Geßler84/1329-Meyer84/1182)			
2.	6.169 e		TV Wiblingwerde	24.05.1992	Lüdenscheid
		(Backer78/1322-Holzri78/1295-Berneis.79/1259-Hohage79/1206-Potth.78/1087)			
3.	6.147 h		LG Halver-Schalksm.	17.05.1998	Schalksmühle
		(Quinkert83/1416-Schmidt84/1385-Wulf83/1331-Lumberg84/1010-Dietzel83/100)			
4.	5.415 h		TSV Altena	22.05.1990	Altena
		(Böing77/1109-Gerningh76/1109-Müller77/1102-Schneider77/1053-Thurau76/10)			
5.	4.938 h		LG Lüdenscheid	12.06.1993	Plettenberg-B.
		(Lehmann79/1158-Casella80/1099-Elefther.80/942-Gojski79/880-Kildag80/859)			

Vierkampf

Ausgetragen bis 1987, Disziplinen: 100 m - Weit - Hoch - Kugel 4 kg

1.	2.109 h	Dam Anja	67	TuS Nachrodt-Obstf.	21.06.1981	Lage
		(12,8 - 4,81 - 1,58 - 9,93)				
2.	2.101 h	Lüth Simone	69	LG Lüdenscheid	25.09.1983	Lüdenscheid
		(13,4 - 5,22 - 1,52 - 10,85)				
3.	2.036 h	Schulte Anja	69	TSG Valbert	05.06.1983	Lage
		(13,6 - 4,92 - 1,46 - 11,36)				
4.	2.025 e	Kaiser Dunja	73	LG Lüdenscheid	05.07.1986	Hösbach
		(13,88 - 4,70 - 1,60 - 9,62)				
5.	2.003 h	Hülsböhmer Heike	59	LG Lüdenscheid	07.07.1973	Hagen
		(13,4 - 4,57 - 1,50 - 10,43)				
6.	1.988 h	Thierkopf Catja	67	TuS Grünew Lüdensch	27.09.1981	Hemer
		(13,3 - 4,66 - 1,55 - 8,85)				
7.	1.950 e	Vedder Michaela	71	LG Lüdenscheid	29.06.1985	Lage
		(13,67 - 4,47 - 1,54 - 8,89)				
8.	1.916 h	Hollweg Katja	69	LG Lüdenscheid	05.06.1983	Lage
		(13,7 - 4,77 - 1,54 - 7,82)				
9.	1.909 h	Bertram Anja	65	TuS Lin.-Heedfeld	24.06.1979	Lage
		(13,8 - 4,47 - 1,54 - 8,60)				
10.	1.901 h	Hießrich Britta	73	LG Lüdenscheid	03.05.1986	Lüdenscheid
		(13,6 - 4,38 - 1,45 - 9,58)				

Alle mit vollelektronischer Zeitmessung (e) erzielten Leistungen sind um 40 Punkte höher eingestuft.

Vierkampf

Ausgetragen 1988 - 1999, Disziplinen: 75 m - Weit - Hoch - Kugel 3 kg

1.	1.970 h	Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	04.09.1999 Gelsenkirche
		(10,6 [-1,4] - 4,80 [-1,4] - 1,51 - 10,44)			
2.	1.874 h	Broszat Tatjana	79	TuS Halver	11.06.1994 Schalksmühle
		(10,0 - 4,45 - 1,52 - 7,49)			
3.	1.861 h	Blau Tanja	74	TuS Jahn Werdohl	25.09.1988 Dortmund
		(10,1 - 4,64 - 1,38 - 8,88)			
4.	1.838 h	Schauerte Maren	76	LG Plettenberg-Her.	15.09.1990 Lüdenscheid
		(10,0 - 4,15 - 1,50 - 7,74)			
5.	1.821 h	Boehnke Annika	79	LG Plettenberg-Her.	11.06.1994 Schalksmühle
		(10,6 - 4,44 - 1,43 - 8,94)			
6.	1.816 e	Schemm Sandra	74	LG Lüdenscheid	13.05.1988 Lüdenscheid
		(10,73 - 4,64 - 1,40 - 8,48)			
7.	1.798 h	W14 Möller Sandra	80	Grün-Weiß Lüdensch.	11.06.1994 Schalksmühle
		(9,5 - 4,23 - 1,31 - 7,97)			
8.	1.797 h	Kabbert Sonja	76	LG Lüdenscheid	15.09.1990 Lüdenscheid
		(10,7 - 4,54 - 1,30 - 10,34)			
9.	1.795 e	Kohlmann Svenja	75	TV Kierspe 79	28.04.1989 Lüdenscheid
		(10,66 - 4,53 - 1,40 - 8,12)			
10.	1.781 h	W13 Böhnke Annika	79	LG Plettenberg-Her.	14.06.1992 Dortmund
		(10,5 - 4,66 - 1,42 - 7,36)			

Alle mit vollelektronischer Zeitmessung (e) erzielten Leistungen sind um 20 Punkte höher eingestuft.

Vierkampf

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - Weit - Hoch - Kugel 3 kg

1.	2.017 e	Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	07.05.2006 Iserlohn
		(12,99 - 4,90 - 9,38 - 1,44)			
2.	1.870 e	W14 Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	01.09.2002 Lüdenscheid
		(14,31 - 4,61 - 9,08 - 1,45)			
3.	1.832 h	W14 Wilke Veronika	90	TV Wiblingwerde	17.07.2004 Werdohl
		(14,0 - 3,91 - 10,33 - 1,43)			
4.	1.823 e	Privitera Carmen	86	LG Halver-Schalksm.	23.09.2000 Gelsenkirchen
		(13,71 - 4,09 - 1,35 - 9,75)			
5.	1.801 e	Lüsebrink Nina	91	LG Halver-Schalksm.	07.05.2006 Iserlohn
		(13,63 - 4,71 - 7,87 - 1,32)			
6.	1.797 e	W14 Pomsel Vanessa	88	TV Wiblingwerde	12.05.2002 Iserlohn
		(14,37 [-1,2] - 4,54 - 9,57 - 1,32)			
7.	1.791 h	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	03.06.2007 Werdohl
		(13,9 - 4,26 - 10,12 - 1,30)			
8.	1.784 e	W14 Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	01.09.2002 Lüdenscheid
		(14,83 - 4,45 - 9,84 - 1,35)			
9.	1.779 h	Liedtke Daniela	90	LG MTV/St.R. Altena	04.09.2005 Werdohl
		(14,1 - 4,24 - 8,70 - 1,40)			
10.	1.777 e	Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	07.05.2006 Iserlohn
		(13,88 - 4,34 - 8,74 - 1,32)			

Fünfkampf

1.	2.530 h	Altrogge Kerstin	65	TV Wiblingwerde	25.08.1979 Halver
		(13,6 - 4,20 - 9,94)			
2.	2.312 h	Nimisch Petra	65	TuS Halver	25.08.1979 Halver
		(14,5 - 3,92 - 9,79)			
3.	2.187 h	Hellerforth Michael	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
		(14,8 - 4,33 - 7,21)			
4.	2.169 h	Schulz Corinna	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
		(14,8 - 4,15 - 7,58)			
5.	2.067 h	Smigaj Sandra	66	TuS Halver	25.08.1979 Halver
		(14,3 - 3,90 - 6,27)			

Siebenkampf

Ausgetragen 1988 - 1999, Disziplinen: 80 m Hü - Hoch - Kugel 3 kg - 75 m / Weit - Speer - 800 m

1.	3.458 h	Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	04.09.1999 Gelsenkirchen
		(13,3 [+1,2] - 1,51 - 10,44 - 10,6 [-1,4])			
		(4,80 - 33,93 - 2:40,8)			
2.	3.398 e	Kathenbach Sabrina	84	SC Lüdenscheid	12.06.1999 Ahlen
		(13,40 [+1,4] - 1,46 - 8,91 - 10,50 [+2,1])			
		(4,82 [+2,7] - 31,56 - 2:39,02)			
3.	3.333 e	Möller Sandra	80	LG Lüdenscheid	13.05.1995 Dortmund
		(13,40 [+2,0] - 1,36 - 8,90 - 9,48 [+1,2])			
		(4,59 - 20,72 - 2:36,82)			
4.	3.153 e	Broszat Tatjana	79	TuS Halver	14.05.1994 Dortmund
		(14,69 - 1,46 - 7,63 - 10,69)			
		(4,53 - 29,92 - 2:51,55)			
5.	3.114 e	Zimmer Meike	80	LG Plettenberg-Her.	08.07.1995 Dortmund
		(13,96 [+0,9] - 1,42 - 7,15 - 10,65)			
		(4,94 [+1,8] - 23,08 - 2:54,86)			
6.	3.081 e	Bonventre Katrin	80	LG Lüdenscheid	13.05.1995 Dortmund
		(12,99 [+0,7] - 1,36 - 7,66 - 10,96 [+1,2])			
		(4,72 - 23,54 - 3:00,84)			
7.	2.939 e	Ruff Michelle	80	LG Lüdenscheid	13.05.1995 Dortmund
		(15,95 [+1,8] - 1,28 - 8,77 - 10,42 [+1,2])			
		(4,47 - 27,14 - 3:16,29)			
8.	2.871 e	Giebel Gwenda	80	LG Lüdenscheid	13.05.1995 Dortmund
		(17,20 [+1,8] - 1,40 - 6,84 - 11,04 [+1,0])			
		(4,23 - 20,24 - 2:38,76)			
9.	2.607 e	Haarmann Ane	82	TSV Altena	10.05.1997 Iserlohn
		(15,24 [-3,8] - 1,32 - 5,93 - 11,95 [-3,5])			
		(3,83 - 16,60 - 2:56,23)			
10.	2.455 e	Höfer Bettina	79	TuS Halver	14.05.1994 Dortmund
		(17,66 - 1,14 - 8,21 - 12,15)			
		(3,50 - 19,36 - 3:02,53)			

Siebenkampf

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 80 m Hü - Hoch - Kugel 3 kg - 100 m / Weit - Speer - 800 m

1.	3.291 e	Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	23.06.2001 Arnsberg
		(1,42 - 10,78 - 14,20 [+2,2] - 4,67)			
		(13,90 - 26,34 - 2:50,68)			
2.	3.264 e	Westendorf Kim	86	LG Lüdenscheid	12.05.2001 Iserlohn
		(1,44 - 8,76 - 13,91 - 4,45)			
		(13,37 [-0,9] - 21,38 - 2:56,47)			
3.	3.262 h	Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	19.07.2003 Bad Oeynhausen
		(1,40 - 11,01 - 14,40 - 4,60)			
		(13,92 - 33,73 - 3:08,54)			
4.	3.171 e	W14 Privitera Carmen	86	LG Halver-Schalksm.	23.09.2000 Gelsenkirchen
		((13,18 - 1,35 - 9,75 - 13,71)			
		(4,09 - 22,73 - 2:52,16)			
5.	3.102 e	Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	10.05.2003 Iserlohn
		(1,36 - 8,83 - 13,49 [-0,4] - 4,53)			
		(13,81 [+0,6] - 15,14 - 2:49,67)			
6.	3.099 e	W14 Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	27.08.2005 Troisdorf
		(13,15 [-2,3] - 1,35 - 7,85 - 13,58 [-1,0])			
		(4,18 [+1,3] - 20,32 - 2:50,80)			
7.	3.074 e	W14 Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	27.08.2005 Troisdorf
		(14,50 [-2,3] - 1,30 - 8,97 - 14,24 [-1,0])			
		(4,24 - 25,65 - 2:45,94)			
8.	3.029 e	W14 Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	04.05.2002 Gladbeck
		(1,40 - 9,00 - 14,59 [+0,0] - 4,36 [+0,0])			
		(14,25 [+0,0] - 22,66 - 3:06,17)			
9.	3.018 e	Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	12.05.2007 Iserlohn
		(1,26 - 6,76 - 13,83 [-1,3] - 4,19)			
		(14,58 [-2,4] - 20,16 - 2:25,43)			
10.	3.016 e	Weber Lena	88	LG Plettenberg-Her.	19.07.2003 Bad Oeynhausen
		(1,40 - 7,71 - 14,16 - 4,55)			
		(13,72 - 22,49 - 3:16,18)			

Siebenkampf Mannschaft

Ausgetragen 1988 - 1999

1.	9.353 e			LG Lüdenscheid	13.05.1995 Dortmund
		(Möller S.80/3333 - Beonventre K.80/3081 - Ruff M.80/2939)			

Siebenkampf Mannschaft

Ausgetragen ab 2000

1.	9.157 e			LG Plettenberg-Her.	04.05.2002 Gladbeck
		(Meyer U.88/3132 - Schöffel S.88/3029 - Lill H.88/2996)			
2.	8.321 e			LG Plettenberg-Her.	04.05.2002 Gladbeck
		(Schiefer D.88/2846 - Weber L.88/2788 - Glingener K.88/2687)			
3.	8.212 e			LG Halver-Schalksm.	07.05.2005 Iserlohn
		(Berbecker M.2855 - Risse J.2755 - Knitter K.2602)			
4.	8.133 e			LG Halver-Schalksm.	15.05.2010 Iserlohn
		(Boodes 2774 - Menschikov 2686 - Toffel 2673)			

Blockwettkampf S/S

Ausgetragen bis 1999, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - Speer

1.	2.482 e	W14	Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	20.06.1998 Ahlen
			(10,42 [+1,1] - 13,86 [+0,6] - 4,59 [-0,9] - 1,54 - 28,27)			
2.	2.431 h	W14	Kathenbach Sabrina	84	SC Lüdenscheid	27.09.1998 Dortmund
			(10,6 - 13,3 - 4,96 - 1,44 - 27,46)			
3.	2.409 e		Möller Sandra	80	LG Lüdenscheid	06.05.1995 Lüdenscheid
			(9,27 [+2,6] - 13,30 [+1,3] - 4,54 - 1,35 - 17,00)			
4.	2.356 e		Bonventre Katrin	80	LG Lüdenscheid	06.05.1995 Lüdenscheid
			(10,77 [+2,6] - 13,20 [+1,1] - 4,47 - 1,40 - 25,26)			
5.	2.349 e		Zimmer Meike	80	LG Plettenberg-Her.	28.05.1995 Ahlen
			(10,90 [-2,2] - 14,52 [-3,5] - 4,79 - 1,42 - 28,12)			
6.	2.315 e		Ruff Michele	80	LG Lüdenscheid	06.05.1995 Lüdenscheid
			(10,53 [-0,3] - 15,33 [+1,1] - 4,67 - 1,35 - 30,70)			
7.	2.234 e	W14	Kirsten Sabrina	84	LG Halver-Schalksm.	09.05.1998 Dortmund
			(11,02 [-2,1] - 14,55 [-2,2] - 4,35 - 1,36 - 26,50)			
8.	2.127 e	W14	Hunold Bettina	81	Schalksmühler TV	06.05.1995 Lüdenscheid
			(12,21 [+0,3] - 15,79 [+1,3] - 4,23 - 1,30 - 38,14)			
9.	2.036 e		Giebel Gwenda	80	LG Lüdenscheid	06.05.1995 Lüdenscheid
			(11,23 [-0,3] - 13,80 [+1,3] - 3,94 - 1,35 - 12,26)			
10.	2.014 h		Kowal Magdalena	79	LG Plettenberg-Her.	26.05.1993 Hagen
			(10,7 - 15,2 - 4,15 - 1,20 - 20,74)			

Blockmehrkampf S/S

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - Speer

1.	2.405 e	W14	Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	09.10.2005 Siegen-Geiswei
			(13,33 [-0,3] - 12,89 [+0,1] - 4,47 - 1,40 - 20,25)			
2.	2.352 e		Elsner Clara	86	LG Halver-Schalksm.	30.09.2001 Menden
			(14,86 [-1,7] - 14,68 [+0,0] - 4,42 - 1,42 - 36,51)			
3.	2.305 e	W14	Weber Lena	88	LG Plettenberg-Her.	07.06.2002 Hagen
			(14,35 - 13,92 - 4,41 - 1,46 - 21,07)			
4.	2.287 h		Lüsebrink Nina	91	LG Halver-Schalksm.	19.07.2006 Schalksmühle
			(13,8 - 13,1 - 4,32 - 1,35 - 21,38)			
5.	2.203 e		Berbecker Marie	91	LG Halver-Schalksm.	17.06.2006 Lage
			(14,11 - 14,03 - 4,31 - 1,20 - 27,33)			
6.	2.153 h		Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	20.09.2003 Veldhoven/NED
			(14,6 - 14,8 - 3,84 - 1,40 - 25,16)			
7.	2.126 e	W14	Thewen Beate	87	LG Lüdenscheid	20.05.2001 Lüdenscheid
			(14,48 [+1,2] - 14,24 - 4,29 - 1,35 - 14,90)			
8.	2.116 e		Fischer Maria	90	LG Plettenberg-Her.	05.05.2005 Coesfeld
			(14,05 [+2,8] - 14,82 [+1,5] - 4,15 - 1,32 - 16,69)			
9.	2.046 e	W14	Dopatka Jana	90	LG Plettenberg-Her.	20.06.2004 Lippstadt
			(14,87 [+0,2] - 15,81 - 4,04 - 1,35 - 18,97)			
10.	1.998 h	W14	Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	19.07.2006 Schalksmühle
			(13,8 - 15,8 - 3,91 - 1,20 - 20,31)			

Blockwettkampf L

Ausgetragen bis 1993, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - 800 m

1.	4.192 e		Schauerte Maren	76	LG Plettenberg-Her.	14.06.1990 Hagen
			(10,56 - 13,52 - 4,37 - 1,42 - 3:00,20)			
2.	3.548 h	W13	Zimmer Meike	80	LG Plettenberg-Her.	26.05.1993 Hagen
			(11,1 - 15,9 - 4,10 - 1,28 - 3:09,6)			

Blockwettkampf L

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Ball 200 g - 2.000 m

1.	2.354 e	W14	Hess Sara Kristin	85	SC Lüdenscheid	13.05.1999 Coesfeld
			(10,32 - 13,44 - 4,66 - 32,00 - 8:02,26)			
2.	2.218 e		Giebel Gwenda	80	LG Lüdenscheid	28.05.1995 Ahlen
			(11,16 [-0,9] - 14,58 [-2,8] - 4,21 - 33,50 - 7:34,54)			
3.	2.148 e		Ahlert Angelina	83	LG Plettenberg-Her.	20.06.1998 Ahlen
			(11,20 [+2,2] - 14,90 [+0,3] - 4,39 [-0,4] - 32,00 - 8:10,82)			
4.	1.899 h	W14	Horn Weronika	85	LG Halver-Schalksm.	19.09.1999 Gelsenkirche
			(11,3 [+1,2] - 15,7 [+0,8] - 3,95* - 25,00 - 8:52,2)			

Blockmehrkampf L

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - 80 m Hü - Weit - Ball 200 g - 2.000 m

1.	2.478 e		Westendorf Kim	86	LG Lüdenscheid	23.06.2001 Arnsberg
			(14,14 [-0,7] - 13,18 [+1,7] - 4,73 - 43,50 - 7:38,28)			
2.	2.449 e		Kirschey Danica	92	LG Halver-Schalksm.	11.08.2007 Lage
			(13,67 - 14,07 - 4,31 - 43,50 - 7:22,01)			
3.	2.247 e		Risse Jennifer	91	LG Halver-Schalksm.	17.06.2006 Lage
			(14,23* - 15,62* - 4,45* - 34,00 - 7:37,09)			

Blockwettkampf W

Ausgetragen bis 1999, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Kugel 3 kg - Diskus

1.	2.548 h		Schmidt Susanne	84	LG Halver-Schalksm.	19.09.1999 Gelsenkirche
			(10,3 [+0,6] - 12,8 [+0,4] - 4,91* - 10,32 - 32,67)			
2.	2.340 h		Kirsten Sabrina	84	LG Halver-Schalksm.	19.09.1999 Gelsenkirche
			(10,6 [+0,6] - 13,1 [+0,4] - 4,53* - 10,74 - 20,31)			
3.	2.253 e		Quinkert Svenja	83	LG Halver-Schalksm.	20.06.1998 Ahlen
			(10,90 [+0,8] - 14,84 [+0,9] - 4,61 [-0,7] - 9,06 - 25,11)			
4.	2.249 e	W14	Kathenbach Sabrina	84	SC Lüdenscheid	20.06.1998 Ahlen
			(10,60 [+0,4] - 13,60 [+0,7] - 4,68 [+0,5] - 7,91 - 20,31)			
5.	2.148 e		Wulf Julia	80	TuS Halver	06.05.1995 Lüdenscheid
			(11,19 [+0,8] - 14,88 [+1,3] - 4,44 - 8,56 - 21,98)			
6.	2.119 e		Schädel Lara	82	Schalksmühler TV	07.06.1997 Ahlen
			(11,22 [-3,6] - 15,47 [-1,2] - 4,19 [-2,3] - 8,74 - 23,68)			
7.	2.042 e	W14	Mayer Ramona	83	LG Plettenberg-Her.	07.06.1997 Ahlen
			(10,86 [-3,6] - 15,30 [-1,2] - 4,45 [-4,0] - 7,38 - 16,74)			
8.	2.034 h	W13	Flusche Gundula	79	TSV Altena	13.09.1992 Gelsenkirchen
			(11,2 - 15,7 - 4,18 - 8,04 - 22,48)			
9.	2.020 e	W14	Abderrahim Farida	83	Grün-Weiß Lüdensch.	28.09.1997 Dortmund
			(11,18 [+1,8] - 16,74 - 4,04 - 8,64 - 21,20)			
10.	1.928 e		Moro Yvonne	82	Grün-Weiß Lüdensch.	28.09.1997 Dortmund
			(11,71 - 17,31 - 3,91 - 8,08 - 22,50)			

Blockmehrkampf W

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - 80 m Hü - Weit - Kugel 3 kg - Diskus

1.	2.506 e	Stoltz Renate	88	LG Lüdenscheid	10.08.2003 Lage
		(13,04 - 12,68 - 4,67 - 9,90 - 22,55)			
2.	2.454 e	Neumann Carolin	91	LG Halver-Schalksm.	17.06.2006 Lage
		(13,10* - 12,72* - 4,76* - 9,52 - 19,55)			
3.	2.378 e	W14 Schöffel Sabrina	88	LG Plettenberg-Her.	14.07.2002 Illertissen
		(13,99* - 13,62* - 4,40* - 9,61 - 27,08)			
4.	2.341 h	Kemmerling Jessica	88	TV Wiblingwerde	23.08.2003 Schalksmühle
		(13,5 - 13,5 - 4,78 - 9,41 - 19,77)			
5.	2.340 e	Hamel Jennifer	92	LG Halver-Schalksm.	23.06.2007 Ahlen
		(13,96 [-1,3] - 13,96 [+1,4] - 4,28 [+1,0] - 9,73 - 25,75)			
6.	2.310 e	Meyer Urte	88	LG Plettenberg-Her.	10.05.2003 Attendorn
		(14,05 - 14,47 - 4,32 - 10,57 - 23,59)			
7.	2.280 e	W14 Eicker Marie	93	LG Halver-Schalksm.	23.06.2007 Ahlen
		(13,20 [-0,2] - 15,42 [+1,4] - 4,21 [-0,1] - 9,82 - 21,58)			
8.	2.236 h	W14 Schwalm Jana	92	LG Halver-Schalksm.	19.07.2006 Schalksmühle
		(13,5 - 14,1 - 4,53 - 8,35 - 19,66)			
9.	2.216 e	Kraege Jenny	92	LG Halver-Schalksm.	23.06.2007 Ahlen
		(13,70 [-1,3] - 14,46 [+1,4] - 4,92 [+0,7] - 8,72 - 14,18)			
10.	2.198 e	W14 Privitera Carmen	86	LG Halver-Schalksm.	24.06.2000 Gladbeck
		(13,71 [+0,1] - 13,67 [0,0] - 4,02 [-0,1] - 9,09 - 16,00)			

Blockwettkampf Mannschaft

Ausgetragen bis 1999

1.	11.140 e			LG Lüdenscheid	28.05.1995 Ahlen
		(Möller80/2357-Bonventre80/2353-Ruff80/2287-Giebel80/2218-Enes80/1925)			

Blockmehrkampf Mannschaft

Ausgetragen ab 2000

1.	11.361 e			LG Halver-Schalksm.	17.06.2006 Lage
		(Neumann C2454-Risse J2247-Lüsebrink N2234-Kirschey D2223-Berbecker M220)			
2.	10.681 e			LG Plettenberg-Her.	01.06.2002 Rheine
		(Schöffel 2291 - Weber 2273 - Meyer 2225 - Kahler 1976 - Krähhahn 1916)			