

50 m

1.	6,4	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	18.09.1993 Meinerzhagen
2.	6,6	Schulz Sascha	82	LG MTV/St.R. Altena	16.09.1995 Altena
3.	6,6	Raschka Robert	84	TuS Jahn Werdohl	31.08.1997 Lüdenscheid
4.	6,7	Kühnl Jens	76	TV Jahn Plettenberg	19.08.1989 Lüdenscheid
5.	6,7	Kühn Konstantin	86	TuS Dahle 04	15.08.1999 Plettenberg
6.	7,02 -	Schmidts Christian	81	LG Lüdenscheid	09.07.1994 Lüdenscheid
7.	6,8	Hadem Michael	77	LG Lüdenscheid	18.08.1990 Lüdenscheid
8.	7,11 *	Wied Robin	80	Schalksmühler TV	10.06.1993 Iserlohn
9.	7,17 *	Althoff Björn	77	TuS Jahn Werdohl	29.07.1990 Dortmund
10.	7,0	Nüßgen Rene	76	TS Evingsen	11.06.1989 Herscheid
	7,0	Schmidt Tobias	76	TSG Valbert	11.06.1989 Herscheid
12.	7,0	Baudis Sven	78	TuS Jahn Werdohl	04.05.1991 Witten
13.	7,0	Erlemann Daniel	78	LG Lüdenscheid	15.06.1991 Werdohl

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

75 m

1.	9,87 +1,4	Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	06.09.2008 Lüdenscheid
2.	9,91 +1,4	Visestamkul Timo	95	LG Lüdenscheid	06.09.2008 Lüdenscheid
3.	9,99	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	12.09.2004 Hagen
4.	9,8	Haack Jens	62	LG Lüdenscheid	28.09.1974 Lüdenscheid
	9,8	Stantke Uwe	62	LG Lüdenscheid	28.09.1974 Lüdenscheid
6.	9,8	Wiggenhagen Daniel	90	LG Lüdenscheid	12.07.2003 Schalksmühle
7.	10,12	Marstedt Marvin	93	LG Halver-Schalksm.	10.09.2006 Hagen
8.	9,9	Kobelt Hartwig	57	TuS Versetal	04.10.1969 Duisburg
9.	9,9	Ricker Paul	63	TS Evingsen	26.06.1975 Lüdenscheid
10.	10,17	Quitschalle Jonas	97	LG Lüdenscheid	04.07.2010 Lüdenscheid

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

600 m

1.	1:47,5	Weißhaupt Thomas	61	TuS Nachrodt-Obstf.	06.08.1972 Altena
2.	1:48,7	Hochfelde Olaf	59	TSV Altena	26.09.1971 Altena
3.	1:49,5	Kiesewalter Götz	57	TSV Altena	27.05.1969 Altena
4.	1:52,0	Bergfeld Axel	61	TuS Lin.-Heedfeld	25.08.1973 Werdohl
5.	1:52,6	Nadler Uwe	59	TSV Altena	26.09.1971 Altena
6.	1:52,7	Rogl Holger	60	TSV Altena	14.10.1972 Altena
7.	1:53,4	Bußler Michael	60	TuS Nachrodt-Obstf.	06.08.1972 Altena
8.	1:54,7	Friese Gerd	61	TSG Valbert	18.08.1973 Halver
	1:54,7	Schmale Ulf	61	TuS Halver	18.08.1973 Halver
10.	1:54,8	Schneider Thorsten	62	LG Werdohl-Versetal	25.08.1973 Werdohl

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

800 m

1.	2:31,2	Scholz Thomas	68	TuS Jahn Werdohl	16.09.1979 Dortmund
2.	2:31,6	Schneider Thorsten	62	LG Werdohl-Versetal	22.06.1974 Werdohl
3.	2:35,7	Abendroth Michael	67	TV Hüinghausen	05.05.1979 Menden
4.	2:37,1	Rasser Achim	67	TSG Valbert	05.05.1979 Menden
5.	2:37,2	Tomaschewski Armin	66	TuS Halver	24.09.1978 Dortmund
6.	2:38,5	Windirsch Martin	63	TuS Lin.-Heedfeld	21.06.1975 Werdohl
7.	2:38,7	Lengenfeldt Frank	66	TuS Nachrodt-Obstf.	24.09.1978 Dortmund
8.	2:39,6	Knapke Henning	65	TuS Grünew Lüdensch	04.09.1977 Lüdenscheid
9.	2:40,5	Herbel Uwe	64	LG Altena-Nachrodt	26.06.1975 Lüdenscheid
10.	2:40,9	Druschel Lars	66	Schalksmühler TV	04.09.1977 Lüdenscheid

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

1.000 m

1.	2:59,72	Althoff Björn	77	TuS Jahn Werdohl	29.06.1990 Menden
2.	2:59,8	Bußmann Manuel	81	TuS Dahle 04	25.05.1994 Menden
3.	3:00,39	Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	25.05.1994 Menden
4.	3:04,98	Nüßgen Rene	76	TS Evingsen	06.05.1989 Lüdenscheid
5.	3:05,4	Fischer Christian	73	TuS Halver	24.06.1984 Dortmund
6.	3:09,68	Hopmann Hendrik	93	TuS Jahn Werdohl	23.09.2006 Lüdenscheid
7.	3:10,4	Scholz Thomas	68	TuS Jahn Werdohl	27.04.1980 Dortmund
8.	3:10,87	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	10.05.1986 Lüdenscheid
9.	3:11,33	Eckhardt Viktor	78	TSV Altena	30.06.1991 Dortmund
10.	3:13,11	M12 Sondermann Markus	88	LG Lüdenscheid	30.09.2000 Lüdebscheid

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

2.000 m

1.	6:40,1	Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	07.09.1994 Hagen
2.	6:51,3	Althoff Björn	77	TuS Jahn Werdohl	18.05.1990 Rönsahl
3.	6:53,6	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	21.05.1986 Witten
4.	7:03,20	Nüßgen Rene	76	TS Evingsen	29.07.1989 Lüdenscheid
5.	7:05,82	Benger Kevin	91	LG Halver-Schalksm.	01.05.2004 Köln
6.	7:05,7	Kelbing Alexander	89	LG Halver-Schalksm.	06.09.2002 Meinerzhagen
7.	7:14,2	Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	07.05.1999 Meinerzhagen
8.	7:16,1	Hopmann Hendrik	93	TuS Jahn Werdohl	01.09.2006 Meinerzhagen
9.	7:20,13	Mantel Dennis	78	LG Plettenberg-Her.	05.08.1991 Lüdenscheid
10.	7:22,0	M12 Berbecker Frederic	93	LG Halver-Schalksm.	02.09.2005 Meinerzhagen

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

3.000 m

1.	10:33,90	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	19.04.1986 Olpe
2.	11:54,2	M12 Mantel Dennis	78	LG Plettenberg-Her.	18.08.1990 Lüdenscheid
3.	12:11,7	Klüter Jörg	77	TuS Jahn Werdohl	02.09.1990 Werdohl
4.	12:13,4	M12 Wagner Berthold	78	TS Evingsen	02.09.1990 Werdohl
5.	12:34,7	Kuhns Hubertus	76	TV Kierspe 79	19.05.1989 Kierspe
6.	12:37,6	M12 Witscher Thomas	77	TSG Valbert	19.08.1989 Lüdenscheid
7.	12:52,7	Steffens Martin	72	TuS Jahn Werdohl	09.04.1983 Gevelsberg
8.	13:16,1	M12 Beimborn Martin	78	LG Plettenberg-Her.	18.08.1990 Lüdenscheid

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

5 km

1.	19:58		Benger Kevin	91	LG Halver-Schalksm.	17.04.2004 Haltern-Flaesh
2.	20:11	M11	Redlich Stefan	86	TSV 1886 Rönsahl	19.07.1997 Birkesdorf
3.	20:22	M10	Lill Bernhard	86	LG Plettenberg-Her.	21.04.1996 Arnsberg
4.	20:36		Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	13.11.1999 Werl
5.	21:02		Hopmann Hendrik	93	TuS Jahn Werdohl	11.08.2006 Ibbenbüren
6.	21:14	M11	Windhüs Marcel	85	TSV 1886 Rönsahl	14.04.1996 Porz-Zündorf
7.	21:21		Jung Erik	94	TSV Kierspe 79/04	03.03.2007 Niederfischbac
8.	21:24		Schürmann Ralf	82	TSV Altena	10.12.1995 Hamm/Westf
9.	21:57	M12	Werner Nick	98	TuS Neuenrade	28.03.2010 Werl
10.	22:48	M12	Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	08.11.1997 Werl

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

7,5 km

1.	29:50	M11	Redlich Stefan	86	TSV 1886 Rönsahl	09.02.1997 Berg-Gl.-Refra
----	-------	-----	----------------	----	------------------	---------------------------

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

10 km

1.	41:02	M11	Redlich Stefan	86	TSV 1886 Rönsahl	06.04.1997 Troisdorf-Spic
2.	46:32		Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	19.06.1999 Lennest.-Kirch
3.	47:09	M10	Windhüs Marcel	85	TSV 1886 Rönsahl	08.01.1995 Köln-Porz

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

60 m Hürden

1.	9,4		Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	03.07.1993 Schalksmühle
2.	10,16		Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	06.06.1998 Menden
3.	10,0		Wied Robin	80	Schalksmühler TV	03.07.1993 Schalksmühle
4.	10,1		Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	13.07.1991 Schalksmühle
5.	10,1		Mauß Michael	80	LG Lüdenscheid	03.07.1993 Schalksmühle
6.	10,2		Wetterau Elmar	82	LG MTV/St.R. Altena	24.06.1995 Schalksmühle
7.	10,2		Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	28.08.2004 Schalksmühle
8.	10,50 -0,1		Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	03.10.1997 Menden
9.	10,65 -1,9		Störmann Niels	86	LG Plettenberg-Her.	17.10.1999 Siegen-Geiswei
10.	10,72		König Lars	74	TV Jahn Plettenberg	06.09.1986 Lüdenscheid

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

4 x 50 m Staffel

1.	28,1	LG Plettenberg-Her.	30.06.1991 Plettenberg-B.
		(Baudis 78 - Martinez 78 - Heinrich 78 - Mantel 78)	
2.	28,7	TuS Jahn Werdohl	02.09.1990 Werdohl
		(Wüsthoff T. 77 - Klüter J. 77 - Bahr T. 79 - Althoff B. 77)	
3.	29,0	LG Plettenberg-Her.	20.09.1998 Lüdenscheid
		(Lützenkirchen S.86 - Lill B.86 - Hülter N.85 - Störmann N.86)	
4.	29,63	M11 LG Lüdenscheid	07.09.2008 Lüdenscheid
		(Glörfeld J.97 - Stremme N.98 - Hempel M.97 - Sesselmann A.97)	
5.	29,6	TuS Oberbrügge	02.09.1990 Werdohl
		(Schulte M. 80 - Kütke D. 78 - Voss S. 77 - Scheerer L. 78)	
6.	29,6	LG Plettenberg-Her.	14.06.1998 Halver
		(Schäfer A.86 - Klein F.86 - Ahlert T.86 - Störmann S.85)	
7.	29,7	TSG Valbert	19.08.1989 Lüdenscheid
		(Winterhoff 77 - Blumenthal H. 77 - Blumenthal M. 77 - Schmidt 76)	
8.	29,8	LG Plettenberg-Her.	23.05.1993 Menden
		(Drago D.80 - Lamers St.80 - Suhre T.80 - Suhre P.80)	
9.	30,11	M11 LG Lüdenscheid	08.09.2002 Hagen
		(Lexen R.92 - Peters M.91 - Kaufung S.91 - Streppel T.91)	
10.	30,2	TS Evingsen	01.10.1988 Altena
		(Leinberger 75 - Taudin 76 - Nüßgen 76 - Buschmann 76)	
11.	30,2	TV Jahn Plettenberg	30.06.1991 Plettenberg-B.
		(Biggemann 79 - Janane 78 - Wicker 79 - Brill 78)	
12.	30,2	LG MTV/St.R. Altena	02.07.1995 Plettenberg-B.
		(Lengelsen N.83 - Koch J.82 - Wetterau E.82 - Schulz S.82)	

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

4 x 75 m Staffel

1.	39,40	LG Lüdenscheid	09.09.2007 Dortmund
		(Visestamkul T.95 - Kessner L.94 - Grüger B.94 - Rump H.94)	
2.	40,0	TuS Dahle 04	19.09.1987 Altena
		(Cassack 76 - Jurzik 76 - v.d.Crone 76 - Schaumann 76)	
3.	40,26	LG Lüdenscheid	04.07.2010 Lüdenscheid
		(Stremme 98, Glörfeld 97, Hempel 97, Quitschalle 97)	
4.	40,66	LG Lüdenscheid	20.07.2003 Lüdenscheid
		(Kaufung S.91 - Sausen L.90 - Meister P.90 - Wiggenhagen D.90)	
5.	41,81	LG Lüdenscheid	17.05.2009 Lüdenscheid
		(Dumke M.96 - Michael P.96 - Hempel M.97 - Sesselmann A.97)	
6.	41,7	LG Lüdenscheid	28.09.1980 Lüdenscheid
		(Ludwig 69 - Janik 69 - Verbinnen 68 - Wiggenhagen B. 68)	
7.	42,4	TuS Jahn Werdohl	10.05.1981 Lüdenscheid
		(v.Malotki - Neumann F. 69 - Mittendorf 70 - Neumann O.)	
8.	43,03	LG Halver-Schalksm.	21.05.2000 Lüdenscheid
		(Beinborn J.88 - Raatz P. 88 - Holzrichter J. 88 - Lausberg M. 88)	
9.	43,0	TuS Halver	24.09.1978 Dortmund
		(Beckmann 67-Hablowetz 67-Maximowitz 66-Tomaschewski 66)	
10.	43,2	LG Altena-Nachrodt	30.06.1976 Lüdenscheid
		(Schütz - Schmidt - Herbel - Bäcker)	

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

3 x 800 m Staffel

- | | | | | |
|----|--------|------------------------------------|-------------|------------------|
| 1. | 8:01,8 | | TSG Valbert | 29.09.1979 Bönen |
| | | (Görlitz 67 - Nies 67 - Kaiser 67) | | |

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

3 x 1.000 m Staffel

- | | | | | |
|-----|----------|--|---------------------|------------------------|
| 1. | 10:05,0 | | LG Plettenberg-Her. | 05.10.1991 Hamm |
| | | (Mantel 78 - Baudis 78 - Stunz 78) | | |
| 2. | 10:13,99 | | TV Kierspe 79 | 24.09.1985 Essen |
| | | (Möller 74 - Wilhelm 74 - Lembcke 73) | | |
| 3. | 10:20,6 | | LG Plettenberg-Her. | 27.08.1998 Dortmund |
| | | (Lill B.86 - Peters C.86 - Ahlert T.86) | | |
| 4. | 10:35,6 | | LG Lüdenscheid | 24.08.2007 Schwerte |
| | | (Rump H.94 - Delhougne R.95 - Grüger B.94) | | |
| 5. | 10:44,8 | | TSG Valbert | 12.09.1981 Nachrodt |
| | | (Rasser A. 70 - Hinkelmann 70 - Fley 69) | | |
| 6. | 10:51,4 | | LG Lüdenscheid | 12.09.1981 Nachrodt |
| | | (Thiel B. 70 - Baberg A. 69 - Winkler 69) | | |
| 7. | 10:52,7 | | TuS Halver | 28.08.1985 Dortmund |
| | | (Kortmann 74 - Scherf 74 - Steimel 73) | | |
| 8. | 10:54,56 | | LG Lüdenscheid | 02.06.2001 Iserlohn |
| | | (Riedel J.88 - Kaufung N.88 - Sondermann M.88) | | |
| 9. | 10:56,28 | | TSG Valbert | 12.08.1989 Lüdenscheid |
| | | (Schmidt - 76 - Blumenthal 76 - Witscher 77) | | |
| 10. | 10:58,03 | | TuS Jahn Werdohl | 12.08.1989 Lüdenscheid |
| | | (Klüter 77 - Althoff 77 - Wüsthoff 77) | | |

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

Hochsprung

- | | | | | | |
|-----|------|--------------------|----|---------------------|---------------------------|
| 1. | 1,52 | Beckmann Thorsten | 67 | TuS Halver | 14.06.1979 Werdohl |
| 2. | 1,52 | Störmann Sören | 85 | LG Plettenberg-Her. | 28.06.1998 Menden |
| 3. | 1,52 | Kleve Max | 93 | TuS Jahn Werdohl | 18.06.2006 Werdohl |
| 4. | 1,50 | Mauß Michael | 80 | LG Lüdenscheid | 18.09.1993 Meinerzhagen |
| 5. | 1,49 | Wüsthoff Tilo | 77 | TuS Jahn Werdohl | 02.09.1990 Werdohl |
| 6. | 1,48 | Potaczek Paul | 80 | LG Lüdenscheid | 12.06.1993 Plettenberg-B. |
| 7. | 1,48 | Wied Robin | 80 | Schalksmühler TV | 19.09.1993 Gelsenkirchen |
| 8. | 1,48 | Jansen David | 91 | LG Plettenberg-Her. | 11.07.2004 Menden |
| 9. | 1,47 | M12 Lill Bernhard | 86 | LG Plettenberg-Her. | 16.08.1998 Dortmund |
| 10. | 1,46 | Peters Christopher | 86 | LG Plettenberg-Her. | 18.08.1999 Warstein |
| 11. | 1,46 | Ratz Patrick | 88 | LG Halver-Schalksm. | 13.05.2001 Iserlohn |

Stabhochsprung

1.	2,30	Berbecker Frederik	93	LG Halver-Schalksm.	19.08.2006	Schalksmühle
2.	2,10	Heuser Julian	89	LG Plettenberg-Her.	15.06.2002	Schalksmühle
3.	2,00	Wilhelm Jens	74	TV Kierspe 79	04.10.1986	Lüdenscheid
4.	1,90	Lausberg Marcus	88	LG Halver-Schalksm.	03.10.2001	Schalksmühle
	1,90	Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	03.10.2001	Schalksmühle
6.	1,82	M12 Körber Marco	83	Schalksmühler TV	03.09.1995	Schalksmühle
7.	1,80	Jahn Gregor	77	Schalksmühler TV	24.05.1990	Schalksmühle
8.	1,80	Gerhardt Torsten	81	Schalksmühler TV	03.09.1994	Schalksmühle
	1,80	Hülsmann Stefan	81	Schalksmühler TV	03.09.1994	Schalksmühle
10.	1,70	Vogel Marius	81	Schalksmühler TV	03.09.1994	Schalksmühle

Weitsprung

1.	5,39	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	03.07.1993	Schalksmühle
2.	5,07	Kobelt Hartwig	57	TuS Versetal	28.09.1969	Werdohl
3.	5,05	Kühnl Jens	76	TV Jahn Plettenberg	19.08.1989	Lüdenscheid
4.	5,03	Wied Robin	80	Schalksmühler TV	05.09.1993	Werdohl
5.	4,99	Nüßgen Rene	76	TS Evingsen	04.06.1989	Wiblingwerde
6.	4,97	Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	02.10.1988	Gelsenkirchen
7.	4,97	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	15.09.1991	Dortmund
8.	4,95	Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	16.07.1986	Oberbrügge
9.	4,90	Hollweg Thomas	68	LG Lüdenscheid	01.06.1980	Lüdenscheid
10.	4,88	Ricker Paul	63	TS Evingsen	21.06.1975	Werdohl

Weitsprung a. d. Zone

1.	5,52	Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	15.06.2008	Lüdenscheid
2.	5,33	Raschka Robert	84	TuS Jahn Werdohl	31.08.1997	Lüdenscheid
3.	5,20	M12 Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	25.05.1997	Olpe
4.	5,20	Kühn Konstantin	86	TuS Dahle 04	01.08.1999	Lüdenscheid
5.	5,08	Wetterau Elmar	82	LG MTV/St.R. Altena	16.09.1995	Altena
6.	5,06	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	27.06.2004	Lüdenscheid
7.	5,02	Haarmann Tobias	87	LG MTV/St.R. Altena	23.09.2000	Altena
8.	4,93	Marstedt Marvin	93	LG Halver-Schalksm.	19.08.2006	Schalksmühle
9.	4,92	Kleve Max	93	TuS Jahn Werdohl	26.08.2006	Lüdenscheid
10.	4,89	Schmidts Christian	81	LG Lüdenscheid	24.09.1994	Lüdenscheid

Kugelstoß 3,00 kg

1.	11,89	Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	13.12.2008	Plettenberg
2.	11,20	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	03.10.2004	Hagen-Dahl
3.	10,94	Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	30.06.1991	Plettenberg-B.
4.	10,86	Berbecker Frederik	93	LG Halver-Schalksm.	26.08.2006	Lüdenscheid
5.	10,76	Körber Marco	83	Schalksmühler TV	25.08.1996	Lüdenscheid
6.	10,73	Bröcker Marcus	82	LG Plettenberg-Her.	01.10.1995	Dortmund
7.	10,70	Didier Thorsten	83	TuS Oberbrügge	25.08.1996	Lüdenscheid
8.	10,39	Wied Robin	80	Schalksmühler TV	05.09.1993	Werdohl
9.	10,36	Fiebrich Maik	77	Rahmeder TV	02.09.1990	Werdohl
10.	10,35	Hadem Michael	77	LG Lüdenscheid	26.05.1990	Lüdenscheid

Diskuswurf 0,75 kg

1.	34,48	Stracke André	83	LG Plettenberg-Her.	29.09.1996 Dortmund
2.	33,40	Wilke Maximilian	93	TV Wiblingwerde	10.06.2006 Plettenberg-Bö
3.	33,28	Bröcker Marcus	82	LG Plettenberg-Her.	21.10.1995 Soest
4.	33,03	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	18.09.2004 Plettenberg-Bö
5.	33,00	Körber Marco	83	Schalksmühler TV	01.06.1996 Lüdenscheid
6.	32,55	Komp André	94	LG Plettenberg-Her.	14.10.2007 Lippstadt
7.	31,82	Störmann Niels	86	LG Plettenberg-Her.	03.10.1999 Menden
8.	31,74	Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	31.05.2008 Schalksmühle
9.	31,68	Dresel Christian	85	TV Wiblingwerde	21.06.1998 Schalksmühle
10.	29,32	Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	17.10.1998 Hagen-Dahl

Diskuswurf 1,00 kg

1.	28,70	Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	14.09.1991 Herscheid
2.	28,54	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	18.09.1993 Meinerzhagen
3.	25,20	Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	02.10.1988 Gelsenkirchen
4.	24,56	Ben Azizi Mustaffa	77	Schalksmühler TV	24.05.1990 Schalksmühle
5.	24,16	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	14.09.1991 Herscheid
6.	24,08	Brüninghaus Jan	78	TSV Altena	13.07.1991 Schalksmühle
7.	22,72	König Andre	77	LG Plettenberg-Her.	24.05.1990 Schalksmühle
8.	21,46	M12 Kleindopp Björn	78	LG Plettenberg-Her.	02.09.1990 Werdohl
9.	21,38	Winterhoff Ralf	77	TSG Valbert	18.08.1990 Lüdenscheid
10.	21,38	Mauß Michael	80	LG Lüdenscheid	31.07.1993 Lüdenscheid

Speerwurf 400 g

1.	37,41	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	12.09.2004 Hagen
2.	36,46	Körber Marco	83	Schalksmühler TV	25.08.1996 Lüdenscheid
3.	34,95	Berbecker Frederik	93	LG Halver-Schalksm.	22.04.2006 Wiblingwerde
4.	34,34	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	30.06.1991 Plettenberg-B.
5.	32,90	Uellenberg Jan	96	LG Halver-Schalksm.	03.10.2009 Hagen
6.	32,79	Holzrichter Jörn	88	LG Halver-Schalksm.	21.04.2001 Wiblingwerde
7.	32,55	Hempel Malte	97	LG Lüdenscheid	18.09.2010 Lüdenscheid
8.	31,90	Glörfeld Joscha	97	LG Lüdenscheid	04.07.2010 Lüdenscheid
9.	31,85	Heitkämper Jonas	92	LG Halver-Schalksm.	19.06.2005 Lüdenscheid
10.	31,44	Prachowski Thomas	79	LG Plettenberg-Her.	05.07.1992 Neuenrade

Schlagballwurf 80 g

1.	56,00	M12 Körber Marco	83	Schalksmühler TV	22.09.1995 Herscheid
2.	54,50	M11 Schwarzer Raphael	98	LG Halver-Schalksm.	13.09.2009 Lüdenscheid
3.	54,00	M11 Gakakis Gregorius	83	LG Plettenberg-Her.	14.08.1994 Halver
4.	52,50	Gerhardt Torsten	81	Schalksmühler TV	26.08.1994 Herscheid
5.	52,40	M11 Nowak Stefan	83	TuS Dahle 04	10.09.1994 Meinerzhagen
6.	52,00	M11 Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	13.05.2006 Schalksmühle
7.	50,00	M11 Reisener Lennard	95	LG Plettenberg-Her.	20.08.2006 Menden
8.	50,00	M11 Kunzmann Jan	97	LG Lüdenscheid	01.06.2008 Dortmund
9.	49,50	M11 Turck Philipp	83	TuS Öckinghausen	14.08.1994 Halver
10.	49,50	Vogel Marius	81	Schalksmühler TV	26.08.1994 Herscheid

Ballwurf 200 g

1. 61,00	Wiebel Heiko	69	TuS Halver	04.10.1981 Dortmund
2. 60,50	Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	03.05.2008 Schalksmühle
3. 60,00	Dietrich Dirk	65	LG Werdohl-Versetal	02.07.1977 Werdohl
4. 59,00	Schürmann Olaf	59	LG Werdohl-Versetal	15.05.1971 Versetal
5. 59,00	Weber Frank	61	TuS Lin.-Heedfeld	16.09.1973 Lüdenscheid
6. 59,00	Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	17.06.1988 Iserlohn
7. 58,40	Frauendorf H.J.	57	TuS Nachrodt-Obstf.	18.10.1969 Nachrodt
8. 57,50	Bergfeld Axel	61	TuS Lin.-Heedfeld	16.09.1973 Lüdenscheid
9. 57,00	Hoffmann Frank	57	TSV Altena	16.06.1969 Altena
10. 57,00	Hochfelde Olaf	59	TSV Altena	14.08.1971 Altena

Hammerwurf 3,00 kg

1. 39,96	Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	19.10.1991 Dortm.-Höchste
2. 33,22	Stracke André	83	LG Plettenberg-Her.	19.10.1996 Hagen-Dahl
3. 28,36	Röcken Per	78	LG Plettenberg-Her.	19.10.1991 Dortm.-Höchste
4. 26,46	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	10.10.2004 Paderborn
5. 22,90	Bröcker Marcus	82	LG Plettenberg-Her.	23.09.1995 Dortm.-Höchste
6. 22,22	Baberg Tim	89	LG Plettenberg-Her.	12.10.2002 Plettenberg
7. 21,82	Gerhardt Torsten	81	Schalksmühler TV	24.09.1994 Dortm.-Höchste
8. 20,66	Dunker Marcel	97	LG Plettenberg-Her.	09.10.2010 Plettenberg
9. 20,65	Balcar Stefan	96	LG Plettenberg-Her.	16.05.2009 Altena
10. 19,68	Vogel Marius	81	Schalksmühler TV	24.09.1994 Dortm.-Höchste

Dreikampf

Ausgetragen bis 1987, Disziplinen: 75 m - Weit (Balken) - Ball 200 g

1. 2.459 h	Kremp Stefan (10,4 - 4,53 - 40,00)	74	Schalksmühler TV	19.07.1986 Werdohl
2. 2.431 h	Kaufmann Kai (11,2 - 4,46 - 51,50)	75	TV Kierspe 79	26.09.1987 Iserlohn
3. 2.403 h	Hollweg Thomas (10,7 - 4,69 - 37,90)	68	TuS Grünew Lüdensch	03.05.1980 Schalksmühle
4. 2.336 h	Winkler Dirk (10,8 - 4,22 - 43,10)	69	LG Lüdenscheid	03.05.1980 Schalksmühle
5. 2.310 h	Mittendorf Jens (10,9 - 4,37 - 39,50)	70	TuS Jahn Werdohl	25.09.1982 Altena
6. 2.166 h	Sieber Daniel (11,1 - 4,10 - 37,30)	69	TuS Halver	03.05.1980 Schalksmühle
7. 2.161 h	Röther Stefan (11,6 - 3,92 - 47,00)	74	TuS Versetal	19.07.1986 Werdohl
8. 2.157 h	Schirlitz Frank (11,3 - 3,90 - 43,00)	68	Schalksmühler TV	03.05.1980 Schalksmühle
9. 2.115 h	Schröder Frank (11,5 - 3,74 - 46,00)	70	TV Hüinghausen	25.09.1982 Altena
10. 2.046 h	Angermann Thomas (11,7 - 4,15 - 35,00)	76	LG Plettenberg-Her.	16.05.1987 Altena

Dreikampf

Ausgetragen 1988 - 1993, Disziplinen: 50 m - Weit (Balken) - Ball 200 g

1.	2.774 e	Potaczek Paul (6,67 - 4,87 - 41,00)	80	LG Lüdenscheid	26.06.1993 Lüdenscheid
2.	2.602 e	Wied Robin (7,15 - 4,86 - 40,00)	80	Schalksmühler TV	26.06.1993 Lüdenscheid
3.	2.582 h	Erlemann Daniel (7,0 - 4,20 - 48,00)	78	LG Lüdenscheid	15.06.1991 Werdohl
4.	2.573 e	Baudis Sven (7,45 - 4,83 - 45,00)	78	LG Plettenberg-Her.	29.09.1991 Menden
5.	2.505 h	Kühnl Jens (7,3 - 4,50 - 43,00)	76	TV Jahn Plettenberg	04.06.1989 Wiblingwerde
6.	2.483 h	Verrieth Andre (7,6 - 4,26 - 53,00)	79	TuS Halver	21.06.1992 Halver
7.	2.470 h	Zündorf Christian (7,3 - 4,17 - 47,00)	80	Schalksmühler TV	19.09.1993 Gelsenkirchen
8.	2.397 h	Brüninghaus Jan (7,6 - 4,19 - 47,60)	78	TSV Altena	15.06.1991 Werdohl
9.	2.351 h	Beckmann Maik (7,6 - 4,16 - 44,50)	75	Grün-Weiß Lüdensch.	03.07.1988 Neuenrade
10.	2.299 h	M12 Verrieth Andre' (7,7 - 4,04 - 45,00)	79	TuS Halver	15.06.1991 Werdohl

Dreikampf

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 50 m - Weit (Zone) - Ball 200 g

1.	1.287 h	Schulz Sascha (7,0 - 4,64 - 44,00)	82	LG MTV/St.R. Altena	09.09.1995 Werdohl
2.	1.257 h	Vogel Marius (7,4 - 4,51 - 50,00)	81	Schalksmühler TV	11.06.1994 Schalksmühle
3.	1.256 h	Störmann Sören (7,3 - 4,87 - 41,50)	85	LG Plettenberg-Her.	17.05.1998 Schalksmühle
4.	1.232 e	Hacke Philipp (7,41 - 4,60 - 39,50)	85	TV Wiblingwerde	12.09.1998 Lüdenscheid
5.	1.231 h	Gerhardt Torsten (7,5 - 4,36 - 47,50)	81	Schalksmühler TV	11.06.1994 Schalksmühle
6.	1.223 h	Körber Marco (7,9 - 4,49 - 55,00)	83	Schalksmühler TV	15.09.1996 Gelsenkirchen
7.	1.212 h	M12 Kaufmann André (7,2 - 4,43 - 40,00)	82	Schalksmühler TV	11.06.1994 Schalksmühle
8.	1.205 h	Bußmann Manuel (7,4 - 4,59 - 40,00)	81	TuS Dahle 04	11.06.1994 Schalksmühle
9.	1.203 h	Nowak Stefan (7,5 - 4,38 - 45,50)	83	TuS Dahle 04	05.05.1996 Schalksmühle
10.	1.197 h	Schmidts Christian (6,9 - 4,72 - 27,50)	81	LG Lüdenscheid	03.09.1994 Lüdenscheid

Dreikampf

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 75 m - Weit (Zone) - Ball 200 g

1.	1.514 e	Lengenfeldt Melvin (10,02 - 5,52 - 58,00)	95	LG MTV/St.R. Altena	15.06.2008 Lüdenscheid
2.	1.338 h	Jansen David (10,1 - 4,65 - 48,50)	91	LG Plettenberg-Her.	15.05.2004 Schalksmühle
3.	1.306 h	Wiggenhagen Daniel (9,8 - 4,49 - 40,50)	90	LG Lüdenscheid	12.07.2003 Schalksmühle
4.	1.273 h	Heitkämper Jonas (10,6 - 4,38 - 51,00)	92	LG Halver-Schalksm.	26.06.2005 Schalksmühle
5.	1.270 h	Marschner Jan Frede (10,2 - 4,47 - 42,00)	94	LG Halver-Schalksm.	25.08.2007 Plettenberg-Bö
6.	1.264 h	Berbecker Frederik (11,0 - 4,51 - 53,50)	93	LG Halver-Schalksm.	13.05.2006 Schalksmühle
7.	1.256 h	Sausen Lukas (10,4 - 4,61 - 40,50)	90	LG Lüdenscheid	12.07.2003 Schalksmühle
8.	1.253 h	Kessner Lars (10,5 - 4,32 - 47,00)	94	LG Lüdenscheid	06.05.2007 Schalksmühle
9.	1.250 h	Pries Daniel (10,7 - 4,47 - 47,00)	90	LG Halver-Schalksm.	12.07.2003 Schalksmühle
10.	1.250 h	Rump Henrik (10,4 - 4,31 - 45,00)	94	LG Lüdenscheid	06.05.2007 Schalksmühle

Dreikampf Mannschaft

Ausgetragen bis 1987

1.	10.464 h			LG Lüdenscheid	03.05.1980 Schalksmühle (Hollweg 2403-Winkler 2336-Ludwig 1979-Kritzler 1894-Welzel 1852)
2.	8.873 h			TuS Lin.-Heedfeld	03.05.1980 Schalksmühle (Eckern1928-Husung1899-Braun1789-Romaneeßen1640Strohmann1593)
3.	8.793 h			LG Plettenberg-Her.	16.05.1987 Altena (Angermann 2046-Jorkowski 1968-Pingel 1793-Mai 1715-Schmidt 1271)
4.	8.655 h			TuS Jahn Werdohl	03.05.1980 Schalksmühle (Knöring 1861-v.Malki1728-Baudis1728-NeumannF.1674-v.d.Loo1664)
5.	8.527 h			Schalksmühler TV	03.05.1980 Schalksmühle (Schirlitz 2157-Brune 1908-Holthaus1718-Segrewe1477-Dunkel 1267)
6.	8.170 h			TV Jahn Plettenberg	16.05.1987 Altena (Kühnl 1833-Kurth 1734-Rentrop 1580-Seifert 1558-Grüber 1465)
7.	7.930 h			LG Lüdenscheid	16.05.1987 Altena (Friske 1951-Donacien 1794-Wortberg 1545-Kriegel1441-Althaus1199)
8.	7.710 h			TuS Nachrodt-Obstf.	25.09.1982 Altena (Funnemann 1802-Naumann 1722-Stracke 1497-Hertrampf1351-Koch1338)

Vierkampf

Ausgetragen bis 1987, Disziplinen: 75 m - Weit (Balken) - Hoch - Ball 200 g

1.	3.321 h	Beckmann Thorsten	67	TuS Halver	25.08.1979 Halver
		(10,9 - 4,30 - 1,45 - 46,00)			
2.	3.284 h	Thiede Oliver	72	TuS Halver	15.09.1984 Schalksmühle
		(10,8 - 4,48 - 1,44 - 39,00)			
3.	3.249 h	König Lars	74	TV Jahn Plettenberg	19.07.1986 Werdohl
		(11,0 - 4,15 - 1,40 - 49,00)			
4.	3.224 h	Schulte Björn	69	TuS Elsetal	04.07.1981 Schalksmühle
		(11,0 - 4,33 - 1,45 - 39,50)			
5.	3.149 e	Kaufmann Kai	74	TV Kierspe 79	21.09.1986 Iserlohn
		(11,50 - 4,55 - 1,25 - 52,50)			
6.	3.079 h	Leinberger Thorsten	75	TS Evingsen	16.05.1987 Altena
		(11,7 - 4,72 - 1,30 - 42,00)			
7.	3.048 h	Winkler Dirk	69	LG Lüdenscheid	04.07.1981 Schalksmühle
		(11,4 - 4,15 - 1,30 - 47,00)			
8.	3.035 h	Bergmann Elmar	73	TuS Versetal	17.08.1985 Plettenberg
		(11,0 - 3,82 - 1,30 - 47,50)			
9.	3.034 h	Tent Sören	68	TuS Lin.-Heedfeld	03.05.1980 Schalksmühle
		(10,9 - 4,18 - 1,30 - 38,50)			
10.	3.034 h	Dockhorn Christoph	69	TuS Lin.-Heedfeld	04.07.1981 Schalksmühle
		(11,7 - 4,40 - 1,40 - 37,00)			

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

Vierkampf

Ausgetragen 1988 - 1993, Disziplinen: 50 m - Weit (Balken) - Hoch - Ball 200 g

1.	3.615 h	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	12.06.1993 Plettenberg-B.
		(6,8 - 4,85 - 1,48 - 35,00)			
2.	3.573 h	Hadem Michael	77	LG Lüdenscheid	08.09.1990 Altena
		(7,0 - 4,75 - 1,35 - 48,50)			
3.	3.571 h	Wied Robin	80	Schalksmühler TV	19.09.1993 Gelsenkirchen
		(6,9 - 4,48 - 1,48 - 41,00)			
4.	3.476 e	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	29.09.1991 Menden
		(7,45 - 4,83 - 1,41 - 45,00)			
5.	3.378 h	Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	03.07.1988 Neuenrade
		(7,5 - 4,54 - 1,35 - 49,00)			
6.	3.243 h	Nüßgen Rene	76	TS Evingsen	04.06.1989 Wiblingwerde
		(7,3 - 4,99 - 1,40 - 24,50)			
7.	3.205 h	Zündorf Christian	80	Schalksmühler TV	19.09.1993 Gelsenkirchen
		(7,3 - 4,17 - 1,25 - 47,00)			
8.	3.162 h	Blumenthal Markus	76	TSG Valbert	04.06.1989 Wiblingwerde
		(7,6 - 4,57 - 1,40 - 31,00)			
9.	3.154 h	Schmidt Tobias	76	TSG Valbert	04.06.1989 Wiblingwerde
		(7,7 - 4,67 - 1,35 - 34,00)			
10.	3.093 h	Burges Markus	80	TuS Oberbrügge	12.06.1993 Plettenberg-B.
		(7,6 - 3,86 - 1,39 - 40,00)			

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

Vierkampf

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 50 m - Weit (Zone) - Hoch - Ball 200 g

1.	1.735 h	Störmann Sören (7,3 - 4,87 - 1,50 - 41,50)	85	LG Plettenberg-Her.	17.05.1998	Schalksmühle
2.	1.647 h	Vogel Marius (7,4 - 4,51 - 1,33 - 50,00)	81	Schalksmühler TV	11.06.1994	Schalksmühle
3.	1.630 h	Gerhardt Torsten (7,5 - 4,36 - 1,38 - 47,50)	81	Schalksmühler TV	11.06.1994	Schalksmühle
4.	1.600 h	Henkel Christian (7,3 - 4,36 - 1,38 - 38,50)	84	LG Lüdenscheid	04.05.1997	Schalksmühle
5.	1.594 h	Körber Marco (7,6 - 4,20 - 1,30 - 54,00)	83	Schalksmühler TV	05.05.1996	Schalksmühle
6.	1.581 h	Lennig Matthias (7,8 - 4,35 - 1,36 - 47,00)	84	TuS Neuenrade	14.06.1997	Wiblingwerde
7.	1.570 e	Pietschmann Christ. (7,74 - 4,52 - 1,34 - 38,50)	81	TuS Jahn Werdohl	02.10.1994	Menden
8.	1.552 h	Peters Christopher (Leistungen z.Zt. nicht bekannt)	86	LG Plettenberg-Her.	15.08.1999	Plettenberg
9.	1.546 h	M12 Sude Jan-Marc (7,6 - 4,47 - 1,45 - 29,00)	82	Schalksmühler TV	27.08.1994	Altena
10.	1.544 h	M12 Hacke Philipp (7,4 - 4,46 - 1,36 - 32,00)	85	TV Wiblingwerde	14.06.1997	Wiblingwerde

Vierkampf

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 75 m - Weit (Zone) - Hoch - Ball 200 g

1.	1.941 e	Lengenfeldt Melvin (10,02 - 5,52 - 1,40 - 58,00)	95	LG MTV/St.R. Altena	15.06.2008	Lüdenscheid
2.	1.791 h	Jansen David (10,1 - 4,65 - 48,50 - 1,45)	91	LG Plettenberg-Her.	15.05.2004	Schalksmühle
3.	1.695 h	Wilke Maximilian (10,8 - 4,40 - 48,50 - 1,45)	93	TV Wiblingwerde	13.05.2006	Schalksmühle
4.	1.669 h	Kleve Max (10,7 - 4,56 - 34,50 - 1,52)	93	TuS Jahn Werdohl	18.06.2006	Werdohl
5.	1.654 h	Marstedt Marvin (10,2 - 4,38 - 33,00 - 1,45)	93	LG Halver-Schalksm.	13.05.2006	Schalksmühle
6.	1.651 h	Pries Daniel (10,7 - 4,47 - 47,00 - 1,35)	90	LG Halver-Schalksm.	12.07.2003	Schalksmühle
7.	1.650 h	Holzrichter Jörn (10,8 - 4,51 - 40,00 - 1,44)	88	LG Halver-Schalksm.	26.05.2001	Nachrodt
8.	1.626 h	M12 Lengenfeldt Robin (10,6 - 4,41 - 41,50 - 1,36)	98	LG MTV/St.R. Altena	01.05.2010	Schalksmühle
9.	1.616 h	Heitkämper Jonas (10,7 - 4,29 - 54,00 - 1,25)	92	LG Halver-Schalksm.	22.05.2005	Schalksmühle
10.	1.585 e	Heuser Julian (11,12 - 4,24 - 35,00 - 1,45)	89	LG Plettenberg-Her.	14.09.2002	Plettenberg

Blockwettkampf S/S

Ausgetragen bis 1993, Disziplinen: 50 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Balken) - Hoch - Speer 400 g

1.	4.595 h	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(7,1 - 10,5 - 4,88 - 1,30 - 33,98)			
2.	3.562 h	M12 Kolbe Christian	78	LG Plettenberg-Her.	23.09.1990 Dortmund
		(7,6 - 12,4 - 4,05 - 1,16 - 22,50)			
3.	3.240 h	Heinrich Sascha	78	LG Plettenberg-Her.	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(8,1 - 12,7 - 3,86 - 1,20 - 15,82)			
4.	2.928 h	M12 Schulte Marcel	79	LG Plettenberg-Her.	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(8,4 - 12,9 - 3,47 - 1,10 - 16,04)			
5.	2.868 h	M12 Westerhoff Sebast.	78	LG Plettenberg-Her.	23.09.1990 Dortmund
		(8,5 - 14,3 - 3,96 - 1,16 - 15,82)			

Blockwettkampf S/S

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 50 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Zone) - Hoch - Speer 400 g

1.	2.137 e	M12 Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	01.05.1997 Wipperfürth
		(7,53 - 10,85 - 4,90 - 1,44 - 39,00)			
2.	1.931 h	M12 Peters Christopher	86	LG Plettenberg-Her.	23.05.1998 Hamm/Westf
		(7,9 - 11,3 - 4,34 - 1,40 - 40,00)			
3.	1.929 h	Vogel Marius	81	Schalksmühler TV	10.09.1994 Hamm/Westf
		(7,7 - 11,4 - 4,48 - 1,30 - 43,50)			
4.	1.919 e	Störmann Niels	86	LG Plettenberg-Her.	12.09.1999 Lippstadt
		(7,85 [+1,8] - 10,81 - 4,31 - 1,30 - 32,50)			
5.	1.819 h	Gerhardt Torsten	81	Schalksmühler TV	10.09.1994 Hamm/Westf
		(7,7 - 12,3 - 4,08 - 1,30 - 43,50)			
6.	1.812 h	Körber Marco	83	Schalksmühler TV	19.05.1996 Hamm/Westf.
		(7,7 - 12,7 - 4,11 - 1,28 - 48,00)			
7.	1.788 e	Klein Florian	86	LG Plettenberg-Her.	12.09.1999 Lippstadt
		(8,04 [+1,1] - 11,96 - 4,03 - 1,30 - 35,00)			
8.	1.775 h	M12 Schäfer Arne	86	LG Plettenberg-Her.	23.05.1998 Hamm/Westf
		(7,8 - 12,0 - 4,13 - 1,28 - 36,00)			
9.	1.761 e	Lill Bernhard	86	LG Plettenberg-Her.	12.09.1999 Lippstadt
		(8,23 [+1,1] - 12,53 - 3,94 - 1,38 - 35,00)			
10.	1.716 e	Grüber Sebastian	83	TSV Altena	11.05.1996 Lüdenscheid
		(7,73 [+1,2] - 12,45 [+1,2] - 4,18 - 1,20 - 30,00)			

Blockmehrkampf S/S

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 75 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Zone) - Hoch - Speer 400 g

1.	1.954 e	M12 Holzrichter Jörn	88	LG Halver-Schalksm.	30.09.2000 Gelsenkirchen
		(11,20 - 12,35 - 4,62 - 1,41 - 39,50)			
2.	1.873 e	M12 Marstedt Marvin	93	LG Halver-Schalksm.	09.10.2005 Siegen-Geiswei
		(10,46 [-0,3] - 12,70 [+0,1] - 4,23 - 1,38 - 29,50)			
3.	1.814 e	M12 Lexen Rolf	92	LG Lüdenscheid	03.10.2004 Menden
		(11,31 [-0,9] - 12,34 [-0,7] - 4,10 - 1,28 - 39,00)			
4.	1.760 e	M12 Mentzel Florian	92	LG Lüdenscheid	03.10.2004 Menden
		(11,49 [-0,9] - 12,54 [-0,7] - 4,23 - 1,24 - 36,50)			
5.	1.755 e	M12 Kaufung Steffen	91	LG Lüdenscheid	21.09.2003 Menden
		(11,56 [-1,0] - 12,27 [+0,0] - 4,00 - 1,26 - 36,00)			
6.	1.707 e	M12 Lausberg Marcus	88	LG Halver-Schalksm.	30.09.2000 Gelsenkirchen
		(11,79 - 12,46 - 3,82 - 1,25 - 37,50)			
7.	1.693 e	M12 Stuhldreher Jan	88	LG Halver-Schalksm.	30.09.2000 Gelsenkirchen
		(11,42 - 13,72 - 4,17 - 1,25 - 36,50)			

Blockwettkampf L

Ausgetragen bis 1993, Disziplinen: 50 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Balken) - Hoch - 1.000 m

1.	3.593 h	Stunz Andre'	78	LG Plettenberg-Her.	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(8,1 - 12,2 - 4,09 - 1,25 - 3:32,3)			
2.	3.590 h	Mantel Dennis	78	LG Plettenberg-Her.	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(8,1 - 11,9 - 3,96 - 1,20 - 3:26,2)			
3.	3.456 h	Dömmecke Thomas	77	LG Plettenberg-Her.	23.09.1990 Dortmund
		(7,7 - 12,6 - 3,73 - 1,18 - 3:52,5)			
4.	3.345 h	M12 Magenheimer Jens	79	LG Plettenberg-Her.	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(7,8 - 12,4 - 3,48 - 1,20 - 3:42,7)			
5.	2.979 h	M12 Langner Thomas	79	TuS Halver	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(8,1 - 12,8 - 3,51 - 1,10 - 4:05,4)			
6.	2.306 h	M12 Verrieth Andre'	79	TuS Halver	22.09.1991 Gelsenkirchen
		(8,1 - 12,8 - 3,73 - ogV. - 4:33,9)			

Blockwettkampf L

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 50 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Zone) - Hoch - 1.000 m

1.	2.172 e	Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	03.10.1997 Menden
		(7,53 [-0,3] - 10,50 [-0,1] - 4,61 - 50,00 - 3:35,51)			
2.	2.011 e	M12 Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	03.10.1997 Menden
		(7,64 [-0,4] - 10,80 [-0,3] - 4,50 - 39,00 - 3:47,28)			
3.	1.904 e	Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	25.04.1999 Menden
		(7,57 [+1,0] - 12,05 [+0,9] - 4,36 - 29,50 - 3:27,80)			
4.	1.722 h	M11 Körber Marco	83	Schalksmühler TV	10.09.1994 Hamm/Westf
		(8,4 - 12,8 - 3,94 - 40,50 - 3:34,5)			
5.	1.492 e	M11 Störmann Niels	86	LG Plettenberg-Her.	01.05.1997 Wipperfürth
		(8,63 - 13,14 - 3,51 - 27,00 - 3:58,67)			
6.	1.486 e	M11 Klein Florian	86	LG Plettenberg-Her.	01.05.1997 Wipperfürth
		(8,61 - 13,37 - 3,56 - 26,50 - 3:57,62)			
7.	1.356 h	M12 Gelhart Hanno	87	LG Halver-Schalksm.	19.09.1999 Gelsenkirche
		(8,4 [+1,0] - 13,5 [+1,0] - 3,80* - 22,00 - 4:35,5)			
8.	1.319 h	M12 Pickhahn Markus	84	LG Plettenberg-Her.	07.09.1996 Gelsenkirchen
		(8,9 [+0,2] - 14,3 [+0,7] - 3,28 - 27,00 - 4:05,3)			

Blockmehrkampf L

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 75 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Zone) - Hoch - 1.000 m

1.	2.163 e	Sausen Lukas	90	LG Lüdenscheid	21.09.2003 Menden
		(10,54 [-0,8] - 10,77 [-0,7] - 4,46 - 44,00 - 3:27,93)			
2.	2.022 e	M12 Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	30.09.2000 Gelsenkirchen
		(11,30 - 10,97 - 4,37 - 35,00 - 3:23,59)			
3.	1.914 e	Sondermann Markus	88	LG Lüdenscheid	20.05.2001 Lüdenscheid
		(11,22 [+1,5] - 11,70 [+0,4] - 4,07 - 29,50 - 3:19,06)			
4.	1.911 e	M12 Berbecker Frederic	93	LG Halver-Schalksm.	17.09.2005 Menden
		(11,52 [+0,0] - 12,02 [+2,0] - 4,16 - 38,00 - 3:34,83)			
5.	1.787 e	Peters Martin	91	LG Lüdenscheid	03.10.2004 Menden
		(11,77 [-0,6] - 12,82 [-1,3] - 4,18 - 32,50 - 3:27,87)			
6.	1.539 e	M12 Harbecke Christian	89	LG Halver-Schalksm.	20.05.2001 Lüdenscheid
		(12,30 [+1,5] - 13,67 [-0,3] - 3,72 - 29,50 - 3:50,37)			
7.	1.366 e	M12 Compans Niklas	89	LG Halver-Schalksm.	20.05.2001 Lüdenscheid
		(12,29 [+1,5] - 14,53 [-0,3] - 3,62 - 22,00 - 4:10,16)			

Blockwettkampf W

Ausgetragen bis 1993, Disziplinen: 50 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Balken) - Kugel 3 kg - Diskus 1 kg

1. 4.636 h Kaufmann Kai 75 TV Kierspe 79 02.10.1988 Gelsenkirchen
(7,3 - 11,1 - 4,97 - 9,42 - 25,20)

Blockwettkampf W

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 50 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Zone) - Kugel 3 kg - Diskus 750 g

1. 2.191 h Störmann Sören 85 LG Plettenberg-Her. 23.05.1998 Hamm/Westf
(7,3 - 10,4 - 4,73 - 8,37 - 25,26)
2. 2.170 e Störmann Niels 86 LG Plettenberg-Her. 03.10.1999 Menden
(7,79 [+1,5] - 10,72 [0,0] - 4,54 - 7,55 - 31,82)
3. 1.995 e Stracke André 83 LG Plettenberg-Her. 29.09.1996 Dortmund
(8,26 [-2,4] - 13,05 - 3,81 - 9,90 - 34,48)
4. 1.973 e Körber Marco 83 Schalksmühler TV 11.05.1996 Lüdenscheid
(7,87 [+1,5] - 13,24 [+0,5] - 4,33 - 9,59 - 25,96)
5. 1.847 h Hülter Magnus 85 LG Plettenberg-Her. 23.05.1998 Hamm/Westf
(7,7 - 12,5 - 4,36 - 7,45 - 21,62)
6. 1.666 h Gäbler Nils 84 Schalksmühler TV 14.05.1997 Hamm/Westf.
(7,9 - 13,5 - 3,97 - 7,08 - 19,20)
7. 1.642 h M12 Klein Florian 86 LG Plettenberg-Her. 10.10.1998 Siegen-Geisw.
(8,0 - 13,6 - 3,95 - 7,15 - 18,49)

Blockmehrkampf W

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 75 m - 60 m Hü (0,762) - Weit (Zone) - Kugel 3 kg - Diskus 750 g

1. 2.436 h Jansen David 91 LG Plettenberg-Her. 28.08.2004 Schalksmühle
(9,9 - 10,2 - 4,82 - 10,07 - 29,90)
2. 2.181 h Berbecker Frederik 93 LG Halver-Schalksm. 19.07.2006 Schalksmühle
(10,8 - 11,1 - 4,38 - 9,79 - 27,89)
3. 1.968 e M12 Berbecker Frederic 93 LG Halver-Schalksm. 09.10.2005 Siegen-Geiswei
(11,38 [+0,1] - 11,82 [+0,2] - 4,17 - 8,73 - 21,92)
4. 1.826 e Beinborn Jonas 88 LG Halver-Schalksm. 30.09.2001 Menden
(11,41 [-1,2] - 12,98 [+0,5] - 4,20 - 8,28 - 19,01)
5. 1.821 e Lausberg Marcus 88 LG Halver-Schalksm. 20.05.2001 Lüdenscheid
(11,36 [-0,7] - 12,13 [-0,3] - 4,08 - 7,50 - 17,87)
6. 1.535 h M12 Riedel Janis 91 TV Wiblingwerde 23.08.2003 Schalksmühle
(11,9 - 13,1 - 4,10 - 5,94 - 13,94)

Blockwettkampf Mannschaft

Ausgetragen bis 1993.

1. 18.543 h LG Plettenberg-Her. 22.09.1991 Gelsenkirchen
(BaudisS4595-StunzL3593-Mantell3590-Magenh.L3345-HeinrichS3240)

Blockwettkampf Mannschaft

Ausgetragen 1994 - 1999

1. 9.505 h LG Plettenberg-Her. 23.05.1998 Hamm/Westf

