

Vereinsrekorde der Leichtathleten des TuS Xanten – Stand 31.12.2024
- Senioren -

M 30

| | | | | | |
|--|----------------------------------|--|----------|--------------------------|----------------------------|
| 100 m | 12,20 sec. 12,1 sec** | Kreuzburg, Sebastian Treffler, Jürgen | 85 49 | 13.09.2015 26.09.1981 | Kamp-Lintfort Dinslaken |
| 200 m | 23,93 sec 25,5 sec** | Kreuzburg, Sebastian Schernus, Jürgen | 85 55 | 29.09.2015 21.09.1986 | Kevelaer Moers |
| 400 m | 57,6 sec** | Lemken, Ernst | 56 | 30.04.1986 | Kamp |
| 800 m | - | | | | |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | 4:49,17 min. | Kreuzburg, Sebastian | 85 | 02.10.2016 | Emmerich |
| 3000 m | 10:22,23 min. | Weck, Ansgar | 86 | 07.09.2016 | Düsseldorf |
| 5000 m | 15:53,71 | Verhalen, Christoph | 82 | 29.03.2014 | OB-Sterkrade |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 17:13 min. | Rütjes, Jan Andre | 91 | 07.05.2022 | Sonsbeck |
| 10 KM Straße | 32:42 min. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 24.08.2014 | Hamminkeln |
| 15 KM Straße | 57:20 min. (<i>brutto</i>) | Haupt, Ringo | 68 | 03.03.2001 | Duisburg |
| Halbmarathon | 1:12:36 (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 21.09.2014 | Deurn/NL |
| Halbmarathon Mannschaft | | | | | |
| 25 KM Straße | 1:30:47 Std. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 06.11.2016 | Bottrop |
| Marathon | 2:37:28 Std. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 07.06.2015 | Duisburg |
| 110m Hürden (1,067 m) | 18,08 sec** | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 13.06.1981 | Essen |
| 400m Hürden (91,4 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| 4 x 100m | 54,4 sec** | Dupont, Heino (55) Lemken, Ernst (56) Dommen, Walter (45) Treffler, Jürgen (49) | | 30.04.1986 | Kamp |
| Hochsprung | 1,65 m | Neubauer, Achim | 56 | 30.04.1986 | Kamp |
| Stabhochsprung | 4,30 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 22.07.1983 | Kamp |
| Weitsprung | 5,88 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 26.09.1981 | Dinslaken |
| Dreisprung | 10,11 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 08.07.1983 | Kamp |
| Kugel (7,25 kg) | 11,25 m | Treffler, Jürgen | 49 | 07.07.1983 | Xanten |
| Kugel (7,26 kg) | 12,96 m | Schumacher, Luca | 93 | 02.04.2023 | Liesborn |
| Diskus (2 kg) | 39,12 m | Schumacher, Luca | 93 | 05.02.2023 | Wesel |
| Speer (800 g) <i>Speer bis 31.03.1986</i> | 45,00 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 25.04.1981 | Wachtendonk |
| Speer (800 g) <i>Speer ab 01.04.1986</i> | 56,70 m | Schumacher, Luca | 93 | 30.04.2023 | Wesel |

** = handgestoppt

| | | | | | |
|---|----------|---|----|----------------|-----------|
| Hammerwurf (7,25 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf <i>Speer bis 31.03.1986</i> | 4869 P. | Treffler, Hans-Jürgen 100, Weit, Kugel (7,25kg), Hoch, 400, 110mHü, Diskus (2kg), Stab, Speer (800g), 1500m: 12,1 / 5,88 / 11,07 / 1,60 / 61,9 / 18,7 / 31,50 / 3,40 / 42,06 / 5:10,4) | 49 | 26./27.09.1981 | Dinslaken |
| Int. 5-Kampf <i>Speer bis 31.03.1986</i> | 2817 P. | Treffler, Hans-Jürgen Weit, Speer (800g), 200m, Diskus (2kg), 1500m: 6,18 / 45,72 / 24,7 / 33,20 / 5:06,00 | 49 | 30.06.1979 | Xanten |
| Int. 5-Kampf <i>Speer bis 01.04.1986</i> | 2451 P. | Kreuzburg, Sebastian Weit, Speer (800g), 200m, Diskus (2kg), 1500m: 5,59(+1,1)-32,58- 23,93(-0,7)-19,82-4:45,36 | 85 | 26.09.2015 | Kevelaer |
| DAMM Gruppe A | 9.224 P. | [...] | | 30.04.1986 | Kamp |

M 35

| | | | | | |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--|----|------------|--------------|
| 100 m | 12,4 sec** | Treffler, Jürgen | 49 | 24.05.1986 | Oberhausen |
| 200 m | 25,3 sec** | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 06.08.1985 | Xanten |
| 400 m | 58,5 sec** | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 24.05.1986 | Oberhausen |
| 800 m | - | | | | |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | 4:45,30 min** | Reinders, Gerd | 46 | 18.09.1982 | Kamp |
| 3000 m | 10:01,83 min | Schlimnat, Michael | 76 | 09.09.2015 | Lierenfeld |
| 5000 m | 15:40,91 min. | Verhalen, Christoph | 82 | 11.09.2021 | Sonsbeck |
| 10000 m | 36:09,04 min. | Schlimnat, Michael | 76 | 23.09.2015 | D-Lierenfeld |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 16:33 min. | Verhalen, Christoph | 82 | 07.04.2018 | Nunspeet/NL |
| 10 KM Straße | 32:16 min. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 31.12.2019 | Pfalzdorf |
| 10 KM Straße Mannschaft | 1:56:28 Std. | Bruss, Jürgen (63) 38:07 Haupt, Ringo (68) 39:02 Knops, Michael (63) 39:19 | | 03.02.2001 | Duisburg |
| 15 KM Straße | (<i>brutto</i>) 56:41 min. | Bruss, Jürgen | 53 | 03.03.2001 | Duisburg |
| 15 KM Straße Mannschaft | (<i>brutto</i>) 2:51:40 Std. | Bruss, Jürgen (53) 56:41 Haupt, Ringo (68) 57:20 Dickmann, Roland (63) 57:39 | | 03.03.2001 | Duisburg |
| 25 KM Straße | (<i>brutto</i>) 1:46:42 Std. | Zimmermann, Werner | 37 | 24.06.1972 | Rheurdt |
| Halbmarathon | (<i>brutto</i>) 1:11:49 Std. | Verhalen, Christoph | 82 | 23.11.2019 | Essen |
| Halbmarathon Mannschaft | (<i>netto</i>) 4:11:01 Std. | Bruss, Jürgen (63) 1:21:37 Knops, Michael (63) 1:24:26 Haupt, Ringo (68) 1:24:58 | | 31.03.2001 | Duisburg |
| Marathon | (<i>brutto</i>) 2:34:38 Std. | Verhalen, Christoph | 82 | 29.09.2019 | Berlin |
| Marathon Mannschaft | (<i>netto</i>) 10:03:32 Std. | Bruss, Jürgen (53) 3:12:18 Haupt, Ringo (65) 3:13:59 Knops, Michael (63) 3:37:15 | | 16.04.2000 | Hamburg |
| 110m Hürden (1,067 m) | (<i>brutto</i>) 19,3 sec** | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 25.05.1986 | Oberhausen |
| 400m Hürden (91,4 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | 1,60 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 24.05.1986 | Oberhausen |
| Stabhochsprung | 3,90 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 24.07.1985 | Xanten |
| Weitsprung | 5,94 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 30.04.1986 | Kamp |
| Dreisprung | | | | | |
| Kugel (7,25 kg) | 14,15 m | Fuad, Mesic | 57 | 30.09.1994 | Xanten |
| Diskus (2 kg) | 43,30 m | Fuad, Mesic | 57 | 30.09.1994 | Xanten |
| Speer (800 g) Speer bis 01.04.1986 | 45,82 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 25.05.1986 | Oberhausen |

** = handgestoppt

| | | | | | |
|--|---------|--|----|----------------|------------|
| Speer (800 g) <i>Speer bis 31.03.1986</i> | 44,96 m | Treffler, Hans-Jürgen | 49 | 06.08.1985 | Xanten |
| Hammerwurf (7,25 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf <i>Speer ab 01.04.1986</i> | 4883 P. | Treffler, Hans-Jürgen 100, Weit, Kugel (7,25kg), Hoch, 400, 110mHü, Diskus (2kg), Stab, Speer (800g), 1500m: 12,4 / 5,69 / 10,93 / 1,60 / 58,5 / 19,3 / 29,70 / 3,80 / 45,82 / 5:23,8 | 49 | 24./25.05.1986 | Oberhausen |
| Int. 5-Kampf <i>Speer bis 31.03.1986</i> | 2580 P. | Treffler, Hans-Jürgen Weit, Speer (800g), 200m, Diskus (2kg), 1500m: 5,53 / 44,96 / 25,3 / 31,90 / 5:07,8 | 49 | 06.08.1985 | Xanten |

M 40

| | | | | | |
|----------------------------|-----------------------------------|--|----|------------|--------------|
| 100 m | 12,9 sec** | Dommen, Walter | 45 | 30.04.1986 | Kamp |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | 61,3 sec** | Reinders, Gerd | 46 | 30.04.1986 | Kamp |
| 800 m | - | | | | |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | 4:54,8 min.** | Reinders, Gerd | 46 | 30.04.1986 | Kamp |
| 3000 m | 9:07,50 min. | Verhalen, Christoph | 82 | 07.05.2023 | Sonsbeck |
| 5000 m | 15:40,48 min. | Verhalen, Christoph | 82 | 11.09.2022 | Sonsbeck |
| 10000 m | 36:07,07 min. | Schlimnat, Michael | 76 | 23.04.2016 | Arnsberg |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 15:56 min. | Verhalen, Christoph | 82 | 16.09.2022 | Xanten |
| 10 KM Straße | 32:20 min. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 06.03.2022 | Leverkusen |
| 10 KM Straße | 36:27 min. (<i>brutto</i>) | Bruss, Jürgen | 53 | 07.05.1997 | Sonsbeck |
| 10 KM Straße Mannschaft | 2:10:19 Std. (<i>brutto</i>) | Rother, Rainer (61) 38:27 Hidding, Thomas (57) 41:59 Ritter, Eberhard (56) 49:54 | | 23.05.2001 | Sonsbeck |
| 15 Km Straße | 58:28 min. (<i>brutto</i>) | Radusch, Hans-Uwe | 57 | 03.03.2001 | Duisburg |
| Halbmarathon | 1:25:25 Std. (<i>brutto</i>) | Radusch, Hans-Uwe | 57 | 11.04.1999 | Duisburg |
| | 1:13:46 Std. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 01.05.2023 | Wesel-Flüren |
| Halbmarathon Mannschaft | 5:50:22 Std. (<i>brutto</i>) | Wegner, Martin (58) 1:53:57 Ritter, Eberhard (56) 1:56:26 Rojek, Rudolf (50) 1:59:59 | | 27.03.1999 | Xanten |
| Marathon | 2:52:00 Std. (<i>netto</i>) | Verhalen, Christoph | 82 | 02.10.2022 | Köln |
| 100 KM Straße | 12:41:35 Std. | Seerau, Roland | 61 | 12.06.2004 | Biel/CH |
| 110m Hürden (99,1 cm) | - | | | | |
| 400m Hürden (91,4 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | 1,45 m | Dommen, Waler | 45 | 30.04.86 | Kamp |
| Stabhochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (7,25 kg) | 12,76 m | Fuad, Mesic | 57 | 13.06.1997 | Wesel |
| Diskus (2 kg) | 46,72 m | Fuad, Mesic | 57 | 28.05.1998 | Xanten |
| Steinstoßen (15 kg) | 8,31 m | Fuad, Mesic | 57 | 24.08.1997 | Rheurdt |
| Speer (800 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (7,25 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf | - | | | | |

** = handgestoppt

M 45

| | | | | | |
|----------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|----------|--------------------------|-------------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | 2:54,24 min. | Kuse, Oliver | 71 | 30.06.2019 | Viersen-Süchteln |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | 4:33,10 min. 4:59,7 min.** | de Haas, Freddy Tervoort, Hans | 69 38 | 07.07.2016 30.04.1986 | Essen Kamp |
| 3000 m | 9:39,74 min. | de Haas, Freddy | 69 | 18.08.2016 | Bergisch-Gladbach |
| 5000 m | 12:26,8 min.** | Hirschfeld, Friedhelm | 47 | 28.08.1994 | Rheurd |
| | 16:49,11 min. | de Haas, Freddy | 69 | 25.08.2016 | Bergisch-Gladbach |
| 10000 m | 35:24,60 min. | de Haas, Freddy | 69 | 23.04.2016 | Arnsberg |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 19:32 min. | Kerkhoff, Christoph | 74 | 15.06.2019 | Neukirchen-Vluyn |
| 10 KM Straße | 34:50 min. (<i>netto</i>) | de Haas, Freddy | 69 | 06.03.2016 | Leverkusen |
| 15 KM Straße | 51:26 min. (<i>brutto</i>) | Gehrmann, Manfred | 41 | 20.04.1986 | Bruckhausen |
| 30 KM Straße | 2:08:42 Std.** (<i>brutto</i>) | Fröhlich, Willi (<i>DJK Xanten</i>) | 10 | XX.XX.1957 | Bonn |
| Halbmarathon | 1:17:38 Std. (<i>netto</i>) | de Haas, Freddy | 69 | 13.11.2016 | Wien/Ö |
| Halbmarathon Mannschaft | | | | | |
| Marathon | 2:59:32 Std. (<i>netto</i>) | Mayer, Andreas | 71 | 01.10.2017 | Köln |
| Stundenlauf (Bahn) | 14.707 m | Fröhlich, Willi (<i>DJK Xanten</i>) | 10 | XX.XX.1957 | Waldniel |
| 110m Hürden (99,1 cm) | - | | | | |
| 400m Hürden (91,4 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Stabhochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (7,25 kg) | - | | | | |
| Diskus (2 kg) | - | | | | |
| Steinstoßen (15 kg) | - | | | | |
| Speer (800 g) | 32,50 m | Keiffenheim, Horst | 57 | 26.05.2018 | Rhede |
| Hammerwurf (7,25 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf | - | | | | |

** = handgestoppt

M 50

| | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|---------------------|----|------------|--------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | 2:36,79 min. | Berghoff, Michael | 68 | 19.05.2022 | Moers |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | - | | | | |
| 3000 m | 12:17,81 min. | Berghoff, Michael | 68 | 12.09.2020 | Sonsbeck |
| 5000 m | 20:15,72 min. | Angenendt, Wolfgang | 63 | 27.04.2013 | OB-Sterkrade |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 19:40 min. | Grote, Stephan | 71 | 25.05.2022 | Sonsbeck |
| 10 KM Straße | 37:11 min. (brutto) | Bruss, Jürgen | 53 | 08.02.2003 | Duisburg |
| 10 KM Straße | 41:44 min. (netto) | Grote, Stephan | 71 | 10.04.2022 | Lintfort |
| 15 KM Straße | 55:56 min. (brutto) | Bruss, Jürgen | 53 | 01.03.2003 | Duisburg |
| Halbmarathon | 1:22:54 Std. (brutto) | Bruss, Jürgen | 53 | 27.03.2004 | Duisburg |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| Marathon | 3:29:27 Std. | Voigt, Christian | 64 | 04.05.2014 | Hamburg |
| 100 KM Straße | - | | | | |
| 100m Hürden (91,4 cm) | - | | | | |
| 400m Hürden (84,0 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | 1,45 m | Speckert, Werner | 61 | 01.09.2013 | Bottrop |
| Stabhochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (6,25 kg) | 10,23 m | Speckert, Werner | 61 | 13.10.2013 | Wesel |
| Diskus (1,5 kg) | 36,00 m | Speckert, Werner | 61 | 01.09.2013 | Bottrop |
| Speer (800 g) | 19,20 m | Beupoil, Helmut | 60 | 26.10.2014 | Wesel |
| Hammerwurf (6,25 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf | - | | | | |

M 55

| | | | | | |
|----------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|----|----------------|------------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | 3:13,28 min. | Seerau, Roland | 61 | 30.06.2019 | Viersen-Süchteln |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | - | | | | |
| 3000 m | - | | | | |
| 5000 m | 24:27,45 min. | Seerau, Roland | 61 | 14.04.2018 | OB-Sterkrade |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 23:02 min. | Berghoff, Michael | 68 | 15.09.2023 | Xanten |
| 10 KM Straße | 40:25 min. (<i>netto</i>) | Bruss, Jürgen | 53 | 31.01.2009 | Duisburg |
| 15 KM Straße | - | | | | |
| Halbmarathon | - | | | | |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| Marathon | 3:57:07 Std. (<i>brutto</i>) | Müller, Heinz-Gerd | 48 | 10.10.2004 | Essen |
| 100 KM Straße | 15:03:45 Std. (<i>brutto</i>) | Fröhlich, Willi (<i>DJK Xanten</i>) | 10 | 25./26.10.1969 | Unna |
| 100m Hürden (91,4 cm) | - | | | | |
| 400m Hürden (84,0 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Stabhochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (6,25 kg) | - | | | | |
| Diskus (1,5 kg) | 34,52 m | Speckert, Werner | 61 | 20.08.2016 | Witten |
| Speer (800 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (6,25 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf | - | | | | |

M 60

| | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|---------------------|----|------------|------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | - | | | | |
| 1000 m | - | | | | |
| 1500 m | 4:55,22 min. | Ida, Alfons | 33 | 20.08.1995 | Minden |
| 3000 m | 10:45,2 min.** | Ida, Alfons | 33 | 28.06.1996 | Oberhausen |
| 5000 m | - | | | | |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 25:39 min. | Angenendt, Wolfgang | 63 | 13.09.2024 | Xanten |
| 10 KM Straße | 45:12 min. (brutto) | Neudam, Horst | 37 | 22.08.1999 | Hamminkeln |
| 15 KM Straße | - | | | | |
| Halbmarathon | 1:42:39 Std. (brutto) | Neudam, Horst | 37 | 13.09.1998 | Schermbek |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| Marathon | - | | | | |
| 100 KM Straße | - | | | | |
| 100m Hürden (84,0 cm) | - | | | | |
| 300m Hürden (76,2 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Stabhochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (5 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | 34,90 m | Speckert, Werner | 61 | 14.08.2021 | Witten |
| Speer (600 g) | 33,16 m | Keiffenheim, Horst | 57 | 10.06.2018 | Gladbeck |
| Hammerwurf (5 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf | - | | | | |

** = handgestoppt

M 65

| | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------|----|------------|----------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | - | | | | |
| 1000 m | 3:28,30 min. | Ida, Alfons | 33 | 26.05.2000 | Oedt |
| 1500 m | 5:24,89 min. | Ida, Alfons | 33 | 22.08.1999 | Hagen |
| 3000 m | - | | | | |
| 5000 m | - | | | | |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | - | | | | |
| 10 KM Straße | 38:44 min. (zweifelhaft) (brutto) | Neudam, Horst | 37 | 02.02.2002 | Duisburg |
| 15 KM Straße | - | | | | |
| Halbmarathon | 1:56:58 Std. (brutto) | Fröhlich, Willi | 10 | 25.09.1977 | Menzelen |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| Marathon | - | | | | |
| 100 KM Straße | - | | | | |
| 100m Hürden (84,0 cm) | - | | | | |
| 300m Hürden (76,2 cm) | - | | | | |
| 3000 m Hindernis | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Stabhochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (5 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | - | | | | |
| Speer (600 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (5 kg) | - | | | | |
| Zehnkampf | - | | | | |

M70

| | | | | | |
|--------------|-----------------------|---------------|----|------------|----------|
| 10 KM Straße | 54:12 min. (netto) | Neudam, Horst | 37 | 29.03.2008 | Duisburg |
|--------------|-----------------------|---------------|----|------------|----------|

W 30

| | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|---|----|------------|------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | - | | | | |
| 1500 m | 5:03,83 min. | Höfer, Nicole | 82 | 18.05.2014 | Duisburg |
| 3000 m | 10:45,81 min. | Fierek, Carina | 83 | 06.09.2017 | Düsseldorf |
| 5000 m | 18:21,37 min. | Fierek, Carina | 83 | 13.09.2017 | Düsseldorf |
| 10000 m | 38:28,70 min. | Fierek, Carina | 83 | 23.04.2016 | Arnsberg |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 20:06 min. (<i>netto</i>) | Willems, Kathrin | 86 | 21.05.2018 | Weeze |
| 10 KM Straße | 35:43 min. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 31.12.2014 | Pfalzdorf |
| 10 KM Straße Mannschaft | 2:00:11 Std. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina (81/36:19) Fierek, Carina (83/40:19) Angenendt, Riccarda (92/41:33) | | 07.09.2014 | Düsseldorf |
| 15 KM Straße | - | | | | |
| Halbmarathon | 1:19:24 Std. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 21.09.2014 | Deum/NL |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:54:45 Std. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina (81/1:23:27) Fierek, Carina (83/1:32:52) Bentrup Ann-Cathrin (92/1:58:26) | | 15.10.2017 | Nütterden |
| Marathon | 2:51:31 Std. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 12.10.2014 | Essen |
| 100m Hürden (83,8 cm) | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (4 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | 39,90 m | Rösen, Bettina | 64 | 30.09.1994 | Xanten |
| Speerwurf (600 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (4 kg) | - | | | | |
| Siebenkampf | - | | | | |

W 35

| | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|---------------------|----|------------|---------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | 3:21,4 min.** | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 15.09.1990 | Bruckhausen |
| 1500 m | 5:31,93 min. | Lohaus, Nicole | 82 | 16.05.2018 | Dortmund |
| 3000 m | 11:00,96 min. | Fierek, Carina | 83 | 25.04.2018 | Duisburg |
| 5000 m | 17:41,24 min. | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 16.04.2016 | OB-Sterkrade |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 17:48 min. (<i>netto</i>) | Fierek, Carina | 83 | 16.09.2022 | Xanten |
| 10 KM Straße | 36:03 min. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 04.05.2016 | Sonsbeck |
| 15 KM Straße | - | | | | |
| Halbmarathon | 1:21:15 Std. (<i>netto</i>) | Fierek, Carina | 83 | 24.04.2022 | Hamburg |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| 25 KM Straße | 1:42:26 Std. | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 06.11.2016 | Bottrop |
| Marathon | 2:48:38 Std. (<i>netto</i>) | Fierek, Carina | 83 | 09.10.2022 | Eindhoven (N) |
| 100m Hürden (83,8 cm) | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (4 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | - | | | | |
| Speerwurf (600 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (4 kg) | - | | | | |
| Siebenkampf | - | | | | |

W 40

| | | | | | |
|----------------------------|-----------------------------------|---------------------|----|------------|------------|
| 100 m | 16,00 sec. | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 26.05.1991 | Wesel |
| 200 m | 36,81 sec. | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 12.05.1994 | Moers |
| 400 m | 90,40 sec. | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 12.05.1994 | Moers |
| 800 m | 3:17,96 min. | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 26.05.1991 | Wesel |
| 1500 m | - | | | | |
| 3000 m | 15:31,0 min.** | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 29.08.1992 | Rheurdt |
| 3000 m | 10:23,79 min | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 11.09.2021 | Sonsbeck |
| 5000 m | 17:35,76 min. | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 07.05.2022 | Sonsbeck |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 17:47 min. | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 07.05.2023 | Schermbeck |
| 10 KM Straße | 46:58 min. (<i>brutto</i>) | Kaiser, Marita | 56 | 15.02.1998 | Duisburg |
| 10 KM Straße | 36:20 min. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 06.03.2022 | Leverkusen |
| 15 KM Straße | 1:14:38 Std. (<i>brutto</i>) | Kaiser, Marita | 56 | 04.03.2000 | Duisburg |
| Halbmarathon | 1:45:29 Std. (<i>brutto</i>) | Kaiser, Marita | 56 | 01.04.2000 | Duisburg |
| | 1:18:26 Std. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 26.03.2023 | Venlo/NL |
| Halbmarathon Mannschaft | | | | | |
| Marathon | 3:49:41 Std. (<i>brutto</i>) | Hirschfeld, Ingrid | 51 | 18.10.1992 | Essen |
| Marathon | 2:52:00 Std. (<i>netto</i>) | Dahlbeck, Anna-Lina | 81 | 02.10.2022 | Köln |
| 80 m Hürden (76,2 cm) | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (4 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | - | | | | |
| Speerwurf (600 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (4 kg) | - | | | | |
| Siebenkampf | - | | | | |

** = handgestoppt

W 45

| | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|----------------|----|------------|--------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | - | | | | |
| 1500 m | - | | | | |
| 3000 m | - | | | | |
| 5000 m | 23:12,17 min. | Kuse, Nicole | 73 | 14.04.2018 | OB-Sterkrade |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 22:51 min. | Thelen, Dana | 79 | 08.05.2024 | Sonsbeck |
| 10 KM Straße | 47:48 min. (<i>netto</i>) | Kuse, Nicole | 73 | 26.01.2019 | Duisburg |
| 15 KM Straße | | | | | |
| Halbmarathon | 1:46:50 Std. (<i>netto</i>) | Kuse, Nicole | 73 | 24.03.2018 | Duisburg |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| Marathon | 4:03:59 Std. | Nondorf, Silke | 77 | 11.09.2022 | Münster |
| 80 m Hürden (76,2 cm) | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (4 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | - | | | | |
| Speerwurf (600 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (4 kg) | - | | | | |
| Siebenkampf | - | | | | |

W 50

| | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|-------------------|----|------------|----------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | - | | | | |
| 1500 m | - | | | | |
| 3000 m | - | | | | |
| 5000 m | - | | | | |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | 25:36 min. | Kuse, Nicole | 73 | 08.05.2024 | Sonsbeck |
| 10 KM Straße | 49:15 min. (brutto) | Kaiser, Marita | 56 | 02.02.2002 | Duisburg |
| 15 KM Straße | 1:13:41 Std. (brutto) | Kaiser, Marita | 56 | 02.03.2002 | Duisburg |
| Halbmarathon | - | | | | |
| Halbmarathon Mannschaft | - | | | | |
| Marathon | - | | | | |
| 80 m Hürden (76,2 cm) | - | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (3 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | - | | | | |
| Speerwurf (500 g) | 15,05 m | Speckert, Martina | 60 | 20.10.2014 | Wesel |
| Hammerwurf (3 kg) | - | | | | |
| Siebenkampf | - | | | | |

W 55

| | | | | | |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------------|----|------------|------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | | | | | |
| 800 m | | | | | |
| 1500 m | | | | | |
| 3000 m | | | | | |
| 5000 m | | | | | |
| 10000 m | | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | | | | | |
| 10 KM Straße | 56:13 min. (<i>netto</i>) | Kohl, Elisabeth | 50 | 02.02.2008 | M-Gladbach |
| 15 KM Straße | | | | | |
| Halbmarathon | 2:08:00 Std. (<i>brutto</i>) | Billau, Monika | 49 | 31.05.2004 | Weeze |
| Halbmarathon Mannschaft | | | | | |
| Marathon | | | | | |
| 80 m Hürden (76,2 cm) | | | | | |
| Hochsprung | | | | | |
| Weitsprung | | | | | |
| Dreisprung | | | | | |
| Kugel (3 kg) | 14,60 m | Speckert, Martina | 60 | 30.09.2018 | Dinslaken |
| Diskus (1 kg) | | | | | |
| Speerwurf (500 g) | 16,74 m | Speckert, Martina | 60 | 20.08.2016 | Witten |
| Hammerwurf (3 kg) | | | | | |
| Siebenkampf | | | | | |

W 60

| | | | | | |
|----------------------------|----------------------------------|----------------|----|------------|------------|
| 100 m | - | | | | |
| 200 m | - | | | | |
| 400 m | - | | | | |
| 800 m | - | | | | |
| 1500 m | - | | | | |
| 3000 m | - | | | | |
| 5000 m | - | | | | |
| 10000 m | - | | | | |
| 5 KM Straße (ab 2018) | - | | | | |
| 10 KM Straße | - | | | | |
| 15 KM Straße | - | | | | |
| Halbmarathon | 2:10:47 Std. (<i>netto</i>) | Billau, Monika | 49 | 01.06.2009 | Weeze |
| Halbmarathon Mannschaft | | | | | |
| Marathon | 4:41:55 Std. (<i>netto</i>) | Billau, Monika | 49 | 02.05.2010 | Düsseldorf |
| 80 m Hürden (76,2 cm) | | | | | |
| Hochsprung | - | | | | |
| Weitsprung | - | | | | |
| Dreisprung | - | | | | |
| Kugel (3 kg) | - | | | | |
| Diskus (1 kg) | - | | | | |
| Speerwurf (500 g) | - | | | | |
| Hammerwurf (3 kg) | - | | | | |
| Siebenkampf | - | | | | |