

„Ewige“ Bestenliste - Männer

100m

10,60	Havenith, Lothar	1079
10,80	Goebel, Horst	1966
10,80	Cremer, Heinz	1984
10,90	Dettinger, Walter	1974
10,97	Dautzenberg, Jens	1994
11,00	Piefer, Bernd	1963
11,00	Plötz, Christian	1968
11,00	Bock, Alwin	1969
11,00	Höke, Robert	1979
11,00	Koch, Bernd	1984

200m

21,70	Havenith, Lothar	1979
21,79	Dautzenberg, Jens	1997
21,80	Cremer, Heinz	1984
21,97	Lewandowski, Mateusz	2024
22,13	Knitsch, Alexander	1999
22,20	Goebel, Horst	1967
22,20	Dettinger, Walter	1973
22,25	Sacher, Levi	2024
22,40	Höke, Robert	1979
22,50	Koch, Bernd	1984

400m

45,97	Dautzenberg, Jens	1997
47,09	Knitsch, Alexander	1998
48,50	Ackermann, Roland	1983
48,80	Fritsch, Uwe	1987
48,90	Schellenberg, Heinz	1965
49,12	Kremer, Heinz	1984
49,00	Goebel, Horst	1967
49,40	Venth, André	1964
49,50	Bachmann, Dieter	1962
49,60	Sonnenschein, Willi	1966

800m

1:48,94	Dautzenberg, Jens	1997
1:49,15	Nellessen, Andreas	1989
1:49,50	Schellenberg, Heinz	1970
1:52,00	Fritsch, Uwe	1987
1:52,20	Venth, André	1964
1:52,50	Hamacher, Karl	1962
1:52,50	Ackermann, Roland	1983
1:52,90	Treckmann, Albert	1960
1:53,10	Bachmann, Dieter	1962
1:53,20	Huppertz, Werner	1976

1000m

2:24,08	Nellessen, Andreas	1989
2:24,10	Schellenberg, Heinz	1970
2:24,30	Hamacher, Karl	1961
2:24,30	Tubes, Andreas	1984
2:26,50	Baluch, Peter	1971
2:26,70	Baluch, Ewald	1959
2:26,71	Nellessen, Markus	1985
2:26,80	Venth, André	1964
2:28,70	Treckmann, Albert	1957
2:28,80	Fritsch, Uwe	1987

1500m

3:45,04	Nellessen, Andreas	1989
3:48,30	Tubes, Andreas	1984
3:50,50	Hamacher, Karl	1966
3:52,50	Baluch, Ewald	1959
3:52,80	Schellenberg, Heinz	1970
3:53,00	Peeters, Paul	1971
3:53,40	Baluch, Peter	1971
3:54,40	Gönner, Udo	1965
3:55,00	Coerdts, Rüdiger	1979
3:55,06	Nellessen, Markus	1984

3000m

8:16,60	Peeters, Paul	1971
8:21,06	Nellessen, Andreas	1989
8:23,85	Tubes, Andreas	1984
8:26,60	Hamacher, Karl	1966
8:29,94	Moll, Harald	1987
8:31,20	Jansen, Willibert	1964
8:31,33	Scheeren, Willi	1970
8:31,40	Schellenberg, Heinz	1970
8:35,42	Hegmann, Herbert	1982
8:35,60	Quack, Gerd	1973

5000m

14:20,00	Peeters, Paul	1973
14:37,97	Moll, Harald	1989
14:44,60	Schäfer, Ralf Dr.	1980
14:46,07	Kriescher, Siegfried	1991
14:47,00	Hamacher, Karl	1966
14:48,80	Jansen, Willibert	1964
14:53,50	Hegmann, Herbert	1982
14:54,20	Nieven, Jak	1971
14:59,80	Riede, Dietmar	1973
15:00,40	Quack, Gerd	1974

10000m

29:46,20	Peeters, Paul	1973
30:58,60	Hegmann, Herbert	1982
31:10,80	Riede, Dietmar	1972
31:15,20	Holzapfel, Rupert	1982
31:20,00	Görlach, Udo	1971
31:28,90	Schäfer, Ralf Dr.	1980
31:29,20	Jansen, Willibert	1963
31:31,40	Nieven, Jak	1970
31:42,40	Scheeren, Willi	1989
31:46,80	Moll, Harald	1989

25000m

1:20:48	Peeters, Paul	1972
1:24:12	Krott, Dieter	1971
1:24:36	Holzapfel, Rupert	1982
1:26:57	Höster, Dietmar	1988
1:27:00	Hegmann, Herbert	1981
1:29:40	Görlach, Udo	1972
1:33:45	Servas, Josef	1979
1:33:47	Schwalen, Hans	1979
1:34:20	Hamacher, Karl	1973
1:37:29	Diel, Rainer	1982

Halbmarathon (ab dem Jahr 2000)

1:18:19	Königs, Tomm	2017
1:20:08	Gösgens, Stefan	2024
1:21:33	Genick-Giammariano, Raoul	2009
1:22:22	Stüber, Gerald	2010
1:23:16	Faruß, Tim	2024
1:24:15	Leers, Michael	2007
1:24:20	Thelen, Bernhard	2007
1:25:02	Schwartz, Hans-Jürgen	2010
1:26:03	Schimitzek, Sven	2009
1:26:06	Fryns, Henry	2025

Marathon

2:20:54	Peeters, Paul	1972
2:27:20	Görlach, Udo	1972
2:29:16	Riede, Dietmar	1972
2:33:41	Höster, Dietmar	1988
2:35:07	Holzapfel, Rupert	1982
2:40:34	Effenberg, Günter	1967
2:41:35	Krott, Dieter	1971
2:47:04	Gösgens, Stefan	2023
2:49:16	Diel, Rainer	1982
2:50:36	Hamacher, Karl	1971

100km

12:20:32	Balliel, Jürgen	1991
----------	-----------------	------

24h

162,215km	Balliel, Jürgen	1991
-----------	-----------------	------

110m Hürden

14,00	Frangos, Nicos	1985
15,20	Ortmanns, Günter	1971
15,80	Haugland, Terje	1976
16,10	Hoffmann, Lutz	1967
16,40	de Oliveira, Ricardo	1986
16,70	Holtkamp, Bernd	1965
16,80	Piefer, Bernd	1964
16,90	Kreitz, Walter	1965
16,90	Ritz, Sebastian	1965
16,90	Leonards, Björn	1987

400m Hürden

53,77	Lewandowski, Mateusz	2025
55,16	Reul, Sören	2025
55,84	Sonnenschein, Ben	2025
56,54	Leonards, Björn	1984
56,60	Hoffmann, Lutz	1967
57,00	Nellessen, Marcus	1983
57,09	de Oliveira, Ricardo	1984
57,80	Coerdts, Rüdiger	1982
57,90	Piefer, Bernd	1964
57,90	Ortmanns, Günter Dr.	1974

3000m Hindernis

9:10,60	Nieven, Jac	1970
9:11,20	Jansen, Willibert	1964
9:16,08	Palm, Georg	1991
9:25,30	Coerdts, Rüdiger	1984
9:28,58	Holzapfel, Rupert	1982
9:28,80	Görlach, Udo	1970
9:31,73	Kalz, Hubert	1985
9:34,20	Hegmann, Herbert	1982
9:45,01	Kriescher, Siegfried	1991
9:50,10	Geiger, Jürgen	1978

5000m BG (ab dem Jahr 2000)

23:02,89	Strunk, Malte	2012
23:10,96	Holtermann, Matthias	2012
23:23,48	Gaus, Peter	2003

25:16,96	Brämer, Ulrich	2010
25:20,93	Ruppert, Jan	2009
25:41,00	Schumm, Peter	1990
28:42,97	Münster, Udo	2014
31:07,13	Maichin, Richard	2013
31:49,33	Bauer, Joachim	2013
31:56,60	Slevogt, Peter	2011

10000 BG

48:15,60	Strunck, Malte	2012
48:26,71	Holtermann, Matthias	2012
48:47,00	Gaus, Peter	2003
51:13,80	Schumm, Peter	1993
51:49,10	Boos, Vasilij	2005
52:00,70	Boos, Vadim	2005
52:58,10	Ruppert, Jan	2009
55:14,00	Maichin, Richard	1992
56:20,76	Brämer, Ulrich	2010
58:02,40	Sonnenschein, Günter	1993

10km Straßengehen

47:16	Gaus, Peter	2003
47:27	Strunk, Malte	2011
49:22	Holtermann, Matthias	2012
49:43	Hallmann, Heinz W.	1959
50:41	Gaus, Hans	2005
51:51	Boos, Vasilij	2005
51:55	Schumm, Peter	1986
52:01	Ruppert, Jan	2010
52:26	Vlüggen, Gerold	1986
52:28	Boos, Vadim	2005
53:47	Erfurt, Frank	1986

20km Straßengehen

1:39:33,5	Strunk, Malte	2012
1:39:41,1	Holtermann, Matthias	2012
1:40:21	Gaus, Peter	2003
1:44:30	Vlüggen, Gerold	1987
1:46:52	Schumm, Peter	1993
1:47:33	Gaus, Hans	2005
1:49:49	Boos, Vadim	2005
1:50:40	Boos, Vailij	2005
1:50:55	Ruppert, Jan	2005
1:51:51	Dorscheid, Dietmar	1986

50km Straßengehen

4:51:49	Vlüggen, Gerold	1987
4:58:54	Holtermann, Matthias	2011

5:06:09	Dorscheid, Dietmar	1987
5:30:22	Neubacher, Herbert	1991
5:33:23	Plotzke, Dieter	1987
6:10:27	Frank, Wilhelm	1986

Hochsprung

2,12	Frangos, Nicos	1982
2,00	Franken, Günter	1082
1,97	Haugland, Terje	1964
1,92	Wiesemann, Klaus	1971
1,91	Hein, Hans-Josef	1972
1,86	Klein, Michael	1976
1,85	Mirbach, Karl-Heinz	1970
1,85	Nellessen, Markus	1983
1,84	Kastner, Christoph	1994
1,83	Siege, Ludwig	1967

Weitsprung

7,27	Schmole, Mathias	1971
7,21	Hein, Hans-Josef	1971
7,09	Haugland, Terje	1966
6,89	Müller, Reiner	1972
6,79	Lieb, Harald	1961
6,73	Merschen, Toni	1970
6,66	Hoffmann, Lutz	1967
6,66	Seip, Udo	1974
6,59	Förster, Eberhard	1970
6,57	Bayer, Sebastian	2002

Stabhochsprung

4,10	Tocha, Ralf	1971
4,00	Hagemann, Burghardt	1971
4,00	Ortmanns, Dünter Dr.	1971
3,80	Sturm, Karl	2015
3,73	Kreitz, Walter	1966
3,60	Bresemeister, Jürgen	1965
3,51	Hasenbein, Jürgen	1966
3,50	Hoffmann, Lutz	1969
3,50	Frangos, Nicos	1985
3,35	Laufenberg, Peter	1964

Dreisprung

14,39	Frangos, Nicos	1983
14,34	Hein, Hans-Josef	1969
13,59	Kaiser, Horst	1960
13,44	Lieb, Harald	1961
13,40	Franken, Günter	1982

13,06	Bresemeister, Jürgen	1965
13,03	Piefer, Bernd	1963
13,01	Fliegen, Peter	1971
12,78	Müller-Schulte, Detlef	1965
12,77	Fähnrich, Walter	1968

Kugelstoßen

14,12	Hein, Hans-Josef	1971
14,08	Lucke, Michael	1965
13,26	Eigen, Burghard	1964
13,26	Theißen, Helmut	1966
13,00	Breuer, Klaus	1967
12,97	Hagemann, Burghardt	1971
12,91	Schönborn, Hans-Dieter	1964
12,88	Schmidt, Paul	1971
12,88	Dahmen, Heinz	1973
12,60	Wallner, Klaus	1973

Hammerwurf

38,61	Schönborn, Hans-Dieter	1965
33,40	Beckers, Det	2012
22,43	Leisten, Günter	1982
19,82	Geller, Manfred	1982
19,70	Bresemeister, Jürgen	1967

Diskuswurf

48,38	Theißen, Helmut	1972
43,38	Hein, Hans-Josef	1971
39,34	Dahmen, Heinz	1972
38,81	Breuer, Klaus	1967
38,59	Eigen, Burghard	1965
38,45	Dauzenberg, Willi	1962
38,43	Lucke, Michael	1964
38,10	Könntgen, Niels	2002
37,42	Wallner, Klaus	1973
37,14	Adora, Nico	1960

Speerwurf

66,94	Czichowsky, Wolfgang	1973
63,38	Hein, Hans-Josef	1972
61,92	Seip, Udo	1974
60,87	Dahmen, Heinz	1969
59,15	Bresemeister, Jürgen	1966
57,90	Körfer, Alfred	1963
56,60	Könntgen, Niels	2002
54,47	Eigen, Burghard	1964
54,43	Littmann, Udo	1967

53,30 Schmidt, Rolf 1959

Fünfkampf (Weit-Speer-200-Diskus-1.500)

3107 P. Venth, André 1966
5,94 – 41,96 – 22,80 – 34,06 – 4:18,02

3049 P. Bresemeister, Jürgen 1967
6,35 – 56,01 – 24,30 – 32,45 – 4:42,50

2985 P. Hein, Hans-Josef 1968
6,94 – 56,08 – 24,60 – 35,18 – 5:24,00

2975 P. Holtkamp, Bernd 1965
6,50 – 41,32 – 23,20 – 27,69 – 4:26,90

2974 P. Ortmanns, Günter Dr. 1973
6,43 – 47,36 – 23,70 – 34,68 – 4:56,10

2901 P. Hoffmann, Lutz 1967
6,33 – 41,17 – 24,20 – 28,57 – 4:21,50

2890 P. Kreitz, Walter 1965
6,19 – 43,59 – 23,60 – 32,35 – 4:45,40

2821 P. Kunze, Eckard 1965
6,00 – 41,44 – 24,20 – 32,23 – 4:35,20

2770 P. Lienke, Volker 1965
6,06 – 40,73 – 24,10 – 31,13 – 4:41,30

2727 P. Piefer, Bernd 1963
5,90 – 36,77 – 22,90 – 26,16 – 4:32,90

Zehnkampf (100-Weit-Kugel-Hoch-400 / 110h-Diskus-Stab-Speer-1.500)

6227 P. Ortmanns, Günter Dr. 1971
11,70 – 6,46 – 11,19 – 1,65 – 54,60 – 15,50 – 33,92 – 3,80 – 48,21 – 4:51,20

5768 P. Kreitz, Walter 1965
11,40 – 6,27 – 10,58 – 1,55 – 52,60 – 16,90 – 33,45 – 3,20 – 39,39 – 4:49,90

5763 P. Holtkamp, Bernd 1965
11,40 – 6,42 – 10,04 – 1,78 – 51,60 – 16,70 – 27,47 – 2,70 – 37,57 – 4:43,20

5611 P. Hoffmann, Lutz 1967
11,80 – 6,57 – 10,03 – 1,50 – 51,80 – 16,50 – 24,87 – 3,00 – 34,89 – 4:17,00

5606 P. Bresemeister, Jürgen 1966
12,10 – 6,10 – 11,64 – 1,50 – 54,70 – 17,40 – 32,49 – 3,43 – 50,15 – 5:02,90

5156 P. Venth, André 1971
11,70 – 5,88 – 10,70 – 1,60 – 53,00 – 21,20 – 34,07 – 2,42 – 39,42 – 4:47,00

4938 P. Coerd, Rüdiger 1981
12,30 – 5,27 – 8,08 – 1,66 – 53,40 – 17,90 – 23,64 – 2,70 – 35,37 – 4:15,60

4574 P. Lewandowski, Mateusz 2025
11,80 – 5,60 – 8,98 – 1,60 – 53,10 – 18.86 – 20.93 – 2,40 – 34,44 – 5:11,05

4397 P. Leisten, Günter 1971
12,50 – 5,41 – 9,12 – 1,60 – 56,10 – 21,70 – 24,35 – 2,30 – 41,02 – 4:48,80