

50 m

1.	7,4	Lengenfeldt Robin	98	LG MTV/St.R. Altena	17.06.2007 Lüdenscheid
2.	7,84	Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	25.09.1994 Dortmund
3.	7,6	Müller Maximilian	98	LG Halver-Schalksm.	17.06.2007 Lüdenscheid
4.	7,92 -0,3	Lützenkirchen Seb.	86	LG Plettenberg-Her.	03.10.1995 Menden
5.	7,7	Hopmann Fabian	82	TuS Jahn Werdohl	30.06.1991 Plettenberg-B.
6.	7,7	Rump Henrik	94	LG Lüdenscheid	12.07.2003 Schalksmühle
7.	7,8 +0,8	Winterhagen Tim	92	LG Halver-Schalksm.	02.09.2001 Lüdenscheid
8.	7,8	Krinke Niklas Jarod	98	LG Plettenberg-Her.	25.08.2007 Plettenberg-Bö
9.	8,07	Switala Phil	99	LG Plettenberg-Her.	15.06.2008 Lüdenscheid
10.	8,12 +1,6	Lexen Rolf	92	LG Lüdenscheid	29.09.2001 Menden

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

1.000 m

1.	3:28,78	Lengenfeldt Robin	98	LG MTV/St.R. Altena	20.05.2007 Dortmund
2.	3:39,81	Blümel David	97	LG Halver-Schalksm.	10.09.2006 Hagen
3.	3:41,89	Werner Nick	98	TuS Neuenrade	14.10.2007 Dortmund
4.	3:42,89	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	13.07.2003 Hagen
5.	3:43,19	Rump Henrik	94	LG Lüdenscheid	13.07.2003 Hagen
6.	3:51,23	Hopmann Hendrik	93	TuS Jahn Werdohl	22.09.2002 Lüdenscheid
7.	3:51,42	Kohl Lukas	97	LG Lüdenscheid	27.08.2006 Lüdenscheid
8.	3:51,75	M 8 Sondermann Niels	92	LG Lüdenscheid	17.09.2000 Hagen
9.	3:55,30	Vanselow Dennis	91	LG Lüdenscheid	17.09.2000 Hagen
10.	3:55,8	Krinke Jonas	01	LG Plettenberg-Her.	26.06.2010 Plettenberg

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

3 km

1.	12:55	Windhüs Marcel	85	TV Kierspe 79	04.09.1994 Attendorn
2.	13:43	Lützenkirchen Seb.	86	LG Plettenberg-Her.	04.11.1995 Wenden
3.	13:44	Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	04.11.1995 Wenden
4.	14:00	M 8 Schröder Lukas	86	TV Kierspe 79	04.09.1994 Attendorn
5.	14:10	Störmann Nils	86	LG Plettenberg-Her.	04.11.1995 Wenden
6.	14:45	Elsner Martin	84	TuS Halver	01.09.1991 Attendorn
7.	15:14	Windhüs Tobias	85	TV Kierspe 79	04.09.1994 Attendorn
8.	15:36	M 8 Berger Henning	87	LG Plettenberg-Her.	04.11.1995 Wenden
9.	16:34	Schmidt Birger	80	TSG Valbert	14.02.1988 Porz

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

5 km

1.	24:08	Krinke Niklas Jarod	98	LG Plettenberg-Her.	14.10.2007 Lünern
2.	27:19	Hartwig Niklas	99	LG Lüdenscheid	07.06.2008 Halver
3.	30:09	M 8 Windhüs Tobias	87	TSV 1886 Rönsahl	09.04.1995 Porz-Zündorf

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

4 x 50 m Staffel

1.	32,68	Grün-Weiß Lüdensch.	19.09.1993 Dortmund
		(Garofalo D.84 - Schaldach J.85 - Kupilas D.85 - Ziegler D.84)	
2.	33,40	LG Lüdenscheid	20.07.2003 Lüdenscheid
		(Grüger F.95 - Stöckl M.94 - Grüger B.94 - Rump H.94)	
3.	33,71	LG Lüdenscheid	26.09.1999 Hagen
		(Keßler M.90 - Melchert N.90 - Wiggenhagen D.90 - Meister P.90)	
4.	34,07	LG Lüdenscheid	07.09.2008 Lüdenscheid
		(Hohmann T.99 - Schindler M.00 - Hartwig N.99 - Jung M.99)	
5.	34,41	LG Lüdenscheid	27.06.2004 Lüdenscheid
		(Rotter P.95 - Skerath M.95 - Visestamkul T.95 - Ignatov S.95)	
6.	34,42	LG Plettenberg-Her.	07.09.2008 Lüdenscheid
		(Switala P.99 - Bühner L.99 - Klinge N.00 - Stolz D.00)	
7.	34,4	LG Plettenberg-Her.	02.07.1995 Plettenberg-B.
		(Lützenkirchen S.86 - Lill B.86 - Wnendt D.86 - Klein F.86)	
8.	34,74	LG Plettenberg-Her.	27.08.2006 Lüdenscheid
		(Krinke N.98 - Gehring N.97 - Hesse A.97 - Wegmann F.97)	
9.	35,13	LG Halver-Schalksm.	27.08.2006 Lüdenscheid
		(Bilge C.99 - Hamel C.98 - Blümel D.97 - Müller M.98)	
10.	34,9	Schalksmühler TV	25.08.1996 Lüdenscheid
		(Roland P.87 - Stuhldreher J.88 - Holzrichter J.88 - Privitera M.87)	

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

Weitsprung

1.	3,72	Schöning David	83	Schalksmühler TV	05.07.1992 Neuenrade
2.	3,68	Arndt Timo	81	TV Jahn Plettenberg	22.09.1990 Plettenberg-H.
3.	3,65	Schulte Markus	80	TuS Oberbrügge	19.08.1989 Lüdenscheid
4.	3,64	Zemla Björn	79	LG Plettenberg-Her.	19.06.1988 Herscheid
5.	3,62	Rahmede Oliver	79	TuS Mühlenrahmede	01.10.1988 Altena
6.	3,62	Wilhelm Daniel	82	TuS Meinerzhagen	30.06.1991 Plettenberg-B.
7.	3,60	Hopmann Fabian	82	TuS Jahn Werdohl	30.06.1991 Plettenberg-B.
8.	3,56	Wicker Mirco	79	TV Jahn Plettenberg	03.07.1988 Neuenrade
9.	3,53	Nowak Stefan	83	TuS Dahle 04	05.09.1992 Altena
10.	3,52	Hübenthal Daniel	81	TuS Neuenrade	23.09.1990 Dortmund

Weitsprung a. d. Zone

1.	4,10	Lengenfeldt Robin	98	LG MTV/St.R. Altena	06.05.2007 Schalksmühle
2.	4,05	Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	27.08.1994 Altena
3.	3,98	Lützenkirchen Seb.	86	LG Plettenberg-Her.	05.06.1995 Mönchengladbac
4.	3,95	Müller Maximilian	98	LG Halver-Schalksm.	17.06.2007 Lüdenscheid
5.	3,92	Ignatov Simeon	95	LG Lüdenscheid	17.07.2004 Werdohl
6.	3,92	M 8 Eggert Matthis	98	LG Lüdenscheid	27.08.2006 Lüdenscheid
7.	3,87	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	20.09.2003 Menden
8.	3,85	Hacke Philipp	85	TV Wiblingwerde	27.08.1994 Altena
9.	3,85	Holzrichter Jörn	88	Schalksmühler TV	31.08.1997 Lüdenscheid
10.	3,83	Rump Henrik	94	LG Lüdenscheid	29.06.2003 Dortmund

Schlagballwurf 80 g

1.	47,00	Zündorf Christian	80	Schalksmühler TV	19.08.1989 Lüdenscheid
2.	43,50	Tippel Andreas	85	LG Plettenberg-Her.	26.08.1994 Herscheid
3.	43,50	Lexen Rolf	92	LG Lüdenscheid	26.08.2001 Iserlohn
4.	42,50	Braun Marvin	88	TuS Halver	04.05.1997 Schalksmühle
5.	42,00	Windhüs Marcel	85	TV Kierspe 79	11.06.1994 Schalksmühle
6.	42,00	Fehrmann Janis	96	LG Plettenberg-Her.	28.08.2005 Lüdenscheid
7.	41,60	de Liello Oliver	80	LG MTV/St.R. Altena	15.09.1989 Altena
8.	41,50	Eggert Matthis	98	LG Lüdenscheid	20.05.2007 Dortmund
9.	41,00	Reisener Lennard	95	LG Plettenberg-Her.	15.05.2004 Schalksmühle
10.	41,00	Lengenfeldt Robin	98	LG MTV/St.R. Altena	20.05.2007 Dortmund
11.	41,00	Naumann Finn	01	TS Evingsen	25.09.2010 Altena

Dreikampf

1.	1.071 h	Lengenfeldt Robin (7,8 - 4,10 - 40,00)	98	LG MTV/St.R. Altena	06.05.2007 Schalksmühle
2.	977 e	Grüger Bastian (8,21 [+0,0] - 3,87 - 33,50)	94	LG Lüdenscheid	20.09.2003 Menden
3.	972 e	Lexen Rolf (8,12 [+0,6] - 3,55 - 36,50)	92	LG Lüdenscheid	29.09.2001 Menden
4.	959 e	Rump Henrik (8,15 [-1,4] - 3,70 - 33,00)	94	LG Lüdenscheid	20.09.2003 Menden
5.	928 e	Switala Phil (8,07 - 3,57 - 30,00)	99	LG Plettenberg-Her.	15.06.2008 Lüdenscheid
6.	909 h	Ignatov Simeon (8,8 - 3,92 - 34,50)	95	LG Lüdenscheid	17.07.2004 Werdohl
7.	901 e	Schlabach Maximilia (8,43 - 3,46 - 33,00)	99	LG Halver-Schalksm.	15.06.2008 Lüdenscheid
8.	897 h	Wegmann Florian (8,3 - 3,65 - 31,00)	97	LG Plettenberg-Her.	02.09.2006 Plettenberg
9.	896 e	Berbecker Frederic (8,51 - 3,42 - 34,00)	93	LG Halver-Schalksm.	01.09.2002 Lüdenscheid
10.	890 h	Polakovs Niclas (8,2 - 3,32 - 34,00)	92	LG Halver-Schalksm.	05.05.2001 Schalksmühle

