Region Mitte

Regionsrekorde
M12

(Stand 26.10.2026)

75m	9,38 Sek.	Gumz, Gerhard	1968	LAV Düsseldorf	27.09.1980	Dormagen
800m	2:17,7 Min.	Spira, Bernd	1966	TG Neuss	24.09.1978	Dortmund
2000m	6:28,65 Min.	Czarnitzki, Martin	1980	LG Kapellen-Neukirchen	15.08.1992	Lüdenscheid
3000m	10:43,3 Min.	Chassee, Oliver	1968	TG Neuss	18.06.1980	Köln
5km Straße	17:31 Min.	Hahn, Alexander	1989	OSC Waldniel	06.10.2001	Schwalmtal
2000m Bahngehen	12:01,0 Min.	Schmitz, Christian	1980	SV GWR Büderich	22.05.1992	Meerbusch
60m Hürden	9,76 Sek.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	28.04.2012	Düsseldorf
	9,2 Sek.	Willms, Thomas	1958	ATV Düsseldorf	11.10.1970	Düsseldorf
Hochsprung	1,68 m	Ediger, Tom	2001	Wuppertaler SV	29.09.2013	Wuppertal
Stabhochsprung	3,00 m	Ritte, Matthias	2012	LAV Bayer Uerd./Dormagen	07.06.2024	Eindhoven/NED
Weitsprung	5,71 m	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	03.10.2012	Euskirchen
Kugelstoßen 3kg	12,00 m	Lang, Thorben	1992	LAV Bayer Uerdingen	25.09.2004	Krefeld
Kugelstoßen 2kg		Es wurde noch keine größere Weite als mit der 3kg Kugel erzielt.				
Diskuswurf 750g	39,50 m	Ediger, Tom	2001	Wuppertaler SV	05.10.2013	Wuppertal
Speerwurf 400g	39,57 m	Dück, Matthias	1990	ASV Süchteln	06.10.2002	Viersen
Ballwurf 200g	70,0 m	Flock, Rainer	1971	VT Kempen	03.09.1983	Tönisvorst
Hammerwurf 3kg	31,70 m	Juchems, Linus	2013	Sportclub Krefeld 1905	20.09.2025	Oberhausen
Dreikampf	1448 Pkt.	Gumz, Gerhard	1968	LAV Düsseldorf	09.08.1980	Düsseldorf
(75m, Weit, Ball 200g)		(9,4 - 4,80 - 51,0)				
Vierkampf	1914 Pkt.	Oppers, Andre	1968	LAV Bayer Uerdingen	02.10.1980	Krefeld
(75m, Weit, Ball 200g, Hoch)		(10,1 - 5,12 - 1,58 - 50,00)				
Block Sprint	2317 Pkt.	Biesenbach, Max Otto	2010	LG Remscheid	14.08.2022	Zülpich
(75m, 60mH, Weit ,Hoch, Speer)		(10,83 - 10,63 - 4,85 - 1,40 - 33,96)				
Block Sprint	2244 Pkt.	Lita Baehre, Bo Kanda	1999	ART Düsseldorf	07.05.2011	Düsseldorf
(75m, 60mH, Weit ,Hoch, Ball 200g)		(10,37 - 10,38 - 4,86 - 1,48 - 37,0)				
Block Lauf	2258 Pkt.	Dünninger, Camillo	1999	ART Düsseldorf	09.10.2011	Düren
(75m, 60mH, Weit, Ball 200g, 800m)		(10,88 - 10,65 - 5,10 - 45,50 - 3:17,78)				
Block Wurf	2388 Pkt.	Ediger, Tim	1997	Wuppertaler SV	13.06.2009	Wuppertal
(75m, 60mH, Weit, Kugel, Diskus)		(10,63 - 10,21 - 4,79 - 9,49 - 30,58)				

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
M13

(Stand 26.10.2026)

75m	9,38 Sek.	Gumz, Gerhard	1968	LAV Düsseldorf	27.09.1980	Dormagen
800m	2:10,39 Min.	Kämpgen, Nick	2001	ASV Süchteln	19.06.2014	Krefeld
1000m	2:46,73 Min.	Kleinewefers, Carsten	1975	DjK Vfl Forstwald	25.06.1988	Kevelaer
2000m	6:11,18 Min.	Kämpgen, Nick	2001	ASV Süchteln	26.09.2014	Erkelenz
3000m	9:43,3 Min.	Grundmann, Stefan	1969	LAV Düsseldorf	15.10.1982	Willich
5km Straße	17:21 Min.	Kämpgen, Nick	2001	ASV Süchteln	27.09.2014	Mönchengladbach
	17:21 Min.	Czarnietzki, Martin	1980	LG Kapellen-Neukirchen	09.10.1993	Waldniel
5km Straße Mannsch.	1:02:56 Std.	Snellmann, Kirberg, Schwickert		TV Kalkum-Wittlaer	19.03.2000	Wittlaer
60m Hürden	9,44 Sek.	Scheer, Oliver	1986	LG Solingen	11.09.1999	Wuppertal
4x75m (U14)	38,41 Sek.	Lita Baehre, David, Dünninger, Kluth		ART Düsseldorf	16.09.2012	Kevelaer
3x800m (U14)	7:31,18 Min.	Fichtel, Unverzagt, Voth		PSV Wuppertal	11.09.2021	Ratingen
3x1000m (U14)	8:55,12 Min.	Donner, Hahn, Hahn		OSC Waldniel	09.05.2002	Hilden
2000m Gehen	12:09,46 Min.	Krommus, Jürgen	1977	TV Jüchen	14.06.1990	Ahlen
2km Gehen Straße	11:36 Min.	Komanns, Henrik	2001	ART Düsseldorf	01.06.2014	Düsseldorf
3000m Gehen	17:15,49 Min.	Wolf, Volker	1971	DJK LG Düsseldorf/Neuss	30.09.1984	Ratingen
Hochsprung	1,75 m	Beutner, Michael	1965	TG Neuss	10.09.1978	Kaarst
	1,75 m	Barwinek, Rolf	1967	LAV Düsseldorf	09.08.1980	Düsseldorf
Stabhochsprung	3,70 m	Willms, Thomas	1958	ATV Düsseldorf	17.07.1971	Györ/HUN
Weitsprung	6,47 m	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	26.09.2013	Düsseldorf
Kugelstoßen 3kg	15,23 m	Dimitris, Saflanis	1986	LAV Bayer Uerdingen	25.09.1999	Krefeld
Diskuswurf 750g	45,82 m	Timmler, Sven	1994	Polizei-SV Wuppertal	20.10.2007	Nieukerk
Speerwurf 400g	54,47 m	Dück, Matthias	1990	ASV Süchteln	12.10.2003	Viersen
Ballwurf 200g	72,0 m	Dimitris, Saflanis	1986	LAV Bayer Uerdingen	25.09.1999	Krefeld
Hammerwurf 3kg	42,13 m	Overmeyer, Luca	2003	LAV Bayer Uerdingen	28.08.2016	Leichlingen
Dreikampf	1540 Pkt.	Müller, Til	1997	LG Viersen	19.06.2010	Krefeld
(75m, Weit, Ball 200g)		(9,52 - 5,26 - 56,5)				
Dreikampf Mannsch. (U14)	6359 Pkt.	Schumski, Hilner, Simmisch, Seidl, Tenbruck		CSV Marathon Krefeld	24.08.1983	Krefeld
Vierkampf	2085 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	13.07.2013	Düsseldorf
(75m, Weit, Ball 200g, Hoch)		(9,76 - 6,19 - 45,5 - 1,64)				
Vierkampf Mannsch. (U14)	8984 Pkt.	Lita Baehre, Dünninger, Kluth, David, Raunitschke		ART Düsseldorf	23.06.2012	Düsseldorf
Block Sprint	2506 Pkt.	Zenker, Luke	2003	ART Düsseldorf	17.04.2016	Essen
(75m, 60mH, Weit ,Hoch, Speer)		(10,32 - 10,00 - 5,14 - 1,56 - 29,56)				
Block Sprint	2533 Pkt.	Zilgens, Marcel	1992	ART Düsseldorf	01.10.2005	Düsseldorf
(75m, 60mH, Weit ,Hoch, Ball 200g)		(9,83 - 9,76 - 5,32 - 1,48 - 57,0)				
Block Lauf	2288 Pkt.	Kastien, Florian	1994	MTG Horst Essen	22.09.2007	Kevelaer
(75m, 60mH, Weit, Ball 200g, 800m)		n.a.				
Block Wurf	2792 Pkt.	Ediger, Tom	2001	Wuppertaler SV	31.05.2014	Wuppertal
(75m, 60mH, Weit, Kugel, Diskus)		(9,84 - 9,75 - 5,36 - 1,51 - 42,93)				
Block Mannsch. (U14)	11116 Pkt.	Steffens, Reinartz, May, Stratmann, Meuthen		LAV Bayer Uerd./Dormagen	01.10.2006	Kaarst

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
M14

(Stand 26.10.2026)

LV NORDRHEIN

75m	9,11 Sek.	Ipfling, Roman	1978	LAV Bayer Uerd./Dormagen	05.07.1992	Landau
	8,6 Sek.	Prassek, Michael	1983	ASV Süchteln	29.05.1997	Willich
100m	11,2 Sek.	Hube, Harald	1966	TK Grevenbroich	02.08.1980	Gelsenkirchen
	11,57 Sek.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	30.08.2014	Bernhausen
200m	24,15 Sek.	Gerstenberger, Gert	1968	SG Kaarst	26.09.1982	Aachen
300m	37,15 Sek.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	06.07.2014	Düsseldorf
800m	2:01,11 Min.	Schmitz, Joel Etienne	2006	OSC Waldniel	12.09.2020	Sonsbeck
1000m	2:39,4 Min.	Kiene, Klaus	1965	Barmer TV 1846	09.09.1979	Ludwigshafen
2000m	5:55,0 Min.	Lehmann, Martin	1964	OSC Waldniel	10.09.1978	Berlin
3000m	9:11,2 Min.	Kröckert, Mario	1978	OSC Waldniel	04.07.1992	Essen
5km Straße	16:07 Min.	Kröckert, Mario	1978	OSC Waldniel	10.10.1992	Schwalmtal
10km Straße	35:53 Min.	Hahn, Alexander	1989	OSC Waldniel	22.11.2003	Essen
3000m Bahngehen	16:20,2 Min.	Nowakowski, Jürgen	1959	DJK Kleinenbroich	21.08.1973	Koblenz
5000m Bahngehen	30:20,4 Min.	Ummelmann, Christian	1966	SV GWR Büderich	23.08.1980	Dinslaken
80m Hürden	10,93 Sek.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	30.08.2014	Bernhausen
300m Hürden	41,28 Sek.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	04.07.2014	Düsseldorf
Hochsprung	1,90 m	Mögenburg, Dietmar	1961	TuS Rheindorf	06.07.1975	Velbert
	1,90 m	Beutner, Michael	1965	TG Neuss	18.09.1979	Györ/HUN
	1,90 m	Barwinek, Rolf	1967	LAV Düsseldorf	10.07.1981	Düsseldorf
Stabhochsprung	4,32 m	Willms, Thomas	1958	LG ATV/RTV Düsseldorf	27.08.1972	Oberhausen
Weitsprung	6,49 m	Dames, Bastian	1974	Hülser SV	04.09.1988	Krefeld
Dreisprung	12,49 m	Weßling, Benjamin	1996	LAZ Mönchengladbach	15.05.2010	Mönchengladbach
Kugelstoßen 4kg	16,30 m	Dimitris, Saflanis	1986	LAV Bayer Uerdingen	17.09.2000	Troisdorf
Diskuswurf 1kg	53,92 m	Kluth, Peter	1968	LAV Düsseldorf	18.09.1982	Furtwangen
Hammerwurf 4kg	50,65 m	Luca, Overmeyer	2003	LAV Bayer Uerdingen	31.12.2017	Leichlingen
Speerwurf 600g	53,54 m	Dück, Matthias	1990	ASV Süchteln	15.08.2004	Rhede
Ballwurf 200g	88,0 m	Fischer, Ronny	1982	LAV Bayer Uerdingen	29.09.1996	Hilden
Dreikampf	1639 Pkt.	Bokor, Zoltan	1969	VT Kempen	27.08.1983	Kempen
(100m, Weit, Ball)		(12,5 - 5,83 - 75,50)				
Vierkampf	2430 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	24.05.2014	Wesel
(100m, Weit, Kugel, Hoch)		(11,80 - 6,23 - 13,24 - 1,76)				
Neunkampf	5436 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	30./31.08.2014	Bernhausen
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 80mH, Diskus, Stab, Speer, 1000m)		(11,57 – 6,23 - 13,23 - 1,78 - 10,93 - 43,83 – 3,20 - 38,49 - 2:54,24)				
Block Sprint	2789 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	10.05.2014	Düsseldorf
(100m, 80mH, Weit, Hoch, Speer)		(12,43 - 11,48 - 5,34 - 1,68 - 38,50)				
Block Lauf	2709 Pkt.	Schmitz, Lukas	1993	LAV Bayer Uerdingen	11.08.2007	Lage
(100m, 80mH, Weit, Ball, 2000m)		(12,35 - 11,87 - 5,35 - 67,50 - 6:31,82)				
Block Wurf	2872 Pkt.	Bill, Eduard	1993	LAV Bayer Uerdingen	09.06.2007	Wesel
(100m, 80mH, Weit, Kugel, Diskus)		(13,10 - 12,43 - 4,89 - 15,51 - 47,81)				

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
M15

(Stand 26.10.2026)

75m	8,85 Sek.	von der Brüggen, Ramon	1978	LAV Erdags Essen/ MTG Hors	20.06.1993	Mönchengladbach
100m	11,10 Sek.	Thibol, Carl-Peter	1998	LAV Bayer Uerd./Dormagen	22.09.2013	Wesel
	10,6 Sek.	Gennat, Udo	1957	LG PSV/WSV Wuppertal	06.07.1972	Dülken
200m	23,07 Sek.	Gerstenberger, Gerd	1968	LG Kaarst	11.06.1983	Dormagen
	22,6 Sek.	Hube, Harald	1966	TK Grevenbroich	30.08.1981	Dillingen
300m	35,67 Sek.	Schmitz, Lukas	1993	LAV Bayer Uerdingen	22.06.2008	Hagen
800m	1:56,79 Min.	Schmitz, Joel Etienne	2006	OSC Waldniel	02.07.2021	Mönchengladbach
1000m	2:35,9 Min.	Kröckert, Mario	1978	OSC Waldniel	16.05.1993	Mönchengladbach
2000m	5:47,70 Min.	Hahn, Alexander	1989	OSC Waldniel	16.06.2004	Grefrath
3000m	8:52,5 Min.	Arens, Jens	1965	DJK LG Düsseldorf/Neuss	07.09.1980	Recklinghausen
5km Straße	15:47 Min.	Hahn, Alexander	1989	OSC Waldniel	19.09.2004	Bad Liebenzell
5km Straße Mannsch.	57:58 Min.	Grabosch, Severin, Behler		Garather SV	17.03.2001	Düsseldorf
10km Straße	34:32 Min.	Boddenberg, Felix	1996	TLV Germania Überruhr	19.11.2011	Essen
4 x 100 m (U16)	45,12 Sek.	Minoue, Grube, Vargin, Boateng		StG Düsseldorf	17.09.2016	Rhede
3 x 1000 m (U16)	8:09,0 Min.	Lücke, Schmidt, Werseck		TUSEM Essen	27.09.1981	Essen
3000m Gehen	14:37,4 Min.	Grotjans, Johannes	1957	DJK Kleinenbroich	20.10.1972	Kleienbroich
5000m Gehen	24:32,2 Min.	Crom, Heinz-Jürgen	1954	DJK Kempener LC	04.07.1969	Kempen
10000m Gehen	58:57,2 Min.	Pause, Richard	1965	SV GWR Büderich	20.04.1980	Aachen
80m Hürden	10,71 Sek.	Busch, Dirk	1991	LAV Bayer Uerd./Dormagen	11.06.2006	Essen
300m Hürden	39,90 Min.	Schmitz, Lukas	1993	LAV Bayer Uerdingen	07.09.2008	Aachen
1500m Hindernis	4:39,25 Min.	Drepper, David	2006	TLV Germania Überruhr	04.09.2021	Hannover
	4:38,8 Min.	Gilges, Lothar	1959	DJK Neuss Gnadental	23.06.1974	Duisburg
Hochsprung	2,01 m	Beutner, Michael	1965	TG Neuss	14.09.1980	Köln
Stabhochsprung	4,60 m	Lita Baehre, Bo Kanda	1999	ART Düsseldorf	24.08.2014	Düsseldorf
Weitsprung	6,95 m	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	20.09.2015	Remscheid
Dreisprung	13,86 m	Jaros, Ralf	1965	DJK LG Düsseldorf/Neuss	30.08.1980	Dortmund
Kugelstoßen 4kg	19,28 m	Dimitris, Saflanis	1986	LAV Bayer Uerdingen	08.09.2001	Celle
Diskuswurf 1kg	63,49 m	Bill, Eduard	1993	LAV Bayer Uerdingen	13.09.2008	Lage
Hammerwurf 4 kg	57,85 m	Overmeyer, Luca	2003	LAV Bayer Uerd./Dormagen	18.08.2018	Bochum
Speerwurf 600g	65,74 m	Strehlau, Fabian	1999	LAZ Mönchengladbach	17.08.2014	Köln
Ballwurf 200g	88,00 m	Fischer, Ronny	1982	LAV Bayer Uerdingen	29.09.1996	Hilden
Dreikampf	1713 Pkt.	Müller, Fabian	1996	DJK Teutonia St.Tönis	24.09.2011	Tönisvorst
		(12,05 - 5,72 - 79,50)				
Vierkampf	2497 Pkt.	Adler, Alvar	2006	ART Düsseldorf	11.09.2021	Ratingen
(100m, Weit, Kugel, Hoch)		(11,68 - 6,22 - 1,76 - 14,77)				
Vierkampf Mannsch. (U16)	11019 Pkt.	Kluth, Wanjelik, Schetter, Gumz, Hebenstreit		LAV Düsseldorf	02.10.1982	Düsseldorf
Neunkampf	5712 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	30./31.05.2015	Aachen
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 80mH, Diskus, Stab, Speer, 1000m)		(1,84 - 11,44 - 6,65 - 14,53 - 50,27 - 11,07 - 3,40 - 42,42 - 2:46,77)				
Neunkampf Mannsch. (U16)	15607 Pkt.	Kluth, Lita Baehre, Gormanns		ART Düsseldorf	24./25.05.2014	Wesel

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
M15

(Stand 26.10.2026)

Block Sprint	3107 Pkt.	Cagliesi, Remo	1998	TLV Germania Überruhr	08.09.2013	Markt Schwaben
(100m, 80mH, Weit, Hoch, Speer)		(10,93 - 6,02 - 11,94 - 45,88 - 1,92)				
Block Lauf	2902 Pkt.	Weßling, Benjamin	1996	LAZ Mönchengladbach	21.08.2011	Cottbus
(100m, 80mH, Weit, Ball, 2000m)		(12,11 - 11,40 - 6,65 - 64,00 - 6:16,21)				
Block Wurf	3132 Pkt.	Janitz, Phil	2009	TV Angermund	30.05.2024	Aachen
(100m, 80mH, Weit, Kugel, Diskus)		(12,04 - 11,61 - 5,83 - 14,95 - 52,39)				
Block Mannsch. (U16)	13759 Pkt.	Berr, Fries, Ulrich, David, Dünninger		ART Düsseldorf	08.09.2013	Markt Schwaben

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
männl. U18

(Stand 26.10.2026)

100m	10,67 Sek.	Skubella, Georg	1967	TSG Solingen	20.07.1984	Fulda
	10,4 Sek.	Gennat, Udo	1957	LG PSV/WSV Wuppertal	13.05.1973	Bonn
200m	21,51 Sek.	Haque, Luban	2005	ART Düsseldorf	06.07.2022	Jerusalem/ISR
300m	35,09 Sek.	Quast, Thorsten	1972	Barmer TV 1846	17.06.1989	Leverkusen
400m	47,21 Sek.	Schmitz, Lukas	1993	LAV Bayer Uerdingen	22.05.2010	Moskau/RUS
800m	1:51,00 Min.	Mohumed, Mohamed	1999	DJK VFL Willich	26.06.2016	Mannheim
1000m	2:27,09 Min.	Hengmith, Christian	1988	TUSEM Essen	12.05.2005	Dortmund
1500m	3:48,99 Min.	Mohumed, Mohamed	1999	DJK VFL Willich	04.06.2016	Regensburg
3000m	8:23,14 Min.	Mohumed, Mohamed	1999	DJK VFL Willich	16.07.2016	Tiflis/GEO
5000m	14:54,2 Min.	Hibbe, Thomas	1961	DJK LG Düsseldorf/Neuss	29.08.1978	Essen
10000m	35:23,16 Min.	Schwabe, Torben	2000	SFD 75 Düsseldorf	20.09.2017	Düsseldorf
10km Straße	31:54 Min.	Hahn, Alexander	1989	OSC Waldniel	13.03.2005	Ohrdruf
110m Hürden	13,90 Sek.	Hense, Lars Birger	1983	Barmer TV 1846	18.06.2000	Bonn
300m Hürden	38,1 Sek.	Kauffmann, Sven	1978	TK Grevenbroich	08.07.1995	Rhede
400m Hürden	53,06 Sek.	Hense, Lars Birger	1983	Barmer TV 1846	15.07.2000	Györ/HUN
1500m Hindernis	4:25,10 Min.	Hauser, Markus	1967	CSV Marathon Krefeld	10.07.1983	Kreuztal
2000m Hindernis	5:59,03 Min.	Hauser, Markus	1967	CSV Marathon Krefeld	21.07.1984	Fulda
4x100m	42,65 Sek.	Lacroix, Kaiser, Dames, Franke		LAV Bayer Uerdingen	15.07.1990	Bruchköbel
3x1000m	7:39,8 Min.	Winkelman, Emde, John		ASV Wuppertal	28.08.1978	Hamm
3000m Gehen	15:19,0 Min.	Sandner, Wolfgang	1958	TK Grevenbroich	14.09.1974	Dinslaken
5000m Gehen	23:59,8 Min.	Crom, Heinz-Jürgen	1954	DJK Kempener LC	15.09.1970	Kleinenbroich
5km Gehen Straße	31:01 Min.	Schusters, Timo	2000	Gerresheimer TV	01.10.2017	Tilburg/NL
10000m Gehen	48:14,4 Min.	Crom, Heinz-Jürgen	1954	DJK Kempener LC	05.09.1971	Dortmund
10km Gehen Straße	1:02:58 Std.	Schusters, Timo	2000	Gerresheimer TV	05.11.2017	Rotterdam/NL
Hochsprung	2,12 m	Cagliesi, Remo	1998	TLV Germania Überruhr	13.09.2015	Mönchengladbach
Stabhochsprung	5,20 m	Börgeling, Lars	1979	LAV Bayer Uerd./Dormagen	26.05.1996	Scheeßel
Weitsprung	7,77 m	Bigdeli, Schahriar	1980	LAV Bayer Uerdingen	19.05.1997	Bad Camberg
Dreisprung	15,92 m	Jaros, Ralf	1965	DJK LG Düsseldorf/Neuss	23.07.1982	München
Kugelstoß 5kg	18,02 m	Neumann, Michael	1955	LG ESV/PSV Essen	29.05.1971	Mühlheim
Diskuswurf 1,5kg	59,25 m	Bill, Eduard	1993	LAV Bayer Uerdingen	14.08.2010	Borna
Hammerwurf 5kg	63,42 m	Hützen, Paul	1991	LAV Bayer Uerdingen	06.09.2008	Leinfelden
Speerwurf 700g	74,64 m	Strehlau, Fabian	1999	LAZ Mönchengladbach	04.06.2016	Jena
Fünfkampf	3943 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	10.06.2017	Bernhausen
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m)		(11,32- 6,70- 16,19- 1,93- 50,18)				
Fünfkampf	3834 Pkt.	Köster, Ulf	1981	LAV Bayer Uerd./Dormagen	01.07.1998	Krefeld
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 300m)		(11,0 - 7,21 - 13,57 - 1,86 - 36,4)				
Fünfkampf Mannsch.	14802 Pkt.	Alipaß, Jurecky, Rommel, Ernst, Wimmer		LG Düsseldorf	03.07.1988	Düsseldorf
Zehnkampf	7460 Pkt.	Kluth, Maximilian	2000	ART Düsseldorf	10./11.06.2017	Bernhausen
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110mH, Diskus, Stab, Speer, 1500m)		(11,32- 6,70- 16,19- 1,93- 50,18- 14,69- 44,29- 3,80- 49,63- 4:31,83)				

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
männl. U18

(Stand 26.10.2026)

Zehnkampf (U20 Bedingungen) (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110mH, Diskus, Stab, Speer, 1500m)	7456 Pkt.	Leyckes, Dennis (11,05 - 7,00 - 13,19 - 1,85 - 49,19 - 14,91 - 38,42 - 4,40 - 54,10 - 4:34,07)	1982	LAV Bayer Uerdingen	15./16.05.1999	Ulm
Zehnkampf Mannsch.	18655 Pkt.	Aschenbroich, Kojic, Schleinitz		Korschenbroicher LC	24./25.08.2001	Vaterstetten

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
männl. U20

(Stand 26.10.2026)

100m	10,39 Sek.	Menga, Aleixo Platini	1987	SG Langenfeld	10.06.2006	Dormagen
200m	21,34 Sek.	Kluth, Guido	1971	DJK LG Düsseldorf/Neuss	21.07.1990	Heilbronn
400m	46,57 Sek.	Schmitz, Lukas	1993	LAV Bayer Uerdingen	22.07.2011	Tallin/EST
800m	1:47,77 Min.	Emde, Heiko	1962	Polizei-SV Wuppertal	30.08.1981	Koblenz
1000m	2:23,43 Min.	Lipus, Daniel	1988	LG Remscheid	10.08.2007	Leverkusen
1500m	3:44,81 Min.	Jütten, Klaus	1966	LAV Bayer Uerdingen	21.06.1985	Essen
3000m	8:09,1 Min.	Hibbe, Thomas	1961	DJK LG Düsseldorf/Neuss	27.06.1979	Menden
5000m	14:06,54 Min.	Hibbe, Thomas	1961	DJK LG Düsseldorf/Neuss	15.08.1980	Hannover
10000m	30:52,0 Min.	Gajewski, Jürgen	1961	TUSEM Essen	18.06.1980	Lüdenscheid
10km Straße	31:00 Min.	Hoffmann, Sven	1979	OSC Waldniel	08.03.1998	Leverkusen
10km Straße Mannsch.	1:37:44 Std.	Böttcher, Katschinski, Lipus		LG Remscheid	13.03.2005	Ohrdruf
15km Straße	47:21 Min.	Liebrand, Michael	1970	LG Düsseldorf	15.04.1989	Maximiliansau
15km Straße Mannsch.	2:33:01 Std.	Stepkes, Blodow, Lohmeyer		LAZ Mönchengladbach	15.03.1992	Unna
Marathon	2:32:15 Std.	Jöhring, Jochen	1971	Gerscheder SV	21.10.1990	Essen
110m Hürden	13,52 Sek.	Minoue, Gregory	2002	TV Angermund	17.07.2021	Tallin/EST
400m Hürden	51,62 Sek.	Timmermann, Sven	1974	Barmer TV 1846	03.07.1993	Dortmund
2000m Hindernis	5:42,88 Min.	Kofferschläger, Tobias	1970	LG Hilden	01.06.1989	Frankfurt
4x100m	41,6 Sek.	Unzeitig, Trappe, Löhnhardt, Schwelm		FC Bayer Uerdingen	26.09.1976	Hannover
4x400m	3:13,23 Min.	Lehr, Jendges, Klingeler, Kerberg		LAV Bayer Uerdingen	24.07.1988	Frankfurt
3x1000m	7:24,20 Min.	Hack, Nellessen, Hauser		CSV Marathon Krefeld	31.08.1985	Augsburg
5000m Gehen	23:40,2 Min.	Crom, Heinz-Jürgen	1954	DJK Kempener LC	16.05.1972	Kleinenbroich
10000m Gehen	48:14,4 Min.	Crom, Heinz-Jürgen	1954	DJK Kempener LC	05.09.1971	Dortmund
10km Gehen Straße	1:03:30 Std.	Schäfers, Stefan	1982	Mönchengladbacher LG	26.04.1998	Kerpen
20km Gehen Straße	1:51:35 Std.	Driesen, Rainer	1961	LG Düsseldorf	20.05.1979	Bielefeld
Hochsprung	2,20 m	Lammerich, Jörg	1975	TG Neuss	26.06.1994	Remscheid
Stabhochsprung	5,62 m	Börgeling, Lars	1979	LAV Bayer Uerd./Dormagen	13.06.1998	Mannheim
Weitsprung	7,77 m	Bigdeli, Schahriar	1980	LAV Bayer Uerdingen	19.05.1997	Bad Camberg
Dreisprung	16,81 m	Jaros, Ralf	1965	DJK LG Düsseldorf/Neuss	03.06.1984	Düsseldorf
Kugelstoß 6kg	20,02 m	Hastenrath, Xaver	2003	LAV Bayer Uerd./Dormagen	15.07.2022	Ulm
Diskuswurf 1,75kg	60,20 m	Többen, Magnus	2002	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.06.2021	Düsseldorf
Hammerwurf 6kg	69,06 m	Neumann Thomas	1971	LAV Bayer Uerdingen	21.07.1990	Heilbronn
Speerwurf 800g	71,11 m	Smet, Thomas	1988	ASC Düsseldorf	01.07.2007	Gladbeck
Fünfkampf	4113 Pkt.	Leyckes, Dennis	1982	LAV Bayer Uerdingen	18.10.2000	Santiago/CHL
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m)		(10,98 - 7,22 - 13,46 - 1,95 - 47,59)				
Fünfkampf Mannsch.	16.678 Pkt.	Jendges, Messer, Kerberg, Schulz, Schulte-Wissermann		LAV Bayer Uerdingen	02.09.1989	Ahlen
Zehnkampf	7972 Pkt.	Ruhrmann, Jan	1997	LAV Bayer Uerd./Dormagen	21./22.05.2016	Marburg
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110mH, Diskus, Stab, Speer, 1500m)		(11,37 - 7,05 - 17,15 - 1,93 - 49,77 - 15,56 - 49,17 - 4,40 - 63,01 - 4:32,33)				
Zehnkampf Mannsch.	21443 Pkt.	Tächl, Heinke, Farber		LAV Bayer Uerdingen	17./18.05.2008	Filderstadt

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
Männer

(Stand 26.10.2026)

100m	10,39 Sek.	Menga, Aleixo Platini	1987	SG Langenfeld	10.06.2006	Dormagen
	10,1 Sek.	Knickenberg, Manfred	1937	LG ESV - PSV Essen	06.09.1970	Burg-Gretesch
200m	20,98 Sek.	Kock, Michael	1971	Solinger LC	31.05.1992	Wesel
	20,8 Sek.	Krüger, Edgar	1945	LG ESV - PSV Essen	02.07.1968	Zürich/CH
400m	45,97 Sek.	Schwelm, Peter	1958	LAV Bayer Uerdingen	23.08.1981	Köln
800m	1:47,24 Min.	Kallweit, Torsten	1968	LAV erdgas Essen	16.08.1992	Köln
	1:46,7 Min.	Kinder, Manfred	1938	Wuppertaler SV	07.09.1966	Köln
1000m	2:19,12 Min.	Trines, Markus	1963	LAV Essen	23.08.1986	Essen
	2:19,0 Min.	Kinder, Manfred	1938	Wuppertaler SV	21.09.1966	Hannover
1500m	3:36,14 Min.	Thorwirth, Maximilian	1995	SFD 75 Düsseldorf-Süd	10.06.2023	Montesson/FR
Meile	3:55,88 Min.	Thorwirth, Maximilian	1995	SFD 75 Düsseldorf-Süd	26.08.2023	Stirling/GB
3000m	7:42,42 Min.	Gombert, Thorsten	1978	DJK Kleinenbroich	06.04.2003	Cork/IRL
bessere Leistung Halle	7:38,02 Min.	Thorwirth, Maximilian	1995	SFD 75 Düsseldorf-Süd	06.02.2022	New York/USA
5000m	13:10,50 Min.	Thorwirth, Maximilian	1995	SFD 75 Düsseldorf-Süd	25.05.2024	Brüssel/BEL
10000m	27:39,82 Min.	Bienenfeld, Davor Aaron	1997	Düsseldorf Athletics	29.03.2025	San Juan Capistrano CA/USA
10km Straße	28:08 Min.	Pfeiffer, Hendrik	1993	Düsseldorf Athletics	08.03.2026	Uelzen
10km Straße Mannsch.	1:34:28 Std.	Everszumrode, Boyxen, Vehling		LAZ Mönchengladbach	28.03.2004	Haltern
Halbmarathon	1:01:15 Std.	Bienenfeld, Davor Aaron	1997	Düsseldorf Athletics	11.01.2026	Houston/USA
Halbmarathon Mannsch.	3:16:07 Std.	Fischer, Langfeld, Ahrenberg		Korschenbroicher LC	27.03.1999	Xanten
25km Straße	1:16:05 Std.	Grüning, Martin	1962	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.05.1987	Berlin
25km Straße Mannsch.	3:53:28 Std.	Kofferschläger, Schulz, Brucks		LAV Bayer Uerd./Dormagen	06.04.1985	Györ/HUN
Marathon	2:06:46 Std.	Pfeiffer, Hendrik	1993	Düsseldorf Athletics	07.12.2025	Valencia/ESP
Marathon Mannsch.	7:01:37 Std.	Schleberger, Bergmann, Kruers		KTSV Preussen Krefeld	18.09.1970	Antwerpen/BEL
100km	7:02:22 Std.	Erdmann, Hans	1944	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.11.1984	Genf/SUI
100km Mannsch.	23:17:01 Std.	Grundner, Juckel, Weigelt		SG Neukirchen-Hülchrath	24.03.2007	Kienbaum
Stundenlauf	19650 m	Angenvoorth, Paul	1945	FC Bayer Uerdingen	27.08.1977	Remscheid
110m Hürden	13,46 Sek.	Minoue, Gregory	2002	TV Kalkum-Wittlaer	02.08.2025	Dresden
400m Hürden	49,94 Sek.	Dollendorf, Marc	1966	LG Düsseldorf	18.05.1991	Bensheim
3000m Hindernis	8:37,2 Min.	Mölders, Gerd	1942	FC Bayer Uerdingen	25.08.1968	Zürich/SUI
4x100m	40,11 Sek.	Sieger, Quasten, Plenker, Schwelm		LAV Bayer Uerdingen	28.06.1981	Remscheid
4x400m	3:06,3 Min.	Kalfelder, Kaiser, Wengoborski, Kinder		Wuppertaler SV	18.07.1963	Hamburg
4x800m	7:19,07 Min.	Wortberg, Kallweit, Große-Rhode, Trines		LAV Erdgas Essen	25.07.1987	Sindelfingen
3x1000m	7:17,81 Min.	Spinrath, Heising, Spinrath		LAV Bayer Uerd./Dormagen	22.07.2012	Mönchengladbach
bessere Leistung Halle	7:14,99 Min.	Kaddatz, Loyal, Casper		Barmer TV 1846	15.02.1985	Dortmund
4x1500m	15:19,80 Min.	Schulz, Marxen, Dübbert, Falk		LAV Bayer Uerdingen	01.08.1981	Flensburg
10000m Gehen	47:22,2 Min.	Fattmann, Alfred		ESV Grün-Weiß	10.06.1956	Essen
20km Gehen	1:29:41 Std.	Driesen, Rainer	1961	LG Düsseldorf	16.09.1990	Hildesheim
20km Gehen Mannsch.	4:45:47 Std.	Stärk, Milden, Saleina		FC Bayer Uerdingen	10.06.1972	Rhede
50km Gehen	4:04:21 Std.	Driesen, Rainer	1961	LG Düsseldorf	23.05.1993	Kerpen
50km Gehen Mannsch.	14:02:03 Std.	Milden, Saleina, Stärk		FC Bayer Uerdingen	17.06.1972	Eschborn

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
Männer

(Stand 26.10.2026)

Weitsprung	8,17 m	Ehmann, Volker	1972	LAV Bayer Uerd./Dormagen	26.05.1996	Bad Langensalza
Dreisprung	17,43 m	Bouschen, Peter	1960	DJK Agon Düsseldorf	02.06.1988	Düsseldorf
Hochsprung	2,23 m	Killing, Wolfgang	1953	Barmer TV 1846	05.07.1977	Troisdorf
bessere Leistung Halle	2,28 m	Killing, Wolfgang	1953	Barmer TV 1846	01.03.1978	Cosford/GBR
Stabhochsprung	6,01 m	Otto, Björn	1977	LAV Bayer Uerd./Dormagen	05.09.2012	Aachen
Kugelstoß	19,40 m	Hastenrath, Xaver	2003	LAV Bayer Uerd./Dormagen	18.05.2023	Darmstadt
bessere Leistung Halle	19,95 m	Hastenrath, Xaver	2003	TSV Bayer Dormagen	01.02.2026	Rochlitz
Diskuswurf	64,96 m	Jakobs, Marc	1974	LAV Bayer Uerdingen	17.05.1997	Halle/S.
Hammerwurf	75,73 m	Maybach, Kay	1972	LAV Bayer Uerd./Dormagen	31.07.1999	Dortmund
Speerwurf	85,42 m	Linden, Andreas	1965	LAV Bayer Uerd./Dormagen	17.09.1995	Mülh.-Kärlich
Internationaler Fünfkampf (Weit, Speer, 200m, Diskus, 1500m)	3.767 Pkt.	Hingsen, Jürgen (7,39 - 55,04 (alter Speer) - 22,8 - 38,86 - 4:25,9)	1958	FC Bayer Uerdingen	28.05.1977	Bernhausen
Fünfkampf Mannsch.	10.352 Pkt.	Wessiepe, Hillig, Tasma		LG ESV - PSV Essen	02.07.1969	Essen
Zehnkampf (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m, 110mH, Diskus, Stab, Speer, 1500m)	8.832 Pkt.	Hingsen, Jürgen (10,70w - 7,76 - 16,42 - 2,07 - 48,05 - 14,07 - 49,36 - 4,90 - 59,86 - 4:19,75)	1958	LAV Bayer Uerdingen	08./09.06.1984	Mannheim
Zehnkampf Mannsch.	22.907 Pkt.	Hingsen, Marek, Leyckes		LAV Bayer Uerdingen	08./09.08.1981	Lage

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
W12

(Stand 26.10.2026)

75m	9,93 Sek.	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	20.05.2013	Mönchengladbach
800m	2:18,64 Min.	Pozza, Selena	2014	LT Stoppenberg	27.08.2026	Bergisch-Gladbach
2000m	6:41,6 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	24.03.2001	Erkelenz
5km Straße	18:18 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	31.12.2001	Trier
2000m Gehen	10:46,9 Min.	Krause, Hannah	2003	ART Düsseldorf	30.05.2015	Vogtland
60m Hürden	9,78 Sek.	Bins, Kaja	2001	ART Düsseldorf	21.07.2013	Düsseldorf
Hochsprung	1,60 m	Westphal, Greta	2013	LG Remscheid	03.10.2025	Remscheid
Stabhochsprung	3,18 m	Ritte, Mia	2015	Sportclub Krefeld 1905	12.09.2026	Krefeld
Weitsprung	5,48 m	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	21.07.2013	Düsseldorf
Kugelstoßen 3kg	9,92 m	Ackers, Rebekka	1990	ASV Süchteln	30.06.2002	Viersen
Kugelstoßen 2kg	11,03 m	Schneider, Paula	2014	Sportclub Krefeld 1905	27.09.2026	Duisburg
Diskuswurf 750g	35,45 m	Könnecke, Celine	2001	ART Düsseldorf	19.10.2013	Kerken
Hammerwurf 2kg	43,73 m	Andretzko, Neele	2012	LAV Bayer Uerd./Dormagen	31.08.2024	Rhede
Speerwurf 400g	34,12 m	Ebert, Andrea	1979	TV Jüchen	23.06.1991	Rhede
Ballwurf 200g	49,0 m	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	03.08.2013	Viersen
Dreikampf	1635 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	03.08.2013	Viersen
(75m, Weit, Ball 200g)		(10,0 - 5,13 - 49,0)				
Vierkampf	2091 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	05.05.2013	Tönisvorst
(75m, Weit, Ball 200g, Hoch)		(10,17 - 5,32 - 41,0 - 1,52)				
Block Sprint	2437 Pkt.	Hilscher, Lorena	2002	ASV Süchteln	03.05.2014	Düren
(75m, 60mH, Weit ,Hoch, Speer)		(10,69 - 10,53 - 4,70 - 1,50 - 23,11)				
Block Sprint	2521 Pkt.	Bösken, Melanie	1992	Düsseldorfer SC	20.07.2004	Düsseldorf
(75m, 60mH, Weit, Hoch, Ball 80g)		(10,3 - 10,1 - 4,69 - 1,38 - 48,0)				
Block Lauf	2382 Pkt.	Otto, Victoria	2012	TV Kalkum-Wittlaer	30.05.2024	Aachen
(75m, 60mH, Weit, Ball 200g, 800m)		(10,75 - 10,46 - 4,54 - 38,0 - 2:43,09)				
Block Wurf	2343 Pkt.	Ackers, Rebekka	1990	ASV Süchteln	26.04.2002	Düsseldorf
(75m, 60mH, Weit, Kugel, Diskus)		(10,80 - 10,46 - 4,85 - 8,29 - 23,97)				

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
W13

(Stand 26.10.2026)

75m	9,3 Sek.	Wünsch, Martina	1980	DJK Kempener LC	20.06.1993	Mönchengladbach
	9,69 Sek.	Gödicke, Ina Maria	2008	TUSEM Essen	12.09.2021	Ratingen
800m	2:15,26 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	15.08.2002	Bergisch-Gladbach
2000m	6:28,20 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	22.06.2002	Bergisch-Gladbach
5km Straße	17:12 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	05.10.2002	Schwalmtal
5km Straße Mannsch.	01:10:06 Std.	Körschkes, Halm, Marr		SFD 75 Düsseldorf	19.03.2000	Düsseldorf
2000m Gehen	10:46,9 Min.	Krause, Hannah	2003	ART Düsseldorf	30.05.2015	Vogtland
60m Hürden	9,48 Sek.	Schmitz, Saskia	1992	LAV Bayer Uerd./Dormagen	28.05.2005	Kaarst
4x75m (U14)	38,88 Sek.	Wember, Ambs, Montag, Herings		LAV Bayer Uerd./Dormagen	25.09.2011	Viersen
	38,88 Sek.	Peters, Bins, Gruß, Jonas		StG ART / SFD / TBH Düsseldorf	17.05.2014	Kaarst
3x800m (U14)	7:27,6 Min.	Hahn, Keller, Jansen		OSC Waldniel	27.08.1998	Dortmund
Hochsprung	1,66 m	Baers, Christine	1978	Kempener TV	14.07.1991	Krefeld
Stabhochsprung	3,18 m	Ritte, Mia	2015	Sportclub Krefeld 1905	12.09.2026	Krefeld
Weitsprung	5,79 m	Maduka, Jessie	1996	Düsseldorfer SC 99	05.07.2009	Düsseldorf
Kugelstoßen 3kg	12,16 m	Kröll, Angelika	1954	TUSEM Essen	23.07.1967	Essen
Diskuswurf 750g	42,24 m	Sowalder, Ronja	1998	ART Düsseldorf	22.10.2011	Nieukerk
Speerwurf 400g	37,77 m	Klefisch, Svenja	2000	ART Düsseldorf	14.06.2013	Györ/HUN
Hammerwurf 2kg	47,77 m	Andretzko, Neele	2012	Sportclub Krefeld 1905	07.09.2025	Leichlingen
Ballwurf 200g	56,0 m	Stapmanns, Hannah	1993	DJK Teutonia St.Tönis	24.09.2006	Düsseldorf
Dreikampf	1676 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	19.09.2014	Tönisforst
(75m, Weit, Ball 200g)		(9,99 - 5,50 - 50,0)				
Dreikampf Mannsch. (U14)	7007 Pkt.	Völker, Rother, Kusmin, Schreiner, Weger		LG Kaarst	18.05.2008	Tönisvorst
Vierkampf	2091 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	DJK Teutonia St.Tönis	05.05.2013	Tönisvorst
(75m, Weit, Ball 200g, Hoch)		(10,17 - 5,32 - 41,0 - 1,52)				
Vierkampf	2129 Pkt.	Schaddach, Kirstin	1987	Düsseldorfer SC 99	28.05.2000	Düsseldorf
(75m, Weit, Ball 80g, Hoch)		(10,04 - 5,11 - 49,5 - 1,44)				
Vierkampf Mannsch. (U14)	10523 Pkt.	Withofs, Hemmerich, Oelmüllers, Schulz, Kuller		DJK Teutonia St.Tönis	29.09.2012	Kevelaer
Block Sprint	2547 Pkt.	Hilscher, Lorena	2002	ASV Süchteln	09.05.2015	Düsseldorf
(75m, 60mH, Weit, Hoch, Speer)		(10,34 - 10,22 - 4,86 - 1,48 - 27,45)				
Block Sprint	2720 Pkt.	Rogozinski, Jessica	1996	Altenessener TV 1886	03.10.2009	Essen
(75m, 60mH, Weit, Hoch, Ball 80g)		n.a.				
Block Lauf	2387 Pkt.	Hensel, Marie	2010	Turnverein Ratingen	30.04.2023	Remscheid
(75m, 60mH, Weit, Ball 200g, 800m)		(10,58 - 10,73 - 4,41 - 39,50 - 2:44,71)				
Block Lauf	2490 Pkt.	Lucka, Jennifer	1992	LG Kaarst	17.09.2005	Menden
(75m, 60mH, Weit, Ball 80g, 800m)		(10,45 - 10,95 - 4,67 - 44,5- 2:37,61)				
Block Wurf	2625 Pkt.	Ackers, Rebekka	1990	ASV Süchteln	29.05.2003	Dormagen
(75m, 60mH, Weit, Kugel, Diskus)		(10,39 - 9,90 - 5,27 - 11,05 - 27,32)				
Block Mannsch. (U14)	11837 Pkt.	Brandenburg, Sowalder, Nitsche, Hönekopp, Vander		ART Düsseldorf	07.05.2011	Düsseldorf

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
W14

(Stand 26.10.2026)

100m	11,9 Sek.	Knickenberg, Britta	1963	LG DJK Helmholtz	04.10.1977	Krefeld
	11,9 Sek.	Stöckmann, Jutta	1961	LG ESG/PSV	28.09.1975	Leverkusen
	12,28 Sek.	Maduka, Jessie	1996	ART Düsseldorf	26.09.2010	Goch
300m	39,99 Sek.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	14.06.2015	Ratingen
800m	2:12,36 Min.	Kramer, Nina	1990	LG Hilden	10.06.2004	Aachen
2000m	6:23,6 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	10.05.2003	Troisdorf
3000m	9:50,29 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	30.07.2003	Troisdorf
5km Straße	17:12 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	05.10.2002	Schwalmtal
10km Straße	44:10 Min.	Jansen, Nina	1985	OSC Waldniel	11.12.1999	Viersen
80m Hürden	11,10 Sek.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	26.09.2015	Leverkusen
300m Hürden	45,02 Sek.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	14.05.2015	Köln
3000m Gehen	16:01,62 Min.	Ruoss, Lara	1980	LG Düsseldorf	11.09.1993	Düsseldorf
5000m Gehen	23:56,3 Min.	Fehrholz, Meike	1977	LAV Erdgas Essen	20.09.1991	Essen
Weitsprung	5,97 m	Wöhler, Ursula	1957	Düsseldorfer SC 99	17.10.1971	Krefeld
Dreisprung	12,11 m	Maduka, Jessie	1996	ART Düsseldorf	05.06.2010	Düsseldorf
Hochsprung	1,75 m	Bilstein, Karin	1964	Barmer TV 1846	01.10.1978	Essen
	1,75 m	Federwisch, Dagmar	1968	SG Monheim	12.09.1982	Györ/HUN
Stabhochsprung	3,30 m	Pietsch, Rebecca	1995	TV Angermund	16.06.2009	Düsseldorf
	3,30 m	Heiß, Franziska	1996	DJK Rheinkraft Neuss	12.09.2010	Landau
Kugelstoßen 3kg	13,29 m	Quinkenstein, Ulrike	1969	LAV Bayer Uerd./Dormagen	24.09.1983	Dormagen
Diskuswurf 1kg	40,05 m	Kröll, Angelika	1954	TUSEM Essen	25.06.1968	Essen
Hammerwurf 3kg	54,17 m	Frisch, Nele	2004	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.06.2018	Leichlingen
Speerwurf 500g	43,18 m	Hillebrand, Pauline	2002	ART Düsseldorf	17.09.2016	Rhede
Speerwurf 600g	40,78 m	Sanders, Annette	1964	Düsseldorfer SC 99	14.05.1978	Göttingen
Ballwurf 200g	63,5 m	Neubert, Katharina	1983	LG Kaarst	04.05.1997	Düsseldorf
Dreikampf	1635 Pkt.	Weyergraf, Nicole	1969	DJK Teutonia St.Tönis	09.09.1983	Tönisforst
(100m, Weit, Kugel)		(13,4 - 5,22 - 52,00)				
Vierkampf	2303 Pkt.	Wöhler, Ursula	1957	Düsseldorfer SC 99	17.10.1971	Krefeld
(100m, Weit, Kugel, Hoch)		(12,6 - 5,97 - 10,59 - 1,63)				
Siebenkampf	3996 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	30./31.05.2015	Aachen
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 80mH, Speer, 800m)		(12,36 - 10,87 - 1,56 - 5,51 - 11,98 - 36,26 - 2:19,58)				
Block Sprint	2890 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	10.05.2015	Düsseldorf
(100m, 80mH, Weit, Hoch, Speer)		(12,14 -12,32 - 5,56, 1,64 - 28,13)				
Block Lauf	2637 Pkt.	Kramer, Nina	1990	LG Hilden	19.06.2004	Leverkusen
(100m, 80mH, Weit, Ball, 2000m)		(13,54 - 13,14 - 4,55 - 44,0 - 6:36,84)				
Block Wurf	2684 Pkt.	Sowalder, Ronja	1998	ART Düsseldorf	18.08.2012	Wesel
(100m, 80mH, Weit, Kugel, Diskus)		(13,66 - 12,67 - 4,76 - 12,01 - 36,06)				

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
W15

(Stand 26.10.2026)

100m	11,5 Sek.	Knickenberg, Britta	1963	Werdener TB	25.06.1978	Essen
	12,00 Sek.	Maduka, Jessie	1996	ART Düsseldorf	04.06.2011	Mönchengladbach
300m	39,08 Sek.	Schmidt, Lena	1989	LG Hilden	10.06.2004	Aachen
800m	2:10,76 Min.	Bethan, Johanna	1998	TLV Germania Überruhr	08.06.2013	Essen
2000m	6:18,78 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	12.08.2004	Bergisch Gladbach
3000m	9:50,29 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	30.07.2003	Troisdorf
5000m	19.19,2 Min.	Chain, Nora	1990	SFD 75 Düsseldorf	06.03.2005	Leverkusen
5km Straße	17:12 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	05.10.2002	Schwalmtal
5km Straße Mannsch.	1:12:00 Std.	Ruhnau, Ruhnau, Lohmar		SFD 75 Düsseldorf	19.03.2000	Düsseldorf
10km Straße	40:16 Min.	Hollendung, Katrin	1988	OSC Waldniel	29.11.2003	Viersen
80m Hürden	11,41 Sek.	Kuckelkorn, Tanja	1981	TuS 08 Lintorf	13.07.1996	Koblenz
300m Hürden	42,43 Sek.	Kern, Sarah	1987	LAV Bayer Uerdingen	24.08.2002	Emmelshausen
1500m Hindernis	5:16,84 Min.	Bünder, Fiona	2008	ASC Düsseldorf	29.07.2023	Stuttgart
4x100m (U16)	47,95 Sek.	Sandkrüger, Apfel, Apfel, Lüssem		ART Düsseldorf	06.07.2025	Ulm
3x800m (U16)	6:55,3 Min.	Hagemann, Finck, Schweigert		Düsseldorfer SC 99	12.10.1975	Kassel
3000m Gehen	14:02,74 Min.	Ruoss, Ayna-Maria	1978	LG Düsseldorf	25.09.1993	Halle
5000m Gehen	26:47,03 Min.	Ruoss, Ayna-Maria	1978	LG Düsseldorf	04.07.1993	Dortmund
5km Gehen Straße	29:32 Min.	Gruber, Katharina	1987	Mönchengladbacher LG	20.04.2002	Diez
Weitsprung	6,20 m	Everts, Sabine	1961	Garather SV	26.06.1976	Goch
Dreisprung	12,14 m	Maduka, Jessie	1996	ART Düsseldorf	21.05.2011	Düsseldorf
Hochsprung	1,82 m	Bilstein, Karin	1964	Barmer TV 1846	04.06.1979	Basel
Stabhochsprung	3,51 m	Pietsch, Rebecca	1995	TV Angermund	28.05.2010	Kaarst
	3,51 m	Carlotta Meurer	2010	ART Düsseldorf	21.06.2025	Duisburg
Kugelstoßen 3kg	14,16 m	Königs, Kira	1999	LAV Bayer Uerdingen	18.05.2014	Tönisforst
Diskuswurf 1kg	42,28 m	Kröll, Angelika	1954	TUSEM Essen	13.08.1969	Eschwege
Hammerwurf 3kg	64,43 m	Frisch, Nele	2004	LAV Bayer Uerd./Dormagen	20.07.2019	Rhede
Speerwurf 500g	43,18 m	Hillebrand, Pauline	2002	ART Düsseldorf	17.09.2016	Rhede
Speerwurf 600g	43,57 m	Schmidt, Maike	1992	Korschenbroicher LC	04.05.2007	Düsseldorf
Ballwurf 200g	63,5 m	Orlovic, Adriana	1994	DJK VfL Tönisberg	20.06.2009	Krefeld
Dreikampf	1680 Pkt.	Voss, Stefanie	1989	LAV Bayer Uerdingen	18.07.2004	Krefeld
(100m, Weit, Kugel)		(12,94 - 5,19 - 50,00)				
Dreikampf Mannschaft	7772 Pkt.	Kämmerling, Lindner, Marruncheddu, Lennartz, Dehler Dehler		Mönchengladbacher LG	14.05.2002	Mönchengladbach
Vierkampf	2352 Pkt.	Kern, Sarah	1987	LAV Bayer Uerdingen	28.09.2002	Krefeld
(100m, Weit, Kugel, Hoch)		(12,55 - 5,50 - 11,39 - 1,70)				
Vierkampf Mannsch. (U16)	10183 Pkt.	Greifenberg, Gasch, Voss, Lanze, Pilgram		LAV Bayer Uerdingen	06.06.2004	Krefeld
Siebenkampf	4012 Pkt.	Kern, Sarah	1987	LAV Bayer Uerdingen	13./14.07.2002	Illertissen
(100m, Weit, Kugel, Hoch, 80mH, Speer, 800m)		(12,14 - 1,64 - 12,01 - 12,65 - 5,43 - 35,15 - 2:22,20)				
Siebenkampf Mannsch. (U16)	11246 Pkt.	Hoven, Bins, Peters		ART Düsseldorf	22./23.08.2015	Lage

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
W15
(Stand 26.10.2026)

Block Sprint	2866 Pkt.	Zapalska, Monika	1994	TuS 08 Lintorf	02.08.2009	Bad Oeynhausen
(100m, 80mH, Weit, Hoch, Speer)		(12,27 - 11,72 - 5,65 - 1,52 - 28,35)				
Block Lauf	2816 Pkt.	Schachtschneider, Maike	1984	Ohligser TV 1888	02.08.2009	Bad Oeynhausen
(100m, 80mH, Weit, Ball, 2000m)		(13,16 - 12,98 - 5,22 - 51,5 - 8:42,12)				
Block Wurf	2914 Pkt.	Schaddach, Kirstin	1987	Düsseldorfer SC 99	13.07.2002	Illertissen
(100m, 80mH, Weit, Kugel, Diskus)		(12,33 - 11,71 - 5,60 - 13,19 - 27,35)				
Block Mannsch. (U16)	13367 Pkt.	Hoven, Bins, Kreft, Peters, Klefisch		ART Düsseldorf	10.05.2015	Düsseldorf

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
weibl. U18

(Stand 26.10.2026)

LV NORDRHEIN

100m	11,64 Sek.	Knickenberg Britta	1963	LAV Bayer Uerdingen	09.08.1980	Frankfurt
200m	23,96 Sek.	Griese, Anne	1963	LAV Düsseldorf	10.08.1980	Frankfurt
300m	39,91 Sek.	Macher, Sonja	1972	LAV Bayer Uerd./Dormagen	29.05.1988	Dormagen
400m	53,82 Sek.	Zweigert, Anke	1962	LG DJK ESK-PSV Essen	30.08.1979	Düsseldorf
800m	2:06,4 Min.	Kleinbrahm, Petra	1959	TSG Benrath 1881	14.08.1976	Frankfurt
1500m	4:23,78 Min.	Deselaers, Ines	1963	LAV Bayer Uerdingen	31.08.1980	Mainz
3000m	9:30,85 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	18.05.2005	Moers
5000m	17:06,0 Min.	Sander, Petra	1964	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.06.1981	Grevenbroich
10km Straße	37:39 Min.	Hundeborn, Inga	1996	Solinger LC	28.09.2013	Mönchengladbach
100m Hürden	13,52 Sek.	Zapalska, Monika	1994	TuS 08 Lintorf	28.07.2011	Trabzon/TR
300m Hürden	42,59 Sek.	Macher, Sonja	1972	LAV Bayer Uerd./Dormagen	21.05.1988	Stuttgart
400m Hürden	58,53 Sek.	Holzapfel, Beate	1966	LAV Düsseldorf	28.08.1983	Wien/AUT
1500m Hindernis	4:47,04 Min.	Schneiders, Paula	2001	LAZ Mönchengladbach	30.05.2018	Mönchengladbach
2000m Hindernis	6:40,00 Min.	Schneiders, Paula	2001	LAZ Mönchengladbach	05.07.2018	Györ/HUN
4x100m	46,8 Sek.	Voss, Greifenberg, Ophey, Pilger		LAV Bayer Uerdingen	26.05.2005	Willich
	47,16 Sek.	Sandkrüger, Apfel, Apfel, Leowald		ART Düsseldorf	03.07.2026	Bochum
4x400m	4:02,90 Min.	Burba, Adou, Gnoth, Drewling		StG Düsseldorf	29.04.2023	Bietigheim-Bissingen
3x800m	6:42,6 Min.	Hagemann, Schweigert, Everts		Düsseldorfer SC 99	09.10.1977	Berlin
3000m Gehen	14:02,74 Min.	Ruoss, Anya-Maria	1978	LG Düsseldorf	25.09.1993	Halle
5000m Gehen	25:52 Min.	Gruber, Katharina	1987	Mönchengladbacher LG	06.06.2004	Hildesheim
5 km Gehen	24:48 Min.	Ruoss, Anya-Maria	1978	LG Düsseldorf	25.08.1993	Groß-Gerau
Weitsprung	6,33 m	Holzapfel, Brigitte	1958	KTSV Preussen Krefeld	24.08.1975	Athen/GRI
Dreisprung	12,84 m	Gräfin Keyserlingk, Anna	2003	LAV Bayer Uerd./Dormagen	04.09.2020	Heilbronn
Hochsprung	1,88 m	Holzapfel, Beate	1966	LAV Düsseldorf	19.09.1982	Furtwangen
	1,88 m	Hübel, Michaela	1969	LAV Bayer Uerdingen	06.07.1986	Düsseldorf
Stabhochsprung	3,90 m	Spielvogel, Marlen	1986	ASC Düsseldorf	21.06.2003	Mannheim
Kugelstoß 3kg	15,60 m	Brandenburg, Annina	1998	ART Düsseldorf	17.05.2015	Halle
Kugelstoß 4kg	13,42 m	Kröll, Angelika	1954	TUSEM Essen	17.07.1971	Essen
Diskuswurf 1kg	50,24 m	Kröll, Angelika	1954	TUSEM Essen	17.07.1971	Essen
Hammerwurf 3kg	64,43 m	Frisch, Nele	2004	LAV Bayer Uerd./Dormagen	20.07.2019	Rhede
Speerwurf 500g	48,73 m	Rademacher, Lena	1998	LAV Bayer Uerd./Dormagen	07.06.2015	Bottrop
Speerwurf 600g	47,00 m	Behmer, Kirsten	1966	LAV Düsseldorf	30.04.1983	Leverkusen
Vierkampf	3140 Pkt.	Kern, Sarah	1987	LAV Bayer Uerdingen	10.05.2003	Wesel
(100mH, Hoch, Kugel, 100m)		(14,38 - 1,68 - 10,45 - 12,68)				
Vierkampf Mannsch.	14599 Pkt.	Kreft, Hoven, Bins, Gruss, Dreilich		ART Düsseldorf	05.05.2018	Ratingen
Siebenkampf	5183 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	05./06.05.2018	Ratingen
(100mH, Hoch, Kugel, 100m, Weit, Speer, 800m)		(15,52 - 1,65 - 11,56 - 12,30 - 5,41 - 37,09 - 2:21,71)				
Siebenkampf (internat.)	5524 Pkt.	Hoven, Annkathrin	2001	ART Düsseldorf	05./06.07.2018	Györ/HUN
(100mH, Hoch, Kugel, 200m, Weit, Speer, 800m)		(14,83 - 1,63 - 12,11 - 24,86 - 6,00 - 37,94 - 2:18,59)				
Siebenkampf Mannsch.	15289 Pkt.	Hoven, Kreft, Bins		ART Düsseldorf	05./06.05.2018	Ratingen

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
weibl. U20

(Stand 26.10.2026)

LV NORDRHEIN

100m	11,64 Sek.	Knickenberg, Britta	1963	LAV Bayer Uerdingen	09.08.1980	Frankfurt
	11,4 Sek.	Cordes, Ina	1968	LAV Bayer Uerdingen	07.05.1986	Dormagen
200m	23,56 Sek.	Griese, Anne	1963	LAV Düsseldorf	25.07.1982	München
400m	52,27 Sek.	Barth, Elke	1956	TSV Bayer Dormagen	29.06.1975	Gelsenkirchen
800m	2:01,44 Min.	Schmidt, Sarah	1996	LAZ Mönchengladbach	02.08.2015	Jena
1500m	4:17,75 Min.	Merten, Silvia	1967	Barmer TV 1846	07.07.1985	Kamen
3000m	9:30,85 Min.	Kröckert, Christina	1989	OSC Waldniel	18.05.2005	Moers
5000m	16:54,83 Min.	Hundeborn, Inga	1996	Solinger LC	28.05.2014	Koblenz
10km Straße	35:38 Min.	Tosun, Ayla	1967	DJK LG Düsseldorf Neuss	27.04.1985	Bonn
10km Straße Mannsch.	2:01:23 Std.	Kröckert, Speier, Worringer		OSC Waldniel	07.03.1999	Leverkusen
15km Straße	58:08 Std.	Buss Steffi	1975	TV Ratingen	15.03.1992	Unna
15km Straße Mannsch.	3:13:32 Std.	Schallenburger, Bodens, Walbergs		LAZ Mönchengladbach	15.03.1992	Unna
Marathon	2:57:54 Std.	Imkamp, Alexandra	1963	OSC Waldniel	03.10.1982	Essen
100m Hürden	13,43 Sek.	Everts, Sabine	1961	LAV Düsseldorf	16.08.1980	Hannover
400m Hürden	58,10 Sek.	Holzapfel, Beate	1966	LAV Düsseldorf	21.07.1984	Fulda
2000m Hindernis	6:40,00 Min.	Schneiders, Paula	2001	LAZ Mönchengladbach	05.07.2018	Györ/HUN
3000m Hindernis	10:04,70 Min.	Schneiders, Paula	2001	LAZ Mönchengladbach	03.08.2019	Berlin
4x100m	45,40 Sek.	Atieno, Zapalska, Schachtschneider, Maduka		ART Düsseldorf	28.07.2013	Rostock
4x400m	3:38,36 Min.	Griese, Everts, Zelgert, Eich		LAV Düsseldorf	17.08.1980	Hannover
3x800m	6:37,8 Min.	Schweigert, Finck, Everts		LAV Düsseldorf	08.10.1978	Dortmund
3000m Gehen	14:38,26 Min.	Dederichs, Lea	1995	ART Düsseldorf	11.05.2013	Kaarst
5000m Gehen	24:10,86 Min.	Dederichs, Lea	1995	ART Düsseldorf	21.06.2014	Bühlertal
5km Gehen Straße	24:28 Min.	Ausländer, Nadine	1978	Mönchengladbacher LG	25.05.1997	Naumburg
10km Gehen Straße	49:56 Min.	Dederichs, Lea	1995	ART Düsseldorf	18.05.2014	Naumburg
Weitsprung	6,57 m	Everts, Sabine	1961	LAV Düsseldorf	29.07.1979	München
Dreisprung	13,26 m	Gräfin Keyserlingk, Anna	2003	LAV Bayer Uerd./Dormagen	01.08.2022	Cali/COL
bessere Leistung Halle	13,37 m	Gräfin Keyserlingk, Anna	2003	LAV Bayer Uerd./Dormagen	19.02.2022	Sindelfingen
Hochsprung	1,94 m	Rath, Daniela	1977	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.08.1996	Linn
Stabhochsprung	4,10 m	Pietsch, Rebecca	1995	TV Angermund 1909	13.05.2014	Soest
Kugelstoß 4kg	16,56 m	Palzkill, Dorit	1952	LG PSV/WSV Wuppertal	12.09.1970	Paris/FR
Diskuswurf 1kg	51,86 m	Brandenburg, Annina	1998	ART Düsseldorf	05.03.2017	Abilene/USA
Hammerwurf 4kg	57,07 m	Frisch, Nele	2004	LAV Bayer Uerd./Dormagen	05.02.2022	Düsseldorf
Speerwurf 600g	47,60 m	Tinnemann, Verena	1990	LAV Bayer Uerdingen	04.10.2009	Aachen
Vierkampf	3702 Pkt.	Braun, Sabine	1965	LAV Düsseldorf	08.09.1984	Mannheim
(100mH, Hoch, Kugel, 100m)		(13,68 - 1,78 - 13,09 - 23,88)				
Vierkampf Mannsch.	13807 Pkt.	Macher, Böckamp, Donner, Cebulla, Heuwinkel		LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.07.1987	Krefeld
Siebenkampf (alter Speer)	6442 Pkt.	Braun, Sabine	1965	LAV Düsseldorf	08./09.09.1984	Mannheim
(100mH, Hoch, Kugel, 200m, Weit, Speer, 800m)		(13,68 - 13,09 - 1,78 - 23,88 - 6,03 - 52,14 - 2:09,41)				
Siebenkampf	5699 Pkt.	Schulz, Christine	1984	LAV Bayer Uerdingen	22./23.08.2003	Wesel
(100mH, Hoch, Kugel, 200m, Weit, Speer, 800m)		(14,15 - 1,72 - 11,93 - 25,20 - 5,95 - 37,73 - 2:15,92)				

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
weibl. U20

(Stand 26.10.2026)

Siebenkampf Mannsch.	14293 Pkt.	Hoven, Domat, Dreilich	ART Düsseldorf	21./22.08.2020	Vaterstetten

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
Frauen

(Stand 26.10.2026)

100m	11,35 Sek.	Weit, Inna	1988	ART Düsseldorf	29.07.2016	Mannheim
200m	22,90 Sek.	Azarachvili, Maiá	1964	DJK Agon Düsseldorf	30.07.1995	Rhede
400m	52,27 Sek.	Barth, Elke	1956	TSV Bayer Dormagen	29.06.1975	Gelsenkirchen
800m	2:00,37 Min.	Spill, Tanja	1995	TSV Bayer Dormagen	23.05.2026	Brüssel
1500m	4:07,00 Min.	Krott, Martina	1958	LAV Bayer Uerdingen	14.06.1983	Lage
3000m	9:14,90 Min.	Vahlensieck, Christa	1949	Barmer TV 1846	19.07.1975	Durham/USA
5000m	16:14,54 Min.	Maak, Petra	1964	LAV Bayer Uerd./Dormagen	22.07.2000	Köln
10000m	33:39,4 Min.	Vahlensieck, Christa	1949	Barmer TV 1846	06.09.1985	Bochum
5km Straße	16:28 Min.	Pfeiffer, Esther	1997	Düsseldorf Athletics	07.09.2025	Siegburg
10km Straße	30:45 Min.	Pfeiffer, Esther	1997	Düsseldorf Athletics	18.04.2026	Laredo (ESP)
10km Straße Mannsch.	1:47:24 Std.	Ortega Saval, Maak, Wildner		ASC Rosellen	08.03.1998	Leverkusen
15 km Straße	52:21 Min.	Sander, Petra	1964	LAV Bayer Uerd./Dormagen	15.03.1992	Unna
15 km Straße Mannsch.	2:52:37 Std.	Hennig, Bauer, Schulte-Tockhaus		LT Starlight Team	15.03.1992	Unna
Halbmarathon	1:07:23 Std.	Pfeiffer, Esther	1997	Düsseldorf Athletics	03.10.2026	Köln
Halbmarathon Mannsch.	3:47:53 Std.	Ümmu, Börner, Gedwart		Ayyo-Team Essen	22.10.2023	Valencia/ESP
Marathon	2:33:22 Std.	Vahlensieck, Christa	1949	Barmer TV 1846	05.06.1983	Los Angeles/USA
Marathon Mannsch.	8:20:57 Std.	Maak, Kalinowski, Jenke		ASC Rosellen	30.04.1995	Györ/HUN
100km	7:50:37 Std.	Vahlensieck, Christa	1949	Barmer TV 1846	05.09.1976	Unna
100m Hürden	13,13 Sek.	Baum, Doris	1957	TK Grevenbroich	11.08.1979	Stuttgart
400m Hürden	55,48 Sek.	Everts, Sabine	1961	LAV Düsseldorf	04.08.1985	Stuttgart
3000m Hindernis	9:43,08 Min.	Koubaa, Sanaa	1985	LG Stadtwerke Hilden	28.06.2012	Helsinki/FIN
4x100m	44,84 Sek.	Everts, Griese, Hannemann, von Wege		LAV Düsseldorf	18.07.1981	Gelsenkirchen
4x400m	3:34,06 Min.	Braun, Griese, Holzapfel, Everts		LAV Düsseldorf	16.06.1983	Bremen
3x800m	6:25,09 Min.	Ide, Deselaers, Everts		LAV Düsseldorf	31.07.1982	Heidenheim
5000m Gehen	23:09,97 Min.	Dederichs, Lea	1995	ART Düsseldorf	16.05.2015	Rheine
5km Gehen Straße	25:14 Min.	Mikrikow, Aina	1972	LG Düsseldorf	16.09.1995	Lahr
5km Gehen Straße Mannsch.	1:23:15 Std.	Adam, Pfeifer, Zimmermann		LAV Düsseldorf	19.05.1985	Lippstadt
10000m Gehen	49:10,4 Min.	Adam, Ingrid	1945	LAV Düsseldorf	26.08.1984	Hahnstätten
10km Gehen Straße	49:11 Min.	Adam, Ingrid	1945	LAV Düsseldorf	26.07.1984	Hahnstätten
10km Gehen Straße Mannsch.	2:54:35 Std.	Mikrikow, Adam, Mikrikow		LAV Bayer Uerd./Dormagen	27.04.1997	Kerpen
20km Gehen Straße	1:41:40 Std.	Dederichs, Lea	1995	ART Düsseldorf	19.04.2015	Naumburg
Weitsprung	6,77 m	Everts, Sabine	1961	LAV Düsseldorf	24.09.1982	Tokio/JPN
Dreisprung	13,95 m	Maduka, Jessie	1996	ART Düsseldorf	15.07.2018	London/GBR
Hochsprung	1,94 m	Kähler, Birgit	1970	LAV Bayer Uerd./Dormagen	17.08.1991	Bonn
	1,94 m	Rath, Daniela	1977	LAV Bayer Uerd./Dormagen	03.08.1996	Linn
Stabhochsprung	4,20 m	Battke, Anna	1985	ASC Düsseldorf	22.05.2005	Saulheim
Kugelstoß	17,95 m	Beckel, Nadine	1977	ASC Düsseldorf	10.06.2005	Gotha
Diskuswurf	57,02 m	Beckel, Nadine	1977	ASC Düsseldorf	13.05.2006	Wiesbaden
Hammerwurf	62,38 m	Holthuijsen, Sina Mai	1996	LAV Bayer Uerdingen	17.06.2017	Leverkusen
Speerwurf (alt)	65,34 m	Alizadeh, Manuela	1963	LAV Bayer Uerd./Dormagen	04.09.1988	Dormagen

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird

Region Mitte

Regionsrekorde
Frauen

(Stand 26.10.2026)

Speerwurf	57,67 m	Krause, Victoria	2000	Düsseldorf Athletics	16.05.2026	Halle
Siebenkampf	6523 Pkt.	Everts, Sabine	1961	LAV Düsseldorf	09./10.06.1982	Mannheim
(100mH, Hoch, Kugel, 200m, Weit, Speer, 800m)		(13,45 - 12,39 - 1,89 - 23,73 - 6,75 - 36,02 - 2:07,72)				
Siebenkampf Mannsch.	17783 Pkt.	Everts, Braun, Mühlemeyer		LAV Düsseldorf	16./17.07.1983	München

Disziplin, in der Meisterschaften durchgeführt werden

Disziplin, die selten oder nicht mehr durchgeführt wird