

75 m

1.	8,80 *	Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	18.06.1989	Arnsberg
2.	8,95 -0,5	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	29.04.1995	Menden
3.	8,8	Kühnl Jens	76	TV Jahn Plettenberg	07.09.1991	Lüdenscheid
4.	9,20	Kolbe Christian	78	LG Plettenberg-Her.	12.09.1993	Lüdenscheid
5.	9,1	Jansen Jens	74	LG Plettenberg-Her.	11.06.1989	Herscheid
6.	9,1	Schmidts Christian	81	LG Lüdenscheid	23.06.1996	Schalksmühle
7.	9,38	König Lars	74	TV Jahn Plettenberg	28.04.1989	Lüdenscheid
8.	9,39	Schnepper Kai	77	Grün-Weiß Lüdensch.	15.08.1992	Lüdenscheid
9.	9,40 *	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	04.07.1993	Menden
10.	9,42 +1,3	Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	25.09.1999	Lüdenscheid

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

100 m

1.	11,4	Zigahn Michael	62	TuS Lin.-Heedfeld	03.07.1976	Bad Salzuffeln
2.	11,4	Selig Kai	70	LG Lüdenscheid	29.09.1984	Lüdenscheid
3.	11,86 -0,5	Visestamkul Timo	95	LG Lüdenscheid	20.06.2010	Lüdenscheid
4.	11,88 -1,1	Witschorke Dennis	92	TV Jahn Plettenberg	05.05.2007	Lüdenscheid
5.	11,7	Wahrendorf Dirk	69	TV Hüinghausen	04.09.1983	Kierspe
6.	12,04 -0,3	Hacke Philipp	85	TV Wiblingwerde	30.09.2000	Lüdebscheid
7.	11,9	Störmann Frank	69	TSV Oestertal	01.07.1983	Lüdenscheid
8.	11,9 +0,8	Weber Hendrik	88	LG MTV/St.R. Altena	19.07.2003	Lüdenscheid
9.	11,9	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	05.09.2009	Plettenberg
10.	11,9 +0,7	Rotter Philipp	95	LG Halver-Schalksm.	29.05.2010	Schalksmühle

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

300 m

1.	38,99	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	30.08.2009	Hagen
2.	39,44	Visestamkul Timo	95	LG Lüdenscheid	04.07.2010	Dortmund
3.	40,26	Nüsken Dominik	95	LG Lüdenscheid	06.06.2010	Dortmund
4.	40,66	Berlin Patrick	85	LG Lüdenscheid	20.08.2000	Dortmund
5.	40,66	Brisch Matthias	89	LG Lüdenscheid	27.06.2004	Lüdenscheid
6.	40,82	Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	07.06.2003	Gladbeck
7.	40,97	M14 Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	19.06.2005	Lüdenscheid
8.	41,32	Lexen Rolf	92	LG Lüdenscheid	01.09.2007	Lüdenscheid
9.	41,36	Rump Henrik	94	LG Lüdenscheid	07.06.2009	Hagen
10.	41,51	Artschwager Andrej	87	LG Lüdenscheid	22.09.2002	Lüdenscheid

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

800 m

1.	2:10,18	Bußmann Manuel	81	TuS Dahle 04	28.09.1996	Lüdenscheid
2.	2:12,63	Rump Henrik	94	LG Lüdenscheid	27.05.2009	Wenden-Gerling
3.	2:14,02	Sondermann Markus	88	LG Lüdenscheid	27.09.2003	Lüdenscheid
4.	2:42,73	Berger Stefan	80	LG Lüdenscheid	21.05.1995	Lüdenscheid

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

1.000 m

1.	2:44,42	Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	10.08.1996 Lüdenscheid
2.	2:45,2	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	24.09.1989 Gelsenkirchen
3.	2:45,67	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	21.06.2009 Betzdorf
4.	2:46,86	Arnold Lutz	71	TuS Halver	07.09.1985 Lüdenscheid
5.	2:47,05	Artschwager Andrej	87	LG Lüdenscheid	20.07.2002 Aachen
6.	2:47,8	Keppens Werner	66	LG Lüdenscheid	21.06.1980 Recklinghausen
7.	2:48,10	Bühner Niklas	89	LG Plettenberg-Her.	26.06.2004 Kreuztal
8.	2:48,2	Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	29.06.2003 Essen
9.	2:48,53	Althoff Björn	77	TuS Jahn Werdohl	12.07.1992 Menden
10.	2:48,63	M14 Bußmann Manuel	81	TuS Dahle 04	26.05.1995 Menden

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

2.000 m

1.	6:06,53	Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	03.10.1996 Hagen
2.	6:08,23	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	03.05.1989 Menden
3.	6:10,8	Arnold Lutz	71	TuS Halver	25.08.1985 Werdohl
4.	6:15,7	Reißmann Rene	64	TuS Jahn Werdohl	10.09.1978 Berlin
5.	6:18,26	Scheffler Olaf	69	TuS Jahn Werdohl	08.07.1983 Menden
6.	6:22,4	Fischer Christian	72	TuS Halver	09.08.1986 Hamm/Westf.
7.	6:27,80	Artschwager Andrej	87	LG Lüdenscheid	22.08.2002 Berg.-Gladbach
8.	6:27,86	Scherf Michael	74	TuS Halver	24.08.1989 Berg.-Gladbach
9.	6:28,42	Möller Jens	74	TV Kierspe 79	15.09.1989 Menden
10.	6:30,96	Friedrich Sebastian	78	LG Lüdenscheid	31.07.1993 Lüdenscheid

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

3.000 m

1.	9:30,33	Arnold Lutz	71	TuS Halver	05.10.1985 Lüdenscheid
2.	9:36,6	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	01.10.1989 Dortmund
3.	9:36,92	Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	06.10.1996 Dortmund
4.	10:00,4	Fischer Christian	72	TuS Halver	28.08.1986 Berg.-Gladbach
5.	10:06,2	Möller Jens	74	TV Kierspe 79	08.10.1989 Dülmen
6.	10:08,65	Friedrich Sebastian	78	LG Lüdenscheid	25.06.1993 Menden
7.	10:09,75	Scherf Michael	74	TuS Halver	31.08.1989 Berg.-Gladbach
8.	10:11,3	M14 Althoff Björn	77	TuS Jahn Werdohl	01.05.1991 Hagen
9.	10:14,00	Bühner Niklas	89	LG Plettenberg-Her.	06.08.2004 Menden
10.	10:15,96	Hartel Christian	81	TuS Halver	06.10.1996 Dortmund

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

5 km

1.	17:00		Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	20.09.1996	Xanten
2.	17:33	M14	Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	08.06.1988	Dortmund
3.	18:12		Benger Kevin	91	LG Halver-Schalksm.	03.12.2006	Herten-Bertlic
4.	18:31		Holzcamp Jan	75	LG Plettenberg-Her.	13.10.1990	Sythen
5.	18:40		Hartel Christian	81	TuS Halver	09.11.1996	Werl
6.	20:11	M11	Redlich Stefan	86	TSV 1886 Rönsahl	19.07.1997	Birkesdorf
7.	20:22	M10	Lill Bernhard	86	LG Plettenberg-Her.	21.04.1996	Arnsberg
8.	20:27		Waßerfuhr Andre	85	TSV 1886 Rönsahl	22.10.2000	Refrath
9.	20:36	M13	Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	13.11.1999	Werl
10.	20:58		Kroll Daniel	77	TuS Oberbrügge	04.04.1992	Duisburg

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

7,5 km

1.	26:02		Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	19.03.1989	Büren
2.	29:50	M11	Redlich Stefan	86	TSV 1886 Rönsahl	09.02.1997	Berg-Gl.-Refra
3.	31:21	M14	Benger Kevin	91	LG Halver-Schalksm.	13.02.2005	Refrath

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

10 km

1.	35:20		Pietschmann Christ.	81	TuS Jahn Werdohl	06.04.1996	Paderborn
2.	38:42		Benger Kevin	91	LG Halver-Schalksm.	05.11.2006	Verl
3.	41:02	M11	Redlich Stefan	86	TSV 1886 Rönsahl	06.04.1997	Troisdorf-Spic
4.	42:48		Kroll Daniel	77	TuS Oberbrügge	04.04.1992	Duisburg
5.	46:32	M13	Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	19.06.1999	Lennest.-Kirch
6.	47:09	M10	Windhüs Marcel	85	TSV 1886 Rönsahl	08.01.1995	Köln-Porz
7.	47:35		Marquardt Henning	79	TSV Altena	03.09.1994	Elte
8.	47:58		Klung Gabor	83	TuS Jahn Werdohl	11.04.1998	Paderborn

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

80 m Hürden (0,840 m)

1.	11,28 +1,2		Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	29.04.1995	Menden
2.	11,80 +0,2		Marstedt Marvin	93	LG Halver-Schalksm.	22.06.2008	Hagen
3.	11,7		Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	27.05.1989	Schalksmühle
4.	11,9		Wahrendorf Dirk	69	TV Hüinghausen	08.10.1983	Lüdenscheid
5.	12,24 +0,3		Mauß Michael	80	LG Lüdenscheid	10.06.1995	Lage
6.	12,26		Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	13.05.2000	Attendorn
7.	12,30		Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	19.07.2003	Bad Oeynhausen
8.	12,33		Sausen Karsten	74	LG Lüdenscheid	09.06.1989	Lüdenscheid
9.	12,33 0,0		Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	22.08.1999	Paderborn
10.	12,3		Schmidts Christian	81	LG Lüdenscheid	23.06.1996	Schalksmühle
11.	12,3	M14	Wetterau Elmar	82	LG MTV/St.R. Altena	23.06.1996	Schalksmühle

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

300 m Hürden

- | | | | | | | | |
|----|-------|-----|--------------------|----|---------------------|------------|----------|
| 1. | 44,09 | | Raatz Patrick | 88 | LG Halver-Schalksm. | 22.06.2003 | Minden |
| 2. | 51,95 | M14 | Berbecker Frederik | 93 | LG Halver-Schalksm. | 26.05.2007 | Gladbeck |

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

4 x 75 m Staffel

- | | | | | | | | | |
|-----|-------|-----|---|--|---------------------|------------|----------------|--|
| 1. | 36,43 | | | | LG Lüdenscheid | 27.08.1994 | Menden | |
| | | | (Kemper D.79 - Mauß M.80 - Baberg L.79 - Potaczek P.80) | | | | | |
| 2. | 37,3 | | | | LG Plettenberg-Her. | 18.09.1993 | Meinerhagen | |
| | | | (Mantel D.78 - Magenheimer J.79 - Kolbe Chr.78 - Baudis S.78) | | | | | |
| 3. | 37,8 | | | | LG Lüdenscheid | 19.08.1989 | Lüdenscheid | |
| | | | (Sausen 74 - Böhm 74 - Wortberg 74 - Garde 74) | | | | | |
| 4. | 37,9 | | | | LG Lüdenscheid | 02.07.1995 | Plettenberg-B. | |
| | | | (Lange C.80 - Radkowski A.80 - Schmidts C.81 - Mauß M.80) | | | | | |
| 5. | 39,1 | | | | TV Kierspe 79 | 04.09.1988 | Werdohl | |
| | | | (Patzner 73 - Michalski 73 - Möller 74 - Ancona 75) | | | | | |
| 6. | 39,40 | M13 | | | LG Lüdenscheid | 09.09.2007 | Dortmund | |
| | | | (Visestamkul T.95 - Kessner L.94 - Grüger B.94 - Rump H.94) | | | | | |
| 7. | 39,5 | | | | Schalksmühler TV | 05.07.1992 | Neuenrade | |
| | | | (Jahn G.77 - Pawlowski S.77 - Radestock J.77 - Reinecke A.78) | | | | | |
| 8. | 39,9 | | | | LG MTV/St.R. Altena | 13.09.1997 | Altena | |
| | | | (Schulz S.82 - Wetterau E.82 - Lengelsen M.83 - Hojda R.82) | | | | | |
| 9. | 40,0 | SB | | | TuS Dahle 04 | 19.09.1987 | Altena | |
| | | | (Cassak 76 - Jurzik 76 - v.d. Crone 76 - Schaumann 76) | | | | | |
| 10. | 40,0 | | | | LG Lüdenscheid | 05.07.1992 | Neuenrade | |
| | | | (Kratt J.77 - Kubera D.77 - Hengst K.77 - Erlemann D.78) | | | | | |

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

4 x 100 m Staffel

1.	47,51	LG Lüdenscheid	12.09.2009 Lüdenscheid
		(Visestamkul T.95 - Kessner L.94 - Grüger B.94 - Rump H.94)	
2.	49,36	LG Lüdenscheid	15.09.2007 Lüdenscheid
		(Lexen R.92 - Schwabbauer M.92 - Christmann N.92 - Kessner B.92)	
3.	49,7	LG Lüdenscheid	08.10.1977 Lüdenscheid
		(Heymbeck - Kühlen - Hohage - Kessler)	
4.	50,1	LG Lüdenscheid	29.09.1984 Lüdenscheid
		(Thullner 71 - Kessler H. 71 - Faust M. 70 - Selig 70)	
5.	50,4	TuS Grünew Lüdensch	17.06.1979 Lüdenscheid
		(Thierkopf - Fox - Knapke - Kanapin)	
6.	50,7	LG Altena-Nachrodt	08.10.1977 Lüdenscheid
		(Bäcker - Wilke - Schmohl - Joachim)	
7.	51,0	LG Lüdenscheid	04.10.1980 Lüdenscheid
		(Keppens 66 - Verbinnen 66 - Schnorrenberg 67 - Scholz-Fritsch)	
8.	51,32	LG Halver-Schalksm.	06.09.2008 Lüdenscheid
		(Kämper G.94 - Marstedt M.93 - Kleve M.93 - Marschner J.94)	
9.	51,38	TuS Oberbrügge	03.10.1987 Lüdenscheid
		(Wiemann 73 - Festerling 73 - Sausen 74 - Fiebrich 73)	
10.	51,6	LG Werdohl-Versetal	14.06.1970 Werdohl
		(Kurz 56 - Scholz 56 - Brinkmann 56 - Kobelt 57)	
11.	51,6	LG Altena-Nachrodt	27.09.1973 Lüdenscheid
		(Hecker 59 - Spelsberg 59 - Schülke 60 - Trainer 60)	

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

3 x 1.000 m Staffel

1.	8:58,8	TV Kierspe 79	30.09.1989 Witten
		(Wohlberet 75 - Wilhelm 74 - Möller 74)	
2.	8:59,3	TuS Jahn Werdohl	14.09.1991 Herscheid
		(Klüter 77 - Bastian 76 - Althoff 77)	
3.	9:04,81	TuS Halver	06.06.1985 Bochum
		(Fischer 72 - Thiede 72 - Arnold L. 71)	
4.	9:06,61	LG Lüdenscheid	30.05.2009 Witten
		(Rump H.94 - Delhougne R.95 - Grüger B.94)	
5.	9:30,6	TSG Valbert	12.09.1981 Nachrodt
		(Rasser A. 67 - Nies W. 67 - Kayser B. 67)	
6.	9:33,2	TSV Altena	04.08.1973 Menden
		(Hochfelde 59 - Ossig 60 - Hymmen 59)	
7.	9:38,6	TuS Jahn Werdohl	26.05.1982 Lüdenscheid
		(Hoffmann - Häßner - Scholz)	
8.	9:40,8	LG Lüdenscheid	05.06.1980 Nachrodt
		(Verbinnen 66 - Schnorrenberg 67 - Keppens 66)	
9.	9:41,72	LG Plettenberg-Her.	09.05.2004 Attendorn
		(Schmidt C.89 - Baumann C.89 - Bühner N.89)	
10.	9:46,5	LG Altena-Nachrodt	13.07.1974 Nachrodt
		(Bussler - Lemanczyk - Trainer)	

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

Hochsprung

1.	1,80		Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	19.07.2003	Bad Oeynhausen
2.	1,75		Reuter Tim	74	TuS Jahn Werdohl	19.08.1989	Lüdenscheid
3.	1,74		Beckmann Thorsten	67	TuS Halver	25.06.1981	Iserlohn
4.	1,73		König Lars	74	TV Jahn Plettenberg	28.04.1989	Lüdenscheid
5.	1,72		Mauß Michael	80	LG Lüdenscheid	09.07.1995	Dortmund
6.	1,71		Hablowetz Markus	67	TuS Halver	25.06.1981	Iserlohn
7.	1,70		Kühlen Thomas	63	LG Lüdenscheid	12.06.1977	Menden
8.	1,70		Schulte Björn	69	TV Hüinghausen	19.06.1983	Menden
9.	1,70		Voss Sven	77	TuS Oberbrügge	24.05.1992	Lüdenscheid
10.	1,70		Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	06.08.2000	Paderborn
11.	1,70		Haarmann Tobias	87	LG MTV/St.R. Altena	01.09.2002	Lüdenscheid

Stabhochsprung

1.	2,80	M14	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	20.08.1994	Schalksmühle
2.	2,71		Raatz, Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	20.09.2003	Schalksmühle
3.	2,60		Michalski Thomas	73	TV Kierspe 79	02.10.1988	Gelsenkirchen
4.	2,60		Verrieth André	79	TuS Halver	25.09.1994	Warstein
5.	2,50		Patzer Michael	73	TV Kierspe 79	02.10.1988	Gelsenkirchen
6.	2,40		Möller Jens	74	TV Kierspe 79	29.04.1989	Lüdenscheid
7.	2,40		Wilhelm Jens	74	TV Kierspe 79	27.05.1989	Schalksmühle
8.	2,40	M14	Berbecker Frederik	93	LG Halver-Schalksm.	13.05.2007	Iserlohn
9.	2,30		Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	29.05.2010	Schalksmühle
10.	2,13		Kämper Gavin	94	LG Halver-Schalksm.	03.10.2009	Schalksmühle

Weitsprung

1.	6,25		Wahrendorf Dirk	69	TV Hüinghausen	25.09.1983	Lüdenscheid
2.	6,18		Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	04.06.1989	Warendorf
3.	6,04		Kühnl Jens	76	TV Jahn Plettenberg	01.06.1991	Schwerte
4.	6,00		Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	28.05.2000	Schalksmühle
5.	5,98		Selig Kai	70	LG Lüdenscheid	15.09.1984	Lüdenscheid
6.	5,96		Schülke Dietmar	60	LG Altena-Nachrodt	13.07.1974	Nachrodt
7.	5,96		Störmann Frank	69	TSV Oestertal	27.06.1983	Frankfurt
8.	5,95		Meister Philipp	90	LG Lüdenscheid	18.06.2005	Lüdenscheid
9.	5,83 +0,4		Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	04.07.2010	Lüdenscheid
10.	5,80		Beckmann Thorsten	67	TuS Halver	10.10.1981	Lüdenscheid
11.	5,80		Wied Robin	80	Schalksmühler TV	17.09.1995	Gelsenkirchen
12.	5,80		Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	25.09.1999	Lüdenscheid

Dreisprung

1.	11,33		Weber Hendrik	88	LG MTV/St.R. Altena	05.07.2003 Plettenberg
2.	11,10		Brüninghaus Jan	78	TSV Altena	20.06.1993 Lage
3.	10,91		Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	18.05.2003 Schalksmühle
4.	10,64		Werk Tim Daniel	86	TSV Altena	15.09.2001 Plettenberg-B.
5.	10,45		Zanger Jan	80	LG MTV/St.R. Altena	15.09.1995 Altena
6.	10,10	M14	Schulz Sascha	82	LG MTV/St.R. Altena	07.09.1996 Altena
7.	9,85	M14	Beinborn Jonas	88	LG Halver-Schalksm.	15.06.2002 Schalksmühle
8.	9,84		Klein Florian	86	LG Plettenberg-Her.	28.04.2001 Altena
9.	9,59		Hojda Robert	82	LG MTV/St.R. Altena	12.09.1997 Altena
10.	9,59		Schlotmann Lars	89	TSV Altena	03.07.2004 Altena

Kugelstoß 4,00 kg

1.	15,03		Jäckering Marco	73	LG Plettenberg-Her.	04.09.1988 Werdohl
2.	14,61		Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	18.09.1993 Meinerzhagen
3.	14,09		Dresel Christian	85	TV Wiblingwerde	18.06.2000 Hagen
4.	13,95		Klein Sven	87	TV Wiblingwerde	22.09.2002 Lüdenscheid
5.	13,84		König Lars	74	TV Jahn Plettenberg	28.04.1989 Lüdenscheid
6.	13,62		Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	11.06.1989 Herscheid
7.	13,49		Schilling Lutz	75	LG MTV/St.R. Altena	15.09.1990 Lüdenscheid
8.	13,33		Hacke Philipp	85	TV Wiblingwerde	18.06.2000 Hagen
9.	13,09		Holtmann Marco	74	TV Wiblingwerde	27.05.1989 Schalksmühle
10.	12,93		Möller Jens	74	TV Kierspe 79	09.09.1989 Lüdenscheid
11.	12,93		Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	18.09.1993 Meinerzhagen

Diskuswurf 1,00 kg

1.	47,68		Klein Sven	87	TV Wiblingwerde	16.06.2002 Dortmund
2.	46,93	M14	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	05.05.2005 Coesfeld
3.	43,96		Dresel Christian	85	TV Wiblingwerde	27.08.2000 Hagen
4.	43,46		Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	23.10.1993 Dortmund
5.	43,02		Jäckering Marco	73	LG Plettenberg-Her.	11.06.1988 Iserlohn
6.	42,04		Bröcker Marcus	82	LG Plettenberg-Her.	26.09.1997 Borken/Hess.
7.	39,87		Stracke André	83	LG Plettenberg-Her.	01.08.1998 Lüdenscheid
8.	39,24		Hadem Michael	77	LG Lüdenscheid	15.08.1992 Lüdenscheid
9.	39,18		Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	06.08.2000 Paderborn
10.	39,00		Beckmann Maik	75	Grün-Weiß Lüdensch.	02.09.1990 Werdohl

Speerwurf 600 g

Ausgetragen bis 1990, danach Änderung des hinteren Speerdurchmessers.

1.	50,42	Jung Marcus	73	TSV Altena	08.10.1988 Lüdenscheid
2.	48,18	Jäckering Marco	73	LG Plettenberg-Her.	04.09.1988 Werdohl
3.	42,82	Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	02.09.1990 Werdohl
4.	42,34	Kößling Guido	63	LG Altena-Nachrodt	10.07.1977 Evingsen
5.	40,72	M14 König Lars	74	TV Jahn Plettenberg	04.09.1988 Werdohl
6.	40,24	Holtmann Marco	74	TV Wiblingwerde	22.04.1989 Altena
7.	38,10	Joachim Uwe	64	TuS Nachrodt-Obstf.	13.08.1978 Schalksmühle
8.	37,60	Bäcker Thomas	64	TV Wiblingwerde	13.08.1978 Schalksmühle
9.	37,00	Schmohl Frank	63	LG Altena-Nachrodt	12.06.1977 Menden
10.	36,18	Hochfelde Olaf	59	TSV Altena	22.09.1973 Nachrodt
11.	36,18	Schmidt Roland	60	TSV Altena	14.09.1974 Letmathe

Speerwurf 600 g

Ausgetragen bis 1998, Schwerpunkt des Speeres 95 cm.

1.	46,48	Zündorf Christian	80	Schalksmühler TV	03.10.1995 Hagen
2.	44,60	Körber Marco	83	LG Halver-Schalksm.	09.05.1998 Dortmund
3.	41,90	Baudis Sven	78	LG Plettenberg-Her.	25.04.1993 Altena
4.	40,80	Verrieth André	79	TuS Halver	25.09.1994 Warstein
5.	40,50	Wied Robin	80	Schalksmühler TV	20.05.1995 Lüdenscheid
6.	39,90	Gerhardt Torsten	81	Schalksmühler TV	28.09.1996 Lüdenscheid
7.	39,32	M14 Hadem Michael	77	LG Lüdenscheid	21.04.1991 Altena
8.	36,64	Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	05.09.1993 Werdohl
9.	35,90	M14 Klinker Karsten	77	LG Plettenberg-Her.	08.09.1991 Dortmund
10.	35,55	Samarin Sergej	83	LG MTV/St.R. Altena	26.09.1998 Lüdenscheid

Speerwurf 600 g

1.	47,18	Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	22.08.1999 Paderborn
2.	44,60	Klein Sven	87	TV Wiblingwerde	13.04.2002 Wiblingwerde
3.	40,19	Lexen Rolf	92	LG Lüdenscheid	15.09.2007 Lüdenscheid
4.	39,99	M14 Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	10.05.2009 Iserlohn
5.	39,60	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	16.05.2009 Altena
6.	39,52	Dresel Christian	85	TV Wiblingwerde	15.04.2000 Wiblingwerde
7.	38,10	Beinborn Jonas	88	LG Halver-Schalksm.	27.09.2003 Lüdenscheid
8.	36,99	Werk Tim Daniel	86	TSV Altena	22.09.2001 Altena
9.	35,77	Liedtke Sebastian	87	LG MTV/St.R. Altena	21.04.2002 Altena
10.	35,09	Beulke Tobias	91	TSV Altena	16.09.2006 Altena

Schlagballwurf 80 g

1.	71,00		Zündorf Christian	80	Schalksmühler TV	22.09.1995	Herscheid
2.	66,00		Verrieth André	79	TuS Halver	26.08.1994	Herscheid
3.	64,50		Lamers Stefan	80	LG Plettenberg-Her.	22.09.1995	Herscheid
4.	61,50		Wiehle Alexander	79	LG Plettenberg-Her.	26.08.1994	Herscheid
5.	60,50		Schulte Marcel	79	LG Plettenberg-Her.	26.08.1994	Herscheid
6.	56,00		Danowski Jan	80	LG Plettenberg-Her.	22.09.1995	Herscheid
7.	56,00	M12	Körber Marco	83	Schalksmühler TV	22.09.1995	Herscheid
8.	55,00	M14	Gerhardt Torsten	81	Schalksmühler TV	22.09.1995	Herscheid
9.	54,50	M11	Schwarzer Raphael	98	LG Halver-Schalksm.	13.09.2009	Lüdenscheid
10.	54,00	M11	Gakakis Gregorius	83	LG Plettenberg-Her.	14.08.1994	Halver

Ballwurf 200 g

1.	75,50		Klein Sven	87	TV Wiblingwerde	04.05.2002	Schalksmühle
2.	74,50		Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	06.06.2010	Schalksmühle
3.	73,50		Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	15.09.1990	Lüdenscheid
4.	68,50		Jung Marcus	73	TSV Altena	14.05.1988	Lüdenscheid
5.	68,50		Körber Marco	83	LG Halver-Schalksm.	17.05.1998	Schalksmühle
6.	68,00		Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	19.08.1989	Lüdenscheid
7.	67,00		Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	02.05.1999	Schalksmühle
8.	66,50		Jäckering Marco	73	LG Plettenberg-Her.	14.05.1988	Lüdenscheid
9.	66,50		Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	02.05.2009	Schalksmühle
10.	65,50		Kühnl Jens	76	TV Jahn Plettenberg	07.09.1991	Lüdenscheid

Hammerwurf 4,00 kg

1.	53,68		Röcken James	78	LG Plettenberg-Her.	07.07.1993	Hagen
2.	41,60		Bröcker Marcus	82	LG Plettenberg-Her.	03.10.1997	Hagen
3.	38,68	M14	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	09.09.2005	Altena
4.	37,38	M14	Röcken Per	78	LG Plettenberg-Her.	17.10.1992	Dortm.-Höchsten
5.	31,86		Jäckering Marco	73	LG Plettenberg-Her.	08.10.1988	Dtmd.-Höchsten
6.	31,66	M14	Stracke André	83	LG Plettenberg-Her.	06.09.1997	Meinerzhagen
7.	27,32		Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	26.09.1999	Haltern
8.	26,80	M14	Wied Robin	80	Schalksmühler TV	10.09.1994	Meinerzhagen
9.	25,70		Beckmann Maik	75	Grün-Weiß Lüdensch.	02.06.1990	Ahlen
10.	24,28	M14	Baberg Tim	89	LG Plettenberg-Her.	29.03.2003	Plettenberg

Hammerwurf 5,00 kg

1.	31,62		Klink Michael	60	Blau-Weiß Lüdensch.	13.10.1974	Lüdenscheid
2.	30,16		Höpfner Jörg	56	Blau-Weiß Lüdensch.	31.10.1970	Paderborn
3.	19,20		Beckmann Thorsten	67	TuS Halver	06.08.1980	Lüdenscheid
4.	18,48		Maximowitz Dirk	66	TuS Halver	06.08.1980	Lüdenscheid
5.	14,16	SB	Pattberg Heinrich	65	Blau-Weiß Lüdensch.	15.06.1977	Lüdenscheid
6.	12,66	SB	Spangenberg Holger	65	Blau-Weiß Lüdensch.	27.04.1977	Lüdenscheid
7.	11,48	SB	Kraas Albrecht	65	Blau-Weiß Lüdensch.	27.04.1977	Lüdenscheid
8.	10,90	SB	Wellmer Dietrich	65	Blau-Weiß Lüdensch.	27.04.1977	Lüdenscheid

Dreikampf

Ausgetragen bis 1980, Disziplinen: 100 m - Weit - Kugel 4 kg

1.	3.006 h	Fox Christoph (13,2 - 5,20 - 9,60)	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
2.	2.890 h	Schenk Tore (13,3 - 4,92 - 9,20)	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
3.	2.616 h	Thierkopf Carsten (13,5 - 4,13 - 8,71)	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
4.	2.587 h	Burbach Holger (13,1 - 4,09 - 7,66)	65	LG Lüdenscheid	25.08.1979 Halver
5.	2.490 h	Göckeler Lars (13,8 - 4,05 - 7,99)	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
6.	2.484 h	Menges Klaus (14,7 - 4,05 - 9,59)	65	Schalksmühler TV	25.08.1979 Halver
7.	2.435 h	Weiß Thorsten (14,1 - 4,36 - 6,90)	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
8.	2.389 h	Henning Volker (14,9 - 4,24 - 8,05)	65	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
9.	2.355 h	Rath Torsten (14,4 - 3,86 - 8,07)	65	TV Wiblingwerde	25.08.1979 Halver
10.	2.275 h	Druschel Lars (14,6 - 3,87 - 7,41)	66	Schalksmühler TV	25.08.1979 Halver

Dreikampf

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

1.	1.658 h	Lengenfeldt Melvin (12,0[+0,5] - 5,58[+0,3] - 74,5)	95	LG MTV/St.R. Altena	06.06.2010 Schalksmühle
2.	1.578 h	Grüger Bastian (11,9 - 5,23 - 63,00)	94	LG Lüdenscheid	05.09.2009 Plettenberg
3.	1.547 h	Klein Sven (12,7 - 5,07 - 75,50)	87	TV Wiblingwerde	04.05.2002 Schalksmühle
4.	1.525 h	Marschner Jan Frede (13,6 - 4,20 - 50,50)	94	LG Halver-Schalksm.	05.09.2009 Plettenberg
5.	1.524 h	M14 Jansen David (12,4 - 5,30 - 60,50)	91	LG Plettenberg-Her.	22.05.2005 Schalksmühle
6.	1.513 h	Störmann Sören (12,6 - 5,80 - 53,00)	85	LG Plettenberg-Her.	01.06.2000 Altena
7.	1.510 h	Hacke Philipp (12,3 - 5,07 - 60,50)	85	TV Wiblingwerde	06.05.2000 Schalksmühle
8.	1.495 h	Kruse Stefan (12,8 - 5,40 - 60,00)	86	TuS Oberbrügge	24.05.2001 Altena
9.	1.468 h	Kühn Konstantin (12,2 - 5,11 - 50,50)	86	TuS Dahle 04	05.05.2001 Schalksmühle
10.	1.461 h	Schlick Marcel (12,6 - 5,10 - 56,00)	91	LG MTV/St.R. Altena	13.05.2006 Schalksmühle

Dreikampf

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

1.	1.644 e	Jäckering Marco	73	LG Plettenberg-Her.	14.05.1988 Lüdenscheid
		(9,49 - 5,77 - 66,50)			
2.	1.567 e	M14 Kremp Stefan	74	Schalksmühler TV	25.09.1988 Iserlohn
		(9,33 - 5,11 - 60,00)			
3.	1.542 h	Kaufmann Kai	75	TV Kierspe 79	15.09.1990 Lüdenscheid
		(10,1 - 5,38 - 73,50)			
4.	1.529 h	Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	02.05.1999 Schalksmühle
		(9,4 - 4,77 - 67,00)			
5.	1.514 e	Huecking Jan-Dirk	73	TSV Altena	14.05.1988 Lüdenscheid
		(9,74 - 5,09 - 60,00)			
6.	1.504 e	Körber Marco	83	LG Halver-Schalksm.	12.09.1998 Lüdenscheid
		(9,86 - 4,80 - 66,50)			
7.	1.497 e	Jung Marcus	73	TSV Altena	14.05.1988 Lüdenscheid
		(10,30 - 5,12 - 68,50)			
8.	1.477 e	Patzer Michael	73	TV Kierspe 79	25.09.1988 Iserlohn
		(9,75 - 5,00 - 55,00)			
9.	1.432 h	Brüninghaus Jan	78	TSV Altena	02.07.1993 Altena
		(10,1 - 5,03 - 58,50)			
10.	1.393 h	Wetterau Elmar	82	LG MTV/St.R. Altena	08.05.1997 Altena
		(9,7 - 5,43 - 37,50)			

Dreikampf Mannschaft

Ausgetragen bis 1980

1.	13.437 h	TuS Grünew Lüdensch	25.08.1979 Halver
		(Fox 3006-Schenk 2890-Thierkopf 2616-Göckeler 2490-Weiß 2435)	

Dreikampf Mannschaft

Ausgetragen 1981 - 1987 und ab 2000

1.	6.249 h	LG Halver-Schalksm.	03.05.2008 Schalksmühle
		(Kleve M1329-Marstedt M1329-Marschner J1253-Lüsebrink N1182-Kämper G1156	
2.	5.670 e	TuS Oberbrügge	09.05.1987 Lüdenscheid
		(Wiemann 1338-Festerling 1164-Fiebrich 1164-Hembeck 1005-Köster 999)	
3.	5.417 h	TSV Altena	20.05.2004 Altena
		(Schlotmann L1203-Wessels P1149-Fender Y1140-Richter J1051-Sampanis K874	
4.	5.377 h	LG Plettenberg-Her.	05.07.2003 Plettenberg
		(Heuser J1290-Bauman C1199-Schmidt C1077-Baberg T963-Volpert D808)	
5.	4.751 e	LG Lüdenscheid	09.05.1987 Lüdenscheid
		(Alheidt 1055-Wortberg 969-Höllermann 958- Garde 922-Hossfeld 847)	

Dreikampf Mannschaft

Ausgetragen 1988 - 1999

1.	5.259 h	TSV Altena	09.05.1991 Altena
		(Buschm.C.76/1164-Buschm.S.77/1118-Herzberg76/1115-Zantow77/952-Knippling	

Vierkampf

Ausgetragen bis 1987, Disziplinen: 100 m - Weit - Hoch - Kugel 5 kg

1.	4.776 h	Wahrendorf Dirk (11,7 - 6,25 - 1,68 - 10,58)	69	TV Hüinghausen	25.09.1983 Lüdenscheid
2.	4.346 e	Beckmann Thorsten (12,22 - 5,30 - 1,67 - 11,51)	67	TuS Halver	04.07.1981 Salzgitter
3.	4.386 h	Stirler Mike (12,4 - 5,56 - 1,60 - 10,36)	69	TuS Lin.-Heedfeld	25.09.1983 Lüdenscheid
4.	4.382 h	Schulte Björn (12,6 - 5,43 - 1,64 - 10,73)	69	TV Hüinghausen	25.09.1983 Lüdenscheid
5.	4.323 h	Wiggenhagen Frank (12,5 - 5,25 - 1,64 - 10,24)	60	LG Lüdenscheid	13.06.1974 Nachrodt
6.	4.299 h	Tent Sören (12,3 - 5,36 - 1,57 - 9,97)	68	Schalksmühler TV	08.05.1982 Lüdenscheid
7.	4.282 h	Wiebel Heiko (13,3 - 5,30 - 1,64 - 11,54)	69	TuS Halver	25.09.1983 Lüdenscheid
8.	4.271 h	Jäckering Marco (12,7 - 5,19 - 1,53 - 11,79)	73	LG Plettenberg-Her.	19.09.1987 Witten
9.	4.241 h	Berker Jürgen (12,8 - 4,84 - 1,67 - 10,89)	62	TuS Lin.-Heedfeld	11.07.1976 Leverkusen
10.	4.212 h	Zigahn Michael (11,5 - 5,37 - 1,35 - 9,50)	62	TuS Lin.-Heedfeld	02.06.1976 Lüdenscheid

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

Vierkampf

Ausgetragen 1988 - 1999, Disziplinen: 75 m - Weit - Hoch -Kugel 4 kg

1.	2.368 e	König Lars (9,38 - 5,76 - 1,73 - 13,84)	74	TV Jahn Plettenberg	28.04.1989 Lüdenscheid
2.	2.341 e	Kremp Stefan (9,14 - 6,18 - 1,64 - 12,36)	74	Schalksmühler TV	04.06.1989 Warendorf
3.	2.288 h	Jäckering Marco (9,4 - 5,57 - 1,68 - 13,67)	73	LG Plettenberg-Her.	05.06.1988 Ahlen
4.	2.235 e	Kühnl Jens (9,22 - 5,98 - 1,60 - 10,93)	76	TV Jahn Plettenberg	16.06.1991 Bad Oeynhausen
5.	2.193 h	Schilling Lutz (9,6 - 5,32 - 1,60 - 13,49)	75	LG MTV/St.R. Altena	15.09.1990 Lüdenscheid
6.	2.189 e	Wied Robin (9,57 [+0,9] - 5,70 [+0,7] - 1,64 - 11,07)	80	Schalksmühler TV	09.07.1995 Dortmund
7.	2.174 e	Baudis Sven (9,47* - 5,70 - 1,46 - 12,67)	78	LG Plettenberg-Her.	02.10.1993 Menden
8.	2.120 e	Noelle Dennis (9,85 - 5,23 - 1,56 - 12,31)	78	Schalksmühler TV	26.06.1993 Lüdenscheid
9.	2.110 e	Voss Sven (9,60 - 5,00 - 1,70 - 10,22)	77	TuS Oberbrügge	24.05.1992 Lüdenscheid
10.	2.097 h	Verrieth André (9,5 - 5,14 - 1,55 - 11,79)	79	TuS Halver	03.09.1994 Lüdenscheid

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

Vierkampf

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - Weit - Hoch - Kugel 4 kg

1.	2.178 h	Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	09.09.2000 Halver
		(12,3 - 5,74 - 1,60 - 11,83)			
2.	2.174 h	Hacke Philipp	85	TV Wiblingwerde	09.09.2000 Halver
		(12,4 - 5,43 - 1,60 - 12,74)			
3.	2.095 e	M14 Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	21.05.2005 Attendorn
		(12,45 - 5,48 - 10,18 - 1,60)			
4.	2.075 h	M14 Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	05.09.2009 Plettenberg
		(12,1 - 5,20 - 1,48 - 11,58)			
5.	2.065 h	Grüger Bastian	94	LG Lüdenscheid	05.09.2009 Plettenberg
		(11,9 - 5,23 - 1,44 - 11,27)			
6.	2.015 e	Haarmann Tobias	87	LG MTV/St.R. Altena	01.09.2002 Lüdenscheid
		(12,74 - 5,32 - 1,70 - 8,28)			
7.	1.993 h	Schlick Marcel	91	LG MTV/St.R. Altena	18.06.2006 Werdohl
		(12,9 - 4,86 - 1,52 - 11,74)			
8.	1.976 e	Klein Sven	87	TV Wiblingwerde	12.05.2002 Iserlohn
		(12,84 [+1,0] - 4,90 - 11,82 - 1,42)			
9.	1.939 h	Werk Tim Daniel	86	TSV Altena	26.05.2001 Nachrodt
		(13,1 - 4,91 - 1,44 - 11,71)			
10.	1.873 h	Dresel Christian	85	TV Wiblingwerde	09.09.2000 Halver
		(14,3 - 4,71 - 1,40 - 13,46)			

Vierkampf Mannschaft

Ausgetragen bis 1987

1.	17.966 h	TV Hüinghausen	25.09.1983 Lüdenscheid
		(Wahrendorf 4776-Schulte 4382-Schröder 3459-Budde 2898-Hey 2451)	
2.	17.592 h	TuS Halver	15.06.1980 Lage
		(Beckm.4071-Maximow.3514-Hablow.3509-Tomaschewski3403-Golbig3095)	
3.	17.044 h	TV Wiblingwerde	25.09.1983 Lüdenscheid
		(Schlösser 3941-Grote 3549-Dörner 3460-Grote 3196-Dresel 2898)	
4.	16.631 h	LG Lüdenscheid	05.05.1984 Werdohl
		(Selig3911-Kessler H3399-Einwächter3333-Thullner3044-Stantke2944)	
5.	13.575 h	TSV Altena	21.09.1986 Iserlohn
		(Jung 3303-Pofahl 3107-Baum 2749-Beichel 2444-Huecking 1972)	
6.	13.401 h	TSG Valbert	08.05.1982 Lüdenscheid
		(Piel 3752- Fley 3062- Oelke 2341- Maier 2210- Schippel 2036)	

Alle mit vollelektronischer Zeitmessung (e) erzielten Leistungen sind um 100 Punkte höher eingestuft.

Vierkampf Mannschaft

Ausgetragen 1988 - 1999

1.	9.094 h	Schalksmühler TV	17.09.1995 Gelsenkirchen
		(Wied80/2095-Zündorf80/1936-Vogel81/1889-Gerhardt81/1814-Körber81/1335)	
2.	8.993 h	LG Plettenberg-Her.	12.06.1993 Plettenberg-B.
		(Baudis78/2020-Kolbe78/1912-Mantel78/1787-Magenh.79/1665-Pomowski79/1609)	

Alle mit vollelektronischer Zeitmessung (e) erzielten Leistungen sind um 200 Punkte höher eingestuft.

Vierkampf Mannschaft
Ausgetragen ab 2000

1. 6.782 h TuS Jahn Werdohl 03.06.2007 Werdohl
(Hopmann H1710-Kleve M1675-Neuhäuser D1214-Eisch K1201-Eckhardt O982)

Sechskampf

1. 5.907 h Jäckering Marco 73 LG Plettenberg-Her. 13.09.1987 Gelsenkirchen
(12,7 - 4,99 - 1,49 - 11,26 - 33,72 - 8:09,6)
2. 5.373 h Baum Patrick 74 TSV Altena 27.09.1987 Iserlohn
(13,3 - 4,77 - 1,45 - 8,59 - 23,92 - 7:57,7)
3. 5.105 e Jung Marcus 73 TSV Altena 21.09.1986 Iserlohn
(15,15 - 4,53 - 1,45 - 7,18 - 35,52 - 8:05,97)
4. 4.997 h Möller Jens 74 TV Kierspe 79 27.09.1987 Iserlohn
(14,1 - 4,39 - 1,25 - 8,21 - 25,88 - 7:41,8)
5. 4.911 e Wilhelm Jens 74 TV Kierspe 79 10.05.1987 Lüdenscheid
(15,07 - 4,34 - 1,40 - 6,73 - 26,80 - 7:21,43)
6. 4.763 e Dolle Steffen 72 TuS Oberbrügge 21.09.1986 Iserlohn
(14,28 - 4,43 - 1,21 - 7,62 - 19,36 - 7:40,27)

Achtkampf

1. 4.180 h Raatz Patrick 88 LG Halver-Schalksm. 19.07.2003 Bad Oeynhausen
(12,30 - 5,47 - 9,91 - 1,80)
(28,11 - 2,60 - 29,67 - 2:57,58)
2. 4.055 e Verrieth André 79 TuS Halver 24.09.1994 Warstein
(12,72 - 5,03 - 11,69 - 1,64)
(27,60 - 2,60 - 40,80 - 3:28,32)
3. 3.983 h Patzer Michael 73 TV Kierspe 79 01.10.1988 Gelsenkirchen
(13,1 - 5,41 - 9,73 - 1,60)
(24,50 - 2,50 - 30,62 - 2:54,3)
4. 3.980 e Möller Jens 74 TV Kierspe 79 28.04.1989 Lüdenscheid
(15,52 - 5,30 - 11,10 - 1,45)
(32,58 - 2,40 - 30,98 - 3:04,50)
5. 3.898 e M14 Lengenfeldt Melvin 95 LG MTV/St.R. Altena 09.05.2009 Iserlohn
(12,75* - 5,37 - 10,22 - 1,48)
(30,68 - 2,10 - 39,99 - 3:28,78)
6. 3.782 h Michalski Thomas 73 TV Kierspe 79 01.10.1988 Gelsenkirchen
(13,6 - 5,21 - 9,93 - 1,45)
(21,26 - 2,60 - 33,74 - 3:12,6)
7. 3.699 e Wilhelm Jens 74 TV Kierspe 79 28.04.1989 Lüdenscheid
(14,77 - 4,68 - 9,21 - 1,40)
(28,50 - 2,40 - 31,78 - 3:14,42)
8. 3.583 e Siepman Björn 79 TuS Halver 24.09.1994 Warstein
(13,76 - 4,52 - 10,54 - 1,40)
(29,70 - 1,80 - 27,36 - 3:25,00)
9. 3.286 e M13 Berbecker Frederik 93 LG Halver-Schalksm. 06.05.2006 Iserlohn
(15,74 - 4,36 - 8,18 - 1,16)
(25,22 - 2,20 - 30,52 - 3:26,52)
10. 3.198 e M14 Vollmann Stefan 82 TuS Halver 15.06.1996 Witten
(15,24 [+1,3] - 3,88 - 7,38 - 1,40)
(22,06 - 2,00 - 23,70 - 3:29,27)

Achtkampf Mannschaft

1. 11.263 h TV Kierspe 79 01.10.1988 Gelsenkirchen
(Patzer M.73/3.983 - Michalski T.73/3.782 - Wilhelm J.74/3.498)

Blockwettkampf S/S

Ausgetragen bis 1999, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - Speer 600 g

1. 2.688 e Geisel Sebastian 84 LG Plettenberg-Her. 25.04.1999 Menden
(9,59 [+0,3] - 12,43 [-1,0] - 4,86 - 1,60 - 42,37)
2. 2.644 e Mauß Michael 80 LG Lüdenscheid 28.05.1995 Ahlen
(9,90 [-2,7] - 12,56 [-2,1] - 5,21 - 1,68 - 32,68)
3. 2.600 e Kaufmann Lars 81 TSG Valbert 02.06.1996 Iserlohn
(9,66 [+0,2] - 12,94 [+0,2] - 5,20 - 1,64 - 29,04)
4. 2.559 e M14 Störmann Sören 85 LG Plettenberg-Her. 03.10.1999 Menden
(9,82 * - 13,22 * - 5,52 - 1,58 - 27,93)
5. 2.473 e Wied Robin 80 Schalksmühler TV 06.05.1995 Lüdenscheid
(9,74 [+1,8] - 14,28 [+1,1] - 5,41 - 1,50 - 28,30)
6. 2.376 e M14 Engel Dirk 81 LG Lüdenscheid 06.05.1995 Lüdenscheid
(10,55 [+1,8] - 13,25 [+1,1] - 4,72 - 1,55 - 27,36)
7. 2.372 h Kolbe Christian 78 LG Plettenberg-Her. 26.05.1993 Hagen
(9,3 - 13,8 - 4,44 - 1,44 - 27,84)
8. 2.317 e Körber Marco 83 LG Halver-Schalksm. 09.05.1998 Dortmund
(10,31 [-0,6] - 15,06 [+1,0] - 4,43 - 1,33 - 44,60)
9. 2.280 h Mantel Dennis 78 LG Plettenberg-Her. 26.05.1993 Hagen
(10,3 - 14,6 - 4,68 - 1,40 - 33,34)
10. 2.252 h M14 Baudis Sven 78 LG Plettenberg-Her. 18.06.1992 Witten
(10,4 - 14,68 - 4,79 - 1,28 - 36,92)

Blockmehrkampf S/S

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - Speer 600 g

1. 2.590 h Störmann Sören 85 LG Plettenberg-Her. 25.06.2000 Gladbeck
(12,1 [+0,5] - 13,18 [+1,1] - 5,90 [+0,2] - 1,52 - 27,81)
2. 2.562 e Raatz Patrick 88 LG Halver-Schalksm. 12.10.2003 Siegen-Geiswei
(13,17 [-0,1] - 12,70 [-1,3] - 4,83 - 1,66 - 34,40)
3. 2.490 h Marstedt Marvin 93 LG Halver-Schalksm. 05.07.2008 Schalksmühle
(12,1 (+0,0) - 11,7 - 5,12 - 1,40 - 24,75)
4. 2.471 e v. Kopp-Ostrowski C 87 LG Lüdenscheid 04.05.2002 Gladbeck
(12,22 [+0,0] - 13,80 [-0,7] - 4,96 [+0,0] - 1,60 - 22,62)
5. 2.135 e Klein Florian 86 LG Plettenberg-Her. 20.05.2001 Lüdenscheid
(14,12 [+1,3] - 15,05 [+1,2] - 4,44 - 1,35 - 29,08)
6. 2.129 e Lux Tim 87 LG Plettenberg-Her. 04.05.2002 Gladbeck
(13,52 [+0,0] - 14,83 [-0,3] - 4,48 [+0,2] - 1,36 - 21,74)
7. 2.064 h M14 Lill Bernhard 86 LG Plettenberg-Her. 03.10.2000 Siegen-Geisw.
(15,0 [0,0] - 14,6 [+0,2] - 4,32 - 1,46 - 24,02)
8. 1.964 e M14 Störmann Niels 86 LG Plettenberg-Her. 01.10.2000 Menden
(14,97 [0,0] - 14,83 [-1,3] - 4,23 - 1,24 - 25,18)
9. 1.957 e Funke Timo 87 LG Plettenberg-Her. 04.05.2002 Gladbeck
(14,50 [+0,0] - 16,62 [-0,3] - 3,63 [+0,0] - 1,44 - 23,42)
10. 1.897 e Kleve Max 93 LG Halver-Schalksm. 14.06.2008 Bad Oeynhausen
(13,62 - aufg. - 4,94 - 1,52 - 28,78)

Blockwettkampf L

Ausgetragen bis 1993, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - 1.000 m

1.	4.442 h	Mantel Dennis	78	LG Plettenberg-Her.	02.05.1993 Dortmund
		(10,4 - 14,4 - 4,65 - 1,40 - 3:09,2)			
2.	4.265 e	Jorkowski Dirk	75	LG Plettenberg-Her.	14.06.1990 Hagen
		(10,55 - 15,02 - 4,91 - 1,40 - 3:25,48)			
3.	3.912 h	Westerhoff Sebast.	78	LG Plettenberg-Her.	26.05.1993 Hagen
		(11,0 - 15,8 - 4,18 - 1,40 - 3:24,3)			
4.	3.523 h	M14 Schemm Andreas	76	LG Lüdenscheid	29.04.1990 Ahlen
		(12,0 - 16,0 - 4,23 - 1,35 - 3:47,51)			

Blockwettkampf L

Ausgetragen 1994 - 1999, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - Speer 600 g

1.	2.520 e	Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	13.06.1999 Ahlen
		(9,86 [-1,9] - 12,76 [+0,9] - 5,28 [-0,5] - 64,00 - 7:16,82)			
2.	2.343 h	Detemple Daniel	81	LG Plettenberg-Her.	07.09.1996 Gelsenkirchen
		(9,8 [+0,7] - 15,1 [+0,4] - 5,04 - 53,50 - 6:57,3)			
3.	2.187 e	Opiela Markus	82	Grün-Weiß Lüdensch.	03.10.1997 Menden
		(10,42 [-0,2] - 15,94 [-0,9] - 4,55 - 46,50 - 6:59,03)			

Blockmehrkampf L

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - 80 m Hü - Weit - Hoch - Speer 600 g

1.	2.401 e	Artschwager Andrej	87	LG Lüdenscheid	04.05.2002 Gladbeck
		(12,93 [+0,6] - 13,83 - 4,82 [+0,7] - 50,00 - 6:35,66)			
2.	2.386 e	Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	04.05.2003 Bad Kreuznach
		(12,92 [+1,8] - 12,93 [+0,0] - 5,15 - 45,00 - 7:06,27)			
3.	2.134 h	M14 Ahlert Tim	86	LG Plettenberg-Her.	03.10.2000 Siegen-Geisw.
		(13,4 - 14,7 - 4,56 - 37,5 - 7:04,4)			
4.	2.054 e	M14 Schmidt Marc-André	87	LG Plettenberg-Her.	20.05.2001 Lüdenscheid
		(13,46 [+0,7] - 14,97 [+1,0] - 4,38 - 38,50 - 7:53,20)			
5.	2.021 e	M14 Lill Bernhard	86	LG Plettenberg-Her.	07.05.2000 Menden
		(15,01 [-1,0] - 14,81 [0,0] - 4,35 - 44,00 - 7:25,49)			
6.	2.010 h	M14 Geisel Christopher	86	LG Plettenberg-Her.	03.10.2000 Siegen-Geisw.
		(14,5 [0,0] - 16,3 [+0,2] - 4,39 - 47,50 - 28,67)			
7.	1.892 e	M14 Sondermann Markus	88	LG Lüdenscheid	04.05.2002 Gladbeck
		(14,55 [+0,0] - 15,93 [+0,0] - 4,16 [+0,7] - 26,50 - 7:14,22)			

Blockwettkampf W

Ausgetragen bis 1999, Disziplinen: 75 m - 80 m Hü - Weit - Kugel 4 kg - Diskus 1kg

1.	2.595 e	M14	Potaczek Paul	80	LG Lüdenscheid	02.06.1994 Dortmund
			(9,21+- 13,33-- 5,20 - 9,87 - 31,04)			
2.	2.559 e		Brüninghaus Jan	78	TSV Altena	13.06.1993 Kamen
			(10,18 - 13,28 - 5,28 - 10,03 - 37,02)			
3.	2.538 e	M14	Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	17.10.1999 Siegen-Geisw
			(9,96 [0,0] - 13,26 [-3,7] - 5,48 - 10,27 - 30,02)			
4.	2.530 e		Körber Marco	83	LG Halver-Schalksm.	21.06.1998 Ahlen
			(10,22 [-1,4] - 13,24 [-1,4] - 4,68 [-0,2] - 10,89 - 36,77)			
5.	2.495 h	M14	Geisel Sebastian	84	LG Plettenberg-Her.	10.10.1998 Siegen-Geisw.
			(9,70 - 13,0 - 5,24 - 9,98 - 26,70)			
6.	2.477 e		Zündorf Christian	80	Schalksmühler TV	06.05.1995 Lüdenscheid
			(10,28 [+1,1] - 13,18 [+1,1] - 4,86 - 11,09 - 29,84)			
7.	2.444 h		Stracke André	83	LG Plettenberg-Her.	27.09.1998 Dortmund
			(10,2 - 15,7 - 4,70 - 12,24 - 35,92)			
8.	2.268 h		Klinker Karsten	77	LG Plettenberg-Her.	13.09.1992 Gelsenkirchen
			(10,0 - 14,8 - 4,71 - 11,54 - 19,16)			
9.	2.254 e		Einwächter Sven	81	TuS Neuenrade	11.05.1996 Lüdenscheid
			(10,87 [+0,4] - 15,35 [-0,1] - 4,46 - 10,10 - 30,74)			
10.	2.148 e		Benz Mirco	81	TuS Neuenrade	11.05.1996 Lüdenscheid
			(11,03 [+0,4] - 15,25 [-0,1] - 4,51 - 8,32 - 29,00)			

Blockmehrkampf W

Ausgetragen ab 2000, Disziplinen: 100 m - 80 m Hü - Weit - Kugel 4 kg - Diskus 1 kg

1.	2.718 e	M14	Jansen David	91	LG Plettenberg-Her.	05.05.2005 Coesfeld
			(12,68 [+1,1] - 13,39 [+0,4] - 5,31 - 10,80 - 46,93)			
2.	2.703 h		Lengenfeldt Melvin	95	LG MTV/St.R. Altena	24.07.2010 Schalksmühle
			(12,2[+2,0] - 12,9[+1,3] - 5,59[+0,1] - 11,41 - 36,53)			
3.	2.682 h		Störmann Sören	85	LG Plettenberg-Her.	03.10.2000 Siegen-Geisw.
			(12,4 - 13,1 - 5,66 - 10,79 - 38,96)			
4.	2.520 e		Werk Tim Daniel	86	TSV Altena	24.06.2001 Arnsberg
			(12,96 [+0,6] - 13,38 [+0,8] - 4,76 - 11,67 - 31,76)			
5.	2.507 h		Raatz Patrick	88	LG Halver-Schalksm.	23.08.2003 Schalksmühle
			(12,7 - 12,3 - 4,78 - 10,19 - 31,74)			
6.	2.222 h		Mühler Ricardo	88	TV Wiblingwerde	23.08.2003 Schalksmühle
			(12,8 - 14,7 - 4,48 - 8,72 - 25,80)			
7.	2.172 h		Baumann Christian	89	LG Plettenberg-Her.	28.08.2004 Schalksmühle
			(13,1 - 15,3 - 4,64 - 8,19 - 26,20)			
8.	2.140 e		Störmann Niels	86	LG Plettenberg-Her.	20.05.2001 Lüdenscheid
			(14,87 [+0,7] - 14,34 [-1,2] - 4,60 - 8,80 - 27,14)			
9.	2.090 e	M14	Berbecker Frederik	93	LG Halver-Schalksm.	24.06.2007 Ahlen
			(14,40 [-0,1] - 15,20 [-1,2] - 4,20 - 9,11 - 25,58)			
10.	2.032 e	M14	Klein Florian	86	LG Plettenberg-Her.	25.06.2000 Gladbeck
			(14,57 [+0,3] - 14,52 [+2,1] - 4,32 [0,0] - 8,19 - 22,24)			

Blockmehrkampf Mannschaft

Ausgetragen ab 2000.

1.	11.008 h				LG Plettenberg-Her.	03.10.2000 Siegen-Geisw.
					(Störmann S2682 - Ahlert 2134 - Störmann N2118 - Lill 2064 - Geisel2010)	