

Regionsrekorde 2023

Frauen

5km Straße	16:58 Min.	Börner, Annika (1989)	Ayyo-Team Essen
10km Straße	33:27 Min.	Kiraz, Ümmu (1982)	Ayyo-Team Essen
Halbmarathon	1:11:40 Std.	Kiraz, Ümmu (1982)	Ayyo-Team Essen
Halbmarathon Mannsch.	3:47:53 Std.	Ümmu, Börner, Gedwart	Ayyo-Team Essen

Männer

1500m	3:36,14 Min.	Thorwirth, Maximilian (1995)	SFD 75 Düsseldorf-Süd
Meile	3:55,88 Min.	Thorwirth, Maximilian (1995)	SFD 75 Düsseldorf-Süd
5000m	13:18,35 Min.	Thorwirth, Maximilian (1995)	SFD 75 Düsseldorf-Süd
10km Straße	28:29 Min.	Thorwirth, Maximilian (1995)	SFD 75 Düsseldorf-Süd
110m Hürden	13,75 Sek.	Minoue, Gregory (2002)	TV Angermund
Kugelstoß	19,40 m	Hastenrath, Xaver (2003)	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen

W13

Block Lauf	2387 Pkt.	Hensel, Marie (2010)	Turnverein Ratingen
-------------------	-----------	----------------------	---------------------

W15

1500m Hindernis	5:16,84 Min.	Bünder, Fiona (2008)	ASC Düsseldorf
------------------------	--------------	----------------------	----------------