



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

Männer

100 m

10,53	+1,5 Bryan, Michael	1992 TV Wattenscheid 01	25.04. Austin TX (USA)
10,95	-0,3 Rapp, Niklas	1994 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,03	+1,2 Hodzic, Adnan	1995 LG Olympia Dortmund	01.05. Mannheim
11,08	0,0 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,11	-0,3 Frey, Jonas	2004 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,25	-0,3 Wolf, Jonas	2002 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,39	-0,6 Lemke, Thoralf	2001 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
11,43	-0,4 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,47	-0,2 Schneider, Tim Lukas	2007 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,53	-0,1 Girka, Steven	2005 USC Bochum	01.05. Bochum
11,54	-0,4 Rist, Luis	2005 USC Bochum	01.05. Bochum
11,57	-0,6 Redecker, Alessio	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,59	0,0 Reimchen, Ilja	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,62	-0,4 Appiah, Deion	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,62	+0,3 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,62	-0,3 Lakemper, Justus	2005 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,68	+0,6 Schulte, Thilo	2005 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
11,69	+0,4 Kleppel, Tristan Joel	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,72	0,0 Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,74	-0,6 Hinze, Joel	2002 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,75	+0,4 Sribar, Andrej	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,79	-1,6 Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
11,79	-0,6 Moritz, Jonas	1999 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,82	+0,1 Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,83	-0,6 David, Manuel	2003 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,88	+0,1 Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
11,88	-0,4 Odametey, Victory Thomas	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,90	+0,1 Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
11,91	-0,6 Koldaev, Maximilian	2007 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
11,93	-0,6 Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen

200 m

21,22	+1,6 Bryan, Michael	1992 TV Wattenscheid 01	03.05. College Station TX (USA)
22,01	+0,1 Hodzic, Adnan	1995 LG Olympia Dortmund	01.05. Mannheim
22,26	-1,5 Kiani, Mustaqeem	2001 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
22,31	+0,3 Wörmann, Ole	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,48	+0,1 Frey, Jonas	2004 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
22,54	+0,8 Uruthiran, Abinayan	2006 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
22,66	-0,2 Rapp, Niklas	1994 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

22,74	-1,5 Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
22,76	-1,3 Lemke, Thoralf	2001 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
22,82	-0,2 Wolf, Jonas	2002 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,89	-1,9 Mawumba, Alvin	2007 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
22,89	+0,1 Waldner, Moritz Liam	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
22,93	+0,3 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,98	+1,1 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	04.05. Waltrop
23,02	+0,1 Girka, Steven	2005 USC Bochum	01.05. Bochum
23,11	-0,2 Engelmeyer, Rüdiger	1988 USC Bochum	03.05. Dortmund-Lanstrop
23,13	-0,8 Redecker, Alessio	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
23,49	-0,7 Schulte, Thilo	2005 LG Lüdenscheld	04.05. Lüdenscheld
23,73	+0,3 Keil, Florian Alexander	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,02	-0,3 Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
24,04	+0,1 Limberg, Alexander	2006 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
24,04	+0,1 Ollech, Jan	1998 USC Bochum	01.05. Bochum
24,08	-0,3 Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-0,5 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-1,4 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
24,28	-1,9 Peters, Philipp	2002 USC Bochum	01.05. Bochum
24,29	+0,3 Höke, Titus Maximilian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,35	0,0 Lehmeier, Tim	2007 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
24,40	-1,4 Ollech, Marc	2002 USC Bochum	01.05. Bochum
24,41	-1,3 Wallberg, Henrik	1996 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
400 m			
47,47	Ollesch, Oliver	1999 LAC Veltins Hochsauerland	29.03. Hattiesburg MS (USA)
49,83	Hodzic, Adnan	1995 LG Olympia Dortmund	06.05. Rehlingen
50,63	Lewandowski, Gustav	2007 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
50,82	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
53,54	Schneider, Tim Lukas	2007 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
54,11	Eller, Malte	2005 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheld
54,13	Filaktoglou, Vasilis	1994 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
54,57	Herick, Ole	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
55,24	Walde, Yannick	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,04	Vorschulze, Philippe	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,51	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
56,74	Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
57,30	Schrichten, Till	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
57,74	Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
58,61	Gaide, Tim	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
59,50	David, Luca	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
59,52	Lakemper, Jasper	2008 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
61,09	Windoffer, Patrick	1980 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
61,85	Kowalski, Leon	2007 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,21	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheld



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

64,49	Arndt, Niklas	2009 VfL Hüs	04.05. Waltrop
66,23	Kopp, Marco	1975 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
72,04	Maximowitz, Dirk	1966 LG Halver-Schalksmühle	04.05. Lüdenscheld
81,39	Fuchs, Dr. Christian	1953 ASV Senden	27.04. Rheine
84,42	Hüs, Dr. Rudolf	1948 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	27.04. Rheine
800 m			
1:53,18	Lindstrot, Lennart	2003 LG Brillux Münster	05.04. San Francisco CA (USA)
1:56,06	Klei, Niklas Noah	1999 LAC Veltins Hochsauerland	22.03. Jackson MS (USA)
2:01,11	Kamp, Paul	2001 TV Mettingen	21.03. Leavenworth KS (USA)
2:01,72	Merté, Jean-Benoît	2002 LG Brillux Münster	14.03. Myrtle Beach SC (USA)
2:01,96	Hohmeier, Tobias	2001 TG Werste von 1961	27.04. Rheine
2:03,20	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:05,43	Nies, Albert	1997 TSG Valbert	27.04. Aachen
2:06,20	Kaiser, Felix Antonius	2007 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:06,78	Thomas, Kian	2004 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:06,94	Schander, Luka	2008 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
2:08,34	Müller, Leonard	2008 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
2:08,78	Nienhaus, Hans	1989 LG Kindelsberg Kreuztal	01.05. Bochum
2:09,64	Dreckmann, Claudius	2008 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:10,92	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:13,98	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
2:14,91	Loleit, Elias	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:16,62	Kersting, Marco	1984 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheld
2:18,54	Kossak, Jonathan	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter
2:19,04	Winkel, Philipp Benjamin	2010 TuS Deuz	04.05. Lüdenscheld
2:19,26	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	12.04. Mettingen
2:19,71	von Palombini, Amadeo	2010 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:20,48	Saucedo-Szenci, Luis	2008 LG Lüdenscheld	04.05. Lüdenscheld
2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheld
2:22,18	Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,60	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheld
2:22,69	Schafmeister, Jens	1979 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
2:22,77	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,92	Klein, Julien Noel	2009 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:23,02	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
2:23,21	Güteryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
1.500 m			
3:48,30	Lindstrot, Henrik	2003 LG Brillux Münster	18.04. Azusa CA (USA)
3:50,37	Lindstrot, Lennart	2003 LG Brillux Münster	04.04. Stanford CA (USA)
3:57,65	Boeck, Noah	2004 LG Olympia Dortmund	04.04. High Point NC (USA)
3:58,21	Bens, Tom-Leon	2003 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:00,69	Kamp, Paul	2001 TV Mettingen	11.04. Wichita KS (USA)
4:06,20	Nikulla, Jan	1998 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4:08,20	Herrmann, Tobias	1996 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:09,45	Rajter, David	2003 LG Brillux Münster	07.05. Grefrath-Oedt
4:14,91	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:16,44	Schumacher, Jonas	2002 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:17,86	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
4:23,40	Austerschmidt, Jan	1995 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:33,33	Windoffer, Patrick	1980 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
4:46,84	Süssholz, Tom	2006 SV SW Esch 1930	27.04. Rheine
4:50,55	Kaufmann, Jonas	2005 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
4:51,13	Tenberg, Felix	1993 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
4:55,96	Hülsbusch, Elias	2010 LSF Münster	27.04. Rheine
5:05,52	Rodrigues, Antonio	1962 Spiridon Haltern	27.04. Rheine
5:17,60	Scheinert, Levi	2009 LAV Rheine	27.04. Rheine
5:22,02	Westhoff, Luca	2010 LAV Rheine	27.04. Rheine
5:37,52	Teutemacher, Leo	2010 LSF Münster	27.04. Rheine
5:39,52	Albers, Lutz	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
5:47,54	Völkner, Oliver	1969 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
6:12,31	Olivier, Raimund	1958 USC Bochum	07.05. Grefrath-Oedt
6:12,49	Ruhrmann, Helmut	1956 USC Bochum	07.05. Grefrath-Oedt
7:34,23	Hüls, Dr. Rudolf	1948 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	27.04. Rheine

3.000 m

8:22,27	Lindstrot, Henrik	2003 LG Brillux Münster	14.03. Riverside CA (USA)
8:41,41	Borgelt, Julian	2000 LC Paderborn	04.04. Paderborn
8:44,55	Lindstrot, Lennart	2003 LG Brillux Münster	14.03. Riverside CA (USA)
8:44,70	Notzon, Bastian	2004 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
8:46,11	Lukas, Justin	1997 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
8:46,90	Herrmann, Tobias	1996 LC Paderborn	04.04. Paderborn
8:55,10	Schröder, Fynn	2006 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
8:55,41	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	04.04. Paderborn
8:55,71	Güleryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:00,19	Grobbel, Luca	2006 LAC Veltins Hochsauerland	04.04. Paderborn
9:01,09	Albustin, Jonathan	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:08,52	Pohle, Hendrik	1989 TSVE 1890 Bielefeld	04.04. Paderborn
9:10,92	Wagner, Henning	2001 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
9:13,41	Landwehrjohann, Fynn	2004 LV Oelde	04.04. Paderborn
9:17,54	Vorderwülbecke, Samuel	2000 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:17,95	Büse, Lean	2009 SC Hagen-Wildewiese	04.04. Paderborn
9:18,82	Albustin, Samuel	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:21,37	Austerschmidt, Jan	1995 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:21,89	Oesterhelweg, Moritz	2001 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
9:22,51	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:26,43	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
9:28,69	Kannenber, Jonas	1999 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:29,9*	Hundeloh, Paul Moritz	1997 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

9:41,55	Kauder, Sandro	2005 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
9:44,61	Pauls, Martin	2007 ASG Teutoburger Wald	04.04. Paderborn
9:44,86	Kleibrink, Pascal	2001 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:46,14	Bender, Thies	2005 LV Oelde	04.04. Paderborn
9:53,21	Sium, Meron	2005 Non-Stop-Ultra	04.05. Höxter
10:01,44	Schwab, Lucas	2003 LV Oelde	04.04. Paderborn
10:01,94	Thiemann, Maurice	1998 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum

5.000 m

14:52,16	Boeck, Noah	2004 LG Olympia Dortmund	21.03. Charlotte NC (USA)
15:21,14	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:30,36	Drepper, David	2006 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
15:32,01	Enseling, Oskar	2001 LG Brillux Münster	05.04. High Point NC (USA)
15:42,21	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:46,44	Rajter, David	2003 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
15:46,73	Notzon, Bastian	2004 TV Wattenscheid 01	27.04. Rheine
15:48,09	Lepper, Maik	1992 TV Lengerich	04.05. Rheine
15:48,14	Hundeloh, Paul Moritz	1997 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
15:51,02	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:51,66	Merté, Jean-Benoît	2002 LG Brillux Münster	22.03. Lexington KY (USA)
15:51,70	Stute, Henricus	1985 LC Rapid Dortmund	03.05. Hamburg
15:54,95	Pfeiler, Philipp	1998 LG Brillux Münster	07.05. Hengelo (NED)
15:57,07	Franken, Nils	2006 LG Olympia Dortmund	04.04. Paderborn
16:02,22	Lessmann, Simon	2004 TV Jahn Bad Driburg	04.04. Paderborn
16:15,45	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	04.04. Paderborn
16:21,00	Aschmann, Pascal	1986 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
16:31,98	Dühnen, Christian	1989 TuS Recke	04.05. Rheine
16:34,16	Serio, Maximilian Johannes	2001 Marathon-Club Menden	04.04. Paderborn
16:37,54	Thomas, Kian	2004 LC Paderborn	27.04. Rheine
16:51,32	Wedeken, Pascal	1990 TV Lengerich	27.04. Rheine
16:52,72	Grass, Devon	1996 LC Paderborn	04.04. Paderborn
17:01,5*	Bender, Thies	2005 LV Oelde	29.03. Oelde
17:12,42	Weitkamp, Patrick	1993 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
17:13,21	Eisfeld, Maurice	1970 LC Rapid Dortmund	03.05. Hamburg
17:15,07	Keller, Jan	2003 Marathon Ibbenbüren	04.05. Rheine
17:15,51	Gerling, Paul	2004 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	04.04. Paderborn
17:24,10	Knode, Felix	1992 Marathon-Club Menden	04.04. Paderborn
17:27,27	Wrenger, Burkhard	1964 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.05. Hamburg
17:31,31	Wilm, Eduard	1991 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine

10.000 m

28:19,83	Voigt, Nils	1997 TV Wattenscheid 01	03.05. Hamburg
29:52,24	Jenne, Fabian	1990 SG Wenden	03.05. Hamburg



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

30:14,07	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
30:51,27	Enseling, Oskar	2001 LG Brillux Münster	21.03. Charlotte NC (USA)
31:19,96	Giese, Marco	1992 SG Wenden	03.05. Hamburg
37:57,2*	Bozduman, Murat	1983 LG Burg Wiedenbrück	29.03. Oelde
39:49,8*	Stallmeister, Thomas	1978 SG Rote Erde Beckum	29.03. Oelde

5 km Straße

14:19	Voigt, Nils	1997 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
14:36	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
14:38	Jenne, Fabian	1990 SG Wenden	09.03. Leverkusen
14:46	Hille, Benno	2001 LSF Münster	09.03. Leverkusen
14:53	Gravendyk, Matthias	2002 TuS 48 Ehringhausen	15.03. Salzkotten
14:54	Bender, Jari	2000 LG Brillux Münster	09.03. Leverkusen
14:54	Sietmann, Marco	2002 LG Brillux Münster	09.03. Leverkusen
14:54	Herrmann, Tobias	1996 LC Paderborn	19.04. Paderborn
14:58	Gebauer, Jonathan	2006 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
15:00	Giese, Marco	1992 SG Wenden	09.03. Leverkusen
15:00	Nikulla, Jan	1998 LC Paderborn	19.04. Paderborn
15:01	Schröder, Manuel	1992 SG Wenden	09.03. Leverkusen
15:03	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:04	Huckestein, Simon	1985 SG Wenden	09.03. Leverkusen
15:09	Bens, Tom-Leon	2003 LC Paderborn	19.04. Paderborn
15:10	Doerner, Tammo	2005 LG Olympia Dortmund	19.04. Paderborn
15:12	Farhat, Malik	1996 LG Hamm	15.03. Salzkotten
15:18	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:36	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:38	Vorderwülbecke, Samuel	2000 LC Paderborn	19.04. Paderborn
15:41	Siepler, Carsten	2002 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten
15:42	Preilowski, Peer Niklas	2001 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
15:43	Schröder, Fynn	2006 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
15:44	Lessmann, Simon	2004 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten
15:44	Nhanombe, Leonel	2004 LG Olympia Dortmund	27.04. Münster
15:45	Werner, Oscar	1998 SV Brackwede	19.04. Paderborn
15:50	Grobbe, Luca	2006 LAC Veltins Hochsauerland	19.04. Paderborn
15:51	Kassebeer, Jens	2000 LG Brillux Münster	09.03. Leverkusen
15:51	Schüttforth, Erik	2001 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
15:52	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen

10 km Straße

28:08	Voigt, Nils	1997 TV Wattenscheid 01	13.04. Leuven (BEL)
29:25	Jenne, Fabian	1990 SG Wenden	15.03. Salzkotten
29:28	Wehner, Frederik Jonas	2000 SG Wenden	15.03. Salzkotten
30:23	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	02.02. Dortmund Hörde
30:28	Huckestein, Simon	1985 SG Wenden	09.03. Leverkusen
30:31	Giese, Marco	1992 SG Wenden	09.03. Leverkusen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

30:45	Schräder, Manuel	1992 SG Wenden	09.03. Leverkusen
31:04	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
31:16	Gravendyk, Matthias	2002 TuS 48 Ehringhausen	19.04. Paderborn
31:38	Herrmann, Tobias	1996 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
31:54	Farhat, Malik	1996 LG Hamm	26.01. Hamm
32:02	van Staa, Sascha	1992 LC Rapid Dortmund	27.04. Münster
32:06	Preilowski, Peer Niklas	2001 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
32:11	Peters, Erik	1992 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
32:13	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
32:19	Brand, Nils	1990 ASG Teutoburger Wald	15.03. Salzkotten
32:38	Janicki, Adam	1988 SV Brackwede	19.04. Paderborn
32:40	Schumacher, Jonas	2002 LC Paderborn	19.04. Paderborn
32:44	Nikulla, Jan	1998 LC Paderborn	09.03. Leverkusen
32:52	Rehmeier, Marco	1993 SV Brackwede	15.03. Salzkotten
32:53	Böhl, Timo	1988 LG Wittgenstein	25.01. Kirchen
32:55	Bade, Jan	1999 LC Paderborn	19.04. Paderborn
33:09	Rix, Lorenz	1996 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
33:13	Thies, Philip	1992 LSF Münster	09.03. Leverkusen
33:15	Hoffmann, Henrik	1990 Marathon-Club Menden	29.03. Werl
33:16	Doerner, Tammo	2005 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
33:27	Bleisch, Leif Erik	2000 DJK Gütersloh 1923	26.01. Hamm
33:33	Sinner, Manuel	1989 Marathon-Club Menden	26.01. London (GBR)
33:34	Worm, Maximilian	1997 LV Oelde	09.03. Leverkusen
33:37	Busch, Thomas	1990 USC Bochum	08.02. Duisburg

Halbmarathon

1:06:31	Bochert, Florian	2000 TSVE 1890 Bielefeld	30.03. Maranello (ITA)
1:06:44	Wehner, Frederik Jonas	2000 SG Wenden	19.04. Paderborn
1:06:58	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	19.04. Paderborn
1:07:39	Kruse, Manuel	1990 LSF Münster	19.04. Paderborn
1:07:52	Jenne, Fabian	1990 SG Wenden	19.04. Paderborn
1:09:12	Farhat, Malik	1996 LG Hamm	19.04. Paderborn
1:09:16	Karsch, Dustin	1992 LSF Münster	09.03. Kandel
1:09:17	Giese, Marco	1992 SG Wenden	19.04. Paderborn
1:10:00	Hoffmann, Henrik	1990 Marathon-Club Menden	19.04. Paderborn
1:10:39	Drunagel, Niklas	1993 SV Brackwede	16.02. Barcelona (ESP)
1:13:42	Mockenhaupt, Markus	1980 SG Wenden	16.03. Frankfurt
1:13:43	Bergmann, Matthias	1980 LSF Münster	23.02. Hamm
1:14:08	Lepper, Maik	1992 TV Lengerich	19.04. Paderborn
1:14:09	Jansen, Hendrik	1997 Marathon-Club Menden	23.03. Timmendorfer Strand
1:14:26	Sinner, Manuel	1989 Marathon-Club Menden	08.03. London (GBR)
1:14:30	Landwehrjohann, Fynn	2004 LV Oelde	27.04. Münster
1:14:42	Horch, Viktor	1980 TuS Deuz	19.04. Paderborn
1:15:14	Schewalje, Andreas	1988 TuS Breckerfeld	23.02. Hamm
1:15:40	Franken, Nils	2006 LG Olympia Dortmund	19.04. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1:15:41	Schär, Sebastian	1991 TSV 1887 Schloß Neuhaus	19.04. Paderborn
1:15:59	Meyer, Eike Henning	1997 SV Teuto Riesenbeck	06.04. Berlin
1:16:43	Heinz, Luis-Paul	2000 USC Bochum	27.04. Münster
1:16:51	Willuhn, Henry	1985 TSVE 1890 Bielefeld	06.04. Hannover
1:17:38	Becker, Christian	1981 TuS Deuz	19.04. Paderborn
1:17:45	Wissmann, Ingo	1966 SV Brackwede	19.04. Paderborn
1:18:09	Hönig, Carsten	1992 LG Hamm	23.02. Hamm
1:18:10	Hirsch, Dennis	1980 PV Triathlon TG Witten	29.03. Duisburg
1:18:33	Goerlich, Manuel	1984 LSF Münster	19.04. Paderborn
1:18:34	Pfeiler, Philipp	1998 LG Brillux Münster	06.04. Hannover
1:18:39	Knode, Felix	1992 Marathon-Club Menden	19.04. Paderborn

Marathon

2:39:15	Sinner, Manuel	1989 Marathon-Club Menden	27.04. London (GBR)
2:39:26	Worm, Maximilian	1997 LV Oelde	06.04. Wien (AUT)
2:42:10	Bergmann, Matthias	1980 LSF Münster	06.04. Hannover
2:42:51	Steinebel, Sergej	1985 LSF Münster	06.04. Hannover
2:45:36	Thaut, Tobias	1985 TuS Eintracht Bielefeld	06.04. Hannover
2:46:12	Meyer, Eike Henning	1997 SV Teuto Riesenbeck	16.03. Rom (ITA)
2:46:53	Bonn, Rainer	1978 TuS Deuz	06.04. Bonn
2:46:59	Eisfeld, Maurice	1970 LC Rapid Dortmund	06.04. Hannover
2:54:24	Mockenhaupt, Markus	1980 SG Wenden	01.03. Marburg
2:55:40	Arlinghaus, Thomas	1980 LSF Münster	06.04. Hannover
2:57:46	Jansen, Andreas	1984 LG Dorsten	06.04. Hannover
3:07:54	Beck, Calvin	1995 TuS 48 Ehringhausen	27.04. Nantes (FRA)
3:10:41	Ridder, Matthias	1985 Warburger Sportverein	06.04. Hannover
3:11:19	Schulte, Martin	1972 LSF Münster	06.04. Hannover
3:11:50	Holtmann, Arne	1976 TG Werste von 1961	06.04. Hannover
3:15:03	Schäfer, Lukas Simon	2002 CVJM Siegen SG	06.04. Wien (AUT)
3:15:24	Bales, Stefan	1965 LSF Münster	06.04. Hannover
3:19:33	Schmalenbach, Stefan	1971 SG Wenden	13.04. Paris (FRA)
3:22:11	Hansmann, Frank	1972 Warburger Sportverein	06.04. Hannover
3:23:58	Ohlberg, Kai	1983 LG Lemgo	06.04. Hannover
3:24:12	Teipel, Wolfgang	1955 TV Attendorn	06.04. Hannover
3:27:07	Wieczorek, Andre	1999 Lauftreff Recklinghausen	13.04. Paris (FRA)
3:28:37	Hellweg, Maximilian	1993 TG Werste von 1961	06.04. Hannover
3:30:40	Jütte, Martin	1965 VfB Salzkotten	06.04. Hannover
3:35:57	Ahlers, Martin	1983 TG Werste von 1961	06.04. Hannover
3:42:31	Helfenbein, Andreas	1961 SF Ennepetal	06.04. Hannover
3:42:46	Schimpf, Christian	1958 LV Oelde	06.04. Hannover
3:45:01	Brölemann, Rolf	1964 VfB Salzkotten	06.04. Hannover
3:48:41	Marten, René	1971 TG Werste von 1961	06.04. Hannover
3:49:36	Pugliese, Michele	1949 LC Rapid Dortmund	06.04. Hannover

50 km Straße



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

3:37:58	Plett, Markus	1991 LG Kindelsberg Kreuztal	22.02. Ubstadt-Weiher
3:40:08	Mues, Dominic	1981 LG Kindelsberg Kreuztal	22.02. Ubstadt-Weiher
4:16:46	Tuna, Manuel	1966 LG Kindelsberg Kreuztal	22.02. Ubstadt-Weiher
5:21:27	Stöcker, Werner	1939 LG Wittgenstein	22.02. Ubstadt-Weiher

110 m Hürden 1,067 m

25,51	-0,6 Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
-------	--------------------------	---------------------	--------------------------

400 m Hürden 0,914 m

51,41	Ollesch, Oliver	1999 LAC Veltins Hochsauerland	19.04. Atlanta GA (USA)
59,67	Schulte, Thilo	2005 LG Lüdenscheid	03.05. Dortmund-Lanstrop
84,31	Kunigo, Hayato	1978 FC Schalke 04	01.05. Moers

3.000 m Hindernis 0,914 m

8:55,20	Lindstrot, Henrik	2003 LG Brillux Münster	04.04. Stanford CA (USA)
9:28,47	Boeck, Noah	2004 LG Olympia Dortmund	11.04. Durham NC (USA)
9:44,68	Merté, Jean-Benoît	2002 LG Brillux Münster	18.04. Atlanta GA (USA)

4x100 m Staffel

46,39	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Böhning (2010), Reimchen (2010), Lehmann (2010), Lisk (2010)		
46,55	BTW Bünde, 1	BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
	Meier (2010), Janzen (2008), Schander (2008), Höpner (2009)		
49,26	StG Emscher-Werre	StG Emscher-Werre Express	04.05. Lüdenscheid
	Express		
	Tornau (1984), Sträwe (1979), Kunigo (1978), Ernst (1984)		
49,92	TV Wattenscheid 01, 2	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Bischoff (2010), Böhme (2011), Biwo (2010), Chukwunedozie (2011)		
51,83	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Hudzicki (2011), Pathmann (2011), Zahedi (2011), Hotak (2011)		
52,45	LG Lippe-Süd, 1	LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Striewe (2011), Kröger (2011), Pöhl (2011), Krome (2011)		
59,61	LC Borken, 1	LC Borken	03.05. Gladbeck
	Schwärecke (2012), Schedautzke (2012), Südholt (2012), Hausmann (2011)		

4x400 m Staffel

3:24,43	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Anstötz (2007), Krellmann (2009), Mersmann (2007), Dettner (2007)		
3:26,27	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Reich (2000), Windeler (2004), Hüge (2006), Baraniskin (2008)		
4:00,00	SuS Oberaden, 1	SuS Oberaden	04.05. Hamburg
	Ewens (1980), Winkelmann (1982), Maaz (1989), Pop (1980)		

3x1.000 m Staffel

7:32,97	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Nhanombe (2004), Färber (2004), Gröver (2005)		



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

7:41,54	LG Brillux Münster, 1	LG Brillux Münster	04.05. Hamburg
	Kassebeer (2000), Pfeiler (1998), Sietmann (2002)		
7:44,05	LC Paderborn, 1	LC Paderborn	04.05. Hamburg
	Vorderwülbecke (2000), Bens (2003), Leineke (2000)		
8:07,96	LC Paderborn, 2	LC Paderborn	04.05. Hamburg
	Borgelt (2000), Timm (2009), Kannenberg (1999)		
9:04,65	LC Rapid Dortmund, 1	LC Rapid Dortmund	04.05. Hamburg
	Max (1972), Milch (1975), Eisfeld (1970)		
10:08,99	USC Bochum, 1	USC Bochum	04.05. Hamburg
	Wehrstedt (1968), Tahiri (1967), Peters (1971)		
11:45,70	USC Bochum, 1	USC Bochum	04.05. Hamburg
	Lenz (1960), Mäder (1956), Förster (1964)		

5.000 m Bahngehen

25:53,19	Brandt, Sebastian	1982 Non-Stop-Ultra	26.04. Delmenhorst
----------	-------------------	---------------------	--------------------

Hochsprung

1,84	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,80	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
1,76	Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
1,75	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,72	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
1,71	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,70	Vierегge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,70	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	26.04. Werl
1,68	Bunte, Ben Jorin	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,67	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheld
1,66	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,66	Böhning, Maximilian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,66	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,65	Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,65	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
1,65	Klonek, Simon	1988 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
1,64	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,64	Meier, Niklas	2009 LAC Veltins Hochsauerland	04.05. Lüdenscheld
1,62	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	26.04. Werl
1,60	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,60	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,60	Schulte, Henri	2010 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,60	Wehrhahn, Quirin Kilian	2001 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,60	Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,58	Schulte, Paul	2009 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,56	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,55	von Lippha, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
1,55	Kortenjann, Leo	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop

Stabhochsprung

4,90	Harris, Liam	1997 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
4,90	Marburger, Till	2003 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
4,50	Bertling, Finn	2006 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
4,30	Rist, Luis	2005 USC Bochum	03.05. Dortmund-Hacheney
4,10	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	26.04. Werl
3,80	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,60	Zimmer, Paul	1996 FC Nordkirchen	26.04. Werl
3,10	Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfürth
2,90	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Hacheney
2,80	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
2,40	Maximowitz, Dirk	1966 LG Halver-Schalksmühle	01.05. Wipperfürth
2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
2,10	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
1,60	Niehaus, Klaus-Peter	1955 LG Halver-Schalksmühle	26.04. Werl

Weitsprung

6,42	+0,3 Moritz, Jonas	1999 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
6,15	-0,8 Hinze, Joel	2002 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
6,12	-0,7 Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
6,11	0,0 Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
6,07	+0,7 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
6,04	-0,2 Sievert, Alexander	2001 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
5,97	+1,6 Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,96	-0,2 Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,93	0,0 Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,89	-0,2 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
5,85	+1,0 Braida, Luca	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,82	-0,7 Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
5,79	0,0 Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,77	+0,2 Wehrhahn, Quirin Kilian	2001 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
5,75	+0,8 Rettig, Michel	2003 LG Olympia Dortmund	26.04. Werl
5,69	0,0 Vieregge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
5,61	0,0 Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,60	+0,6 Meier, Raoul	1980 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,57	+0,4 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,56	0,0 Grünegras, Simeon	2005 LG Fichte-Elsey-Kabel	15.03. Hagen
5,52	+0,8 Kampling, Thomas	2002 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

5,44	0,0	Reinsch, Moritz	2006 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,43	0,0	Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,42	-0,3	Schlagenwerth, Simon	2009 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
5,38	-0,1	Herlemann, Ole	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,35	+0,2	Wehner, Justus	2008 LG Brillux Münster	26.04. Werl
5,30	+1,5	Skotzke, Mirko	2005 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
5,30	+0,2	von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
5,29	+1,8	Mertens, Adrian-Silas	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,29	+1,0	Schillmann, Thorsten	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen

Kugelstoß 7,26 kg

17,97	Northoff, Timo	2000 TV Wattenscheid 01	01.05. Bad Salzuflen
14,43	Reisch, Marcel	2003 TV Wattenscheid 01	26.04. Ann Arbor MI (USA)
14,18	Burgmann, Jonas	1998 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
14,08	Droege, Nicklas	2003 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
13,29	Staubermann, Marvin	1997 LG Brillux Münster	03.05. Münster
13,21	Meierrieks, Marian	1990 TV Vreden	01.05. Bad Salzuflen
12,86	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
12,75	Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
12,26	Nikel, Patrick	1999 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
12,14	Moritz, Jonas	1999 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
12,10	Hinze, Joel	2002 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,89	Heisel, Tim	1999 SuS Schalke 96	01.05. Bochum
11,35	Thieß, Aaron	2001 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
11,20	Kipp, Kevin	1992 TV Lengerich	04.05. Rheine
11,05	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
10,91	Ollech, Jan	1998 USC Bochum	01.05. Bochum
10,84	Sievert, Alexander	2001 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
10,70	Mende, Louis	2003 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
10,61	Breitenkamp, André	1982 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
10,59	Ollech, Marc	2002 USC Bochum	01.05. Bochum
10,29	Katsigiannis, Alexandros	1981 SuS Oberaden	26.04. Werl
10,09	Bleß, Thomas	1984 TSG Dülmen	29.03. Gladbeck
10,00	Skotzke, Mirko	2005 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
9,97	Wehrhahn, Quirin Kilian	2001 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
9,94	Rapp, Dominik	1990 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine
9,60	Horstmeier, Nils	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
9,41	David, Manuel	2003 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
9,28	Redecker, Matthias	1988 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
9,06	Uhlenbrock, Felix	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
8,89	Hecker, Jonas Eliah	2002 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum

Diskuswurf 2 kg

54,06	Reisch, Marcel	2003 TV Wattenscheid 01	19.04. Rochester MI (USA)
49,27	Burgmann, Jonas	1998 LC Paderborn	23.03. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

41,37	Staubermann, Marvin	1997 LG Brillux Münster	03.05. Münster
39,30	Moritz, Jonas	1999 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
38,06	Heitjohann, Marius	1989 LG Kindelsberg Kreuztal	01.05. Bochum
36,09	Ollech, Jan	1998 USC Bochum	01.05. Bochum
35,75	Düsterhöft, André	1993 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
35,15	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
34,13	Mende, Louis	2003 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
32,89	Thieß, Aaron	2001 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
32,50	Horstmeier, Nils	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
31,45	Johanning, René	1987 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
30,05	Kipp, Kevin	1992 TV Lengerich	04.05. Rheine
29,56	Müller, Tim	2003 LG Geseke	26.04. Werl
29,41	Bleß, Thomas	1984 TSG Dülmen	29.03. Gladbeck
28,31	Hecker, Jonas Eliah	2002 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
28,29	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
27,70	Breitenkamp, André	1982 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
26,81	Ollech, Marc	2002 USC Bochum	01.05. Bochum
26,11	Wewel, Jonas	2004 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
26,08	Kühne, Louis	2002 TV Lengerich	04.05. Rheine
24,66	Niggemeyer, Jakob	2003 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
23,51	Uhlenbrock, Felix	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
22,61	Rapp, Dominik	1990 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine
22,19	Leenings, Joshua	1997 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12,12	Fritzsche, Benjamin	1980 SuS Phönix Dortmund 09	20.03. Bergkamen

Hammerwurf 7,26 kg

50,35	Brinkmann, Julian	1997 SuS Olfen	19.04. Olfen
39,61	Reisch, Marcel	2003 TV Wattenscheid 01	01.05. Adrian MI (USA)
38,04	Brückner, Leon	2001 SuS Olfen	19.04. Olfen
32,87	Siepe, Daniel	2001 SuS Olfen	19.04. Olfen

Speerwurf 800 g

54,83	Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
53,75	Burgmann, Jonas	1998 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
53,07	Nikel, Patrick	1999 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
51,92	Moritz, Jonas	1999 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
50,86	Düsterhöft, André	1993 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
50,64	Behring, Jan Hendrik	1997 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
49,24	Brinks, Jan	2007 LG Coesfeld	03.05. Münster
48,66	Schallner, Henrik	2005 LC Paderborn	23.03. Paderborn
45,57	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
44,55	Harten, Jonas	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
44,49	Reiff, Marcel	2006 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
44,25	Thieß, Aaron	2001 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
43,71	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	26.04. Werl



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

43,21	Kühne, Louis	2002 TV Lengerich	04.05. Rheine
42,20	Bleß, Thomas	1984 TSG Dülmen	29.03. Gladbeck
41,13	Staubermann, Marvin	1997 LG Brillux Münster	03.05. Münster
40,89	Mende, Louis	2003 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
40,74	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
40,09	Ollech, Jan	1998 USC Bochum	01.05. Bochum
39,17	Pohlmann, Tobias	2002 SpVg. Versmold	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
39,16	Schütte, Niklas	1995 LG Geseke	23.03. Paderborn
38,23	Apfeld, Alexander	2000 USC Bochum	01.05. Bochum
37,83	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
37,77	Ollech, Marc	2002 USC Bochum	01.05. Bochum
37,14	Horstmeier, Nils	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
37,07	Katsigiannis, Alexandros	1981 SuS Oberaden	26.04. Werl
37,02	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
34,44	Kilimann, Nico	2007 FC Schalke 04	29.03. Gladbeck
33,48	Rapp, Dominik	1990 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine
33,10	Niggemeyer, Jakob	2003 DJK GW Werl	05.04. Rüthen

Frauen

100 m

12,13	0,0 Kimpel, Lea	2002 LG Olympia Dortmund	04.05. Waltrop
12,14	-0,1 Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,40	+0,3 Schardt, Lena	2000 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
12,41	-0,4 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheid
12,42	+1,2 Heite, Liv	2004 TV Olpe	08.03. Tacoma WA (USA)
12,50	-0,9 Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
12,61	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
12,72	0,0 Ghassemian, Stefanie	1993 LG Olympia Dortmund	04.05. Waltrop
12,77	+0,5 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
12,86	+0,2 Theine, Pauline	2003 USC Bochum	01.05. Bochum
12,93	-0,4 Arndt, Naemi	2007 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheid
12,94	+0,9 Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,95	+0,1 Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,96	-1,1 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
13,01	+0,5 Schneider, Anna	2006 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
13,02	+0,1 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
13,14	-1,5 Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
13,14	-0,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	01.05. Wipperfürth
13,15	0,0 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,15	-0,2 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
13,17	-0,4 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
13,19	+0,1 Arica, Amelie	2009 LSF Münster	03.05. Dülmen
13,19	0,0 Tober, Finja Marie	2005 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13,20	+0,4 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,20	-0,1 Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,21	-1,6 Laryea, Niobe	2003 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,23	-0,4 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
13,23	-0,6 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,25	0,0 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,26	-4,6 Schneider, Eva	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop

200 m

24,63	+0,4 Brockmann, Sarina	2002 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
24,82	-0,9 Schöbel, Marie-Louisa	2003 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
25,19	+1,6 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
25,88	+0,7 Keilmann, Carina	1996 USC Bochum	01.05. Bochum
25,95	0,0 Grenda, Kathrin	1999 OWL Athletics	03.05. Dortmund-Lanstrop
26,34	-0,8 König, Sarah Rosanne	2009 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
26,34	+1,9 Seibert, Matilda	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
26,47	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
26,52	+0,1 Müller-Rottgardt, Katrin	1982 TV Wattenscheid 01	12.02. Dubai (UAE)
26,68	-0,3 Bütthe, Emily	2000 USC Bochum	01.05. Bochum
26,79	+1,9 Tober, Finja Marie	2005 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
26,82	0,0 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	03.05. Bad Wildungen
26,85	-0,1 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,01	-0,2 Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,04	0,0 Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	30.04. Soest
27,04	+0,1 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,12	-0,9 Theine, Pauline	2003 USC Bochum	01.05. Bochum
27,26	-0,8 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
27,33	+1,6 Schwarzer, Carlotta	2004 TV Jahn Siegen	04.05. Lüdenscheld
27,34	0,0 Grobbel, Mia	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,48	-0,2 Schröder, Amanda	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,55	+0,4 Heinrichs, Leticia	2004 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
27,60	-1,2 Weiser, Kaja	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,64	-1,3 Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
27,65	+1,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
27,77	-0,2 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,82	0,0 Laryea, Niobe	2003 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,90	-0,2 Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
27,96	+0,2 Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	30.04. Soest
27,96	-0,8 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen

400 m

54,84	Hanich, Lina	2002 OWL Athletics	04.04. Stanford CA (USA)
56,39	Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
60,54	Stüker, Franziska	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
61,80	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	27.04. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

62,81	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
63,04	Langanke, Amelie	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,87	Wittland, Lynn	2008 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
64,74	Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
64,74	Simon, Hannah	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
65,11	Wienkämper, Sabrina	1985 TSV Westfalia 06 Westerkappeln	27.04. Rheine
65,73	Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
68,77	Stirnberg, Suri Leonie	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
68,85	Löwen, Pia	2009 TG Werste von 1961	27.04. Rheine
70,17	Geitz, Lucy	2009 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
78,94	Katz, Kristin	1970 LSF Münster	27.04. Rheine

800 m

2:03,60	Hanich, Lina	2002 OWL Athletics	05.04. Stanford CA (USA)
2:12,14	Brosthaus, Theresa	2004 LG Dorsten	01.05. Hickory NC (USA)
2:20,07	Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:21,31	Weike, Nele	1999 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:25,12	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:27,40	Wolanin, Jagoda	2005 LG Olympia Dortmund	04.05. Höxter
2:29,07	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:29,83	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	03.05. Harsewinkel
2:30,70	Köneke, Antonia	2007 ASG Teutoburger Wald	01.05. Bad Salzuflen
2:31,14	Oberzaucher, Juna	2009 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:31,54	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:31,99	Schwedler, Anne	1984 USC Bochum	01.05. Bochum
2:32,21	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:33,26	Rabehanta, Lou	2010 LF Lühtringen 1983	04.05. Höxter
2:34,74	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:35,49	Hins, Hannah	2011 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:35,84	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:36,15	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:36,20	Röthe, Lotta	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:36,27	Wöllecke, Antje	2007 SG Eintracht Ergste	04.05. Waltrop
2:36,46	Korsen, Sabrina	1988 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:37,05	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
2:38,00	Freund, Theresia	2010 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
2:38,19	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	01.05. Bochum
2:38,22	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1.500 m

4:27,00	Hanich, Lina	2002 OWL Athletics	21.03. Sacramento CA (USA)
4:38,12	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	27.04. Rheine
4:51,62	Albustin, Miriam	2006 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
5:02,53	Brosthaus, Theresa	2004 LG Dorsten	21.03. Richmond KY (USA)
6:30,19	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine

3.000 m

10:29,99	Gaida, Charlotte	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:33,88	Bonekamp, Mia	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:40,03	Kauder, Alyssa	2007 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:40,81	Jasper, Mareen	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:53,10	Linke, Paulina	2010 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:56,22	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
10:57,38	Brinkschröder, Sophie	2008 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11:04,33	Grewatta, Patricia	1986 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:05,10	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:06,24	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:12,89	Herrmann, Malia Salome	2009 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
11:20,85	Metz, Sarah	1978 Warburger Sportverein	04.04. Paderborn
11:31,70	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	04.04. Paderborn
11:33,52	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	01.05. Bochum
11:38,47	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:51,41	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:53,68	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	04.04. Paderborn
11:57,67	Schulze, Kathrin	1993 USC Bochum	01.05. Bochum
12:00,16	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:03,50	Quest-Altrogge, Katjana	1964 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	04.04. Paderborn
12:07,1*	Hoffmann, Helen	2008 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
12:07,69	Lakhnati, Inas	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:22,89	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
12:48,77	Deiters, Julia	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
13:08,59	Schulten, Svea	2011 SV GW Steinbeck 1930	04.05. Rheine
13:24,78	Siepler, Lisa	2005 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
13:25,48	Siepler, Simone	1973 Non-Stop-Ultra	04.05. Höxter
13:28,19	Gebbe, Malien	2011 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
13:33,38	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
14:04,0*	Claas, Alina	2009 LV Oelde	29.03. Oelde

5.000 m

16:26,05	Schlattmann, Pia	2004 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
16:38,81	Schäperklaus, Sarah	2000 Marathon-Club Menden	04.04. Paderborn
16:52,05	Lehnen, Christina	2003 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
17:15,49	Weike, Nele	1999 LC Paderborn	27.04. Rheine
17:33,71	Krämer, Alexandra	1990 LC Rapid Dortmund	03.05. Hamburg



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

17:45,86	Dinkelborg, Franziska	2001 LG Brillux Münster	07.05. Hengelo (NED)
18:55,19	Grewatta, Patricia	1986 LG Hamm	03.05. Hamburg
19:02,09	Dörschel, Christl	1976 SG Wenden	03.05. Hamburg
19:31,28	Orthaus, Hannah	1998 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
19:37,49	Schoppe-Schmidt, Alexandra	1980 LSF Münster	03.05. Hamburg
19:48,73	Neumann, Lea Sophie	1999 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
21:14,08	Quest-Altrogge, Katjana	1964 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.05. Hamburg
21:19,96	Auffenberg, Melanie	1974 SC Altenrheine	27.04. Rheine
23:47,64	Holtkötter, Anne	1958 LSF Münster	03.05. Hamburg
23:49,30	Krell-Witte, Delia	1959 LSF Münster	03.05. Hamburg
25:04,37	Barkey, Edith	1965 SC Falke Saerbeck	04.05. Rheine
32:58,1*	Grote, Irmgard	1961 LG Oelde/Wadersloh	29.03. Oelde

10.000 m

33:05,76	Schlattmann, Pia	2004 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
33:05,87	Nahen, Kiara	2002 LC Paderborn	03.05. Hamburg
33:41,47	Heymann, Nele	2003 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
34:26,16	Schäperklaus, Sarah	2000 Marathon-Club Menden	03.05. Hamburg
36:07,58	Lehnen, Christina	2003 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
39:39,8*	Franken, Petra	1974 LG Olympia Dortmund	29.03. Oelde

5 km Straße

16:13	Schlattmann, Pia	2004 LG Brillux Münster	19.04. Paderborn
16:30	Heymann, Nele	2003 LG Brillux Münster	19.04. Paderborn
16:38	Schäperklaus, Sarah	2000 Marathon-Club Menden	19.04. Paderborn
16:39	Kiene, Lara	1999 LG Hamm	09.03. Leverkusen
16:59	Weike, Nele	1999 LC Paderborn	19.04. Paderborn
17:42	Winse, Marie	2002 TV Wattenscheid 01	19.04. Paderborn
17:43	Wurm, Daniela	1991 TV Hasslinghausen 1862	15.03. Salzkotten
17:45	Wieggers, Gesine	2005 LC Paderborn	19.04. Paderborn
17:46	Tegler, Katja	1996 LG Brillux Münster	09.03. Leverkusen
17:52	Lehnen, Christina	2003 LG Brillux Münster	02.02. Dortmund Hörde
17:56	Weber, Theresa	2005 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
17:58	Krämer, Alexandra	1990 LC Rapid Dortmund	09.03. Leverkusen
17:58	Kruse, Leonie	2004 LG Brillux Münster	30.04. Nordkirchen
18:10	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	22.03. Münster
18:37	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
18:41	Grewatta, Patricia	1986 LG Hamm	15.03. Salzkotten
18:47	Franken, Petra	1974 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
18:57	Metz, Sarah	1978 Warburger Sportverein	15.03. Salzkotten
19:00	Schleuß, Laura	1998 LSF Münster	27.04. Münster
19:01	Kranz, Karlotta	2010 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
19:15	Dörschel, Christl	1976 SG Wenden	09.03. Leverkusen
19:17	Meyer-Piton, Marie Sylvie	2005 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

19:25	Harnischmacher, Katrin	1997 Marathon-Club Menden	19.04. Paderborn
19:28	Serafinowski, Nadine	1991 TSVE 1890 Bielefeld	19.04. Paderborn
19:28	Florian, Aline	1995 TSG Dülmen	30.04. Nordkirchen
19:29	Kauder, Alyssa	2007 TV Wattenscheid 01	16.03. Dortmund
19:32	Habig, Marie	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
19:34	Krell, Lisa	2004 LSF Münster	09.03. Leverkusen
19:34	Fels, Anika	1995 LSF Münster	22.03. Münster
19:43	Mexner, Sarah	1981 Marathon-Club Menden	09.03. Leverkusen

10 km Straße

32:39	Büttner, Anna	2000 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
33:23	Kiene, Lara	1999 LG Hamm	09.03. Leverkusen
34:20	Schäperklaus, Sarah	2000 Marathon-Club Menden	15.03. Salzkotten
34:29	Heymann, Nele	2003 LG Brillux Münster	06.04. Brunssum (NED)
35:33	Wurm, Daniela	1991 TV Hasslinghausen 1862	09.03. Leverkusen
35:40	Lindemann, Marit	1992 Lauf Team Unna	26.01. Hamm
35:40	Schönherr, Johanna	1990 LSF Münster	26.01. Hamm
35:52	Krämer, Alexandra	1990 LC Rapid Dortmund	09.03. Leverkusen
35:54	Tegler, Katja	1996 LG Brillux Münster	09.03. Leverkusen
35:55	Rannacher, Michelle	1994 DJK Gütersloh 1923	26.01. Hamm
36:32	Hacker, Judith	1994 SG Wenden	15.03. Salzkotten
36:44	Hansen, Laura	1990 Run Squad Dortmund	15.03. Salzkotten
36:46	Dickob, Isabel	1993 SV Brackwede	15.03. Salzkotten
37:12	Wieggers, Gesine	2005 LC Paderborn	06.04. Hannover
37:29	Kappenberg, Jana	1978 LSF Münster	26.01. Hamm
37:46	Osthoff, Stefanie	1986 SG Wenden	15.03. Salzkotten
38:25	Dörschel, Christl	1976 SG Wenden	15.03. Salzkotten
38:27	Wienstroth, Ilka	1981 TSVE 1890 Bielefeld	22.03. Münster
38:39	Achenbach, Ira	1989 SG Wenden	16.02. Köln Porz Eil
38:40	Herrmann, Annika	1994 TSVE 1890 Bielefeld	26.01. Hamm
38:41	Schleuß, Laura	1998 LSF Münster	26.01. Hamm
39:11	Orthaus, Hannah	1998 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
39:26	Krause, Maja	2002 SG Wenden	15.03. Salzkotten
39:27	Franken, Petra	1974 LG Olympia Dortmund	26.01. Hamm
39:33	Behle, Liv	1997 SG Wenden	15.03. Salzkotten
39:44	Haase, Nina	1993 SV Brackwede	15.03. Salzkotten
39:51	Krell, Lisa	2004 LSF Münster	09.03. Leverkusen
40:06	Mexner, Sarah	1981 Marathon-Club Menden	26.01. Hamm
40:38	Hauertmann, Katharina	1976 LSF Münster	26.01. Hamm
40:55	Schoppe-Schmidt, Alexandra	1980 LSF Münster	26.01. Hamm

Halbmarathon

1:11:25	Kiene, Lara	1999 LG Hamm	06.04. Berlin
1:13:41	Nahen, Kiara	2002 LC Paderborn	19.04. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1:17:38	Lindemann, Marit	1992 Lauf Team Unna	19.04. Paderborn
1:19:35	Tegler, Katja	1996 LG Brillux Münster	30.03. Venlo (NED)
1:19:56	Krämer, Alexandra	1990 LC Rapid Dortmund	23.02. Hamm
1:20:25	Bossow, Franziska	1987 TSVE 1890 Bielefeld	06.04. Hannover
1:20:32	Wienstroth, Ilka	1981 TSVE 1890 Bielefeld	06.04. Hannover
1:20:51	Hansen, Laura	1990 Run Squad Dortmund	06.04. Berlin
1:21:30	Dickob, Isabel	1993 SV Brackwede	06.04. Berlin
1:22:06	Kappenberg, Jana	1978 LSF Münster	23.02. Hamm
1:23:05	Kruse, Leonie	2004 LG Brillux Münster	06.04. Hannover
1:23:56	Rewer, Antonia	1996 LSF Münster	19.04. Paderborn
1:24:22	Dörschel, Christl	1976 SG Wenden	27.04. Düsseldorf
1:24:32	Konermann, Kira	1996 SV Teuto Riesenbeck	09.03. Paris (FRA)
1:25:23	Herrmann, Annika	1994 TSVE 1890 Bielefeld	23.02. Hamm
1:25:37	Dinkelborg, Franziska	2001 LG Brillux Münster	06.04. Hannover
1:27:19	Schleuß, Laura	1998 LSF Münster	23.02. Hamm
1:27:37	Haase, Nina	1993 SV Brackwede	06.04. Berlin
1:27:40	Krell, Lisa	2004 LSF Münster	19.04. Paderborn
1:28:13	Franken, Petra	1974 LG Olympia Dortmund	19.04. Paderborn
1:28:15	Hauertmann, Katharina	1976 LSF Münster	23.02. Hamm
1:28:20	Mexner, Sarah	1981 Marathon-Club Menden	23.02. Hamm
1:30:01	Neben, Diana	1993 TSVE 1890 Bielefeld	06.04. Hannover
1:30:02	Schmidt, Raija	1974 LSF Münster	23.02. Hamm
1:30:34	Weiser, Carla	2000 LG Brillux Münster	06.04. Berlin
1:30:36	Gutsch, Christin	1983 SF Ennepetal	06.04. Berlin
1:30:39	Henze, Verena	1983 Warburger Sportverein	06.04. Berlin
1:31:33	Strothmann, Lisa	2002 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	19.04. Paderborn
1:32:41	Schulze, Kathrin	1993 USC Bochum	06.04. Berlin
1:33:04	Sicking, Stefanie	1977 TSG Reken	06.04. Berlin

Marathon

2:47:59	Krämer, Alexandra	1990 LC Rapid Dortmund	06.04. Hannover
2:56:48	Tegler, Katja	1996 LG Brillux Münster	13.04. Enschede (NED)
2:59:06	Osthoff, Stefanie	1986 SG Wenden	06.04. Hannover
3:05:00	Hacker, Judith	1994 SG Wenden	06.04. Hannover
3:06:13	Schmidt, Raija	1974 LSF Münster	06.04. Hannover
3:12:32	Behle, Liv	1997 SG Wenden	06.04. Hannover
3:20:33	Schneider, Yvonne	1981 SuS Oberaden	06.04. Hannover
3:25:29	Winter, Michaela	1982 LSF Münster	06.04. Hannover
3:51:50	Arendsee, Dorothee	1984 SuS Oberaden	06.04. Hannover
3:51:50	Klöckner, Nicole	1982 SuS Oberaden	06.04. Hannover
3:53:48	Böttger, Janin	1994 SuS Oberaden	06.04. Hannover
3:58:09	Lause, Ursula	1959 VfB Salzkotten	06.04. Hannover
4:00:49	Kerkerling, Sina	1978 LSF Münster	06.04. Hannover
4:13:48	Dionisius, Isabelle	1971 Laufftreff Recklinghausen	13.04. Paris (FRA)



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4:16:44	Hein, Susanne	1962 LG Kindelsberg Kreuztal	06.04. Bonn
4:52:40	Heiden, Claudia	1975 TuS Freya Friedewalde	06.04. Hannover
5:10:56	Suwelack, Julia	1947 LSF Münster	06.04. Hannover
5:17:16	Fliege, Gabriele	1953 SuS Oberaden	06.04. Hannover

50 km Straße

4:18:31	Gaszek, Eva-Maria	1966 LSF Münster	22.02. Ubstadt-Weiher
---------	-------------------	------------------	-----------------------

100 m Hürden 0,838 m

14,05	+1,8 Heite, Liv	2004 TV Olpe	17.04. Long Beach CA (USA)
14,16	+0,1 Adjei, Abigail	1997 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
14,20	-0,1 Brockmann, Sarina	2002 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
15,11	+1,4 Hellmann, Marie	2002 LG Brillux Münster	03.05. Neuss
15,47	0,0 Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	03.05. Menden
15,53	-0,1 Deitert, Anna	2002 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
16,82	+1,1 Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	03.05. Neuss
18,84	0,0 Hauschulte, Lena	2007 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
18,99	+0,6 Marburger, Katja	1977 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
19,27	0,0 Zander, Sarah	2003 LG Menden	03.05. Menden
20,83	0,0 Weingarten, Kathrin	1995 LG Menden	03.05. Menden

400 m Hürden 0,762 m

59,83	Voß, Laura	1994 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Lanstrop
61,56	Heite, Liv	2004 TV Olpe	11.04. Monmouth OR (USA)
69,22	Schwedler, Anne	1984 USC Bochum	03.05. Dortmund-Lanstrop
69,68	Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
70,37	Frye, Franziska	2009 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
70,94	Schäpers, Lisa Kristin	1986 FC Schalke 04	01.05. Moers
71,73	Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	03.05. Neuss
72,36	Dunke, Elina	2003 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop

4x100 m Staffel

50,70	LAZ Regio Herford, 1	LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Steinberg (2008), Sauer (2008), Kleimann (2009), Halemeier (2009)		
51,18	StG Olpe/Lennestadt, 1	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Gross (2011), Bremecker (2010), Uelner (2010), Köhler (2010)		
51,37	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
	Schröder (2009), Wolff (2009), Weiser (2009), Mand (2008)		
51,53	StG Minden/Lippe-Süd, 1	StG Minden/Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Schnabel (2009), Gossen (2009), Koch (2008), Essing (2009)		
52,49	LG Bünde-Löhne, 1	LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
	Westerbeck (2010), Jaks (2011), Wortmann (2010), Pörtner (2011)		
53,80	TV Gladbeck 1912, 1	TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
	Dreeßen (2010), Adio (2011), Köster (2011), Sharif (2011)		



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

53,93	StG Olpe/Lennestadt, 2	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Huperz (2011), Engels (2010), Aitzetmüller (2011), Purgander (2011)		
54,24	SuS Oberaden, 1	SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
	Loges (2011), Ewens (2011), Ewens (2011), Krappe (2011)		
55,02	StG Herford, 1	StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Demitrowitz (2012), Scholle (2011), Fischer (2011), Büsing (2012)		
55,21	LG Kindelsberg Kreuztal, 2	LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	Töpfer (2012), Panning (2011), Wagner (2012), Schure (2012)		
55,36	VfB Salzkotten, 1	VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
	Wegener (2010), Ludwig (2011), Müller (2011), Hesse (2011)		
55,66	VfL Gladbeck 1921, 1	VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
	Dierichs (2011), Sommerfeld (2012), Lüdemann (2010), Banken (2012)		
56,02	LG Halver-Schalksmühle, 1	LG Halver-Schalksmühle	04.05. Lüdenscheid
	Beisenbusch (2000), Kraus (2003), Haarmann (2008), Peters (2008)		
56,47	DJK GW Werl, 2	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Kaufmann (2011), Eggert (2006), Vollmer (2011), Cordes (2010)		
57,19	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
	Lutkova (2010), Rethmeier (2012), Niedballa (2011), Wolff (2011)		
57,20	TSV 1887 Schloß Neuhaus, 1	TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
	Bröckling (2011), Redlin (2010), Cicek (2011), Eckel (2010)		
59,23	LG Lüdenscheid, 1	LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
	Winter (1988), Santen (2002), Kückelhaus (1990), Włodarczyk-Hamann (1978)		
59,71	StG Herford, 2	StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Roncovic (2013), Wehmeier (2011), Behring (2010), Kleimann (2011)		
61,12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
	Hemmeke (1974), Santos (1976), Eickmeyer (1976), Quest-Altrogge (1964)		
68,39	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Runde (2010), Hoffmann (2011), Niederhafner (2011), Prünke (2011)		

4x400 m Staffel

4:09,91	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Ickstadt (2001), Menne (2004), Skoruppa (2005), Rier (2004)		
4:11,42	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Assmann (2007), Hemcke (2008), Reckert (2007), Peltzer (2008)		

3x800 m Staffel

7:19,29	LC Paderborn, 1	LC Paderborn	04.05. Hamburg
	Weike (1999), Weike (1999), Hoffmann (1997)		

Hochsprung

1,92	Honsel, Christina	1997 TV Wattenscheid 01	03.05. Shaoxing (CHN)
1,78	Brockmann, Sarina	2002 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,58	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,58	Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
1,56	Jung, Sarah	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,55	Höning, Mia	2010 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
1,55	Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
1,55	Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,54	Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl
1,54	Renner, Paula	2002 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
1,54	Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
1,52	Prünke, Ida	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,52	Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,51	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,50	Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,50	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,50	Rodenberg, Enna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,49	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
1,48	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	26.04. Werl
1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
1,47	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,46	Neumann, Lena	1995 TV Lengerich	26.04. Werl

Stabhochsprung

3,80	Laux, Lea	2002 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,70	Schulte im Walde, Paula	2005 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,60	Grabenmeier, Linda	2001 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
3,30	Rausmann, Elsa	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Freisfeld, Finnja	2007 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
2,90	Höfer, Emma	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Niggemeyer, Luise	2005 DJK GW Werl	26.04. Werl
2,40	Butzin, Charlotte	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Kiblerski, Charlotte	2011 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,70	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,70	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

5,58	+0,4 Hellmann, Marie	2002 LG Brillux Münster	04.05. Neuss
5,52	+0,6 Rier, Johanna	2004 LG Olympia Dortmund	26.04. Werl
5,50	+0,2 Prünte, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,38	+0,7 Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl
5,30	+0,7 Schlotmann, Julia	2004 SC Eintracht Hamm	26.04. Werl
5,18	-0,2 Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,10	+0,5 Arndt, Naemi	2007 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheid
5,07	+1,0 Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,05	0,0 Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
5,04	+0,2 Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
5,03	+0,4 Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,02	+0,8 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
5,02	+0,1 Broda, Bianca	1986 Recklinghäuser LC	04.05. Lüdenscheid
5,00	0,0 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,99	0,0 Kunstmann, Maja	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,97	0,0 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,96	+0,2 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,96	0,0 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,93	+0,8 Bergmann, Lisa	2007 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
4,92	+0,5 Kleimann, Janna	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,89	0,0 Dennis, Favour	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,88	-1,3 Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,85	0,0 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,85	+0,1 Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,84	0,0 Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
4,82	-0,1 Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4,81	0,0 Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,80	0,0 Hoffmann, Lara	2009 TV Dasselndorf	27.04. Herdorf
4,79	0,0 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,77	0,0 Schubert, Marika	2010 SV Ubbedissen	03.05. Harsewinkel

Dreisprung

10,29	0,0 Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
10,15	+1,5 Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
9,62	+1,4 Redder, Antonia	2008 TV Mettingen	12.04. Mettingen

Kugelstoß 4 kg

13,26	Bornemeier, Marie-Theres	1997 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
12,22	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
11,63	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	02.05. Lubbock TX (USA)
11,34	Berger, Anne	1999 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
11,24	Gierse, Alina	1999 TSG Lennestadt	05.04. Rüthen
11,24	Schütte, Lisa	1993 LG Geseke	12.04. Wadersloh
11,18	Deitert, Anna	2002 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
11,11	Krämer, Jana	1999 LG Olympia Dortmund	29.03. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,09	Mertens, Franziska	1995 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
10,85	Peters, Hannah	1999 USC Bochum	01.05. Bochum
10,60	Brockmann, Sarina	2002 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
10,59	Keilmann, Carina	1996 USC Bochum	01.05. Bochum
10,54	van Meurs, Edda	1997 LG Brillux Münster	03.05. Münster
10,40	Kathreiner, Jule	1999 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
10,33	Brünger, Kim Cara	1998 USC Bochum	01.05. Bochum
10,08	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
10,00	Klein, Emily	2003 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
9,94	Pommerening, Malin	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
9,91	Wetter, Pauline	1998 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
9,83	Haffke, Jana	1976 TSG Lennestadt	05.04. Rüthen
9,80	Weingarten, Kathrin	1995 LG Menden	05.04. Salzkotten
9,73	Albrecht, Sandra	1986 LG Lippe-Süd	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
9,69	Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	03.05. Menden
9,50	Steldermann, Marie	1998 LG Brillux Münster	03.05. Münster
9,35	Wältz, Nina	2002 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
9,30	Zander, Sarah	2003 LG Menden	26.04. Werl
9,22	Gude, Fenja	1993 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
9,18	Erdhütter, Miriam	1984 LV Oelde	05.04. Salzkotten
9,03	Theine, Pauline	2003 USC Bochum	01.05. Bochum
8,94	Hashimi, Diana	2007 VfL Eintracht Hagen	04.05. Lüdenscheid

Diskuswurf 1 kg

53,35	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	19.04. Long Beach CA (USA)
49,58	Northoff, Pia	2002 TV Wattenscheid 01	04.05. Rheine
46,47	Adesokan, Favour	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
42,64	Folz, Franziska	2000 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
40,38	Lucas, Hanna	2007 LA SV Herten	03.05. Münster
39,32	Bornemeier, Marie-Theres	1997 LG Lippe-Süd	23.03. Paderborn
37,26	Krämer, Jana	1999 LG Olympia Dortmund	05.04. Salzkotten
36,87	Czeranka, Johanna	2008 TV Werne 03	26.04. Werl
36,30	Albrecht, Sandra	1986 LG Lippe-Süd	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
35,27	Winkelmann, Katharina	2003 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
35,24	Schütte, Sophia	2003 LG Geseke	29.03. Gladbeck
35,00	Kodat, Lynn	2009 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
34,28	Schütte, Lisa	1993 LG Geseke	29.03. Gladbeck
33,80	Speier, Sarah	1994 LA SV Herten	12.04. Wadersloh
32,41	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
32,38	Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl
32,04	Goedeke, Malin	2008 VfB Salzkotten	23.03. Paderborn
31,83	Wetter, Pauline	1998 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
31,36	Uzuncelebi, Acelya	2009 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

30,21	Brünger, Kim Cara	1998 USC Bochum	01.05. Bochum
30,03	Zander, Sarah	2003 LG Menden	05.04. Salzkotten
29,31	Matheja, Julia	2009 LC Paderborn	01.05. Bochum
29,04	Ernst, Merita	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
29,03	Erdhütter, Miriam	1984 LV Oelde	05.04. Salzkotten
28,71	Schulte im Walde, Marie	2005 LG Olympia Dortmund	26.04. Werl
28,63	Jastremski, Carolin	1982 LG Menden	26.04. Werl
27,28	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
27,06	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
27,00	Gebhardt, Monika	1976 DJK Blau-Weiß Annen	26.04. Werl
26,46	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum

Hammerwurf 4 kg

43,88	Straub, Annika	1999 LAZ Soest	11.01. Soest
39,22	Schlierkamp, Kira	2000 SuS Olfen	19.04. Olfen
38,59	Mengelkamp, Lea	2004 SuS Olfen	19.04. Olfen
37,91	Albrecht, Sandra	1986 LG Lippe-Süd	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
37,33	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	28.03. San Marcos TX (USA)
34,87	Heimes, Franziska	1993 SuS Olfen	19.04. Olfen
33,44	Hartwig, Kathrin	1988 LG Plettenberg/Herscheid	03.05. Plettenberg
31,70	Rump, Johanna	2007 SuS Olfen	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
28,13	Hartwig, Svenja	1988 LG Plettenberg/Herscheid	03.05. Plettenberg
27,17	Erdhütter, Miriam	1984 LV Oelde	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
26,07	Bornemeier, Marie-Theres	1997 LG Lippe-Süd	27.04. Dissen am Teutoburger Wald

Speerwurf 600 g

43,57	Mertens, Franziska	1995 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
41,87	Deitert, Anna	2002 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
36,71	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	20.03. Houston TX (USA)
36,55	Zander, Sarah	2003 LG Menden	26.04. Werl
33,61	Wältz, Nina	2002 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
32,88	Gierse, Alina	1999 TSG Lennestadt	29.03. Gladbeck
32,47	Gude, Fenja	1993 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
32,45	Pommerening, Malin	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
31,93	Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	04.05. Menden
31,48	Jastremski, Carolin	1982 LG Menden	23.03. Paderborn
30,57	Guht, Antonia Teresa	2006 LC Paderborn	23.03. Paderborn
30,03	Lenz, Franziska	2001 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
30,00	Bornemeier, Marie-Theres	1997 LG Lippe-Süd	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
29,22	Steldermann, Marie	1998 LG Brillux Münster	03.05. Münster
28,91	Werner, Carla	2000 USC Bochum	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

28,82	Lorsbach, Finja	2005 LG Kindelsberg Kreuztal	21.03. Oxford MS (USA)
28,70	Peters, Hannah	1999 USC Bochum	01.05. Bochum
27,96	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
27,63	Zöllner, Jule	2004 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
27,35	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	26.04. Werl
27,31	Wünning, Finia	2004 LG Brillux Münster	03.05. Münster
26,06	Schmitz, Antje	2002 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
25,92	Weingarten, Kathrin	1995 LG Menden	04.05. Menden
25,61	Niggemeyer, Luise	2005 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
23,43	Groß, Christina	1992 SV Langendreer 04 Leichtathletik	01.05. Bochum
23,10	Klute, Maya	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
22,87	Kresmer, Chiara	2007 TV Wanne 1885	01.05. Bochum
22,71	Erdhütter, Miriam	1984 LV Oelde	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
21,99	Ernst, Merita	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
21,87	Wobbe, Nina	1976 LAV Rheine	04.05. Rheine

7-Kampf

4.194	Maschinski, Chantal	1996 Hammer Sportclub 2008	03.05. Menden
	15,47 (0,0) - 781 1,52 - 644 9,69 - 509 28,19 (-0,6) - 616 4,99 (-0,5) - 557 31,93 - 513 2:39,94 - 574		
3.274	Zander, Sarah	2003 LG Menden	03.05. Menden
	19,27 (0,0) - 366 1,43 - 544 8,33 - 421 29,80 (-0,6) - 496 4,57 (-0,2) - 446 35,58 - 583 2:54,53 - 418		
2.725	Weingarten, Kathrin	1995 LG Menden	03.05. Menden
	20,83 (0,0) - 237 1,34 - 449 9,35 - 487 29,86 (-0,6) - 492 4,02 (0,0) - 312 25,92 - 400 3:01,90 - 348		

männliche U23

100 m

11,08	0,0 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,11	-0,3 Frey, Jonas	2004 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,43	-0,4 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,47	-0,2 Schneider, Tim Lukas	2007 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,53	-0,1 Girka, Steven	2005 USC Bochum	01.05. Bochum
11,54	-0,4 Rist, Luis	2005 USC Bochum	01.05. Bochum
11,57	-0,6 Redecker, Alessio	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,59	0,0 Reimchen, Ilja	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,62	-0,4 Appiah, Deion	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,62	+0,3 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,62	-0,3 Lakemper, Justus	2005 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,68	+0,6 Schulte, Thilo	2005 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
11,69	+0,4 Kleppel, Tristan Joel	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,72	0,0 Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,75	+0,4 Sribar, Andrej	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,79	-1,6	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
11,82	+0,1	Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,83	-0,6	David, Manuel	2003 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,88	+0,1	Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
11,88	-0,4	Odametey, Victory Thomas	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,90	+0,1	Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
11,91	-0,6	Koldaev, Maximilian	2007 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
11,93	-0,6	Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,94	-0,4	Limberg, Alexander	2006 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,99	-1,0	Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
11,99	+0,4	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
11,99	-0,3	Nüsken, Lennox	2004 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,03	-1,0	Albert, Maximilian	2006 Bielefelder TG	01.05. Bad Salzuflen
12,03	+0,6	Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
12,08	-0,2	Grau, Mika	2007 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
200 m				
22,31	+0,3	Wörmann, Ole	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,48	+0,1	Frey, Jonas	2004 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
22,54	+0,8	Uruthiran, Abinayan	2006 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
22,74	-1,5	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
22,89	-1,9	Mawumba, Alvin	2007 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
22,89	+0,1	Waldner, Moritz Liam	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
22,93	+0,3	Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,98	+1,1	Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	04.05. Waltrop
23,02	+0,1	Girka, Steven	2005 USC Bochum	01.05. Bochum
23,13	-0,8	Redecker, Alessio	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
23,49	-0,7	Schulte, Thilo	2005 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
23,73	+0,3	Keil, Florian Alexander	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,02	-0,3	Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
24,04	+0,1	Limberg, Alexander	2006 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
24,08	-0,3	Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-0,5	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-1,4	Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
24,29	+0,3	Höke, Titus Maximilian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,35	0,0	Lehmeier, Tim	2007 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
24,43	0,0	Albert, Maximilian	2006 Bielefelder TG	01.05. Bad Salzuflen
24,44	-0,8	Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
24,51	+0,8	Tober, Kjell Georg	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
24,52	-0,7	Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
24,62	+0,8	Braida, Luca	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
24,71	-0,3	Ehle, Luca	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
24,74	+0,6	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
24,90	-1,4	Braun, Eric	2009 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

25,03	+0,6 Geldard, Robin	2008 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
25,03	+1,1 Rudnytskyi, Dmytrii	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
25,12	+0,8 Bieker, Adam Berk	2009 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop

400 m

50,63	Lewandowski, Gustav	2007 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
50,82	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
53,54	Schneider, Tim Lukas	2007 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
54,11	Eller, Malte	2005 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheld
54,57	Herick, Ole	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
55,24	Walde, Yannick	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,04	Vorschulze, Philippe	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,51	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
56,74	Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
57,30	Schrichten, Till	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
57,74	Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
58,61	Gaide, Tim	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
59,50	David, Luca	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
59,52	Lakemper, Jasper	2008 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
61,85	Kowalski, Leon	2007 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,21	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheld
64,49	Arndt, Niklas	2009 VfL Hülse	04.05. Waltrop

800 m

1:53,18	Lindstrot, Lennart	2003 LG Brillux Münster	05.04. San Francisco CA (USA)
2:03,20	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:06,20	Kaiser, Felix Antonius	2007 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:06,78	Thomas, Kian	2004 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:06,94	Schander, Luka	2008 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
2:08,34	Müller, Leonard	2008 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
2:09,64	Dreckmann, Claudius	2008 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:10,92	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:13,98	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
2:14,91	Loleit, Elias	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:18,54	Kossak, Jonathan	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter
2:19,04	Winkel, Philipp Benjamin	2010 TuS Deuz	04.05. Lüdenscheld
2:19,26	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	12.04. Mettingen
2:19,71	von Palombini, Amadeo	2010 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:20,48	Saucedo-Szenci, Luis	2008 LG Lüdenscheld	04.05. Lüdenscheld
2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheld
2:22,18	Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,60	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheld
2:22,77	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,92	Klein, Julien Noel	2009 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:23,02	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:23,21 Güleriyüz, Cengiz
2:23,49 Haag, Anton
2:23,96 Jarvers, Ben
2:24,81 Streyl, Ole
2:25,29 Zahedi, Jakob
2:25,81 Kathöfer, Joris
2:28,30 Dernbach, Sven
2:28,42 Klee, Maximilian
2:28,49 Ammerschuber, Jonas

2010 TV Westfalia Epe
2010 TV Wattenscheid 01
2011 LAV Rheine
2011 TuS Sythen 1923
2011 DJK GW Werl
2012 LV Oelde
2009 HLC Höxter
2009 LAZ Iserlohn
2009 LG Lüdenscheid

27.04. Rheine
03.05. Gladbeck
27.04. Rheine
04.05. Waltrop
04.05. Neuss
03.05. Harsewinkel
04.05. Höxter
04.05. Lüdenscheid
04.05. Lüdenscheid

1.500 m

3:48,30 Lindstrot, Henrik
3:50,37 Lindstrot, Lennart
3:57,65 Boeck, Noah
3:58,21 Bens, Tom-Leon
4:09,45 Rajter, David
4:14,91 Timm, Fiete
4:17,86 Freund, Julius
4:46,84 Süssholz, Tom
4:50,55 Kaufmann, Jonas
4:55,96 Hülsbusch, Elias
5:17,60 Scheinert, Levi
5:22,02 Westhoff, Luca
5:37,52 Teutemacher, Leo
5:39,52 Albers, Lutz

2003 LG Brillux Münster
2003 LG Brillux Münster
2004 LG Olympia Dortmund
2003 LC Paderborn
2003 LG Brillux Münster
2009 LC Paderborn
2008 LG Rheine-Elte
2006 SV SW Esch 1930
2005 SV 1860 Minden
2010 LSF Münster
2009 LAV Rheine
2010 LAV Rheine
2010 LSF Münster
2010 DJK Arminia Ibbenbüren

18.04. Azusa CA (USA)
04.04. Stanford CA (USA)
04.04. High Point NC (USA)
01.05. Bad Salzuflen
07.05. Grefrath-Oedt
01.05. Bad Salzuflen
27.04. Rheine
27.04. Rheine
01.05. Bad Salzuflen
27.04. Rheine
27.04. Rheine
27.04. Rheine
27.04. Rheine

3.000 m

8:22,27 Lindstrot, Henrik
8:44,55 Lindstrot, Lennart
8:44,70 Notzon, Bastian
8:55,10 Schröder, Fynn
8:55,41 Hins, Julian
8:55,71 Güleriyüz, Aslan
9:00,19 Grobbel, Luca
9:01,09 Albustin, Jonathan
9:13,41 Landwehrjohann, Fynn
9:17,95 Büse, Lean
9:18,82 Albustin, Samuel
9:22,51 Timm, Fiete
9:26,43 Freund, Julius
9:41,55 Kauder, Sandro
9:44,61 Pauls, Martin
9:46,14 Bender, Thies
9:53,21 Sium, Meron
10:01,44 Schwab, Lucas

2003 LG Brillux Münster
2003 LG Brillux Münster
2004 TV Wattenscheid 01
2006 DJK Gütersloh 1923
2009 SC Hagen-Wildewiese
2010 LG Brillux Münster
2006 LAC Veltins Hochsauerland
2009 LG Brillux Münster
2004 LV Oelde
2009 SC Hagen-Wildewiese
2008 LG Brillux Münster
2009 LC Paderborn
2008 LG Rheine-Elte
2005 TV Wattenscheid 01
2007 ASG Teutoburger Wald
2005 LV Oelde
2005 Non-Stop-Ultra
2003 LV Oelde

14.03. Riverside CA (USA)
14.03. Riverside CA (USA)
01.05. Bochum
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.05. Rheine
01.05. Bochum
04.04. Paderborn
04.04. Paderborn
04.05. Höxter
04.04. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

10:06,90	Reinecke, Lennart	2005 LTV Lippstadt	04.04. Paderborn
10:15,09	Zerououl, Khalil	2010 SC Eintracht Hamm	04.04. Paderborn
10:22,77	El Fakir, Elias	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:31,83	Güteryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	04.05. Rheine
10:35,55	El Fakir, Yonas	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:35,56	Mimberg, Laurenz	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:54,08	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:55,34	Güteryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:57,41	Schräder, Hauke	2010 TB Burgsteinfurt	04.05. Rheine
11:08,52	Wagenknecht, Lion	2009 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:10,05	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:21,15	Padberg, Matz-Leon	2008 LAC Veltins Hochsauerland	04.04. Paderborn

5.000 m

14:52,16	Boeck, Noah	2004 LG Olympia Dortmund	21.03. Charlotte NC (USA)
15:21,14	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:30,36	Drepper, David	2006 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
15:42,21	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:46,44	Rajter, David	2003 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
15:46,73	Notzon, Bastian	2004 TV Wattenscheid 01	27.04. Rheine
15:51,02	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:57,07	Franken, Nils	2006 LG Olympia Dortmund	04.04. Paderborn
16:02,22	Lessmann, Simon	2004 TV Jahn Bad Driburg	04.04. Paderborn
16:15,45	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	04.04. Paderborn
16:37,54	Thomas, Kian	2004 LC Paderborn	27.04. Rheine
17:01,5*	Bender, Thies	2005 LV Oelde	29.03. Oelde
17:15,07	Keller, Jan	2003 Marathon Ibbenbüren	04.05. Rheine
17:15,51	Gerling, Paul	2004 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	04.04. Paderborn
18:26,10	Süssholz, Tom	2006 SV SW Esch 1930	04.05. Rheine
18:53,7*	Mimberg, Laurenz	2008 TV Wattenscheid 01	29.03. Oelde
25:37,6*	Fidelok, Jakob	2009 TV Wattenscheid 01	29.03. Oelde

10.000 m

30:14,07	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
----------	---------------	--------------------------	----------------

5 km Straße

14:36	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
14:58	Gebauer, Jonathan	2006 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
15:03	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:09	Bens, Tom-Leon	2003 LC Paderborn	19.04. Paderborn
15:10	Doerner, Tammo	2005 LG Olympia Dortmund	19.04. Paderborn
15:18	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:36	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:43	Schröder, Fynn	2006 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

15:44	Lessmann, Simon	2004 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten
15:44	Nhanombe, Leonel	2004 LG Olympia Dortmund	27.04. Münster
15:50	Grobbe, Luca	2006 LAC Veltins Hochsauerland	19.04. Paderborn
15:52	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen
15:56	Gröver, Paul	2005 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
15:57	Franken, Nils	2006 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:58	El Arabi, Ayman	2003 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
16:01	Straub, Aik	2007 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
16:06	Drepper, David	2006 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:10	Güteryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:13	Eickmeyer, Karl Luis	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
16:13	Albustin, Jonathan	2009 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:13	Thomas, Kian	2004 LC Paderborn	19.04. Paderborn
16:14	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	19.04. Paderborn
16:16	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
16:24	Müller, Jannis	2003 LG Coesfeld	19.04. Paderborn
16:24	Runde, Cedrik	2006 LG Brillux Münster	30.04. Nordkirchen
16:28	Fraune, Luca	2009 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
16:29	Büse, Lean	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen
16:34	Sium, Meron	2005 Non-Stop-Ultra	15.03. Salzkotten
16:34	Reinecke, Lennart	2005 LTV Lippstadt	19.04. Paderborn
16:56	Glahé, Paul	2007 LG Olympia Dortmund	29.03. Werl

10 km Straße

30:23	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	02.02. Dortmund Hörde
31:04	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
32:13	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
33:16	Doerner, Tammo	2005 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
33:41	Landwehrjohann, Fynn	2004 LV Oelde	15.03. Salzkotten
33:43	Lessmann, Simon	2004 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten
34:04	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
35:06	Pauls, Martin	2007 ASG Teutoburger Wald	15.03. Salzkotten
35:10	Glahé, Paul	2007 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
36:02	Reinecke, Lennart	2005 LTV Lippstadt	15.03. Salzkotten
36:04	Gerling, Paul	2004 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	15.03. Salzkotten
36:34	Kellner, Lasse	2006 LC Rapid Dortmund	09.03. Leverkusen
37:05	Frensch, Jalon	2007 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
37:54	Mende, Fabio	2009 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	15.03. Salzkotten
38:10	Görrissen, Tom	2006 LC Rapid Dortmund	26.01. Hamm
38:17	Wozny, Simon	2008 SuS Bertlich 1945	18.01. Haltern am See
39:37	Brüning, Matti	2008 TSVE 1890 Bielefeld	19.04. Paderborn
40:28	Lammers, Mats	2003 LSF Münster	26.01. Hamm
40:47	Sium, Meron	2005 Non-Stop-Ultra	15.03. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

41:59	Neuhausen, Niklas	2005 Recklinghäuser LC	18.01. Haltern am See
48:21	Drewes, Michel	2007 LC Paderborn	19.04. Paderborn
50:55	Lammers, Tristan	2009 Warendorfer Sportunion 1895/1972	16.03. Ahlen-Vorhelm
59:29	Herlemann, Hauke	2003 LG Lippe-Süd	19.04. Paderborn

Halbmarathon

1:06:58	Franken, Lars	2004 LG Olympia Dortmund	19.04. Paderborn
1:14:30	Landwehrjohann, Fynn	2004 LV Oelde	27.04. Münster
1:25:04	von Daacke, David	2004 LC Paderborn	06.04. Hannover
1:25:07	Kaufmann, Jonas	2005 SV 1860 Minden	06.04. Hannover
2:04:45	Nickel, Leon	2003 TSVE 1890 Bielefeld	19.04. Paderborn

110 m Hürden 1,067 m

25,51	-0,6	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
-------	------	---------------------	---------------------	--------------------------

400 m Hürden 0,914 m

59,67		Schulte, Thilo	2005 LG Lüdenscheid	03.05. Dortmund-Lanstrop
-------	--	----------------	---------------------	--------------------------

3.000 m Hindernis 0,914 m

8:55,20		Lindstrot, Henrik	2003 LG Brillux Münster	04.04. Stanford CA (USA)
9:28,47		Boeck, Noah	2004 LG Olympia Dortmund	11.04. Durham NC (USA)

4x100 m Staffel

46,39	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Böhning (2010), Reimchen (2010), Lehmann (2010), Lisk (2010)		
46,55	BTW Bünde, 1	BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
	Meier (2010), Janzen (2008), Schander (2008), Höpner (2009)		
49,92	TV Wattenscheid 01, 2	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Bischoff (2010), Böhme (2011), Biwo (2010), Chukwunedozie (2011)		
51,83	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Hudzicki (2011), Pathmann (2011), Zahedi (2011), Hotak (2011)		
52,45	LG Lippe-Süd, 1	LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Striwe (2011), Kröger (2011), Pöhl (2011), Krome (2011)		
59,61	LC Borken, 1	LC Borken	03.05. Gladbeck
	Schwärecke (2012), Schedautzke (2012), Südholt (2012), Hausmann (2011)		

4x400 m Staffel

3:24,43	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Anstötz (2007), Krellmann (2009), Mersmann (2007), Dettner (2007)		

3x1.000 m Staffel

7:32,97	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Nhanombe (2004), Färber (2004), Gröver (2005)		

Hochsprung



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,84	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,80	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
1,76	Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
1,75	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,72	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
1,71	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,70	Vieregge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,70	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	26.04. Werl
1,68	Bunte, Ben Jorin	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,67	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
1,66	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,66	Böhning, Maximilian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,66	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,65	Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,65	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
1,64	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,64	Meier, Niklas	2009 LAC Veltins Hochsauerland	04.05. Lüdenscheid
1,62	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	26.04. Werl
1,60	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,60	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,60	Schulte, Henri	2010 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,60	Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,58	Schulte, Paul	2009 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,56	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,55	von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
1,55	Kortenjann, Leo	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,55	Vestrick, Noah	2010 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
1,54	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck

Stabhochsprung

4,90	Marburger, Till	2003 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
4,50	Bertling, Finn	2006 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
4,30	Rist, Luis	2005 USC Bochum	03.05. Dortmund-Hacheney
4,10	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	26.04. Werl
3,80	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfürth
2,90	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Hacheney
2,80	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
2,10	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
------	------------------	------------------	--------------------------

Weitsprung

6,12	-0,7 Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
6,11	0,0 Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
6,07	+0,7 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
5,97	+1,6 Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,96	-0,2 Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,93	0,0 Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,89	-0,2 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
5,85	+1,0 Braida, Luca	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,82	-0,7 Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
5,79	0,0 Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,75	+0,8 Rettig, Michel	2003 LG Olympia Dortmund	26.04. Werl
5,69	0,0 Vieregge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
5,61	0,0 Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,57	+0,4 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,56	0,0 Grünegras, Simeon	2005 LG Fichte-Else-Kabel	15.03. Hagen
5,44	0,0 Reinsch, Moritz	2006 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,43	0,0 Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,42	-0,3 Schlagenwerth, Simon	2009 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
5,38	-0,1 Herlemann, Ole	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,35	+0,2 Wehner, Justus	2008 LG Brillux Münster	26.04. Werl
5,30	+1,5 Skotzke, Mirko	2005 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
5,30	+0,2 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
5,29	+1,8 Mertens, Adrian-Silas	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,29	+1,0 Schillmann, Thorsten	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,27	0,0 Schockemöhle, Konrad	2008 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
5,23	0,0 Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,22	-0,4 Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,21	0,0 Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
5,19	+0,3 Meier, Martis Raoul	2010 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,15	+1,7 Kossak, Jonathan	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter

Kugelstoß 7,26 kg

14,43	Reisch, Marcel	2003 TV Wattenscheid 01	26.04. Ann Arbor MI (USA)
14,08	Droege, Nicklas	2003 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
12,86	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
12,75	Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
11,05	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
10,70	Mende, Louis	2003 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
10,00	Skotzke, Mirko	2005 VfB Fichte Bielefeld	01.05. Bielefeld
9,60	Horstmeier, Nils	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
9,41	David, Manuel	2003 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
9,06	Uhlenbrock, Felix	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

Diskuswurf 2 kg

54,06	Reisch, Marcel	2003 TV Wattenscheid 01	19.04. Rochester MI (USA)
35,15	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
34,13	Mende, Louis	2003 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
32,50	Horstmeier, Nils	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
29,56	Müller, Tim	2003 LG Geseke	26.04. Werl
28,29	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
26,11	Wewel, Jonas	2004 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
24,66	Niggemeyer, Jakob	2003 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
23,51	Uhlenbrock, Felix	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine

Hammerwurf 7,26 kg

39,61	Reisch, Marcel	2003 TV Wattenscheid 01	01.05. Adrian MI (USA)
-------	----------------	-------------------------	------------------------

Speerwurf 800 g

54,83	Soicke, Maximilian	2004 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
49,24	Brinks, Jan	2007 LG Coesfeld	03.05. Münster
48,66	Schallner, Henrik	2005 LC Paderborn	23.03. Paderborn
45,57	Morawietz, Till	2005 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
44,55	Harten, Jonas	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
44,49	Reiff, Marcel	2006 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
43,71	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	26.04. Werl
40,89	Mende, Louis	2003 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
40,74	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
37,83	Langenbach, Patrick	2005 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
37,14	Horstmeier, Nils	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
37,02	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
34,44	Kilimann, Nico	2007 FC Schalke 04	29.03. Gladbeck
33,10	Niggemeyer, Jakob	2003 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
32,59	Uhlenbrock, Felix	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
32,17	Rehers, Clemens	2007 LG Brillux Münster	03.05. Münster
31,99	Demberg, Moritz	2003 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
29,48	Schröder, Kai	2007 LAV Rheine	04.05. Rheine
26,24	Schaefer, Paul	2007 USC Bochum	01.05. Bochum
21,49	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	29.03. Gladbeck
20,56	Kowalski, Leon	2007 TV Wanne 1885	01.05. Bochum

weibliche U23

100 m

12,14	-0,1 Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,41	-0,4 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
12,42	+1,2 Heite, Liv	2004 TV Olpe	08.03. Tacoma WA (USA)
12,50	-0,9 Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

12,61	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
12,77	+0,5 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
12,86	+0,2 Theine, Pauline	2003 USC Bochum	01.05. Bochum
12,93	-0,4 Arndt, Naemi	2007 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheid
12,94	+0,9 Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,95	+0,1 Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrup
12,96	-1,1 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
13,01	+0,5 Schneider, Anna	2006 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
13,02	+0,1 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
13,14	-1,5 Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
13,14	-0,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	01.05. Wipperfurth
13,15	0,0 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrup	03.05. Dortmund-Lanstrup
13,15	-0,2 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
13,17	-0,4 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
13,19	+0,1 Arica, Amelie	2009 LSF Münster	03.05. Dülmen
13,19	0,0 Tober, Finja Marie	2005 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
13,20	+0,4 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,20	-0,1 Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrup
13,21	-1,6 Laryea, Niobe	2003 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrup
13,23	-0,4 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
13,23	-0,6 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,25	0,0 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrup
13,26	-4,6 Schneider, Eva	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
13,27	0,0 Haudek, Jenna	2008 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Lanstrup
13,28	-0,2 Palka, Desana	2007 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrup
13,31	-0,2 Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrup	03.05. Dortmund-Lanstrup

200 m

24,82	-0,9 Schöbel, Marie-Louisa	2003 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
25,19	+1,6 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheid
26,34	-0,8 König, Sarah Rosanne	2009 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
26,34	+1,9 Seibert, Matilda	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
26,47	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrup
26,79	+1,9 Tober, Finja Marie	2005 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
26,82	0,0 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	03.05. Bad Wildungen
26,85	-0,1 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,01	-0,2 Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,04	0,0 Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	30.04. Soest
27,04	+0,1 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrup	03.05. Dortmund-Lanstrup
27,12	-0,9 Theine, Pauline	2003 USC Bochum	01.05. Bochum
27,26	-0,8 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
27,33	+1,6 Schwarzer, Carlotta	2004 TV Jahn Siegen	04.05. Lüdenscheid
27,34	0,0 Grobbel, Mia	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrup
27,48	-0,2 Schröder, Amanda	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,55	+0,4 Heinrichs, Leticia	2004 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

27,60	-1,2 Weiser, Kaja	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,64	-1,3 Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
27,65	+1,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
27,77	-0,2 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,82	0,0 Laryea, Niobe	2003 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,90	-0,2 Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
27,96	-0,8 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
27,97	-0,2 Bah, Oumou	2009 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
28,02	-0,1 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
28,04	-0,8 Keller, Shirley-Ann	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
28,20	-0,2 Heinrichs, Nele	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
28,23	-0,3 Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
28,23	+0,3 Bürmann, Jana	2008 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden

400 m

56,39	Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
60,54	Stüker, Franziska	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
61,80	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	27.04. Rheine
62,81	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
63,04	Langanke, Amelie	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,87	Wittland, Lynn	2008 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
64,74	Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
64,74	Simon, Hannah	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
65,73	Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
68,77	Stirnberg, Suri Leonie	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
68,85	Löwen, Pia	2009 TG Werste von 1961	27.04. Rheine
70,17	Geitz, Lucy	2009 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop

800 m

2:12,14	Brosthaus, Theresa	2004 LG Dorsten	01.05. Hickory NC (USA)
2:20,07	Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:25,12	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:27,40	Wolanin, Jagoda	2005 LG Olympia Dortmund	04.05. Höxter
2:29,07	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:29,83	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	03.05. Harsewinkel
2:30,70	Köneke, Antonia	2007 ASG Teutoburger Wald	01.05. Bad Salzuflen
2:31,14	Oberzaucher, Juna	2009 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:31,54	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:32,21	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:33,26	Rabehanta, Lou	2010 LF Lücktrungen 1983	04.05. Höxter
2:34,74	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:35,49	Hins, Hannah	2011 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:35,84	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:36,15	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:36,20	Röthe, Lotta	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:36,27	Wöllecke, Antje	2007 SG Eintracht Ergste	04.05. Waltrop
2:37,05	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
2:38,00	Freund, Theresia	2010 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
2:38,19	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	01.05. Bochum
2:38,22	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
2:38,40	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:38,44	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	03.05. Gladbeck
2:38,58	Laukötter, Ida	2010 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:39,11	Winkemann, Elisa	2010 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheld

1.500 m

4:38,12	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	27.04. Rheine
4:51,62	Albustin, Miriam	2006 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
5:02,53	Brosthaus, Theresa	2004 LG Dorsten	21.03. Richmond KY (USA)
6:30,19	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine

3.000 m

10:29,99	Gaida, Charlotte	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:33,88	Bonekamp, Mia	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:40,03	Kauder, Alyssa	2007 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:40,81	Jasper, Mareen	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:53,10	Linke, Paulina	2010 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:56,22	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
10:57,38	Brinkschröder, Sophie	2008 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11:05,10	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:06,24	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:12,89	Herrmann, Malia Salome	2009 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
11:31,70	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	04.04. Paderborn
11:33,52	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	01.05. Bochum
11:38,47	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:51,41	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:53,68	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	04.04. Paderborn
12:00,16	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:07,1*	Hoffmann, Helen	2008 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
12:07,69	Lakhnati, Inas	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:22,89	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
12:48,77	Deiters, Julia	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
13:08,59	Schulten, Svea	2011 SV GW Steinbeck 1930	04.05. Rheine
13:24,78	Siepler, Lisa	2005 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13:28,19	Gebbe, Malien	2011 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
13:33,38	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
14:04,0*	Claas, Alina	2009 LV Oelde	29.03. Oelde

5.000 m

16:26,05	Schlattmann, Pia	2004 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
16:52,05	Lehnen, Christina	2003 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn

10.000 m

33:05,76	Schlattmann, Pia	2004 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
33:41,47	Heymann, Nele	2003 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
36:07,58	Lehnen, Christina	2003 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg

5 km Straße

16:13	Schlattmann, Pia	2004 LG Brillux Münster	19.04. Paderborn
16:30	Heymann, Nele	2003 LG Brillux Münster	19.04. Paderborn
17:45	Wiegers, Gesine	2005 LC Paderborn	19.04. Paderborn
17:52	Lehnen, Christina	2003 LG Brillux Münster	02.02. Dortmund Hörde
17:56	Weber, Theresa	2005 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
17:58	Kruse, Leonie	2004 LG Brillux Münster	30.04. Nordkirchen
18:10	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	22.03. Münster
18:37	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:01	Kranz, Karlotta	2010 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
19:17	Meyer-Piton, Marie Sylvie	2005 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
19:29	Kauder, Alyssa	2007 TV Wattenscheid 01	16.03. Dortmund
19:32	Habig, Marie	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
19:34	Krell, Lisa	2004 LSF Münster	09.03. Leverkusen
19:37	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:40	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	27.04. Münster
19:45	Pelz, Katharina	2005 TSG Dülmen	22.03. Münster
19:52	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
20:00	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
20:10	Fuchs, Greta	2008 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
20:19	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	29.03. Werl
20:21	Kerkhoff, Lena	2008 LG Rosendahl	30.04. Nordkirchen
20:30	Weißbrich, Anna	2010 LF Lühtringen 1983	19.04. Paderborn
20:32	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	08.03. Fröndenberg
20:53	Hoffeins, Johanna	2011 LG Brillux Münster	22.03. Münster
21:14	Schwarzer, Lena	2006 TuS 48 Ehringhausen	15.03. Salzkotten
21:15	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
21:15	Dammann, Sarah	2004 LG Burg Wiedenbrück	19.04. Paderborn
21:40	Schlömer, Matilda	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
21:55	Bergerfurth, Lisa	2009 LSF Münster	22.03. Münster
22:12	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

10 km Straße

34:29	Heymann, Nele	2003 LG Brillux Münster	06.04. Brunssum (NED)
37:12	Wiegiers, Gesine	2005 LC Paderborn	06.04. Hannover
39:51	Krell, Lisa	2004 LSF Münster	09.03. Leverkusen
41:34	Lehmann, Charlotte Pauline	2003 LG Brillux Münster	06.04. Hannover
42:33	Fieder, Leni	2005 LC Paderborn	19.04. Paderborn
45:28	Gorman, Lillian	2008 Spiridon Haltern	18.01. Haltern am See
48:41	Sorge, Colien	2005 Marathon-Club Menden	26.01. Hamm
49:18	Gamm, Amelie	2003 LC Paderborn	19.04. Paderborn
52:43	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	19.04. Paderborn
52:47	Krefeld, Lucy	2003 LV Oelde	16.03. Ahlen-Vorhelm
52:55	Berenbrinker, Finja	2004 LC Paderborn	19.04. Paderborn
55:05	Albers, Lea	2005 Warburger Sportverein	19.04. Paderborn
1:02:50	Bewermeyer, Katja	2008 TSV 1887 Schloß Neuhaus	19.04. Paderborn
1:03:22	Salmen, Anna	2003 LC Paderborn	19.04. Paderborn
1:03:35	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	18.01. Haltern am See
1:05:36	Weiß, Franziska	2003 LC Paderborn	19.04. Paderborn

Halbmarathon

1:23:05	Kruse, Leonie	2004 LG Brillux Münster	06.04. Hannover
1:27:40	Krell, Lisa	2004 LSF Münster	19.04. Paderborn
1:39:46	Strothmann, Sarah	2005 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	19.04. Paderborn
1:46:45	Rothstein, Felicia	2003 LG Brillux Münster	06.04. Hannover

100 m Hürden 0,838 m

14,05	+1,8 Heite, Liv	2004 TV Olpe	17.04. Long Beach CA (USA)
16,82	+1,1 Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	03.05. Neuss
18,84	0,0 Hauschulte, Lena	2007 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
19,27	0,0 Zander, Sarah	2003 LG Menden	03.05. Menden

400 m Hürden 0,762 m

61,56	Heite, Liv	2004 TV Olpe	11.04. Monmouth OR (USA)
69,68	Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstop
70,37	Frye, Franziska	2009 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstop
71,73	Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	03.05. Neuss
72,36	Dunke, Elina	2003 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstop

4x100 m Staffel

50,70	LAZ Regio Herford, 1	LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Steinberg (2008), Sauer (2008), Kleimann (2009), Halemeier (2009)		
51,18	StG Olpe/Lennestadt, 1	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Gross (2011), Bremecker (2010), Uelner (2010), Köhler (2010)		
51,37	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

	Schröder (2009), Wolff (2009), Weiser (2009), Mand (2008)	
51,53	StG Minden/Lippe-Süd, 1 StG Minden/Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Schnabel (2009), Gossen (2009), Koch (2008), Essing (2009)	
52,49	LG Bünde-Löhne, 1 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
	Westerbeck (2010), Jaks (2011), Wortmann (2010), Pörtner (2011)	
53,80	TV Gladbeck 1912, 1 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
	Dreeßen (2010), Adio (2011), Köster (2011), Sharif (2011)	
53,93	StG Olpe/Lennestadt, 2 StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Huperz (2011), Engels (2010), Aitzetmüller (2011), Purgander (2011)	
54,24	SuS Oberaden, 1 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
	Loges (2011), Ewens (2011), Ewens (2011), Krappe (2011)	
55,02	StG Herford, 1 StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Demitrowitz (2012), Scholle (2011), Fischer (2011), Büsing (2012)	
55,21	LG Kindelsberg Kreuztal, 2 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	Töpfer (2012), Panning (2011), Wagner (2012), Schure (2012)	
55,36	VfB Salzkotten, 1 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
	Wegener (2010), Ludwig (2011), Müller (2011), Hesse (2011)	
55,66	VfL Gladbeck 1921, 1 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
	Dierichs (2011), Sommerfeld (2012), Lüdemann (2010), Banken (2012)	
56,47	DJK GW Werl, 2 DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Kaufmann (2011), Eggert (2006), Vollmer (2011), Cordes (2010)	
57,19	LG Lage-Detmold-Bad LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
	Salzuflen, 1	
	Lutkova (2010), Rethmeier (2012), Niedballa (2011), Wolff (2011)	
57,20	TSV 1887 Schloß Neuhaus, TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
	1	
	Bröckling (2011), Redlin (2010), Cicek (2011), Eckel (2010)	
59,71	StG Herford, 2 StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Roncevic (2013), Wehmeier (2011), Behring (2010), Kleimann (2011)	
68,39	DJK GW Werl DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Runde (2010), Hoffmann (2011), Niederhafner (2011), Prünte (2011)	

4x400 m Staffel

4:11,42	LG Olympia Dortmund, 1 LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Assmann (2007), Hemcke (2008), Reckert (2007), Peltzer (2008)	

Hochsprung

1,58	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
1,58	Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
1,56	Jung, Sarah	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,55	Höning, Mia	2010 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
1,55	Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
1,55	Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,54	Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,52	Prünzte, Ida	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,52	Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,51	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,50	Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,50	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,50	Rodenberg, Enna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,49	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
1,48	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	26.04. Werl
1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
1,47	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,46	Ringel, Berit	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,46	Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,46	Pelkmann, Lisa Marie	2011 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
1,45	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
1,45	Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg

Stabhochsprung

3,70	Schulte im Walde, Paula	2005 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,30	Rausmann, Elsa	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Freisfeld, Finnja	2007 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
2,90	Höfer, Emma	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Niggemeyer, Luise	2005 DJK GW Werl	26.04. Werl
2,40	Butzin, Charlotte	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Kiblerski, Charlotte	2011 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,70	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,70	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

5,52	+0,6 Rier, Johanna	2004 LG Olympia Dortmund	26.04. Werl
5,50	+0,2 Prünzte, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,30	+0,7 Schlotmann, Julia	2004 SC Eintracht Hamm	26.04. Werl
5,18	-0,2 Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,10	+0,5 Arndt, Naemi	2007 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheid
5,07	+1,0 Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,05	0,0 Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
5,04	+0,2 Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

5,03	+0,4 Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,02	+0,8 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
5,00	0,0 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,99	0,0 Kunstmann, Maja	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,97	0,0 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,96	+0,2 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,96	0,0 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,93	+0,8 Bergmann, Lisa	2007 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
4,92	+0,5 Kleimann, Janna	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,89	0,0 Dennis, Favour	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,88	-1,3 Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,85	0,0 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,85	+0,1 Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,84	0,0 Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
4,82	-0,1 Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4,81	0,0 Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,80	0,0 Hoffmann, Lara	2009 TV Dasselndorf	27.04. Herdorf
4,79	0,0 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,77	0,0 Schubert, Marika	2010 SV Ubbedissen	03.05. Harsewinkel
4,76	-0,7 Scholle, Hanna Sophia	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,74	+0,8 Wolff, Jonna	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,73	+0,8 Mainka, Paulina	2009 LG Menden	26.04. Werl

Dreisprung

10,29	0,0 Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
10,15	+1,5 Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
9,62	+1,4 Redder, Antonia	2008 TV Mettingen	12.04. Mettingen

Kugelstoß 4 kg

12,22	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
11,63	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	02.05. Lubbock TX (USA)
10,08	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
10,00	Klein, Emily	2003 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
9,94	Pommerening, Malin	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
9,30	Zander, Sarah	2003 LG Menden	26.04. Werl
9,03	Theine, Pauline	2003 USC Bochum	01.05. Bochum
8,94	Hashimi, Diana	2007 VfL Eintracht Hagen	04.05. Lüdenscheid
8,80	Niggemeyer, Luise	2005 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
8,80	Kamp, Jara	2007 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	04.05. Rheine
8,62	Meis, Louisa	2003 LG Brillux Münster	03.05. Münster
8,51	Ernst, Merita	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
8,47	Nahen, Lena	2006 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
8,31	Hinse, Julia	2003 LG Fichte-Elsey-Kabel	15.03. Hagen
8,04	Klute, Maya	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
7,97	Kunstmann, Maja	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

7,70	Stuckemeier, Lina	2007 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
7,40	Wünning, Finia	2004 LG Brillux Münster	03.05. Münster
7,25	Gärtner, Kira	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
7,14	Hauschulte, Lena	2007 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
6,98	Heinrichs, Nele	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
6,89	von Heesen, Jo-Ann	2005 HLC Höxter	04.05. Höxter
6,59	Ochmann, Lina	2007 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
6,48	Hary, Marta	2007 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
6,43	Rössler, Paula	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,09	Joep, Anna	2005 TV Hasslinghausen 1862	15.03. Hagen

Diskuswurf 1 kg

53,35	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	19.04. Long Beach CA (USA)
46,47	Adesokan, Favour	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
40,38	Lucas, Hanna	2007 LA SV Herten	03.05. Münster
36,87	Czeranka, Johanna	2008 TV Werne 03	26.04. Werl
35,27	Winkelmann, Katharina	2003 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
35,24	Schütte, Sophia	2003 LG Geseke	29.03. Gladbeck
35,00	Kodat, Lynn	2009 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
32,41	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
32,04	Goedeke, Malin	2008 VfB Salzkotten	23.03. Paderborn
31,36	Uzuncelebi, Acelya	2009 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
30,03	Zander, Sarah	2003 LG Menden	05.04. Salzkotten
29,31	Matheja, Julia	2009 LC Paderborn	01.05. Bochum
29,04	Ernst, Merita	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
28,71	Schulte im Walde, Marie	2005 LG Olympia Dortmund	26.04. Werl
27,28	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
27,06	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
26,46	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
26,41	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
26,03	Meier, Ida	2009 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
25,85	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
25,75	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
24,28	Tiggesmeier, Tina	2010 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
23,84	Kleimann, Birthe	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
23,73	Ceesay, Medina	2008 LG Olympia Dortmund	05.04. Salzkotten
23,73	Rudolph, Johanna	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
23,58	Aschoff, Fiona	2008 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
23,48	Kopecki, Ana	2009 VfL Eintracht Hagen	26.04. Werl
23,06	Bertels, Tomma	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
23,01	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
22,98	Ternat, Lise	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum

Hammerwurf 4 kg

38,59	Mengelkamp, Lea	2004 SuS Olfen	19.04. Olfen
-------	-----------------	----------------	--------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

37,33	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	28.03. San Marcos TX (USA)
31,70	Rump, Johanna	2007 SuS Olfen	27.04. Dissen am Teutoburger Wald

Speerwurf 600 g

36,71	Griese, Romi	2005 LC Paderborn	20.03. Houston TX (USA)
36,55	Zander, Sarah	2003 LG Menden	26.04. Werl
32,45	Pommerening, Malin	2005 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
30,57	Guht, Antonia Teresa	2006 LC Paderborn	23.03. Paderborn
28,82	Lorsbach, Finja	2005 LG Kindelsberg Kreuztal	21.03. Oxford MS (USA)
27,96	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
27,63	Zöllner, Jule	2004 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
27,35	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	26.04. Werl
27,31	Wünning, Finia	2004 LG Brillux Münster	03.05. Münster
25,61	Niggemeyer, Luise	2005 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
23,10	Klute, Maya	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
22,87	Kresmer, Chiara	2007 TV Wanne 1885	01.05. Bochum
21,99	Ernst, Merita	2005 LG Brillux Münster	03.05. Münster
16,12	Gärtner, Kira	2007 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde

7-Kampf

3.274	Zander, Sarah	2003 LG Menden	03.05. Menden
19,27 (0,0) - 366 1,43 - 544 8,33 - 421 29,80 (-0,6) - 496 4,57 (-0,2) - 446 35,58 - 583 2:54,53 - 418			

Männliche Jugend U20

100 m

11,08	0,0 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,43	-0,4 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,47	-0,2 Schneider, Tim Lukas	2007 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,57	-0,6 Redecker, Alessio	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,59	0,0 Reimchen, Ilja	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,62	-0,4 Appiah, Deion	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,62	+0,3 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,69	+0,4 Kleppel, Tristan Joel	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,72	0,0 Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,75	+0,4 Sribar, Andrej	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,82	+0,1 Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,88	+0,1 Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
11,88	-0,4 Odametey, Victory Thomas	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,90	+0,1 Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
11,91	-0,6 Koldaev, Maximilian	2007 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
11,93	-0,6 Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,94	-0,4 Limberg, Alexander	2006 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,99	-1,0 Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
11,99	+0,4 Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
12,03	-1,0 Albert, Maximilian	2006 Bielefelder TG	01.05. Bad Salzuflen
12,03	+0,6 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheld	04.05. Lüdenscheld
12,08	-0,2 Grau, Mika	2007 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,13	-1,2 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
12,13	-0,4 Braun, Eric	2009 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
12,16	0,0 Kyselov, Matvii	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,16	-0,1 Tober, Kjell Georg	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
12,19	0,0 Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
12,19	-0,1 Hüdepohl, Til	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
12,19	-0,4 Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,20	-0,5 Janzen, Niklas	2008 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen

200 m

22,31	+0,3 Wörmann, Ole	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,54	+0,8 Uruthiran, Abinayan	2006 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
22,89	-1,9 Mawumba, Alvin	2007 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
22,89	+0,1 Waldner, Moritz Liam	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
22,93	+0,3 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,98	+1,1 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	04.05. Waltrop
23,13	-0,8 Redecker, Alessio	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
23,73	+0,3 Keil, Florian Alexander	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,02	-0,3 Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
24,04	+0,1 Limberg, Alexander	2006 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
24,08	-0,3 Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-0,5 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-1,4 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
24,29	+0,3 Höke, Titus Maximilian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,35	0,0 Lehmeier, Tim	2007 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
24,43	0,0 Albert, Maximilian	2006 Bielefelder TG	01.05. Bad Salzuflen
24,44	-0,8 Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
24,51	+0,8 Tober, Kjell Georg	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
24,52	-0,7 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheld	04.05. Lüdenscheld
24,62	+0,8 Braida, Luca	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
24,71	-0,3 Ehle, Luca	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
24,74	+0,6 Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
24,90	-1,4 Braun, Eric	2009 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
25,03	+0,6 Geldard, Robin	2008 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
25,03	+1,1 Rudnytskyi, Dmytrii	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
25,12	+0,8 Bieker, Adam Berk	2009 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
25,21	+0,6 Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
25,53	-1,9 Grobbel, Toni	2008 LAC Veltins Hochsauerland	01.05. Bochum
25,65	-0,1 Scheinert, Levi	2009 LAV Rheine	12.04. Mettingen
26,05	-0,7 Kämpfer, Michel	2009 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

400 m

50,63	Lewandowski, Gustav	2007 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
53,54	Schneider, Tim Lukas	2007 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
54,57	Herick, Ole	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
55,24	Walde, Yannick	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,04	Vorschulze, Philippe	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,51	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
56,74	Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
57,30	Schrichten, Till	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
57,74	Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
58,61	Gaide, Tim	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
59,50	David, Luca	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
59,52	Lakemper, Jasper	2008 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
61,85	Kowalski, Leon	2007 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,21	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
64,49	Arndt, Niklas	2009 VfL Hülse	04.05. Waltrop

800 m

2:03,20	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:06,20	Kaiser, Felix Antonius	2007 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:06,94	Schander, Luka	2008 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
2:08,34	Müller, Leonard	2008 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
2:09,64	Dreckmann, Claudius	2008 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:10,92	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:13,98	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenbergl	03.05. Gladbeck
2:14,91	Loleit, Elias	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:18,54	Kossak, Jonathan	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter
2:19,04	Winkel, Philipp Benjamin	2010 TuS Deuz	04.05. Lüdenscheid
2:19,26	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	12.04. Mettingen
2:19,71	von Palombini, Amadeo	2010 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:20,48	Saucedo-Szenci, Luis	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:22,18	Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,60	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
2:22,77	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,92	Klein, Julien Noel	2009 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:23,02	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
2:23,21	Güteryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:23,49	Haag, Anton	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:23,96	Jarvers, Ben	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:24,81	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
2:25,29	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
2:25,81	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:28,30	Dernbach, Sven	2009 HLC Höxter	04.05. Höxter



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:28,42	Klee, Maximilian	2009 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
2:28,49	Ammerschuber, Jonas	2009 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
2:29,64	Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
2:29,69	Streitberg, Phil	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop

1.500 m

4:14,91	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:17,86	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
4:46,84	Süssholz, Tom	2006 SV SW Esch 1930	27.04. Rheine
5:17,60	Scheinert, Levi	2009 LAV Rheine	27.04. Rheine

3.000 m

8:55,10	Schröder, Fynn	2006 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
8:55,41	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	04.04. Paderborn
8:55,71	Güleryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:00,19	Grobbe, Luca	2006 LAC Veltins Hochsauerland	04.04. Paderborn
9:01,09	Albustin, Jonathan	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:17,95	Büse, Lean	2009 SC Hagen-Wildewiese	04.04. Paderborn
9:18,82	Albustin, Samuel	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:22,51	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:26,43	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
9:44,61	Pauls, Martin	2007 ASG Teutoburger Wald	04.04. Paderborn
10:15,09	Zerououl, Khalil	2010 SC Eintracht Hamm	04.04. Paderborn
10:22,77	El Fakir, Elias	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:31,83	Güleryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	04.05. Rheine
10:35,55	El Fakir, Yonas	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:35,56	Mimberg, Laurenz	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:54,08	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:55,34	Güleryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:57,41	Schröder, Hauke	2010 TB Burgsteinfurt	04.05. Rheine
11:08,52	Wagenknecht, Lion	2009 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:10,05	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:21,15	Padberg, Matz-Leon	2008 LAC Veltins Hochsauerland	04.04. Paderborn
11:23,54	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:42,53	Lorenz, Emil	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:43,9*	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	29.03. Oelde
11:46,58	Klee, Maximilian	2009 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
11:54,59	Wessel, Mika	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:00,98	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:05,09	Westhoff, Luca	2010 LAV Rheine	04.05. Rheine
12:05,80	Möller, Erik	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
12:06,41	Albers, Lutz	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine

5.000 m

15:21,14	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
----------	-------------------	--------------------------	----------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

15:30,36	Drepper, David	2006 LG Brillux Münster	03.05. Hamburg
15:42,21	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:51,02	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
15:57,07	Franken, Nils	2006 LG Olympia Dortmund	04.04. Paderborn
16:15,45	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	04.04. Paderborn
18:26,10	Süssholz, Tom	2006 SV SW Esch 1930	04.05. Rheine
18:53,7*	Mimberg, Laurenz	2008 TV Wattenscheid 01	29.03. Oelde
25:37,6*	Fidelok, Jakob	2009 TV Wattenscheid 01	29.03. Oelde

5 km Straße

14:58	Gebauer, Jonathan	2006 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
15:03	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:18	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:36	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:43	Schröder, Fynn	2006 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
15:50	Grobbe, Luca	2006 LAC Veltins Hochsauerland	19.04. Paderborn
15:52	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen
15:57	Franken, Nils	2006 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
16:01	Straub, Aik	2007 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
16:06	Drepper, David	2006 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:10	Güteryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:13	Eickmeyer, Karl Luis	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
16:13	Albustin, Jonathan	2009 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:14	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	19.04. Paderborn
16:16	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
16:24	Runde, Cedrik	2006 LG Brillux Münster	30.04. Nordkirchen
16:28	Fraune, Luca	2009 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
16:29	Büse, Lean	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen
16:56	Glahé, Paul	2007 LG Olympia Dortmund	29.03. Werl
17:14	Albustin, Samuel	2008 LG Brillux Münster	22.03. Münster
17:22	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	06.04. Hannover
17:23	Kost, Dean	2010 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
17:28	Lewandowski, Gustav	2007 SV Brackwede	29.03. Werl
17:32	Kellner, Lasse	2006 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
17:35	Wißmann, Tom	2009 LG Brillux Münster	22.03. Münster
17:43	Loleit, Elias	2008 LC Paderborn	29.03. Werl
17:54	Hanke, Benedikt	2009 LG Brillux Münster	30.04. Nordkirchen
18:01	Mende, Fabio	2009 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	27.04. Münster
18:11	Morgenroth, Luca Sebastian	2006 LC Paderborn	19.04. Paderborn
18:13	Görrissen, Tom	2006 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund

10 km Straße

31:04	Riebe, Lenny Fred	2006 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
-------	-------------------	--------------------------	-------------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

32:13	Derwald, Jannes	2007 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
34:04	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
35:06	Pauls, Martin	2007 ASG Teutoburger Wald	15.03. Salzkotten
35:10	Glahé, Paul	2007 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
36:34	Kellner, Lasse	2006 LC Rapid Dortmund	09.03. Leverkusen
37:05	Frensch, Jalon	2007 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
37:54	Mende, Fabio	2009 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	15.03. Salzkotten
38:10	Görrissen, Tom	2006 LC Rapid Dortmund	26.01. Hamm
38:17	Wozny, Simon	2008 SuS Bertlich 1945	18.01. Haltern am See
39:37	Brüning, Matti	2008 TSVE 1890 Bielefeld	19.04. Paderborn
45:35	Teutemacher, Leo	2010 LSF Münster	22.03. Münster
47:37	Rikus, Clemens	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
48:21	Drewes, Michel	2007 LC Paderborn	19.04. Paderborn
50:55	Lammers, Tristan	2009 Warendorfer Sportunion 1895/1972	16.03. Ahlen-Vorhelm
53:08	Heinze, Jonah	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn

110 m Hürden 0,991 m

16,03	+0,2 Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
19,14	-1,0 Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	12.04. Mettingen

4x100 m Staffel

46,39	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Böhning (2010), Reimchen (2010), Lehmann (2010), Lisk (2010)		
46,55	BTW Bünde, 1	BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
	Meier (2010), Janzen (2008), Schander (2008), Höpner (2009)		
49,92	TV Wattenscheid 01, 2	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Bischoff (2010), Böhme (2011), Biwo (2010), Chukwunedozie (2011)		
51,83	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Hudzicki (2011), Pathmann (2011), Zahedi (2011), Hotak (2011)		
52,45	LG Lippe-Süd, 1	LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Striewe (2011), Kröger (2011), Pöhl (2011), Krome (2011)		
59,61	LC Borken, 1	LC Borken	03.05. Gladbeck
	Schwärecke (2012), Schedautzke (2012), Südholt (2012), Hausmann (2011)		

4x400 m Staffel

3:24,43	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Anstötz (2007), Krellmann (2009), Mersmann (2007), Dettner (2007)		

Hochsprung

1,84	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,80	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
1,76	Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
1,75	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,72	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,71	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,70	Vierегge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,70	Zubiak, Jakob	2009 TV Lengerich	26.04. Werl
1,68	Bunte, Ben Jorin	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,67	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheld
1,66	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,66	Böhning, Maximilian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,66	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,65	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
1,64	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,64	Meier, Niklas	2009 LAC Veltins Hochsauerland	04.05. Lüdenscheld
1,62	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	26.04. Werl
1,60	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,60	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,60	Schulte, Henri	2010 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,60	Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,58	Schulte, Paul	2009 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,56	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,55	von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
1,55	Kortenjann, Leo	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,55	Vestrick, Noah	2010 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
1,54	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,52	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen

Stabhochsprung

4,50	Bertling, Finn	2006 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
4,10	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	26.04. Werl
3,80	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfürth
2,90	Zubiak, Jakob	2009 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
2,10	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney

Weitsprung

6,12	-0,7 Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
6,11	0,0 Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
6,07	+0,7 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
5,97	+1,6 Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,96	-0,2 Blanke, Luka	2006 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

5,89	-0,2 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
5,85	+1,0 Braida, Luca	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,82	-0,7 Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
5,79	0,0 Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,69	0,0 Vieregge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
5,57	+0,4 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,44	0,0 Reinsch, Moritz	2006 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,43	0,0 Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,42	-0,3 Schlagenwerth, Simon	2009 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
5,38	-0,1 Herlemann, Ole	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,35	+0,2 Wehner, Justus	2008 LG Brillux Münster	26.04. Werl
5,30	+0,2 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
5,29	+1,8 Mertens, Adrian-Silas	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,29	+1,0 Schillmann, Thorsten	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,27	0,0 Schockemöhle, Konrad	2008 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
5,23	0,0 Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,22	-0,4 Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,21	0,0 Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
5,19	+0,3 Meier, Martis Raoul	2010 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,15	+1,7 Kossak, Jonathan	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter
5,14	0,0 Berghoff, Erik	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
5,13	+0,2 Chukwunedozie, Henry Prince	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
5,12	0,0 Danielak, Benno	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,09	+0,9 Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
5,09	+0,2 Biwo, Julian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

Kugelstoß 6 kg

12,30	Reiff, Marcel	2006 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
12,08	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
11,31	Schäfers, Gerrit	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,04	Ritter, Timo	2006 LG Olympia Dortmund	29.03. Gladbeck
10,39	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
10,19	Herlemann, Ole	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
9,76	Schillmann, Thorsten	2006 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
8,89	Lieschefskey, Marius	2006 LG Kreis Lübbecke	05.04. Salzkotten
8,69	Kilimann, Nico	2007 FC Schalke 04	29.03. Gladbeck
8,64	Gröne, Julian	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter
8,62	Krato, Julian	2006 LG Kreis Lübbecke	05.04. Salzkotten
8,61	Rehers, Clemens	2007 LG Brillux Münster	03.05. Münster
8,60	Tilman, Ole	2007 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
7,94	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	04.05. Rheine
7,11	Göthert, Adriano	2006 LF Lühtringen 1983	04.05. Höxter
7,10	Kossak, Jonathan	2007 HLC Höxter	04.05. Höxter



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

Diskuswurf 1,75 kg

56,73	Wolzenburg, William	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
50,98	Fromme, Lukas	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
45,71	Idziak, Karol-Jan	2006 TV Wattenscheid 01	19.01. Düsseldorf
42,77	Reiff, Marcel	2006 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
40,27	Krato, Julian	2006 LG Kreis Lübbecke	23.03. Paderborn
34,59	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
34,10	Ritter, Timo	2006 LG Olympia Dortmund	29.03. Gladbeck
31,56	Hüdepohl, Til	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
30,78	Lieschefskey, Marius	2006 LG Kreis Lübbecke	05.04. Salzkotten
19,96	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	29.03. Gladbeck
18,17	Schaefer, Paul	2007 USC Bochum	01.05. Bochum

Speerwurf 800 g

49,24	Brinks, Jan	2007 LG Coesfeld	03.05. Münster
44,55	Harten, Jonas	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
44,49	Reiff, Marcel	2006 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
43,71	Kopecki, Josip	2006 VfL Eintracht Hagen	26.04. Werl
40,74	Gleim, Michel	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
37,02	Bertz, Ruven	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
34,44	Kilimann, Nico	2007 FC Schalke 04	29.03. Gladbeck
32,17	Rehers, Clemens	2007 LG Brillux Münster	03.05. Münster
29,48	Schröder, Kai	2007 LAV Rheine	04.05. Rheine
26,24	Schaefer, Paul	2007 USC Bochum	01.05. Bochum
21,49	Haupt, Timo	2006 TV Lengerich	29.03. Gladbeck
20,56	Kowalski, Leon	2007 TV Wanne 1885	01.05. Bochum

Weibliche Jugend U20

100 m

12,14	-0,1 Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,41	-0,4 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheid
12,50	-0,9 Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
12,61	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
12,77	+0,5 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
12,93	-0,4 Arndt, Naemi	2007 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheid
12,94	+0,9 Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,95	+0,1 Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,96	-1,1 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
13,01	+0,5 Schneider, Anna	2006 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
13,02	+0,1 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
13,14	-1,5 Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
13,14	-0,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	01.05. Wipperfürth
13,15	0,0 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,15	-0,2 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13,17	-0,4 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
13,19	+0,1 Arica, Amelie	2009 LSF Münster	03.05. Dülmen
13,20	+0,4 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,20	-0,1 Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,23	-0,4 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
13,23	-0,6 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,25	0,0 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,26	-4,6 Schneider, Eva	2007 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
13,27	0,0 Haudek, Jenna	2008 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,28	-0,2 Palka, Desana	2007 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,31	-0,2 Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,31	-0,1 Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,32	+0,1 Dennis, Favour	2009 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,33	-0,4 Weiser, Kaja	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,33	0,0 Linnemöller, Mila	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden

200 m

25,19	+1,6 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
26,34	-0,8 König, Sarah Rosanne	2009 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
26,34	+1,9 Seibert, Matilda	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
26,47	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
26,82	0,0 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	03.05. Bad Wildungen
26,85	-0,1 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,01	-0,2 Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,04	0,0 Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	30.04. Soest
27,04	+0,1 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,26	-0,8 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
27,34	0,0 Grobbel, Mia	2007 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,48	-0,2 Schröder, Amanda	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,60	-1,2 Weiser, Kaja	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,64	-1,3 Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
27,65	+1,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
27,77	-0,2 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,90	-0,2 Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
27,96	-0,8 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
27,97	-0,2 Bah, Oumou	2009 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
28,02	-0,1 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
28,04	-0,8 Keller, Shirley-Ann	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
28,20	-0,2 Heinrichs, Nele	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
28,23	-0,3 Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
28,23	+0,3 Bürmann, Jana	2008 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
28,48	-0,1 Mand, Marlene	2008 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
28,53	-1,2 Essing, Karolina	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
28,56	+0,1 Glahé, Greta	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
28,60	+0,3 Mainka, Paulina	2009 LG Menden	03.05. Menden



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

28,75	+0,3 Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	04.05. Neuss
28,76	-0,2 Breithack, Ida	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen

400 m

56,39	Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
60,54	Stüker, Franziska	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
61,80	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	27.04. Rheine
62,81	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
63,04	Langanke, Amelie	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,87	Wittland, Lynn	2008 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
64,74	Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
64,74	Simon, Hannah	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
65,73	Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
68,77	Stirnberg, Suri Leonie	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
68,85	Löwen, Pia	2009 TG Werste von 1961	27.04. Rheine
70,17	Geitz, Lucy	2009 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop

800 m

2:20,07	Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:25,12	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:29,07	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:29,83	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	03.05. Harsewinkel
2:30,70	Köneke, Antonia	2007 ASG Teutoburger Wald	01.05. Bad Salzuflen
2:31,14	Oberzaucher, Juna	2009 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:31,54	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:32,21	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:33,26	Rabehanta, Lou	2010 LF Lühtringen 1983	04.05. Höxter
2:34,74	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:35,49	Hins, Hannah	2011 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:35,84	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:36,15	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:36,20	Röthe, Lotta	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:36,27	Wöllecke, Antje	2007 SG Eintracht Ergste	04.05. Waltrop
2:37,05	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
2:38,00	Freund, Theresia	2010 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
2:38,19	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	01.05. Bochum
2:38,22	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
2:38,40	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:38,44	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:38,58	Laukötter, Ida	2010 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:39,11	Winkemann, Elisa	2010 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
2:39,35	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
2:39,45	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter

1.500 m

4:38,12	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	27.04. Rheine
4:51,62	Albustin, Miriam	2006 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
6:30,19	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine

3.000 m

10:29,99	Gaida, Charlotte	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:33,88	Bonekamp, Mia	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:40,03	Kauder, Alyssa	2007 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:40,81	Jasper, Mareen	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:53,10	Linke, Paulina	2010 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:56,22	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
10:57,38	Brinkschröder, Sophie	2008 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11:05,10	Güleryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:06,24	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:12,89	Herrmann, Malia Salome	2009 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
11:31,70	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	04.04. Paderborn
11:33,52	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	01.05. Bochum
11:38,47	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:51,41	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:53,68	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	04.04. Paderborn
12:00,16	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:07,1*	Hoffmann, Helen	2008 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
12:07,69	Lakhnati, Inas	2006 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:22,89	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
12:48,77	Deiters, Julia	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
13:08,59	Schulten, Svea	2011 SV GW Steinbeck 1930	04.05. Rheine
13:28,19	Gebbe, Malien	2011 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
13:33,38	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
14:04,0*	Claas, Alina	2009 LV Oelde	29.03. Oelde

5 km Straße

18:10	Bergerfurth, Nina	2006 LSF Münster	22.03. Münster
18:37	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:01	Kranz, Karlotta	2010 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
19:29	Kauder, Alyssa	2007 TV Wattenscheid 01	16.03. Dortmund
19:32	Habig, Marie	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
19:37	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:40	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	27.04. Münster
19:47	Güleryüz, Fazile	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Münster



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

19:52	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
20:00	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
20:10	Fuchs, Greta	2008 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
20:19	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	29.03. Werl
20:21	Kerkhoff, Lena	2008 LG Rosendahl	30.04. Nordkirchen
20:30	Weißbrich, Anna	2010 LF Lücktrungen 1983	19.04. Paderborn
20:32	Hampel, Sina	2007 LAZ Iserlohn	08.03. Fröndenberg
20:53	Hoffeins, Johanna	2011 LG Brillux Münster	22.03. Münster
21:14	Schwarzer, Lena	2006 TuS 48 Ehringhausen	15.03. Salzkotten
21:15	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
21:35	Vielhaber, Jette	2012 LAC Veltins Hochsauerland	29.03. Werl
21:40	Schlömer, Matilda	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
21:55	Bergerfurth, Lisa	2009 LSF Münster	22.03. Münster
22:12	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten
22:31	Peci, Enisa	2006 TV Jahn Siegen	25.01. Kirchen
22:31	Wöllecke, Antje	2007 SG Eintracht Ergste	29.03. Werl
22:33	Oberzaucher, Juna	2009 SuS Stadtlohn	30.04. Nordkirchen
22:34	Prull, Sophie	2013 SuS Oberaden	12.01. Bönen
22:41	Krumbeck, Ella	2011 SuS Stadtlohn	22.02. Vreden
22:50	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
22:53	Tekhaus, Jule	2007 SG Eintracht Ergste	29.03. Werl
22:57	Schneider, Mathilda	2009 ASC Weißbachtal	25.01. Kirchen

10 km Straße

45:28	Gorman, Lillian	2008 Spiridon Haltern	18.01. Haltern am See
52:43	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	19.04. Paderborn
1:02:50	Bewermeyer, Katja	2008 TSV 1887 Schloß Neuhaus	19.04. Paderborn
1:03:35	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	18.01. Haltern am See

100 m Hürden 0,838 m

16,82	+1,1 Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	03.05. Neuss
18,84	0,0 Hauschulte, Lena	2007 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden

400 m Hürden 0,762 m

69,68	Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
70,37	Frye, Franziska	2009 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
71,73	Heisterkamp, Marlene	2007 DJK GW Werl	03.05. Neuss

4x100 m Staffel

50,70	LAZ Regio Herford, 1	LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Steinberg (2008), Sauer (2008), Kleimann (2009), Halemeier (2009)		
51,18	StG Olpe/Lennestadt, 1	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfurth
	Gross (2011), Bremecker (2010), Uelner (2010), Köhler (2010)		
51,37	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

	Schröder (2009), Wolff (2009), Weiser (2009), Mand (2008)	
51,53	StG Minden/Lippe-Süd, 1 StG Minden/Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Schnabel (2009), Gossen (2009), Koch (2008), Essing (2009)	
52,49	LG Bünde-Löhne, 1 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
	Westerbeck (2010), Jaks (2011), Wortmann (2010), Pörtner (2011)	
53,80	TV Gladbeck 1912, 1 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
	Dreeßen (2010), Adio (2011), Köster (2011), Sharif (2011)	
53,93	StG Olpe/Lennestadt, 2 StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Huperz (2011), Engels (2010), Aitzetmüller (2011), Purgander (2011)	
54,24	SuS Oberaden, 1 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
	Loges (2011), Ewens (2011), Ewens (2011), Krappe (2011)	
55,02	StG Herford, 1 StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Demitrowitz (2012), Scholle (2011), Fischer (2011), Büsing (2012)	
55,21	LG Kindelsberg Kreuztal, 2 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	Töpfer (2012), Panning (2011), Wagner (2012), Schure (2012)	
55,36	VfB Salzkotten, 1 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
	Wegener (2010), Ludwig (2011), Müller (2011), Hesse (2011)	
55,66	VfL Gladbeck 1921, 1 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
	Dierichs (2011), Sommerfeld (2012), Lüdemann (2010), Banken (2012)	
56,47	DJK GW Werl, 2 DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Kaufmann (2011), Eggert (2006), Vollmer (2011), Cordes (2010)	
57,19	LG Lage-Detmold-Bad LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
	Salzuflen, 1	
	Lutkova (2010), Rethmeier (2012), Niedballa (2011), Wolff (2011)	
57,20	TSV 1887 Schloß Neuhaus, TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
	1	
	Bröckling (2011), Redlin (2010), Cicek (2011), Eckel (2010)	
59,71	StG Herford, 2 StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Roncevic (2013), Wehmeier (2011), Behring (2010), Kleimann (2011)	
68,39	DJK GW Werl DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Runde (2010), Hoffmann (2011), Niederhafner (2011), Prünte (2011)	

4x400 m Staffel

4:11,42	LG Olympia Dortmund, 1 LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Assmann (2007), Hemcke (2008), Reckert (2007), Peltzer (2008)	

Hochsprung

1,58	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
1,58	Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
1,56	Jung, Sarah	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,55	Höning, Mia	2010 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheld
1,55	Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
1,55	Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,54	Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,52	Prünke, Ida	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,52	Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheld
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,51	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,50	Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,50	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,50	Rodenberg, Enna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,49	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
1,48	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	26.04. Werl
1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
1,47	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,46	Ringel, Berit	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,46	Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,46	Pelkmann, Lisa Marie	2011 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
1,45	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
1,45	Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg

Stabhochsprung

3,30	Rausmann, Elsa	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Freisfeld, Finnja	2007 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
2,90	Höfer, Emma	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Butzin, Charlotte	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Kiblerski, Charlotte	2011 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,70	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,70	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

5,50	+0,2 Prünke, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,18	-0,2 Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,10	+0,5 Arndt, Naemi	2007 TV Wattenscheid 01	04.05. Lüdenscheld
5,07	+1,0 Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,05	0,0 Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
5,04	+0,2 Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
5,03	+0,4 Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,02	+0,8 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheld
5,00	0,0 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,99	0,0 Kunstmann, Maja	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4,97	0,0	Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,96	+0,2	Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,96	0,0	Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,93	+0,8	Bergmann, Lisa	2007 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
4,92	+0,5	Kleimann, Janna	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,89	0,0	Dennis, Favour	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,88	-1,3	Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,85	0,0	Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,85	+0,1	Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,84	0,0	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
4,82	-0,1	Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4,81	0,0	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,80	0,0	Hoffmann, Lara	2009 TV Dasselndorf	27.04. Herdorf
4,79	0,0	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,77	0,0	Schubert, Marika	2010 SV Ubbedissen	03.05. Harsewinkel
4,76	-0,7	Scholle, Hanna Sophia	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,74	+0,8	Wolff, Jonna	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,73	+0,8	Mainka, Paulina	2009 LG Menden	26.04. Werl
4,73	+0,6	Heinrichs, Nele	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,73	0,0	Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop

Dreisprung

10,29	0,0	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
10,15	+1,5	Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
9,62	+1,4	Redder, Antonia	2008 TV Mettingen	12.04. Mettingen

Kugelstoß 4 kg

12,22	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
10,08	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
8,94	Hashimi, Diana	2007 VfL Eintracht Hagen	04.05. Lüdenscheid
8,80	Kamp, Jara	2007 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	04.05. Rheine
8,47	Nahen, Lena	2006 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
8,04	Klute, Maya	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
7,97	Kunstmann, Maja	2007 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
7,70	Stuckemeier, Lina	2007 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
7,25	Gärtner, Kira	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
7,14	Hauschulte, Lena	2007 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
6,98	Heinrichs, Nele	2007 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
6,59	Ochmann, Lina	2007 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
6,48	Hary, Marta	2007 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
6,43	Rössler, Paula	2007 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen

Diskuswurf 1 kg

46,47	Adesokan, Favour	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
40,38	Lucas, Hanna	2007 LA SV Herten	03.05. Münster



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

36,87	Czeranka, Johanna	2008 TV Werne 03	26.04. Werl
35,00	Kodat, Lynn	2009 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
32,41	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
32,04	Goedeke, Malin	2008 VfB Salzkotten	23.03. Paderborn
31,36	Uzuncelebi, Acelya	2009 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
29,31	Matheja, Julia	2009 LC Paderborn	01.05. Bochum
27,28	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
27,06	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
26,46	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
26,41	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
26,03	Meier, Ida	2009 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
25,85	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
25,75	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
24,28	Tiggesmeier, Tina	2010 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
23,84	Kleimann, Birthe	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
23,73	Cesay, Medina	2008 LG Olympia Dortmund	05.04. Salzkotten
23,73	Rudolph, Johanna	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
23,58	Aschoff, Fiona	2008 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
23,48	Kopecki, Ana	2009 VfL Eintracht Hagen	26.04. Werl
23,06	Bertels, Tomma	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
23,01	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
22,98	Ternat, Lise	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum
22,76	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn
22,70	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	23.03. Paderborn
22,57	Wewel, Marie	2009 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
22,47	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
22,30	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
22,20	Rödel, Lea-Sophie	2009 LV Oelde	12.04. Wadersloh

Hammerwurf 4 kg

31,70	Rump, Johanna	2007 SuS Olfen	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
-------	---------------	----------------	-----------------------------------

Speerwurf 600 g

30,57	Guht, Antonia Teresa	2006 LC Paderborn	23.03. Paderborn
27,96	Vollmer, Mia	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
27,35	Eggert, Liana	2006 DJK GW Werl	26.04. Werl
23,10	Klute, Maya	2007 LAZ Soest	26.04. Werl
22,87	Kresmer, Chiara	2007 TV Wanne 1885	01.05. Bochum
16,12	Gärtner, Kira	2007 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde

Männliche Jugend U18

100 m

11,08	0,0 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
-------	--------------------	----------------	--------------------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,43	-0,4 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,59	0,0 Reimchen, Ilja	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,62	-0,4 Appiah, Deion	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,62	+0,3 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,69	+0,4 Kleppel, Tristan Joel	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,72	0,0 Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,75	+0,4 Sribar, Andrej	2008 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
11,82	+0,1 Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
11,88	+0,1 Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
11,88	-0,4 Odametey, Victory Thomas	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
11,90	+0,1 Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
11,99	+0,4 Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
12,03	+0,6 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
12,13	-1,2 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
12,13	-0,4 Braun, Eric	2009 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
12,16	0,0 Kyselov, Matvii	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,16	-0,1 Tober, Kjell Georg	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
12,19	0,0 Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
12,19	-0,4 Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,20	-0,5 Janzen, Niklas	2008 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
12,22	-0,4 Zampietro, Luca	2008 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,25	-1,2 Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
12,28	0,0 Lisk, Brandon	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,42	+1,1 Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfurth
12,44	0,0 Jakobs, Tyronn	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
12,46	-0,1 Grobbel, Toni	2008 LAC Veltins Hochsauerland	01.05. Bochum
12,48	0,0 Vorschulze, Philippe	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,49	+1,2 Horstmeier, Niklas	2010 TV Lengerich	12.04. Mettingen
12,50	+1,1 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel

200 m

22,31	+0,3 Wörmann, Ole	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,93	+0,3 Horbenko, Ivan	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop
22,98	+1,1 Leiste, Linus	2009 LG Olympia Dortmund	04.05. Waltrop
24,02	-0,3 Höpner, Joris	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
24,08	-0,3 Tine, Jamil	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-0,5 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
24,21	-1,4 Pluschkell, Nils	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
24,29	+0,3 Höke, Titus Maximilian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
24,51	+0,8 Tober, Kjell Georg	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
24,52	-0,7 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
24,71	-0,3 Ehle, Luca	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
24,74	+0,6 Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
24,90	-1,4 Braun, Eric	2009 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

25,03	+0,6 Geldard, Robin	2008 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
25,03	+1,1 Rudnytskyi, Dmytrii	2008 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
25,12	+0,8 Bieker, Adam Berk	2009 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
25,21	+0,6 Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
25,53	-1,9 Grobbel, Toni	2008 LAC Veltins Hochsauerland	01.05. Bochum
25,65	-0,1 Scheinert, Levi	2009 LAV Rheine	12.04. Mettingen
26,05	-0,7 Kämpfer, Michel	2009 TV Olpe	04.05. Lüdenscheid
27,23	-0,5 Strack, Timo	2008 Bielefelder TG	01.05. Bad Salzuflen
27,32	+0,3 Goman, Nikita	2008 VfL Kamen	03.05. Dortmund-Lanstrop

400 m

54,57	Herick, Ole	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
55,24	Walde, Yannick	2008 TuS 09 Erkerschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,04	Vorschulze, Philippe	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
56,51	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
56,74	Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
57,30	Schrichten, Till	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
57,74	Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
58,61	Gaide, Tim	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
59,50	David, Luca	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
59,52	Lakemper, Jasper	2008 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
63,21	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
64,49	Arndt, Niklas	2009 VfL Hülse	04.05. Waltrop

800 m

2:03,20	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:06,94	Schander, Luka	2008 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
2:08,34	Müller, Leonard	2008 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
2:09,64	Dreckmann, Claudius	2008 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:10,92	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:13,98	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
2:14,91	Loleit, Elias	2008 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
2:19,04	Winkel, Philipp Benjamin	2010 TuS Deuz	04.05. Lüdenscheid
2:19,26	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	12.04. Mettingen
2:19,71	von Palombini, Amadeo	2010 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:20,48	Saucedo-Szenci, Luis	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:22,18	Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,60	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
2:22,77	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,92	Klein, Julien Noel	2009 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:23,02	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
2:23,21	Güleryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:23,49	Haag, Anton	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:23,96	Jarvers, Ben	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:24,81	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
2:25,29	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
2:25,81	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:28,30	Dernbach, Sven	2009 HLC Höxter	04.05. Höxter
2:28,42	Klee, Maximilian	2009 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
2:28,49	Ammerschuber, Jonas	2009 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
2:29,64	Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
2:29,69	Streitberg, Phil	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
2:29,83	Güleryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:30,08	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	03.05. Harsewinkel

1.500 m

4:14,91	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4:17,86	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
4:55,96	Hülsbusch, Elias	2010 LSF Münster	27.04. Rheine
5:17,60	Scheinert, Levi	2009 LAV Rheine	27.04. Rheine
5:22,02	Westhoff, Luca	2010 LAV Rheine	27.04. Rheine
5:37,52	Teutemacher, Leo	2010 LSF Münster	27.04. Rheine
5:39,52	Albers, Lutz	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine

3.000 m

8:55,41	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	04.04. Paderborn
8:55,71	Güleryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:01,09	Albustin, Jonathan	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:17,95	Büse, Lean	2009 SC Hagen-Wildewiese	04.04. Paderborn
9:18,82	Albustin, Samuel	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
9:22,51	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	04.04. Paderborn
9:26,43	Freund, Julius	2008 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
10:15,09	Zerououl, Khalil	2010 SC Eintracht Hamm	04.04. Paderborn
10:22,77	El Fakir, Elias	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:31,83	Güleryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	04.05. Rheine
10:35,55	El Fakir, Yonas	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:35,56	Mimberg, Laurenz	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:54,08	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:55,34	Güleryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:57,41	Schräder, Hauke	2010 TB Burgsteinfurt	04.05. Rheine
11:08,52	Wagenknecht, Lion	2009 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:10,05	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:21,15	Padberg, Matz-Leon	2008 LAC Veltins Hochsauerland	04.04. Paderborn
11:23,54	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:42,53	Lorenz, Emil	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:43,9*	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	29.03. Oelde
11:46,58	Klee, Maximilian	2009 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
11:54,59	Wessel, Mika	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:00,98	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

12:05,09	Westhoff, Luca	2010 LAV Rheine	04.05. Rheine
12:05,80	Möller, Erik	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
12:06,41	Albers, Lutz	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:33,95	Ernsting, Leo	2010 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
13:00,29	Gotke, Jost	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
13:15,8*	Hoischen, Louis	2011 LV Oelde	29.03. Oelde

5.000 m

15:51,02	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	03.05. Hamburg
16:15,45	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	04.04. Paderborn
18:53,7*	Mimberg, Laurenz	2008 TV Wattenscheid 01	29.03. Oelde
25:37,6*	Fidelok, Jakob	2009 TV Wattenscheid 01	29.03. Oelde

5 km Straße

15:36	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
15:52	Hins, Julian	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen
16:10	Güteryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:13	Eickmeyer, Karl Luis	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
16:13	Albustin, Jonathan	2009 LG Brillux Münster	22.03. Münster
16:14	Timm, Fiete	2009 LC Paderborn	19.04. Paderborn
16:16	Kuhn, Felix	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
16:28	Fraune, Luca	2009 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
16:29	Büse, Lean	2009 SC Hagen-Wildewiese	09.03. Leverkusen
17:14	Albustin, Samuel	2008 LG Brillux Münster	22.03. Münster
17:22	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	06.04. Hannover
17:23	Kost, Dean	2010 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
17:35	Wißmann, Tom	2009 LG Brillux Münster	22.03. Münster
17:43	Loleit, Elias	2008 LC Paderborn	29.03. Werl
17:54	Hanke, Benedikt	2009 LG Brillux Münster	30.04. Nordkirchen
18:01	Mende, Fabio	2009 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	27.04. Münster
18:44	Modenbach, Quentin	2010 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
18:55	Brüning, Matti	2008 TSVE 1890 Bielefeld	22.03. Münster
19:00	Wozny, Simon	2008 SuS Bertlich 1945	29.03. Werl
19:02	Sagebiel, Jano	2012 SV GW Kollerbeck	15.03. Salzkotten
19:04	El Fakir, Yonas	2010 LAZ Iserlohn	08.03. Fröndenberg
19:32	Wieland, Linus	2009 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	19.04. Paderborn
19:44	Uebach, Leonard	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
19:45	Teismann, Matti	2012 LSF Münster	22.03. Münster
19:52	Teutemacher, Leo	2010 LSF Münster	02.02. Dortmund Hörde
20:02	Haag, Anton	2010 TV Wattenscheid 01	16.03. Dortmund
20:07	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
20:16	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	15.03. Salzkotten
20:37	Schimke, Dante	2012 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
21:16	Vogt, Henri	2009 VfL Fröndenberg	08.03. Fröndenberg



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

10 km Straße

34:04	Becker, Julian	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
37:54	Mende, Fabio	2009 Ravensberger Sportverein Borgholzhausen	15.03. Salzkotten
38:17	Wozny, Simon	2008 SuS Bertlich 1945	18.01. Haltern am See
39:37	Brüning, Matti	2008 TSVE 1890 Bielefeld	19.04. Paderborn
45:35	Teutemacher, Leo	2010 LSF Münster	22.03. Münster
47:37	Rikus, Clemens	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
50:55	Lammers, Tristan	2009 Warendorfer Sportunion 1895/1972	16.03. Ahlen-Vorhelm
53:08	Heinze, Jonah	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn

110 m Hürden 0,914 m

15,74	-0,4 Kyselov, Matvii	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dortmund-Lanstrop
17,47	-1,0 Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	12.04. Mettingen
20,75	-1,0 Haupt, Luca	2008 TV Lengerich	12.04. Mettingen

4x100 m Staffel

46,39	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Böhning (2010), Reimchen (2010), Lehmann (2010), Lisk (2010)		
46,55	BTW Bünde, 1	BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
	Meier (2010), Janzen (2008), Schander (2008), Höpner (2009)		
49,92	TV Wattenscheid 01, 2	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Bischoff (2010), Böhme (2011), Biwo (2010), Chukwunedozie (2011)		
51,83	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Hudzicki (2011), Pathmann (2011), Zahedi (2011), Hotak (2011)		
52,45	LG Lippe-Süd, 1	LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Striewe (2011), Kröger (2011), Pöhl (2011), Krome (2011)		
59,61	LC Borken, 1	LC Borken	03.05. Gladbeck
	Schwärecke (2012), Schedautzke (2012), Südholt (2012), Hausmann (2011)		

Hochsprung

1,76	Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
1,72	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
1,71	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,70	Vierегge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,70	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	26.04. Werl
1,68	Bunte, Ben Jorin	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,67	Traut, Samuel	2009 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
1,66	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,66	Böhning, Maximilian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,66	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,65	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
1,64	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,64	Meier, Niklas	2009 LAC Veltins Hochsauerland	04.05. Lüdenscheid



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,60	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,60	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,60	Schulte, Henri	2010 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,60	Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,58	Schulte, Paul	2009 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,56	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,55	von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
1,55	Kortenjann, Leo	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,55	Vestrick, Noah	2010 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
1,54	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,52	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
1,52	Finger, Till	2010 LG Menden	03.05. Menden
1,50	Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf

Stabhochsprung

4,10	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	26.04. Werl
3,80	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfürth
2,90	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
2,10	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney

Weitsprung

6,12	-0,7 Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
6,07	+0,7 Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	01.05. Bad Salzuflen
5,89	-0,2 Hoffmann, Frederik	2008 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
5,82	-0,7 Schulte Mesum, Ole	2009 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
5,69	0,0 Vieregge, Tom	2008 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
5,57	+0,4 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,43	0,0 Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,42	-0,3 Schlagenwerth, Simon	2009 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
5,35	+0,2 Wehner, Justus	2008 LG Brillux Münster	26.04. Werl
5,30	+0,2 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
5,29	+1,8 Mertens, Adrian-Silas	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
5,27	0,0 Schockemöhle, Konrad	2008 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
5,23	0,0 Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,22	-0,4 Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

5,21	0,0	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
5,19	+0,3	Meier, Martis Raoul	2010 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,14	0,0	Berghoff, Erik	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
5,13	+0,2	Chukwunedozie, Henry Prince	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
5,12	0,0	Danielak, Benno	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,09	+0,9	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
5,09	+0,2	Biwo, Julian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
5,08	0,0	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,08	+0,5	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,08	+0,3	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
5,06	+1,3	Jakobs, Tyronn	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
4,99	0,0	Zöllner, Justus	2010 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,98	0,0	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
4,98	+0,4	Brückner, Marvin	2010 HLC Höxter	04.05. Höxter
4,95	+0,4	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
4,91	0,0	Vona, Matteo	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen

Kugelstoß 5 kg

14,90		Brand, Jannis	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
14,15		Stork, Tristan	2008 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
13,98		Bernemann, Henry	2008 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
13,34		Hüsken, Patrick	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
12,59		Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
12,30		Deppe, Ben	2009 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
12,24		Knollmann, Jonathan	2008 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
11,94		Kost, Collin	2009 LG Olympia Dortmund	29.03. Gladbeck
11,63		Grade, Ben	2008 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Neuss
11,45		Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,11		Reimold, Wayne	2009 TV Olpe	04.05. Lüdenscheid
11,02		Pieperhoff, Florian	2009 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
10,69		Kreimer, Enno	2008 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
10,61		Zubiak, Jakob	2009 TV Lengerich	04.05. Rheine
10,59		Renfordt, Leo	2008 TV Wiblingwerde	12.04. Wadersloh
10,37		Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
10,22		Stroick, Julian	2009 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
10,09		Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
9,74		Mertens, Adrian-Silas	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
9,53		Vorschulze, Philippe	2008 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
9,51		Schockemöhle, Konrad	2008 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
9,35		Dernbach, Sven	2009 HLC Höxter	04.05. Höxter
9,27		Stetzka, Florian	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
9,21		Wehner, Justus	2008 LG Brillux Münster	26.04. Werl
9,15		Klaus, Jan	2008 LA SV Herten	04.05. Waltrop
8,94		Schulte-Hillen, Tizian	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

8,87	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
8,49	Gaide, Tim	2008 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
8,34	Meier, Niklas	2009 LAC Veltins Hochsauerland	04.05. Lüdenscheid
8,17	Gross, Gabriel	2009 TV Olpe	04.05. Lüdenscheid

Diskuswurf 1,5 kg

42,51	Stork, Tristan	2008 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
39,65	Kost, Collin	2009 LG Olympia Dortmund	23.03. Paderborn
39,50	Bernemann, Henry	2008 LC Paderborn	23.03. Paderborn
39,02	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
35,69	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	04.05. Rheine
35,28	Hüsken, Patrick	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
34,00	Klaus, Jan	2008 LA SV Herten	12.04. Wadersloh
33,97	Grade, Ben	2008 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
32,19	Pieperhoff, Florian	2009 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
32,06	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
29,01	Renfordt, Leo	2008 TV Wiblingwerde	03.05. Plettenberg
28,08	Workert, Niklas Frederik	2008 LG Brillux Münster	03.05. Münster
27,97	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
25,64	Knollmann, Jonathan	2008 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
24,93	Dax, Yule	2009 TV Wiblingwerde	03.05. Plettenberg
24,74	Kreimer, Enno	2008 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
22,38	Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
21,21	Schulte-Hillen, Tizian	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
20,49	Haupt, Luca	2008 TV Lengerich	26.04. Werl
19,22	Rehers, Gregor	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
18,41	König, Tom	2009 DJK GW Werl	05.04. Rüthen

Hammerwurf 5 kg

40,38	Knümann, David	2009 SuS Olfen	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
35,55	Henniger, Linus	2008 SuS Olfen	19.04. Olfen

Speerwurf 700 g

56,41	Hüsken, Patrick	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
55,05	Stork, Tristan	2008 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
47,81	Grade, Ben	2008 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
44,32	Beckhoff, Ben Lennart	2008 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
44,25	Schüßler, Maximilian	2009 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
43,03	Zubiak, Jakub	2009 TV Lengerich	05.04. Salzkotten
42,54	Wolgast, Max	2009 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
41,89	Schumacher, Malte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
41,50	Workert, Niklas Frederik	2008 LG Brillux Münster	03.05. Münster



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

38,57	Kost, Collin	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Münster
34,97	Ealden, Christoph	2009 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
33,70	Schulte-Hillen, Tizian	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
33,39	Kreimer, Enno	2008 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
33,33	Wehner, Justus	2008 LG Brillux Münster	26.04. Werl
33,25	Groß, Titus	2009 TV Werne 03	26.04. Werl
32,07	Jakel, Jonathan	2009 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
31,31	Kuhfuß, Lennart	2009 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
30,45	Leifkes, Henri	2009 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
30,21	Pieperhoff, Florian	2009 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
29,39	Scheinert, Levi	2009 LAV Rheine	04.05. Rheine
28,44	Knollmann, Jonathan	2008 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
28,01	Gaide, Tim	2008 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
26,65	Gross, Gabriel	2009 TV Olpe	23.03. Paderborn
26,20	Stetzka, Florian	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
24,84	Haupt, Luca	2008 TV Lengerich	29.03. Gladbeck
19,04	Rehers, Gregor	2009 LG Brillux Münster	03.05. Münster
17,90	König, Tom	2009 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weibliche Jugend U18

100 m

12,14	-0,1 Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,41	-0,4 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
12,50	-0,9 Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
12,61	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
12,77	+0,5 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
12,94	+0,9 Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,95	+0,1 Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,96	-1,1 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
13,02	+0,1 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
13,14	-1,5 Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
13,14	-0,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	01.05. Wipperfurth
13,15	0,0 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,15	-0,2 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheld
13,17	-0,4 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
13,19	+0,1 Arica, Amelie	2009 LSF Münster	03.05. Dülmen
13,20	+0,4 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,20	-0,1 Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,23	-0,4 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
13,23	-0,6 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,25	0,0 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,27	0,0 Haudek, Jenna	2008 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,31	-0,2 Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,31	-0,1 Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13,32	+0,1 Dennis, Favour	2009 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,33	-0,4 Weiser, Kaja	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,33	0,0 Linnemöller, Mila	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
13,35	0,0 Langanke, Amelie	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,36	-1,3 Gross, Mia	2011 TV Olpe	01.05. Wipperfürth
13,36	+0,6 Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
13,37	-1,1 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	27.04. Herdorf

200 m

25,19	+1,6 Brieden, Hannah Carin	2008 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
26,34	-0,8 König, Sarah Rosanne	2009 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
26,34	+1,9 Seibert, Matilda	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
26,47	+0,1 Uchendu, Sonia	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
26,82	0,0 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	03.05. Bad Wildungen
26,85	-0,1 Halemeier, Lani	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,01	-0,2 Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
27,04	+0,1 Knoch, Ruby	2009 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,26	-0,8 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
27,48	-0,2 Schröder, Amanda	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,60	-1,2 Weiser, Kaja	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
27,64	-1,3 Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	01.05. Bochum
27,65	+1,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
27,77	-0,2 Kämpkes, Katharina	2009 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
27,90	-0,2 Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
27,96	-0,8 Terbeck, Charlotte	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
27,97	-0,2 Bah, Oumou	2009 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
28,02	-0,1 Meier, Yara Tamar	2009 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
28,04	-0,8 Keller, Shirley-Ann	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
28,23	-0,3 Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
28,23	+0,3 Bürmann, Jana	2008 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
28,48	-0,1 Mand, Marlene	2008 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
28,53	-1,2 Essing, Karolina	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
28,56	+0,1 Glahé, Greta	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
28,60	+0,3 Mainka, Paulina	2009 LG Menden	03.05. Menden
28,76	-0,2 Breithack, Ida	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
28,96	+0,9 Burhöi, Greta	2009 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
28,96	+0,3 Brinkmann, Heidi	2008 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
29,19	-0,3 Becher, Lena	2009 TV Wanne 1885	01.05. Bochum
29,26	-0,2 Assmann, Ilvy	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop

400 m

56,39	Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
60,54	Stüker, Franziska	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
62,81	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
63,04	Langanke, Amelie	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

63,87	Wittland, Lynn	2008 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
64,74	Dietrich, Clara	2008 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
64,74	Simon, Hannah	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
65,73	Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
68,77	Stirnberg, Suri Leonie	2008 LC Paderborn	27.04. Rheine
68,85	Löwen, Pia	2009 TG Werste von 1961	27.04. Rheine
70,17	Geitz, Lucy	2009 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop

800 m

2:20,07	Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:25,12	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:29,07	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:29,83	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	03.05. Harsewinkel
2:31,14	Oberzaucher, Juna	2009 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:31,54	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:32,21	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:33,26	Rabehanta, Lou	2010 LF Lühtringen 1983	04.05. Höxter
2:34,74	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:35,49	Hins, Hannah	2011 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:35,84	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:36,15	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:36,20	Röthe, Lotta	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:38,00	Freund, Theresia	2010 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
2:38,19	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	01.05. Bochum
2:38,22	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
2:38,40	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:38,44	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	03.05. Gladbeck
2:38,58	Laukötter, Ida	2010 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:39,11	Winkemann, Elisa	2010 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
2:39,35	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
2:39,45	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
2:39,81	Porrozzi, Anna	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:40,11	Hippenstiel, Johanna	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
2:41,17	Funke, Marlene Elisabeth	2013 USC Bochum	01.05. Bochum

1.500 m

6:30,19	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
---------	----------------	-----------------------------	---------------

3.000 m



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

10:29,99	Gaida, Charlotte	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:33,88	Bonekamp, Mia	2008 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:40,81	Jasper, Mareen	2009 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:53,10	Linke, Paulina	2010 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:56,22	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
10:57,38	Brinkschröder, Sophie	2008 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11:05,10	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:06,24	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:12,89	Herrmann, Malia Salome	2009 DJK Gütersloh 1923	04.04. Paderborn
11:31,70	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	04.04. Paderborn
11:33,52	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	01.05. Bochum
11:38,47	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:51,41	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:53,68	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	04.04. Paderborn
12:00,16	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
12:07,1*	Hoffmann, Helen	2008 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
12:22,89	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
12:48,77	Deiters, Julia	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
13:08,59	Schulten, Svea	2011 SV GW Steinbeck 1930	04.05. Rheine
13:28,19	Gebbe, Malien	2011 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
13:33,38	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
14:04,0*	Claas, Alina	2009 LV Oelde	29.03. Oelde

5 km Straße

18:37	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:01	Kranz, Karlotta	2010 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
19:32	Habig, Marie	2008 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
19:37	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:40	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	27.04. Münster
19:47	Güteryüz, Fazile	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
19:52	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
20:00	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
20:10	Fuchs, Greta	2008 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
20:19	Krüger, Jule	2008 SV Brackwede	29.03. Werl
20:21	Kerkhoff, Lena	2008 LG Rosendahl	30.04. Nordkirchen
20:30	Weißbrich, Anna	2010 LF Lühtringen 1983	19.04. Paderborn
20:53	Hoffeins, Johanna	2011 LG Brillux Münster	22.03. Münster
21:15	Kalender, Julia	2009 TV Wattenscheid 01	09.03. Leverkusen
21:35	Vielhaber, Jette	2012 LAC Veltins Hochsauerland	29.03. Werl
21:40	Schlömer, Matilda	2008 LG Olympia Dortmund	15.03. Salzkotten
21:55	Bergerfurth, Lisa	2009 LSF Münster	22.03. Münster
22:12	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	15.03. Salzkotten
22:33	Oberzaucher, Juna	2009 SuS Stadtlohn	30.04. Nordkirchen
22:34	Prull, Sophie	2013 SuS Oberaden	12.01. Bönen
22:41	Krumbeck, Ella	2011 SuS Stadtlohn	22.02. Vreden



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

22:50	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
22:57	Schneider, Mathilda	2009 ASC Weißbachtal	25.01. Kirchen
22:59	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	27.04. Münster
23:00	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	30.04. Nordkirchen
23:22	Bonmann, Lilith	2009 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
23:24	Cramer, Louisa	2010 LG Coesfeld	22.02. Vreden
23:31	Schneider, Emma	2009 ASC Weißbachtal	08.03. Niederfischbach
23:35	Zimmer, Kathleen	2009 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
23:36	Hugo, Charlotte	2009 LSF Münster	22.03. Münster

10 km Straße

45:28	Gorman, Lillian	2008 Spiridon Haltern	18.01. Haltern am See
52:43	Röttger, Marleen	2009 TV Jahn Bad Driburg	19.04. Paderborn
1:02:50	Bewermeyer, Katja	2008 TSV 1887 Schloß Neuhaus	19.04. Paderborn
1:03:35	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	18.01. Haltern am See

100 m Hürden 0,762 m

14,73	-0,1 Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
14,86	+0,6 Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	30.04. Soest
15,01	+1,3 Rabe, Thalia	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
15,10	0,0 Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
15,82	+0,6 Martin, Sophie	2008 LAZ Soest	30.04. Soest
15,96	+0,1 Haudek, Jenna	2008 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Lanstrop
16,16	+0,1 Neumann, Merle Marie	2009 LG Wittgenstein	03.05. Bad Wildungen
16,83	+0,1 Knebel, Hanna	2009 LG Wittgenstein	03.05. Bad Wildungen
16,93	+0,1 Bah, Oumou	2009 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
17,66	0,0 Kettler, Amelie	2008 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
17,85	0,0 Mainka, Paulina	2009 LG Menden	03.05. Menden
18,00	0,0 Brinkmann, Heidi	2008 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
18,19	0,0 Bürmann, Jana	2008 TuS Vosswinkel 1919	03.05. Menden
19,06	-0,1 Schwarz, Mareile	2008 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
21,25	0,0 Wurst, Nele Carolina	2009 LG Menden	03.05. Menden
21,98	-5,9 Kiefer, Leah	2008 TuS 09 Erkenschwick	03.05. St-Martin (FRA)

400 m Hürden 0,762 m

69,68	Komorniczak, Elisa	2009 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
70,37	Frye, Franziska	2009 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop

4x100 m Staffel

50,70	LAZ Regio Herford, 1	LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Steinberg (2008), Sauer (2008), Kleimann (2009), Halemeier (2009)		
51,18	StG Olpe/Lennestadt, 1	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Gross (2011), Bremecker (2010), Uelner (2010), Köhler (2010)		
51,37	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

51,53	Schröder (2009), Wolff (2009), Weiser (2009), Mand (2008) StG Minden/Lippe-Süd, 1	StG Minden/Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
52,49	Schnabel (2009), Gossen (2009), Koch (2008), Essing (2009) LG Bünde-Löhne, 1	LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
53,80	Westerbeck (2010), Jaks (2011), Wortmann (2010), Pörtner (2011) TV Gladbeck 1912, 1	TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
53,93	Dreeßen (2010), Adio (2011), Köster (2011), Sharif (2011) StG Olpe/Lennestadt, 2	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
54,24	Huperz (2011), Engels (2010), Aitzetmüller (2011), Purgander (2011) SuS Oberaden, 1	SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
55,02	Loges (2011), Ewens (2011), Ewens (2011), Krappe (2011) StG Herford, 1	StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
55,21	Demitrowitz (2012), Scholle (2011), Fischer (2011), Büsing (2012) LG Kindelsberg Kreuztal, 2	LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
55,36	Töpfer (2012), Panning (2011), Wagner (2012), Schure (2012) VfB Salzkotten, 1	VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
55,66	Wegener (2010), Ludwig (2011), Müller (2011), Hesse (2011) VfL Gladbeck 1921, 1	VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
57,19	Dierichs (2011), Sommerfeld (2012), Lüdemann (2010), Banken (2012) LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
57,20	Lutkova (2010), Rethmeier (2012), Niedballa (2011), Wolff (2011) TSV 1887 Schloß Neuhaus, 1	TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
59,71	Bröckling (2011), Redlin (2010), Cicek (2011), Eckel (2010) StG Herford, 2	StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
68,39	Roncevic (2013), Wehmeier (2011), Behring (2010), Kleimann (2011) DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Runde (2010), Hoffmann (2011), Niederhafner (2011), Prünte (2011)		

Hochsprung

1,58	Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
1,56	Jung, Sarah	2009 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,55	Höning, Mia	2010 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
1,55	Bolinger, Maja	2009 LAZ Soest	04.05. Waltrop
1,55	Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,54	Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
1,52	Prünte, Ida	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,52	Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,51	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,50	Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
1,50	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,50	Rodenberg, Enna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,49	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
1,48	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	26.04. Werl
1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
1,47	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,46	Ringel, Berit	2008 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,46	Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,46	Pelkmann, Lisa Marie	2011 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
1,45	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
1,45	Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
1,45	Kaiser, Linette	2009 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen

Stabhochsprung

3,30	Rausmann, Elsa	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
2,90	Höfer, Emma	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Butzin, Charlotte	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Kiblerski, Charlotte	2011 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,70	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,70	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

5,50	+0,2 Prünte, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,18	-0,2 Jatzkowski, Charlotte	2008 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,07	+1,0 Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,05	0,0 Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
5,04	+0,2 Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
5,03	+0,4 Rabe, Elisa	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
5,02	+0,8 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheld
5,00	0,0 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,97	0,0 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,96	+0,2 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,96	0,0 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,92	+0,5 Kleimann, Janna	2009 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,89	0,0 Dennis, Favour	2009 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,88	-1,3 Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,85	0,0 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,85	+0,1 Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4,84	0,0	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
4,82	-0,1	Fischer, Alina	2009 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4,81	0,0	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,80	0,0	Hoffmann, Lara	2009 TV DresseIndorf	27.04. Herdorf
4,79	0,0	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,77	0,0	Schubert, Marika	2010 SV Ubbedissen	03.05. Harsewinkel
4,76	-0,7	Scholle, Hanna Sophia	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,74	+0,8	Wolff, Jonna	2009 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,73	+0,8	Mainka, Paulina	2009 LG Menden	26.04. Werl
4,73	0,0	Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,70	+0,1	Steinberg, Antonia	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,70	-0,2	Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
4,70	+0,8	Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
4,69	+0,4	Cosgun, Ayla	2008 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl

Dreisprung

10,29	0,0	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
10,15	+1,5	Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen
9,62	+1,4	Redder, Antonia	2008 TV Mettingen	12.04. Mettingen

Kugelstoß 3 kg

12,60		Czeranka, Johanna	2008 TV Werne 03	26.04. Werl
12,17		Duwenbeck, Juna	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,37		Kodat, Lynn	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
11,36		Lücke, Sina	2009 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
11,21		Essing, Karolina	2009 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,05		Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
11,03		Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
10,84		Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10,77		Sauer, Maria	2008 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
10,58		Masche, Hanna	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10,53		Cosgun, Ayla	2008 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl
10,30		Reimann, Paula	2008 TV DresseIndorf	27.04. Herdorf
10,27		Goedeke, Malin	2008 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
10,24		Cesay, Medina	2008 LG Olympia Dortmund	05.04. Salzkotten
10,24		Mische, Aurica	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
10,22		Uzuncelebi, Acelya	2009 DJK Blau-Weiß Annen	26.04. Werl
10,20		Rabe, Marie	2008 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
10,16		Matheja, Julia	2009 LC Paderborn	01.05. Bochum
10,03		Schwanemeier, Anna	2008 LG Brillux Münster	03.05. Münster
9,98		Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
9,89		Rudolph, Johanna	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
9,88		Wendt, Hanna	2010 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheld
9,84		Mand, Marlene	2008 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
9,84		Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

9,75	Plewa, Luisa	2009 TuS Ickern 1912	01.05. Bochum
9,74	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
9,73	Baar, Xenia	2009 FC Schalke 04	03.05. Dülmen
9,72	Seibert, Matilda	2009 TV Gladbeck 1912	04.05. Waltrop
9,70	Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
9,68	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss

Diskuswurf 1 kg

46,47	Adesokan, Favour	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
36,87	Czeranka, Johanna	2008 TV Werne 03	26.04. Werl
35,00	Kodat, Lynn	2009 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
32,41	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
32,04	Goedeke, Malin	2008 VfB Salzkotten	23.03. Paderborn
31,36	Uzuncelebi, Acelya	2009 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
29,31	Matheja, Julia	2009 LC Paderborn	01.05. Bochum
27,28	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
27,06	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
26,46	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
26,41	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
26,03	Meier, Ida	2009 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
25,75	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
24,28	Tiggesmeier, Tina	2010 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
23,84	Kleimann, Birthe	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
23,73	Cesay, Medina	2008 LG Olympia Dortmund	05.04. Salzkotten
23,73	Rudolph, Johanna	2008 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
23,58	Aschoff, Fiona	2008 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
23,48	Kopecki, Ana	2009 VfL Eintracht Hagen	26.04. Werl
23,06	Bertels, Tomma	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
23,01	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
22,98	Ternat, Lise	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum
22,76	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn
22,70	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	23.03. Paderborn
22,57	Wewel, Marie	2009 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
22,47	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
22,30	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
22,20	Rödel, Lea-Sophie	2009 LV Oelde	12.04. Wadersloh
21,73	Willeke, Clara Marie	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
21,61	Baar, Xenia	2009 FC Schalke 04	29.03. Gladbeck

Hammerwurf 3 kg

41,07	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
34,90	Werenbeck-Ueding, Clara	2008 SuS Olfen	19.04. Olfen
33,00	Korte, Hanna	2009 SuS Olfen	27.04. Dissen am Teutoburger Wald
32,93	Deichsel, Marie	2009 SuS Olfen	19.04. Olfen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

30,72	Mengelkamp, Jule	2008 SuS Olfen	19.04. Olfen
29,05	Menzebach, Amelie	2009 LAZ Soest	11.01. Soest
28,33	Soer, Marlene	2011 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)

Speerwurf 500 g

44,34	Wolf, Miranda	2009 LG Lippe-Süd	15.02. Halle (Saale)
34,10	Zimmermann, Marja	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
33,54	Gerstenberger, Eileen	2008 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
32,81	Blesken, Gesa	2008 LAZ Soest	26.04. Werl
31,97	Piorr, Emily	2010 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
31,85	Leubner, Sara	2010 Ski-Club Olpe	23.03. Paderborn
31,45	Duwenbeck, Juna	2009 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
31,37	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	01.05. Bochum
31,01	Masche, Hanna	2009 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
30,46	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
30,21	Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
30,02	Czeranka, Johanna	2008 TV Werne 03	26.04. Werl
29,65	Haudek, Jenna	2008 TV Lengerich	04.05. Rheine
29,43	Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
29,23	Schwanemeier, Anna	2008 LG Brillux Münster	03.05. Münster
29,10	Jung, Hanna	2011 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
29,00	Czeranka, Paulina	2009 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
28,69	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	23.03. Paderborn
28,66	Görz, Charlotte	2009 TV Werne 03	26.04. Werl
27,71	Richter, Julia	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.03. Paderborn
27,68	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	23.03. Paderborn
27,64	Oertel, Phoebe	2009 TuS Sythen 1923	29.03. Gladbeck
27,60	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
27,54	Banken, Leonie	2009 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
27,31	Wortmann, Lara-Sophie	2010 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
27,25	Hesse, Elisa	2011 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
27,01	Müller, Line Mari	2008 LC Paderborn	23.03. Paderborn
26,82	Dieckmann, Phibie	2009 SV 1860 Minden	23.03. Paderborn
26,40	Ewens, Annemieke	2011 SuS Oberaden	26.04. Werl
26,16	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine

7-Kampf

2.902	Mainka, Paulina	2009 LG Menden	03.05. Menden
17,85 (0,0) - 504 1,22 - 331 8,74 - 447 28,60 (+0,3) - 584 4,46 (+0,4) - 418 23,69 - 358 3:12,26 - 260			
1.851	Wurst, Nele Carolina	2009 LG Menden	03.05. Menden
21,25 (0,0) - 207 1,13 - 248 7,88 - 392 32,22 (+0,3) - 338 3,83 (-0,1) - 270 15,16 - 200 3:20,77 - 196			

Männliche Jugend U16



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4x100 m Staffel

46,39	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Böhning (2010), Reimchen (2010), Lehmann (2010), Lisk (2010)		
49,92	TV Wattenscheid 01, 2	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Bischoff (2010), Böhme (2011), Biwo (2010), Chukwunedozie (2011)		
51,83	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Hudzicki (2011), Pathmann (2011), Zahedi (2011), Hotak (2011)		
52,45	LG Lippe-Süd, 1	LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
	Striewe (2011), Kröger (2011), Pöhl (2011), Krome (2011)		
59,61	LC Borken, 1	LC Borken	03.05. Gladbeck
	Schwärecke (2012), Schedautzke (2012), Südholt (2012), Hausmann (2011)		

Jugend M15

100 m

11,59	0,0 Reimchen, Ilja	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,13	-1,2 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
12,25	-1,2 Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
12,28	0,0 Lisk, Brandon	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,42	+1,1 Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfurth
12,44	0,0 Jakobs, Tyronn	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
12,49	+1,2 Horstmeier, Niklas	2010 TV Lengerich	12.04. Mettingen
12,50	+1,1 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
12,55	-0,2 Schulte, Jona Maximilian	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,57	+0,8 Meier, Martis Raoul	2010 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
12,64	0,0 Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
12,69	-2,6 Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
12,69	+0,8 Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
12,76	+0,1 Geruschkat, Justus	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
12,77	0,0 Lehmann, Henrik	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,78	+0,8 Krüger, Julian	2010 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
12,79	+0,2 Tewes, Bastian	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,80	0,0 Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
12,87	-0,2 Böhning, Maximilian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,91	-0,2 Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,92	+1,4 Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
12,97	+0,2 Zöllner, Justus	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,06	0,0 Bischoff, Jonas Andreas	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,10	+0,5 Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,14	-1,6 Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
13,15	+0,2 Mrizig, Malek	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,15	+1,5 Brückner, Marvin	2010 HLC Höxter	04.05. Höxter
13,16	+0,1 Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
13,21	0,0 Biwo, Julian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13,21 +0,2 Lilienbecker, Pirmin 2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972 03.05. Dortmund-Lanstrop

300 m

41,00	Schulte, Jona Maximilian	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
41,79	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
42,10	Meier, Martis Raoul	2010 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
42,50	Tewes, Bastian	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
42,73	Wolf, Jonas	2010 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
42,79	Brüning, Titus	2010 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
45,96	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
46,28	Biernacki, Ryan	2011 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
47,87	Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss

800 m

2:10,92	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
2:13,98	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
2:19,04	Winkel, Philipp Benjamin	2010 TuS Deuz	04.05. Lüdenscheid
2:19,71	von Palombini, Amadeo	2010 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:22,18	Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,60	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
2:22,77	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:23,02	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	27.04. Rheine
2:23,21	Güteryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:23,49	Haag, Anton	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:23,96	Jarvers, Ben	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:24,81	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
2:25,29	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
2:25,81	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:29,64	Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
2:29,69	Streitberg, Phil	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
2:29,83	Güteryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:30,08	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:30,56	Petersen, Erik	2010 SV 1860 Minden	01.05. Bad Salzuflen
2:30,67	Teismann, Matti	2012 LSF Münster	27.04. Rheine
2:31,07	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:31,43	Steffens, Luca	2013 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
2:32,43	Kröger, Wolf	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
2:33,39	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:34,39	Junker, Mattis	2012 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:34,84	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:35,37	Klein, Terje	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
2:36,02	Hoischen, Louis	2011 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:36,14	Mrizig, Lahcen	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1.000 m

3:47,97	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
---------	--------------	----------------	---------------

2.000 m

6:54,4*	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
7:01,55	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:05,4*	Schimke, Dante	2012 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
7:13,95	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
7:16,62	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:40,7*	Hömburg, Tim	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
8:02,6*	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:13,5*	Vorberg, Kian	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:34,50	Lorenz, Theo	2013 LAV Rheine	04.05. Rheine
8:37,78	Guttermann, Tristan	2012 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine
8:46,06	Hagemann, Jakob	2013 TuS Recke	04.05. Rheine

3.000 m

8:55,71	Güleryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	04.04. Paderborn
10:15,09	Zerououl, Khalil	2010 SC Eintracht Hamm	04.04. Paderborn
10:22,77	El Fakir, Elias	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:31,83	Güleryüz, Cengiz	2010 TV Westfalia Epe	04.05. Rheine
10:35,55	El Fakir, Yonas	2010 LAZ Iserlohn	01.05. Bochum
10:54,08	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:55,34	Güleryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:57,41	Schräder, Hauke	2010 TB Burgsteinfurt	04.05. Rheine
11:10,05	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:23,54	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:42,53	Lorenz, Emil	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:43,9*	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	29.03. Oelde
11:54,59	Wessel, Mika	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:00,98	Mariupolski, Tom	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:05,09	Westhoff, Luca	2010 LAV Rheine	04.05. Rheine
12:05,80	Möller, Erik	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
12:06,41	Albers, Lutz	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
12:33,95	Ernsting, Leo	2010 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
13:00,29	Gotke, Jost	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
13:15,8*	Hoischen, Louis	2011 LV Oelde	29.03. Oelde

5 km Straße

16:10	Güleryüz, Aslan	2010 LG Brillux Münster	22.03. Münster
17:22	Eickmeyer, Paul Theo	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	06.04. Hannover
17:23	Kost, Dean	2010 LG Olympia Dortmund	09.03. Leverkusen
18:44	Modenbach, Quentin	2010 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
19:02	Sagebiel, Jano	2012 SV GW Kollerbeck	15.03. Salzkotten
19:04	El Fakir, Yonas	2010 LAZ Iserlohn	08.03. Fröndenber



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

19:44	Uebach, Leonard	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
19:45	Teismann, Matti	2012 LSF Münster	22.03. Münster
19:52	Teutemacher, Leo	2010 LSF Münster	02.02. Dortmund Hörde
20:02	Haag, Anton	2010 TV Wattenscheid 01	16.03. Dortmund
20:07	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
20:16	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	15.03. Salzkotten
20:37	Schimke, Dante	2012 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
21:36	Rettler, Thilo	2010 Ski-Club Fretter	19.04. Paderborn
21:49	Mundt, Max Anders	2011 Spiridon Haltern	30.04. Nordkirchen
22:06	Timm, Hanno	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
23:38	Dieckmann, Paul	2012 USC Bochum	16.03. Dortmund
23:42	Schliedt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
24:08	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	08.03. Niederfischbach
24:32	Saal, Raphael	2012 LG Ahlen	16.03. Ahlen-Vorhelm
24:54	Dommes, Lukas	2013 TV Olpe	08.03. Niederfischbach
26:16	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	15.03. Salzkotten
26:52	Gösser, Jamie	2012 LAZ Iserlohn	08.03. Fröndenberg
26:53	Gröning, Leonard	2010 FC Nordkirchen	30.04. Nordkirchen
28:34	Mundt, Willi Henrik	2013 Spiridon Haltern	30.04. Nordkirchen

80 m Hürden 0,838 m

11,63	+0,3 Reimchen, Ilja	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,21	+0,3 Jakobs, Tyronn	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
12,62	-2,0 Horstmeier, Niklas	2010 TV Lengerich	12.04. Mettingen
12,95	+0,7 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
12,99	+0,3 Lisk, Brandon	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,18	+0,7 Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
13,24	+0,3 Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	30.04. Soest
13,37	+0,1 Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
13,77	+0,3 Wodtke, Lukas	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
13,90	+0,3 Bischoff, Jonas Andreas	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,14	+0,3 Hesse, Rafael	2011 LAZ Soest	30.04. Soest
14,17	-1,0 Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
14,17	+0,7 Wrzesinski, Kim	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,29	+0,6 Lilienbecker, Pirmin	2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
14,70	-1,0 Haag, Anton	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,70	-0,4 Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
14,79	-1,0 Böhme, Benedikt	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,88	+0,6 Biernacki, Ryan	2011 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
15,03	+0,3 Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	30.04. Soest
15,21	+0,6 Hoche, Markus	2011 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
15,81	+0,7 Butenkemper, Tamino	2011 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
16,02	+0,7 Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
16,74	-1,0 Hagemeier, Miko Finn	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
16,86	-0,8 Koller, Andreas	2011 LC Paderborn	04.05. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

300 m Hürden 0,838 m

43,67	Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
48,61	Mrizig, Malek	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
51,70	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop

Hochsprung

1,72	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
1,68	Bunte, Ben Jorin	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,66	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,66	Böhning, Maximilian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,66	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,65	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
1,64	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,60	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,60	Schulte, Henri	2010 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,60	Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,56	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,55	von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
1,55	Kortenjann, Leo	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,55	Vestrick, Noah	2010 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
1,54	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,52	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
1,52	Finger, Till	2010 LG Menden	03.05. Menden
1,50	Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
1,48	Berghoff, Erik	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,47	Berg, Tammo	2012 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
1,46	Florian, Sam	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,45	Danielak, Benno	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,45	Schulte, Tom	2010 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,45	Wiebe, Leon	2010 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
1,45	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,44	Krüger, Julian	2010 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen

Stabhochsprung

3,80	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
3,10	Bleß, Malte	2010 TSG Dülmen	01.05. Wipperfürth
2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2,10	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney

Weitsprung

5,57	+0,4 Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
5,43	0,0 Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
5,30	+0,2 von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
5,23	0,0 Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,22	-0,4 Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,21	0,0 Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
5,19	+0,3 Meier, Martis Raoul	2010 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,14	0,0 Berghoff, Erik	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
5,13	+0,2 Chukwunedozie, Henry Prince	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
5,12	0,0 Danielak, Benno	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,09	+0,9 Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
5,09	+0,2 Biwo, Julian	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
5,08	+0,5 Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,08	+0,3 Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
5,06	+1,3 Jakobs, Tyronn	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
4,99	0,0 Zöllner, Justus	2010 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,98	0,0 Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
4,98	+0,4 Brückner, Marvin	2010 HLC Höxter	04.05. Höxter
4,95	+0,4 Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
4,91	0,0 Vona, Matteo	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,89	0,0 Schulte, Tom	2010 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
4,83	0,0 Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
4,82	0,0 Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
4,81	0,0 Wiebe, Leon	2010 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
4,79	0,0 Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
4,75	+0,9 Finger, Till	2010 LG Menden	03.05. Menden
4,75	-0,4 Vestrick, Noah	2010 FC Viktoria Heiden	04.05. Waltrop
4,73	-0,5 Krome, Ben	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
4,72	-0,1 Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
4,71	+0,3 Neif, Christopher	2010 SV Brackwede	01.05. Bielefeld

Kugelstoß 4 kg

15,97	Bäumer, Felix	2010 LG Coesfeld	01.05. Bochum
13,10	Lehmann, Henrik	2010 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
13,02	Lisk, Brandon	2010 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
12,18	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
12,09	von Lippa, Anton	2010 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
11,71	Dierkes, Béla	2012 TV Mesum	04.05. Rheine
11,52	Krome, Ben	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,27	Siegel, Jonathan	2010 HLC Höxter	05.04. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,11	Schweinsberg, Bastian	2010 SG Wenden	03.05. Plettenberg
11,07	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	06.04. Essen
10,61	Wiebe, Leon	2010 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
10,57	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
10,57	Jakobs, Tyronn	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
10,55	Krüger, Julian	2010 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
10,34	Hilker, Tim	2010 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
10,06	Zöllner, Justus	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
10,02	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
10,00	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
9,82	Brückner, Marvin	2010 HLC Höxter	04.05. Höxter
9,80	Peine, Tim	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
9,80	Meise, Helge	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
9,78	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
9,77	Wolf, Jonas	2010 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
9,71	Schmidt, Luca	2011 BTW Bünde	26.04. Bünde
9,61	Schäfers, Malte	2010 LG Geseke	26.04. Werl
9,58	Schepeler, Julius	2010 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
9,45	Marschner, Phil	2011 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
9,13	Falkenhorst, Damian	2010 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
9,09	Neif, Christopher	2010 SV Brackwede	01.05. Bielefeld
9,07	Horstmeier, Niklas	2010 TV Lengerich	12.04. Mettingen

Diskuswurf 1 kg

56,70	Lisk, Brandon	2010 TV Wattenscheid 01	29.03. Gladbeck
43,38	Bäumer, Felix	2010 LG Coesfeld	01.05. Bochum
41,80	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	29.03. Gladbeck
40,60	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
39,56	Lehmann, Henrik	2010 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
34,46	Hilker, Tim	2010 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
34,36	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	05.04. Salzkotten
34,06	Zöllner, Justus	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
33,97	Schepeler, Julius	2010 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
31,15	Siegel, Jonathan	2010 HLC Höxter	05.04. Salzkotten
30,38	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
30,25	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
30,16	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
28,59	Horstmeier, Niklas	2010 TV Lengerich	29.03. Gladbeck
26,87	Falkenhorst, Damian	2010 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
26,63	Finger, Till	2010 LG Menden	04.05. Menden
26,25	Schumacher, Eike	2011 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
25,88	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	05.04. Salzkotten
25,13	Schäfers, Malte	2010 LG Geseke	26.04. Werl
24,54	Keil, Nikita	2010 LG Menden	23.03. Paderborn
24,44	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

23,49	Schulze Spüntrup, Marius	2010 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
22,30	Gundlach, Bennet	2011 TV Beckum	12.04. Wadersloh
21,94	Hesse, Rafael	2011 LAZ Soest	26.04. Werl
21,20	Bunte, Ben Jorin	2010 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
20,07	Röntgen, Fabian	2011 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
19,40	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
18,22	Schaefer, Moritz	2010 USC Bochum	01.05. Bochum
17,76	Alkhalil, Albara	2011 USC Bochum	01.05. Bochum
17,70	Schmidt, Luca	2011 BTW Bünde	26.04. Bünde

Speerwurf 600 g

45,55	Lehmann, Henrik	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
43,16	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	05.04. Salzkotten
40,48	Koel, Nils	2010 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl
39,72	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
36,60	Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	23.03. Paderborn
35,23	Hesse, Rafael	2011 LAZ Soest	26.04. Werl
35,15	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
34,98	Drewes, Mattis	2010 LC Paderborn	23.03. Paderborn
33,70	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
33,24	Wodtke, Lukas	2010 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
33,20	Schepeler, Julius	2010 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
31,58	Finger, Till	2010 LG Menden	26.04. Werl
30,95	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
30,89	Hausmann, Milan	2011 LC Borken	03.05. Gladbeck
30,85	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
30,72	Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
30,64	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
30,48	Wesemann, Joel	2010 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
30,14	Wrzesinski, Kim	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
29,62	Keil, Nikita	2010 LG Menden	26.04. Werl
29,46	Neif, Christopher	2010 SV Brackwede	23.03. Paderborn
29,44	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
28,33	Thelen, Clemens	2010 USC Bochum	01.05. Bochum
28,23	Wieczorek, Alexander	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
28,04	Behovits, Tim	2010 LG Olympia Dortmund	29.03. Gladbeck
27,98	Horstmeier, Niklas	2010 TV Lengerich	29.03. Gladbeck
27,65	Szuminski, Till	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
26,64	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
26,36	Rikus, Clemens	2010 LC Paderborn	23.03. Paderborn
26,26	Wolf, Jonas	2010 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten

Ballwurf

51,00	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
44,00	Arceo, Ar-Ar	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

43,50	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
42,50	Keßlau, Alexander	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
42,50	Bönninghoff, Matti	2012 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
42,00	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
40,50	Freitag, Mats	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
38,50	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
38,50	Hecht, Maximilian	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
38,00	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
35,00	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
34,50	Bargholt, Marlon	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
34,00	Töpfer, Jonas	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
34,00	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
34,00	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
33,50	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
32,50	Barg, Marius	2013 LG Kreis Lübbecke	26.04. Uchte
32,50	Sagebiel, Jano	2012 SV GW Kollerbeck	04.05. Höxter
32,00	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
31,00	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
31,00	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
30,50	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
29,50	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
28,50	Michaelis, Simon	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,50	Rakebrand, Tom	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
27,00	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
27,00	Pierron, Maximilian	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,00	Birkenfeld, Ole	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
25,50	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
24,00	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten

4-Kampf

2.148	Utsch, Theo	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
12,13 (-1,2) - 577 5,57 (+0,4) - 552 9,78 - 460 1,66 - 559			
1.979	Kusche, Tim Matti	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
12,25 (-1,2) - 565 5,43 (0,0) - 538 8,38 - 397 1,50 - 479			
1.900	Wiebe, Leon	2010 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
13,22 (0,0) - 476 4,81 (0,0) - 476 10,61 - 495 1,45 - 453			
1.732	Finger, Till	2010 LG Menden	03.05. Menden
13,72 (0,0) - 436 4,75 (+0,9) - 469 7,16 - 338 1,52 - 489			
1.501	Krolzig, Leo Maximilian	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
14,44 (-1,2) - 382 4,32 (+0,7) - 423 6,46 - 301 1,34 - 395			

9-Kampf

3.975	Finger, Till	2010 LG Menden	03.05. Menden
13,72 (0,0) - 436 4,75 (+0,9) - 469 7,16 - 338 1,52 - 489 13,37 (+0,1) - 485 26,63 - 470 2,40 - 429 30,17 - 488 3:47,97 - 371			



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

Block Lauf

2.440 Utsch, Theo 2010 CLV Siegerland 03.05. Niederselters
12,46 (-1,1) - 545 | 12,49 (+2,4) - 529 | 5,35 (-0,4) - 530 | 42,00 - 366 | 7:13,95 - 470

Jugend M14

100 m

12,64	0,0	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
12,69	-2,6	Riemer, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
12,69	+0,8	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
12,79	+0,2	Tewes, Bastian	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,80	0,0	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid
12,91	-0,2	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,92	+1,4	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,14	-1,6	Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
13,15	+0,2	Mrizig, Malek	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,16	+0,1	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
13,21	+0,2	Lilienbecker, Pirmin	2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,23	-2,6	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
13,24	+0,2	Marschner, Phil	2011 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
13,36	0,0	Chukwunedozie, Henry Prince	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,37	-0,3	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
13,43	-0,2	Böhme, Benedikt	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,44	0,0	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,50	-0,3	Celustek, Joshua	2011 LA SV Herten	04.05. Waltrop
13,51	+0,6	Jarvers, Ben	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
13,54	+0,8	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
13,54	+0,8	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
13,56	-0,2	Wrzesinski, Kim	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,57	+0,2	Alkhalil, Albara	2011 USC Bochum	01.05. Bochum
13,65	-1,2	Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
13,70	-1,6	Krome, Ben	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
13,70	+0,2	Vona, Matteo	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,74	0,0	Sharaf, Rasul-Rehan	2011 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
13,84	+0,1	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
13,85	-2,6	Kröger, Wolf	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
13,95	+0,2	Hoche, Markus	2011 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop

800 m

2:13,98	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:22,18	Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:22,60	Züchner, Benjamin	2011 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheid



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:22,77	Senger, Ben	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:23,96	Jarvers, Ben	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:24,81	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
2:25,29	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
2:25,81	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:29,64	Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
2:29,69	Streitberg, Phil	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
2:29,83	Güteryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:30,08	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:30,67	Teismann, Matti	2012 LSF Münster	27.04. Rheine
2:31,07	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:31,43	Steffens, Luca	2013 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
2:32,43	Kröger, Wolf	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
2:33,39	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:34,39	Junker, Mattis	2012 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:34,84	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:35,37	Klein, Terje	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
2:36,02	Hoischen, Louis	2011 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:36,14	Mrizig, Lahcen	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:37,54	Sanne, Lennart	2011 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
2:38,40	Tornow Lafuente, Jendrik	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:40,29	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:40,75	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
2:41,31	Nollau, Anton	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
2:42,12	Hömborg, Tim	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:42,49	Geibel, Lennart	2013 TuS Deuz	27.04. Herdorf

2.000 m

6:54,4*	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
7:01,55	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:05,4*	Schimke, Dante	2012 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
7:16,62	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:40,7*	Hömborg, Tim	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
8:02,6*	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:13,5*	Vorberg, Kian	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:34,50	Lorenz, Theo	2013 LAV Rheine	04.05. Rheine
8:37,78	Guttermann, Tristan	2012 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine
8:46,06	Hagemann, Jakob	2013 TuS Recke	04.05. Rheine

3.000 m

10:54,08	Jürkenbeck, Jan-Elio	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
10:55,34	Güteryüz, Emre	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:10,05	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:23,54	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	04.04. Paderborn
11:42,53	Lorenz, Emil	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11:43,9*	Jürgenschellert, Nico	2011 LV Oelde	29.03. Oelde
12:05,80	Möller, Erik	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
13:00,29	Gotke, Jost	2011 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
13:15,8*	Hoischen, Louis	2011 LV Oelde	29.03. Oelde

5 km Straße

19:02	Sagebiel, Jano	2012 SV GW Kollerbeck	15.03. Salzkotten
19:44	Uebach, Leonard	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	25.01. Kirchen
19:45	Teismann, Matti	2012 LSF Münster	22.03. Münster
20:16	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	15.03. Salzkotten
20:37	Schimke, Dante	2012 DJK Gütersloh 1923	15.03. Salzkotten
21:49	Mundt, Max Anders	2011 Spiridon Haltern	30.04. Nordkirchen
22:06	Timm, Hanno	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
23:38	Dieckmann, Paul	2012 USC Bochum	16.03. Dortmund
23:42	Schlidt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
24:32	Saal, Raphael	2012 LG Ahlen	16.03. Ahlen-Vorhelm
24:54	Dommes, Lukas	2013 TV Olpe	08.03. Niederfischbach
26:16	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	15.03. Salzkotten
26:52	Gösser, Jamie	2012 LAZ Iserlohn	08.03. Fröndenberg
28:34	Mundt, Willi Henrik	2013 Spiridon Haltern	30.04. Nordkirchen

80 m Hürden 0,838 m

13,18	+0,7 Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
13,24	+0,3 Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	30.04. Soest
14,14	+0,3 Hesse, Rafael	2011 LAZ Soest	30.04. Soest
14,17	-1,0 Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
14,17	+0,7 Wrzesinski, Kim	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,29	+0,6 Lilienbecker, Pirmin	2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
14,70	-0,4 Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
14,79	-1,0 Böhme, Benedikt	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,88	+0,6 Biernacki, Ryan	2011 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
15,03	+0,3 Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	30.04. Soest
15,21	+0,6 Hoche, Markus	2011 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
15,81	+0,7 Butenkemper, Tamino	2011 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
16,02	+0,7 Lucius, Richard Bo	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
16,74	-1,0 Hagemeier, Miko Finn	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
16,86	-0,8 Koller, Andreas	2011 LC Paderborn	04.05. Salzkotten

Hochsprung

1,65	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
1,64	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,60	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,57	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,56	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzfluren



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,54	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,52	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Rierner, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,52	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
1,47	Berg, Tammo	2012 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
1,46	Florian, Sam	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,45	Danielak, Benno	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,45	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,44	Butenkemper, Tamino	2011 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,44	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,44	Volmer, Hauke	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
1,42	Biernacki, Ryan	2011 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,42	Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	03.05. Minden
1,42	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,40	Kröger, Wolf	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,40	Krome, Ben	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,40	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
1,39	Brönder, Maximilian	2011 TSV Westfalia 06 Westerkappeln	12.04. Mettingen
1,36	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,36	Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,36	Reinhardt, Linus	2012 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
1,36	Röthe, Theo Linus	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
1,36	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
1,35	Möllmann, Justus	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg

Stabhochsprung

2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney
2,10	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney

Weitsprung

5,23	0,0 Rierner, Patrick	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
5,22	-0,4 Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,21	0,0 Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
5,13	+0,2 Chukwunedozie, Henry Prince	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
5,12	0,0 Danielak, Benno	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
5,09	+0,9 Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
5,08	+0,5 Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	01.05. Bad Salzuflen
5,08	+0,3 Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
4,95	+0,4 Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
4,91	0,0 Vona, Matteo	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,83	0,0 Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4,79	0,0	Hellwig, Raphael	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
4,73	-0,5	Krome, Ben	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
4,72	-0,1	Striewe, Paul	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
4,65	+0,5	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
4,57	0,0	Krüger, Vincent	2011 FC Schalke 04	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,55	+0,4	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
4,55	+0,5	Pöhl, Linus	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
4,51	0,0	Marschner, Phil	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dülmen
4,42	+0,4	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
4,40	+0,1	Roda, Paul Jonas	2012 VfB Wilden	04.05. Lüdenscheid
4,39	0,0	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
4,36	-0,3	Kersting, Noah	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,34	+0,7	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
4,32	+0,7	Krolzig, Leo Maximilian	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
4,27	+0,8	Peine, Tim	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
4,23	+0,9	Böhner, Kalle	2011 LTV Lippstadt	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,16	-0,7	Sharaf, Rasul-Rehan	2011 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
4,13	+1,0	Butenkemper, Tamino	2011 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
4,10	+0,4	Celustek, Joshua	2011 LA SV Herten	04.05. Waltrop

Kugelstoß 4 kg

11,71	Dierkes, Béla	2012 TV Mesum	04.05. Rheine
11,52	Krome, Ben	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
11,07	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	06.04. Essen
10,57	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
10,02	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
10,00	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
9,80	Peine, Tim	2011 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
9,71	Schmidt, Luca	2011 BTW Bünde	26.04. Bünde
9,45	Marschner, Phil	2011 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
8,66	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	29.03. Gladbeck
8,57	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
8,28	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
7,91	Ates, Deniz	2011 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
7,76	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
7,59	Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
7,37	Röntgen, Fabian	2011 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
7,28	Gundlach, Bennet	2011 TV Beckum	12.04. Wadersloh
7,27	Bronder, Maximilian	2011 TSV Westfalia 06 Westerkappeln	12.04. Mettingen
7,20	Streyl, Ole	2011 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
6,95	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
6,75	Ebbers, Mika Jonas	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
6,64	Röthe, Theo Linus	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
6,46	Krolzig, Leo Maximilian	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
6,41	Zahedi, Jakob	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

6,28	Waldenberger, Hanno	2011 USC Bochum	01.05. Bochum
6,17	Spilker, Tim	2011 SV GW Kollerbeck	04.05. Höxter
5,80	Clemens, Jonas	2011 SuS Stadtlohn	03.05. Dülmen

Diskuswurf 1 kg

40,60	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
34,36	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	05.04. Salzkotten
30,38	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
30,25	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
30,16	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
26,25	Schumacher, Eike	2011 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
25,88	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	05.04. Salzkotten
24,44	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
22,30	Gundlach, Bennet	2011 TV Beckum	12.04. Wadersloh
21,94	Hesse, Rafael	2011 LAZ Soest	26.04. Werl
20,07	Röntgen, Fabian	2011 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
19,40	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
17,76	Alkhalil, Albara	2011 USC Bochum	01.05. Bochum
17,70	Schmidt, Luca	2011 BTW Bünde	26.04. Bünde
17,18	Waldenberger, Hanno	2011 USC Bochum	01.05. Bochum
16,03	Ebbers, Mika Jonas	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
14,17	Koller, Andreas	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn
13,47	Koller, Adrian	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn

Speerwurf 600 g

43,16	Lucas, Julius Carl	2011 LAC Veltins Hochsauerland	05.04. Salzkotten
39,72	Krönert, Maximilian	2011 TV Jahn Siegen	26.04. Friedberg (Hessen)
36,60	Claußnitzer, Louis	2011 SV Brackwede	23.03. Paderborn
35,23	Hesse, Rafael	2011 LAZ Soest	26.04. Werl
35,15	Pracht, Joure	2011 Turnverein Röhlinghausen 1883	01.05. Bochum
33,70	Hotak, Mustafa	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
30,95	Pathmann, Ben	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
30,89	Hausmann, Milan	2011 LC Borken	03.05. Gladbeck
30,85	Schmidt, Felix	2011 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
30,72	Hudzicki, Phillip	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
30,64	Zaccheddu, Carlo	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
30,14	Wrzesinski, Kim	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
29,44	Böger, Florian	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
26,64	Uhlig, Felix	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
26,17	Röthe, Theo Linus	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.03. Paderborn
25,40	Seibel, Tim	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
24,34	Mondry del Olmo, Felix	2011 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
23,82	Axnicht, Lukes	2011 VfL Fröndenberg	05.04. Salzkotten
23,73	Schmidt, Luca	2011 BTW Bünde	26.04. Bünde
22,38	Schumacher, Eike	2011 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

21,41	Rau, Vincent	2011 BTW Bünde	26.04. Bünde
19,04	Waldenberger, Hanno	2011 USC Bochum	01.05. Bochum
16,03	Koller, Andreas	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn
13,36	Koller, Adrian	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn

Ballwurf

51,00	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
44,00	Arceo, Ar-Ar	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
43,50	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
42,50	Keßlau, Alexander	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
42,50	Bönninghoff, Matti	2012 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
40,50	Freitag, Mats	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
38,50	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
38,50	Hecht, Maximilian	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
38,00	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
35,00	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
34,50	Bargholt, Marlon	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
34,00	Töpfer, Jonas	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
34,00	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
34,00	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
33,50	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
32,50	Barg, Marius	2013 LG Kreis Lübbecke	26.04. Uchte
32,50	Sagebiel, Jano	2012 SV GW Kollerbeck	04.05. Höxter
32,00	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
31,00	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
31,00	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
30,50	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
29,50	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
28,50	Michaelis, Simon	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,50	Rakebrand, Tom	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
27,00	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
27,00	Pierron, Maximilian	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,00	Birkenfeld, Ole	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
25,50	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
24,00	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
23,50	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden

4-Kampf

1.501	Krolzig, Leo Maximilian	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
14,44 (-1,2) - 382 4,32 (+0,7) - 423 6,46 - 301 1,34 - 395			

Weibliche Jugend U16

4x100 m Staffel

51,18	StG Olpe/Lennestadt, 1	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
-------	------------------------	---------------------	--------------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

	Gross (2011), Bremecker (2010), Uelner (2010), Köhler (2010)		
52,49	LG Bünde-Löhne, 1	LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
	Westerbeck (2010), Jaks (2011), Wortmann (2010), Pörtner (2011)		
53,80	TV Gladbeck 1912, 1	TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
	Dreeßen (2010), Adio (2011), Köster (2011), Sharif (2011)		
53,93	StG Olpe/Lennestadt, 2	StG Olpe/Lennestadt	01.05. Wipperfürth
	Huperz (2011), Engels (2010), Aitzetmüller (2011), Purgander (2011)		
54,24	SuS Oberaden, 1	SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
	Loges (2011), Ewens (2011), Ewens (2011), Krappe (2011)		
55,02	StG Herford, 1	StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Demitrowitz (2012), Scholle (2011), Fischer (2011), Büsing (2012)		
55,21	LG Kindelsberg Kreuztal, 2	LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	Töpfer (2012), Panning (2011), Wagner (2012), Schure (2012)		
55,36	VfB Salzkotten, 1	VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
	Wegener (2010), Ludwig (2011), Müller (2011), Hesse (2011)		
55,66	VfL Gladbeck 1921, 1	VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
	Dierichs (2011), Sommerfeld (2012), Lüdemann (2010), Banken (2012)		
57,19	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen, 1	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
	Lutkova (2010), Rethmeier (2012), Niedballa (2011), Wolff (2011)		
57,20	TSV 1887 Schloß Neuhaus, 1	TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
	Bröckling (2011), Redlin (2010), Cicek (2011), Eckel (2010)		
59,71	StG Herford, 2	StG Herford	01.05. Bad Salzuflen
	Roncovic (2013), Wehmeier (2011), Behring (2010), Kleimann (2011)		
68,39	DJK GW Werl	DJK GW Werl	03.05. Neuss
	Runde (2010), Hoffmann (2011), Niederhafner (2011), Prünte (2011)		

4-Kampf Mannschaft

5.264	CLV Siegerland, 1	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	Krönert (2011) 1.935, Felbinger (2011) 1.691, Hippenstiel (2010) 1.638		

Jugend W15

100 m

12,94	+0,9 Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,95	+0,1 Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,96	-1,1 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
13,14	-1,5 Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
13,14	-0,6 Bremecker, Alea	2010 TV Olpe	01.05. Wipperfürth
13,15	-0,2 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
13,20	+0,4 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,23	-0,6 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
13,31	-0,2 Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,33	0,0 Linnemöller, Mila	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13,36	-1,3 Gross, Mia	2011 TV Olpe	01.05. Wipperfürth
13,36	+0,6 Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
13,37	-1,1 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
13,41	+1,5 Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,44	-0,6 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,48	+0,4 Fallenberg, Lisa Charlotte	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
13,49	+0,5 Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,49	+1,3 Wegener, Frieda	2010 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
13,55	0,0 Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
13,57	+0,6 Veith, Laura	2010 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
13,58	-0,6 Ewens, Annemieke	2011 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
13,59	-0,6 Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
13,62	+0,3 Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,62	-0,3 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
13,62	+0,9 Köster, Malina	2011 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
13,63	-0,4 Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,65	+0,6 Wissing, Pia	2010 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
13,66	-0,7 Gramaglia, Ilaria	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,67	-1,1 Jansen, Klara	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
13,69	+0,9 Curo, Lamija	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

300 m

43,48	Appiah, Samuela	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
43,70	Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
43,71	Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
44,04	Timusk, Zoe	2011 SG Eintracht Ergste	03.05. Dortmund-Lanstrop
44,55	Appiah, Emmanuela	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
44,65	Grabowski, Frida Luisa	2010 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
44,78	Wegener, Frieda	2010 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
45,00	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
45,23	Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
46,00	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	03.05. Dortmund-Lanstrop
46,04	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
46,23	Deitmaring, Eva	2011 LG Brillux Münster	27.04. Rheine
46,48	Fofara, Hailey Sophie	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
46,51	Tamm, Insa	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
46,61	Jansen, Klara	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
46,73	Rode, Jana	2010 LAV Rheine	27.04. Rheine
47,21	Jaks, Marianne	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
47,25	Zannetin, Moja	2011 LC Schwerte	03.05. Dortmund-Lanstrop
47,66	Prünthe, Ida	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
47,67	Lercher, Mira	2011 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
47,79	Misch, Kezia Scharon	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
48,69	Wortmann, Lara-Sophie	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

48,94	Fischer, Isabel	2011 LAZ Regio Herford	01.05. Bad Salzuflen
48,99	Thomas, Greta	2011 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
49,37	Martens, Ada	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
49,41	Ewers, Josephine	2010 LC Schwerte	03.05. Dortmund-Lanstrop
49,53	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
49,57	Niederhafner, Nele	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
49,98	Hoffmann, Sina	2011 DJK GW Werl	04.05. Neuss
49,99	Runde, Penelope	2010 DJK GW Werl	04.05. Neuss

800 m

2:20,07	Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:25,12	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:29,07	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:29,83	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	03.05. Harsewinkel
2:31,54	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:32,21	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	27.04. Rheine
2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:33,26	Rabehanta, Lou	2010 LF Lühtringen 1983	04.05. Höxter
2:34,74	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:35,49	Hins, Hannah	2011 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:35,84	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:36,15	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:38,00	Freund, Theresia	2010 LG Rheine-Elte	27.04. Rheine
2:38,19	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	01.05. Bochum
2:38,22	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
2:38,40	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:38,44	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	03.05. Gladbeck
2:38,58	Laukötter, Ida	2010 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:39,11	Winkemann, Elisa	2010 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
2:39,35	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
2:39,81	Porrozzi, Anna	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:40,11	Hippenstiel, Johanna	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
2:41,17	Funke, Marlene Elisabeth	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:41,65	Hammerschmidt, Alexandra	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:42,13	Brune, Milla	2012 USC Bochum	01.05. Bochum
2:42,29	Dünnebacke, Anni	2010 LG Menden	04.05. Menden

2.000 m

7:11,06	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	03.05. Minden
---------	----------------------	-------------------	---------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

7:31,76	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	03.05. Minden
7:37,08	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
7:37,31	Menger, Emilia	2013 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
7:41,13	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	04.05. Rheine
7:43,00	Sürgit, Mathilda	2012 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:55,7*	Hannemann, Sabiha	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
8:22,3*	Lüffe, Lotte	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:31,62	Kroos, Lucia Marie	2010 Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	05.04. Ratingen
8:32,72	Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	03.05. Minden
8:44,78	Düchting, Marie	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:57,4*	Möllers, Laura	2011 LV Oelde	29.03. Oelde
8:57,93	Wegermann, Judith	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:58,0*	Wunderlich, Karla	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
9:12,9*	Nienkemper, Bea	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
9:16,01	Linnemöller, Mila	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
9:46,51	Gradel, Lexie	2010 Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	03.05. Minden
10:03,25	Derksen, Samantha	2010 Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	03.05. Minden

3.000 m

10:53,10	Linke, Paulina	2010 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10:56,22	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:05,10	Güleryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:06,24	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	04.04. Paderborn
11:31,70	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	04.04. Paderborn
11:33,52	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	01.05. Bochum
11:38,47	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:51,41	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:53,68	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	04.04. Paderborn
12:22,89	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
12:48,77	Deiters, Julia	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
13:08,59	Schulten, Svea	2011 SV GW Steinbeck 1930	04.05. Rheine
13:28,19	Gebbe, Malien	2011 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
13:33,38	Nolte, Johanna	2010 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine

5 km Straße

18:37	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:01	Kranz, Karlotta	2010 LC Rapid Dortmund	16.03. Dortmund
19:37	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:40	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	27.04. Münster
19:47	Güleryüz, Fazile	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
19:52	Güleryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
20:00	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	19.04. Paderborn
20:30	Weißbrich, Anna	2010 LF Lühtringen 1983	19.04. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

20:53	Hoffeins, Johanna	2011 LG Brillux Münster	22.03. Münster
21:35	Vielhaber, Jette	2012 LAC Veltins Hochsauerland	29.03. Werl
22:34	Prull, Sophie	2013 SuS Oberaden	12.01. Bönen
22:41	Krumbeck, Ella	2011 SuS Stadtlohn	22.02. Vreden
22:50	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
22:59	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	27.04. Münster
23:00	Amsel, Josie	2010 SuS Stadtlohn	30.04. Nordkirchen
23:24	Cramer, Louisa	2010 LG Coesfeld	22.02. Vreden
24:39	Banken, Nele	2012 VfL Gladbeck 1921	22.02. Vreden
24:45	Reinshagen, Carla	2013 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
24:59	Honemann, Pauline	2013 LG Brillux Münster	27.04. Münster
25:10	Wehner, Paula	2012 TuS Hemmerde	29.03. Werl
25:26	Ritter, Isabel	2012 VfL Fröndenberg	08.03. Fröndenberg
26:06	Rickert, Leni	2013 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
26:11	Sonneborn, Tilda Lulu	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
26:15	Osmani, Mona	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
26:19	Garten, Luisa	2012 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
26:39	Kostorz, Iva	2011 Marathon-Club Menden	12.01. Bönen
27:16	Mauch, Isabella	2012 LC Paderborn	19.04. Paderborn
27:40	Stork, Lotte	2010 LF Lühtringen 1983	19.04. Paderborn
27:54	Müter, Marlene	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
28:32	Urban, Leonie	2013 LC Paderborn	15.03. Salzkotten

80 m Hürden 0,762 m

12,08	-0,8 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
12,30	0,0 Stüker, Carina	2010 LC Paderborn	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,85	0,0 Timusk, Zoe	2011 SG Eintracht Ergste	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,87	+0,8 Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,03	+0,3 Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,03	+0,5 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
13,13	+0,8 Grabowski, Frida Luisa	2010 TuS 09 Erkerschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,15	+1,1 Loges, Hannah	2011 SuS Oberaden	30.04. Soest
13,26	+1,6 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,35	+1,1 Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
13,42	0,0 Wegener, Frieda	2010 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
13,44	+0,5 Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	30.04. Soest
13,50	0,0 Ribbrock, Tessa	2010 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
13,53	-0,8 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,60	0,0 Freund, Theresia	2010 LG Rheine-Elte	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,65	0,0 Mußhoff, Helena	2010 SC Union 08 Lüdinghausen	04.05. Waltrop
13,73	+1,6 Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
13,79	+0,8 Wessel, Neyla	2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,81	-0,8 Jaks, Marianne	2011 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
13,83	-0,4 Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,95	+0,5 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

14,01	+1,3 Runde, Penelope	2010 DJK GW Werl	03.05. Neuss
14,04	+0,3 Tünte, Lena	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
14,04	+1,3 Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
14,08	+0,3 Sczyrba, Lia	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
14,17	0,0 Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
14,18	+1,2 Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
14,24	+1,1 Adio, Adekemi	2011 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
14,35	-0,4 Urich, Mira	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
14,37	+1,1 Ewens, Annemieke	2011 SuS Oberaden	30.04. Soest

300 m Hürden

50,29	Vorschulze, Lia	2010 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
50,36	Giefers, Thea	2010 SG Eintracht Ergste	01.05. Köln
55,60	Fischer, Kate	2010 SG Eintracht Ergste	01.05. Köln

Hochsprung

1,58	Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,55	Höning, Mia	2010 SuS Olfen	04.05. Lüdenscheid
1,52	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
1,52	Prünke, Ida	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,52	Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,51	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,50	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,50	Rodenberg, Enna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,49	Vielhaber, Mona	2010 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
1,48	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	26.04. Werl
1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
1,47	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,46	Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,46	Pelkmann, Lisa Marie	2011 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
1,45	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
1,45	Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
1,45	Bertmaring, Emilia	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,44	Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,44	Jaks, Marianne	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,44	Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
1,43	Mußhoff, Helena	2010 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
1,43	Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,43	Grabowski, Frida Luisa	2010 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
------	------------------------	--------------------------	--------------------------

Stabhochsprung

3,30	Rausmann, Elsa	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
2,90	Höfer, Emma	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Butzin, Charlotte	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Kiblerski, Charlotte	2011 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,70	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,70	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

5,50	+0,2 Prünte, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,07	+1,0 Okpara, Lyra	2010 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
5,05	0,0 Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
5,04	+0,2 Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
5,02	+0,8 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
5,00	0,0 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,97	0,0 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,96	+0,2 Lutkova, Mia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,96	0,0 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,88	-1,3 Vey, Ella	2010 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,85	0,0 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,85	+0,1 Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,84	0,0 Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
4,81	0,0 Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,79	0,0 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,77	0,0 Schubert, Marika	2010 SV Ubbedissen	03.05. Harsewinkel
4,76	-0,7 Scholle, Hanna Sophia	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,73	0,0 Neumann, Luana	2010 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,70	-0,2 Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
4,70	+0,8 Lüdemann, Lea Marie	2010 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
4,68	-0,2 Keller, Deline	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4,65	-0,8 Misch, Kezia Scharon	2010 LC Paderborn	01.05. Bad Salzuflen
4,65	+0,5 Sczyrba, Lia	2010 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
4,64	0,0 Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,63	+0,8 Ntemo, Graciete	2012 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,62	-0,3 Mußhoff, Helena	2010 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
4,60	-0,2 Wortmann, Lara-Sophie	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,59	0,0 Curo, Lamija	2010 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,58	+1,4 Wissing, Pia	2010 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
4,57	-0,3 Huperz, Alicia	2011 Ski-Club Olpe	04.05. Lüdenscheid



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

Dreisprung

10,29	0,0	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
10,15	+1,5	Rode, Jana	2010 LAV Rheine	12.04. Mettingen

Kugelstoß 3 kg

11,03	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
10,84	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
10,24	Mische, Aurica	2010 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
9,98	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
9,88	Wendt, Hanna	2010 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
9,84	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
9,74	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
9,70	Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
9,68	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
9,66	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
9,25	Bertels, Tomma	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
9,20	Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
9,00	Boshof, Anina	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
9,00	Braun, Lia Zaili	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
8,93	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
8,86	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	03.05. Neuss
8,83	Detering, Levke	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
8,81	Beck, Lena Sophie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
8,81	Mankner, Lola	2010 TuS Ickern 1912	01.05. Bochum
8,75	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
8,69	Werding, Hanna	2010 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
8,68	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
8,65	Eckel, Charlotte	2010 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
8,62	Winkelkötter, Lina	2011 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
8,61	Mertins, Emma Luisa	2010 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
8,56	Panthel, Leonie	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
8,54	Warzecha, Alicia	2010 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
8,51	Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
8,49	Willeke, Clara Marie	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
8,47	Gashi, Donjeta	2012 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen

Diskuswurf 1 kg

32,41	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	03.05. Plettenberg
27,06	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
26,46	Kunstmann, Nila	2010 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
26,41	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
25,75	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
24,28	Tiggesmeier, Tina	2010 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
23,84	Kleimann, Birthe	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
23,06	Bertels, Tomma	2010 LG Brillux Münster	04.05. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

23,01	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
22,98	Ternat, Lise	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum
22,76	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn
22,70	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	23.03. Paderborn
22,47	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
22,30	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
21,73	Willeke, Clara Marie	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
21,10	Winkelkötter, Lina	2011 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
20,65	Zöllner, Laurella	2010 TV Vreden	06.04. Essen
20,28	Beck, Lena Sophie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	29.03. Gladbeck
19,55	Panthel, Leonie	2010 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
19,22	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
18,86	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
18,55	Jarju, Jamie	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
18,09	Prünthe, Ida	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
17,97	Simon, Johanna	2011 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
17,89	Brieskorn, Nina	2011 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
17,40	Link, Leonie	2010 LG Wittgenstein	06.04. Sinzig
16,88	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
16,86	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
16,81	Tetzner, Fiona	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
16,31	Menzel, Milou Maria	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine

Hammerwurf 3 kg

41,07	Ferige, Nia	2010 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
28,33	Soer, Marlene	2011 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)

Speerwurf 500 g

34,10	Zimmermann, Marja	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
31,97	Piorr, Emily	2010 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
31,85	Leubner, Sara	2010 Ski-Club Olpe	23.03. Paderborn
31,37	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	01.05. Bochum
30,46	Krämer, Rika	2010 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
30,21	Asemota, Bevin	2010 LG Menden	26.04. Werl
29,43	Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
29,10	Jung, Hanna	2011 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
28,69	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	23.03. Paderborn
27,71	Richter, Julia	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.03. Paderborn
27,68	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	23.03. Paderborn
27,60	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
27,31	Wortmann, Lara-Sophie	2010 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
27,25	Hesse, Elisa	2011 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
26,40	Ewens, Annemieke	2011 SuS Oberaden	26.04. Werl
26,16	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
25,63	Mankner, Lola	2010 TuS Ickern 1912	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

25,09	Jarju, Jamie	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
24,34	Beck, Lena Sophie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	29.03. Gladbeck
24,05	Willeke, Clara Marie	2010 LC Paderborn	23.03. Paderborn
23,21	Efken, Greta	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
23,21	Menzel, Milou Maria	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
23,09	Cordes, Theresa	2010 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
22,09	Göke, Ida Pauline	2010 LC Paderborn	05.04. Salzkotten
21,97	Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
21,91	Kleimann, Birthe	2010 LC Paderborn	01.05. Bochum
21,82	Zimmermann, Aurora	2010 TuS Ickern 1912	01.05. Bochum
21,82	Dröscher, Pia	2011 LG Menden	04.05. Menden
21,60	Singh, Naaz	2011 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
21,31	Stoyke, Julia	2010 LG Brillux Münster	03.05. Münster

Ballwurf

41,00	Linnemöller, Mila	2010 SV 1860 Minden	03.05. Minden
38,50	Gradel, Lexie	2010 Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	03.05. Minden
38,50	Hötting, Lina	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
38,00	Rother, Maja	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
37,00	Emshoff, Anni	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
37,00	Henkenmeier, Henrike	2010 LC Paderborn	03.05. Minden
36,50	Demitrowitz, Maya	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
36,50	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
35,50	Bierhaus, Martje	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
35,50	Sablottny, Amelie	2013 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
34,50	Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	03.05. Minden
33,50	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
33,00	Lambert, Klara	2012 SC Porta Westfalica Nammen	03.05. Minden
32,00	Schure, Sophie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
32,00	Steven, Charlotte	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
31,00	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
31,00	Töpfer, Mira	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
31,00	Langenhorst, Stella	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
31,00	Holtmann, Lynn	2010 LC Paderborn	03.05. Minden
30,00	Mkrtchyan, Natali	2012 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
29,50	Schmitz, Sophie	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
29,00	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
28,50	Derksen, Samantha	2010 Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	03.05. Minden
27,50	Roncevic, Melis	2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
27,50	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
27,00	Büsing, Elli	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
26,00	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

26,00	Kroos, Lucia Marie	2010 Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	03.05. Minden
26,00	Quante, Luisa	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
26,00	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten

4-Kampf

1.935	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	13,37 (-1,1) - 529 4,70 (0,0) - 516 7,91 - 385 1,50 - 505		
1.817	Panning, Hannah	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	13,91 (+0,3) - 485 4,54 (0,0) - 498 7,74 - 377 1,42 - 457		
1.721	Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
	15,04 (+0,3) - 402 4,54 (-0,2) - 498 9,20 - 440 1,30 - 381		
1.708	Braun, Lia Zaili	2010 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
	14,72 (+0,2) - 424 3,87 (0,0) - 420 9,00 - 432 1,38 - 432		
1.676	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	03.05. Menden
	14,16 (0,0) - 465 4,32 (+0,2) - 473 8,45 - 409 1,22 - 329		
1.638	Hippenstiel, Johanna	2010 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	14,20 (+0,2) - 462 4,22 (0,0) - 461 6,29 - 308 1,34 - 407		
1.582	Gilster, Marlit	2011 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
	15,56 (0,0) - 368 4,24 (-0,3) - 464 7,14 - 350 1,33 - 400		
1.546	Dünnebacke, Anni	2010 LG Menden	03.05. Menden
	14,57 (0,0) - 435 4,29 (+0,9) - 470 5,61 - 273 1,28 - 368		
1.469	Dröscher, Pia	2011 LG Menden	03.05. Menden
	15,23 (0,0) - 390 3,22 (-0,3) - 336 8,11 - 394 1,25 - 349		
1.351	Venus, Malin	2011 LG Menden	03.05. Menden
	15,32 (0,0) - 384 3,79 (+0,6) - 410 5,14 - 248 1,19 - 309		
935	Makowka, Marlene	2011 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
	16,79 (0,0) - 297 3,37 (-0,5) - 356 5,78 - 282 - 0		

7-Kampf

2.903	Jastremski, Jenna-Pauline	2010 LG Menden	03.05. Menden
	14,16 (0,0) - 465 4,32 (+0,2) - 473 8,45 - 409 1,22 - 329 15,00 (+0,1) - 426 26,93 - 471 3:12,22 - 330		
2.772	Dünnebacke, Anni	2010 LG Menden	03.05. Menden
	14,57 (0,0) - 435 4,29 (+0,9) - 470 5,61 - 273 1,28 - 368 14,98 (+0,1) - 426 15,87 - 351 2:42,29 - 449		
2.453	Dröscher, Pia	2011 LG Menden	03.05. Menden
	15,23 (0,0) - 390 3,22 (-0,3) - 336 8,11 - 394 1,25 - 349 20,03 (+0,1) - 254 21,82 - 419 3:18,23 - 311		

Block Sprint/Sprung

2.432	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	13,44 (-0,9) - 523 13,03 (+0,5) - 529 4,79 (0,0) - 526 1,52 - 517 14,74 - 337		
2.268	Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	13,62 (-0,3) - 508 13,95 (+0,5) - 477 4,85 (0,0) - 533 1,36 - 419 14,26 - 331		
2.014	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

15,16 (-0,3) - 394 | 16,10 (+0,8) - 379 | 4,25 (-1,8) - 465 | 1,32 - 394 | 18,43 - 382

Block Lauf

1.965	Kroos, Lucia Marie	2010	Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	05.04. Ratingen
15,38 (-1,3) - 380 16,12 (-0,9) - 378 4,44 (0,0) - 487 23,50 - 330 8:31,62 - 390				
1.929	Derksen, Samantha	2010	Stabhochsprungverein Horn-Bad Meinberg-Lippe	05.04. Ratingen
14,93 (-0,2) - 410 15,35 (-0,2) - 410 4,22 (+0,5) - 461 27,50 - 368 10:03,50 - 280				

Block Wurf

2.390	Spieß, Greta	2011	LG Lippe-Süd	03.05. Minden
13,55 (0,0) - 514 14,17 (0,0) - 466 4,84 (0,0) - 531 9,66 - 459 23,01 - 420				

Jugend W14

100 m

12,94	+0,9 Kampmann, Lina	2011	LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
12,96	-1,1 Pörtner, Greta Marlen	2011	LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
13,15	-0,2 Wolf, Olivia	2011	LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
13,31	-0,2 Meier, Lucia	2011	BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,36	-1,3 Gross, Mia	2011	TV Olpe	01.05. Wipperfürth
13,37	-1,1 Krönert, Kira	2011	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
13,41	+1,5 Hackert, Sina Annique	2011	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,44	-0,6 Appiah, Nsroma	2011	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,49	+0,5 Pohlmann, Elena	2011	SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,55	0,0 Spieß, Greta	2011	LG Lippe-Süd	03.05. Minden
13,58	-0,6 Ewens, Annemieke	2011	SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
13,62	-0,3 Hoffmann, Lara	2011	CLV Siegerland	03.05. Niederselters
13,62	+0,9 Köster, Malina	2011	TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
13,63	-0,4 Blokesch, Emma	2011	TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,66	-0,7 Gramaglia, Ilaria	2011	TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
13,67	-1,1 Jansen, Klara	2011	SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
13,72	+0,2 Prünte, Ida	2011	DJK GW Werl	04.05. Neuss
13,75	-0,7 Heidenreich, Frida	2011	SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
13,79	+0,8 Dierichs, Anna	2011	VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,79	-0,6 Huperz, Alicia	2011	Ski-Club Olpe	01.05. Wipperfürth
13,80	+1,5 Loges, Hannah	2011	SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
13,80	+0,2 Schmidt, Viktoria	2011	LA SV Herten	04.05. Waltrop
13,83	-0,2 Zannetin, Moja	2011	LC Schwerte	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,84	+0,5 Wessel, Neyla	2011	Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,87	+0,2 Rodenberg, Enna	2011	Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
13,91	+0,3 Panning, Hannah	2011	LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
14,00	-0,2 Böttcher, Helene	2011	LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
14,02	-0,2 Vollmer, Marla	2011	DJK GW Werl	04.05. Neuss



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

14,06	-1,3 Aitzetmüller, Johanna	2011 Ski-Club Olpe	01.05. Wipperfürth
14,07	-0,8 Jaks, Marianne	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen

800 m

2:20,07	Meier, Lucia	2011 BV Teutonia Lanstrop	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:29,07	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:29,83	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	03.05. Harsewinkel
2:31,54	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:34,74	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:35,49	Hins, Hannah	2011 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:35,84	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:36,15	Porras Quintero, Nilvia Sophia	2011 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:38,19	Schubert, Evi	2011 LC Schwerte	01.05. Bochum
2:38,22	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
2:38,40	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:38,44	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	03.05. Gladbeck
2:39,35	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
2:39,81	Porrozzi, Anna	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:41,17	Funke, Marlene Elisabeth	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:41,65	Hammerschmidt, Alexandra	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:42,13	Brune, Milla	2012 USC Bochum	01.05. Bochum
2:43,33	Mönks, Nele	2012 SV GW Kollerbeck	04.05. Höxter
2:43,38	Sürgit, Mathilda	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:43,39	Vielhaber, Jette	2012 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:43,50	Büse, Lilly	2012 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:43,99	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:45,67	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:46,10	Hannemann, Sabiha	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:46,76	Böcker, Lotte	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum

2.000 m

7:37,08	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
7:37,31	Menger, Emilia	2013 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
7:41,13	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	04.05. Rheine
7:43,00	Sürgit, Mathilda	2012 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:55,7*	Hannemann, Sabiha	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
8:22,3*	Lüffe, Lotte	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:32,72	Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	03.05. Minden



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

8:44,78	Düchting, Marie	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:57,4*	Möllers, Laura	2011 LV Oelde	29.03. Oelde
8:57,93	Wegermann, Judith	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:58,0*	Wunderlich, Karla	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
9:12,9*	Nienkemper, Bea	2012 LV Oelde	29.03. Oelde

3.000 m

11:05,10	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	04.04. Paderborn
11:31,70	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	04.04. Paderborn
11:33,52	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	01.05. Bochum
11:38,47	Niehus, Emma	2011 LG Hamm	04.04. Paderborn
11:51,41	Viswanathan, Keerthana	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
11:53,68	Hahn, Anni	2011 TSG Dülmen	04.04. Paderborn
12:22,89	Middendorf, Marie	2011 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
13:08,59	Schulten, Svea	2011 SV GW Steinbeck 1930	04.05. Rheine
13:28,19	Gebbe, Malien	2011 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine

5 km Straße

19:37	Loleit, Pauline Sophie	2011 LC Paderborn	19.04. Paderborn
19:40	Danelak, Romy	2011 SV Brackwede	27.04. Münster
19:47	Güteryüz, Fazile	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
19:52	Güteryüz, Hayriye	2011 TV Westfalia Epe	27.04. Münster
20:53	Hoffeins, Johanna	2011 LG Brillux Münster	22.03. Münster
21:35	Vielhaber, Jette	2012 LAC Veltins Hochsauerland	29.03. Werl
22:34	Prull, Sophie	2013 SuS Oberaden	12.01. Bönen
22:41	Krumbeck, Ella	2011 SuS Stadtlohn	22.02. Vreden
22:50	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
22:59	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	27.04. Münster
24:39	Banken, Nele	2012 VfL Gladbeck 1921	22.02. Vreden
24:45	Reinshagen, Carla	2013 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
24:59	Honemann, Pauline	2013 LG Brillux Münster	27.04. Münster
25:10	Wehner, Paula	2012 TuS Hemmerde	29.03. Werl
25:26	Ritter, Isabel	2012 VfL Fröndenberg	08.03. Fröndenberg
26:06	Rickert, Leni	2013 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
26:11	Sonneborn, Tilda Lulu	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
26:15	Osmani, Mona	2013 LC Paderborn	19.04. Paderborn
26:19	Garten, Luisa	2012 LG Olympia Dortmund	16.03. Dortmund
26:39	Kostorz, Iva	2011 Marathon-Club Menden	12.01. Bönen
27:16	Mauch, Isabella	2012 LC Paderborn	19.04. Paderborn
27:54	Müter, Marlene	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
28:32	Urban, Leonie	2013 LC Paderborn	15.03. Salzkotten
28:33	Kriebel, Samira	2012 LC Paderborn	15.03. Salzkotten

80 m Hürden 0,762 m

12,08	-0,8 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
-------	----------------------------	---------------------	--------------



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

12,85	0,0	Timusk, Zoe	2011 SG Eintracht Ergste	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,87	+0,8	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,03	+0,3	Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
13,03	+0,5	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
13,15	+1,1	Loges, Hannah	2011 SuS Oberaden	30.04. Soest
13,26	+1,6	Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,35	+1,1	Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
13,73	+1,6	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
13,79	+0,8	Wessel, Neyla	2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,81	-0,8	Jaks, Marianne	2011 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
13,83	-0,4	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,95	+0,5	Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
14,04	+1,3	Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
14,17	0,0	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
14,18	+1,2	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
14,24	+1,1	Adio, Adekemi	2011 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
14,37	+1,1	Ewens, Annemieke	2011 SuS Oberaden	30.04. Soest
14,44	+1,6	Köster, Malina	2011 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
14,99	+0,5	Soer, Marlene	2011 LAZ Soest	30.04. Soest
15,28	-0,4	Haudek, Jill	2011 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Lanstrop
15,29	+1,2	Schmidt, Viktoria	2011 LA SV Herten	04.05. Waltrop
15,56	+1,2	Perner, Johanna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
15,71	-0,6	Fischer, Isabel	2011 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
15,73	-1,8	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	12.04. Mettingen
16,09	+1,6	Sharif, Layla	2011 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
16,10	+0,8	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
16,27	+0,5	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	30.04. Soest
16,28	+1,1	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	30.04. Soest
16,28	+0,8	Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop

Hochsprung

1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,52	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
1,52	Prünste, Ida	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,52	Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,51	Böttcher, Helene	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,50	Manderla, Marie	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,50	Rodenberg, Enna	2011 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl
1,48	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	26.04. Werl



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
1,47	Pohlmann, Elena	2011 SuS Olfen	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,46	Pelkmann, Lisa Marie	2011 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
1,45	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
1,45	Dierichs, Anna	2011 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
1,45	Bertmaring, Emilia	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,44	Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,44	Jaks, Marianne	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,42	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,42	Wagner, Amelie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
1,42	Panning, Hannah	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
1,40	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,40	Maric, Nela	2011 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
1,40	Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,40	Ruhmann, Mara	2011 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,40	Loutfi, Luana	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop

Stabhochsprung

2,40	Butzin, Charlotte	2011 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
2,40	Kiblerski, Charlotte	2011 LG Brillux Münster	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,70	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

5,50	+0,2 Prünte, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,02	+0,8 Wolf, Olivia	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	04.05. Lüdenscheid
5,00	0,0 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,97	0,0 Appiah, Nsroma	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,96	0,0 Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,85	0,0 Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,85	+0,1 Hackert, Sina Annique	2011 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,84	0,0 Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
4,81	0,0 Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,79	0,0 Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
4,76	-0,7 Scholle, Hanna Sophia	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
4,70	-0,2 Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
4,64	0,0 Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,63	+0,8 Ntemo, Graciete	2012 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,57	-0,3 Huperz, Alicia	2011 Ski-Club Olpe	04.05. Lüdenscheid
4,54	0,0 Panning, Hannah	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
4,52	+1,0 Schmidt, Viktoria	2011 LA SV Herten	04.05. Waltrop
4,51	0,0 Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
4,50	+0,6 Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	26.04. Werl



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4,48	-1,0 Haudek, Jill	2011 TV Lengerich	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,47	0,0 Schreiber, Lea	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheld
4,45	+0,3 Jung, Hanna	2011 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
4,45	+1,1 Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
4,44	+0,2 Bertmaring, Emilia	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
4,41	+1,9 Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
4,41	0,0 Wessel, Neyla	2011 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,41	-0,3 Heinz, Emma	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheld
4,38	+0,2 van Almsick, Nina	2011 SuS Stadtlohn	03.05. Dülmen
4,37	+0,3 Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
4,37	-1,1 Wulf, Lara	2011 SuS Stadtlohn	03.05. Dülmen

Kugelstoß 3 kg

11,03	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
10,84	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
9,70	Vollmer, Marla	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
9,68	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
9,66	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
9,20	Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
9,00	Boshof, Anina	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
8,93	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
8,81	Beck, Lena Sophie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	15.03. Hagen
8,75	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
8,68	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
8,62	Winkelkötter, Lina	2011 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
8,51	Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
8,47	Gashi, Donjeta	2012 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
8,42	Linus Ali, Chidera	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
8,41	Dinter, Pauline	2011 TV Olpe	04.05. Lüdenscheld
8,37	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
8,35	Jung, Lilly	2011 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
8,27	Henk, Felicia	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
8,27	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	01.05. Bochum
8,19	Bühren, Marie	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
8,18	Ntemo, Graciete	2012 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
8,16	Ternat, Lise	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum
8,15	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	12.04. Mettingen
8,11	Dröschner, Pia	2011 LG Menden	03.05. Menden
8,07	Prünste, Ida	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
8,00	Keller, Emma	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
7,94	Scholle, Hanna Sophia	2011 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
7,91	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
7,86	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	27.04. Herdorf

Diskuswurf 1 kg



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

27,06	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
25,75	Nkowa, Janize	2011 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
23,01	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
22,98	Ternat, Lise	2011 FC Schalke 04	01.05. Bochum
22,76	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	23.03. Paderborn
22,47	Blokesch, Emma	2011 TSV Hagen 1860	01.05. Bochum
22,30	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	03.05. Neuss
21,10	Winkelkötter, Lina	2011 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
20,28	Beck, Lena Sophie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	29.03. Gladbeck
18,86	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
18,55	Jarju, Jamie	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
18,09	Prünste, Ida	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
17,97	Simon, Johanna	2011 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
17,89	Brieskorn, Nina	2011 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Münster
16,88	Bouhier, Lea	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
16,86	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
16,81	Tetzner, Fiona	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
16,31	Menzel, Milou Maria	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
16,06	Jarju, Laliya	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
15,83	Richter, Julia	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.03. Paderborn
14,57	Dröscher, Pia	2011 LG Menden	26.04. Werl
14,28	Sewa, Dora	2011 LG Brillux Münster	03.05. Münster
14,22	Barrenstein, Amelie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	29.03. Gladbeck
9,84	Rummeling, Lisa	2011 LG Brillux Münster	03.05. Münster

Hammerwurf 3 kg

28,33	Soer, Marlene	2011 LAZ Soest	25.04. Enschede (NED)
-------	---------------	----------------	-----------------------

Speerwurf 500 g

31,37	Berenbrinker, Jette	2011 LC Paderborn	01.05. Bochum
29,43	Kampmann, Lina	2011 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
29,10	Jung, Hanna	2011 CVJM Siegen SG	26.04. Werl
27,71	Richter, Julia	2011 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.03. Paderborn
27,68	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	23.03. Paderborn
27,60	Kaufmann, Amelie	2011 DJK GW Werl	26.04. Werl
27,25	Hesse, Elisa	2011 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
26,40	Ewens, Annemieke	2011 SuS Oberaden	26.04. Werl
26,16	Berghaus, Eva	2011 LAV Rheine	04.05. Rheine
25,09	Jarju, Jamie	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
24,34	Beck, Lena Sophie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	29.03. Gladbeck
23,21	Efken, Greta	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
23,21	Menzel, Milou Maria	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
21,97	Pörtner, Greta Marlen	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
21,82	Dröscher, Pia	2011 LG Menden	04.05. Menden
21,60	Singh, Naaz	2011 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

21,24	Jarju, Laliya	2011 TV Lengerich	04.05. Rheine
19,62	Singh, Keya	2011 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
19,38	Tetzner, Fiona	2011 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
19,36	Loges, Hannah	2011 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
19,00	Sharif, Layla	2011 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
18,92	Prünthe, Ida	2011 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
18,50	Wehner, Liv	2011 LG Brillux Münster	29.03. Gladbeck
18,43	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
18,37	Ewens, Charlotte	2011 SuS Oberaden	26.04. Werl
17,22	Adio, Adekemi	2011 TV Gladbeck 1912	29.03. Gladbeck
17,16	Röckemann, Lina	2011 SV 1860 Minden	03.05. Minden
17,07	Barrenstein, Amelie	2011 TG Zur roten Erde Schwelm	29.03. Gladbeck
15,76	Müller, Paula	2011 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
15,24	Maas, Lilly	2011 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum

Ballwurf

38,50	Hötting, Lina	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
38,00	Rother, Maja	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
37,00	Emshoff, Anni	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
36,50	Demitrowitz, Maya	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
36,50	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
35,50	Bierhaus, Martje	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
35,50	Sablottny, Amelie	2013 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
34,50	Heidenreich, Frida	2011 SV Brackwede	03.05. Minden
33,50	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
33,00	Lambert, Klara	2012 SC Porta Westfalica Nammen	03.05. Minden
32,00	Schure, Sophie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
32,00	Steven, Charlotte	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
31,00	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
31,00	Töpfer, Mira	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
31,00	Langenhorst, Stella	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
30,00	Mkrtchyan, Natali	2012 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
29,50	Schmitz, Sophie	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
29,00	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
27,50	Roncevic, Melis	2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
27,50	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
27,00	Büsing, Elli	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
26,00	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
26,00	Quante, Luisa	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
26,00	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
25,50	Stravinskis, Evelyn	2012 TG Herford	03.05. Löhne
25,00	Voos, Vita	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
25,00	Höpner, Jella Marleen	2013 BTW Bünde	03.05. Löhne
25,00	Ball, Paula	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
24,50	Hurlbrink, Nele	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

24,50	Bindewald, Pauline	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
-------	--------------------	------------------------	---------------

4-Kampf

1.935	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	13,37 (-1,1) - 529 4,70 (0,0) - 516 7,91 - 385 1,50 - 505		
1.817	Panning, Hannah	2011 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	13,91 (+0,3) - 485 4,54 (0,0) - 498 7,74 - 377 1,42 - 457		
1.721	Reschke, Hannah	2011 CVJM Siegen SG	27.04. Herdorf
	15,04 (+0,3) - 402 4,54 (-0,2) - 498 9,20 - 440 1,30 - 381		
1.582	Gilster, Marlit	2011 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
	15,56 (0,0) - 368 4,24 (-0,3) - 464 7,14 - 350 1,33 - 400		
1.469	Dröschner, Pia	2011 LG Menden	03.05. Menden
	15,23 (0,0) - 390 3,22 (-0,3) - 336 8,11 - 394 1,25 - 349		
1.351	Venus, Malin	2011 LG Menden	03.05. Menden
	15,32 (0,0) - 384 3,79 (+0,6) - 410 5,14 - 248 1,19 - 309		
935	Makowka, Marlene	2011 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
	16,79 (0,0) - 297 3,37 (-0,5) - 356 5,78 - 282 - 0		

7-Kampf

2.453	Dröschner, Pia	2011 LG Menden	03.05. Menden
	15,23 (0,0) - 390 3,22 (-0,3) - 336 8,11 - 394 1,25 - 349 20,03 (+0,1) - 254 21,82 - 419 3:18,23 - 311		

Block Sprint/Sprung

2.432	Krönert, Kira	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	13,44 (-0,9) - 523 13,03 (+0,5) - 529 4,79 (0,0) - 526 1,52 - 517 14,74 - 337		
2.268	Hoffmann, Lara	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	13,62 (-0,3) - 508 13,95 (+0,5) - 477 4,85 (0,0) - 533 1,36 - 419 14,26 - 331		
2.014	Jochim, Leonie	2011 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	15,16 (-0,3) - 394 16,10 (+0,8) - 379 4,25 (-1,8) - 465 1,32 - 394 18,43 - 382		

Block Wurf

2.390	Spieß, Greta	2011 LG Lippe-Süd	03.05. Minden
	13,55 (0,0) - 514 14,17 (0,0) - 466 4,84 (0,0) - 531 9,66 - 459 23,01 - 420		

Männliche Jugend U14

4x75 m Staffel

40,53	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Lohmann (2012), Seeber (2012), Römer (2012), Nollau (2013)		
43,62	LG Kindelsberg Kreuztal, 1	LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	Arceo (2012), Töpfer (2012), Moschos (2014), Fanaj (2013)		
45,70	LC Paderborn, 1	LC Paderborn	04.05. Salzkotten
	Möller (2013), Bockholt (2013), Köppen (2013), Schlidt (2013)		
45,76	VfB Salzkotten, 1	VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

50,79 Jaspert (2013), Freitag (2012), Nolte (2012), Schonlau (2013)
DJK GW Werl DJK GW Werl 03.05. Neuss
Pfitzner (2013), Prisco (2013), Thevenin (2012), Galwas (2013)

4-Kampf Mannschaft

6.116 SV 1860 Minden, 1 SV 1860 Minden 03.05. Minden
Haas (2012) 1.638, Chow (2013) 1.349, Szuminski (2013) 1.337, Komarani (2013) 1.124, Dannenberg (2013) 668

Block Mannschaft

7.549 LTV Lippstadt, 1 LTV Lippstadt 03.05. Minden
Hesse (2013) 1.952, Hesse (2013) 1.674, Röhrig (2013) 1.615, Kaiser (2013) 1.251, Albrecht (2013) 1.057

Jugend M13

75 m

9,77	+1,3 Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
10,47	Uhde, Mats	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
10,49	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	01.05. Bochum
10,53	Roda, Paul Jonas	2012 VfB Wilden	04.05. Lüdenscheid
10,60	Römer, Moritz	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,64	Glowacki, Tobias	2012 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
10,73	Töpfer, Jonas	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
10,76	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
10,85	Nollau, Anton	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,87	Volmer, Hauke	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
10,92	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
10,95	-1,6 Reinhardt, Linus	2012 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
10,97	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
10,98	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
11,08	Lohmann, Jonah Sam	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,09	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
11,10	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
11,12	Hiller, Niclas	2012 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
11,15	Hoffmann, Nils	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
11,16	Vogelsang, Samuel	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,19	Klein, Terje	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
11,23	+0,3 Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
11,24	Homfeldt, Tim Hans	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
11,31	Südholt, Lukas	2012 LC Borken	03.05. Gladbeck
11,33	Tiemann, Klaas	2012 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
11,33	Hecht, Maximilian	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
11,37	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
11,39	+1,3 Bargholt, Marlon	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,40	Osenberg, Nils	2012 USC Bochum	01.05. Bochum
11,41	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

800 m

2:21,24	Semmerling, Janis	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:25,81	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:29,69	Streitberg, Phil	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
2:30,67	Teismann, Matti	2012 LSF Münster	27.04. Rheine
2:31,07	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:31,43	Steffens, Luca	2013 SC Herford	01.05. Bad Salzufen
2:33,39	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:34,39	Junker, Mattis	2012 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:35,37	Klein, Terje	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
2:36,14	Mrizig, Lahcen	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:38,40	Tornow Lafuente, Jendrik	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:40,75	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
2:41,31	Nollau, Anton	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
2:42,12	Hömborg, Tim	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:42,49	Geibel, Lennart	2013 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:44,75	Vogelsang, Samuel	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
2:44,75	Melchers, Jason	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:44,81	Hoffmann, Nils	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
2:44,88	Vorberg, Kian	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
2:45,26	Weissner, Micha	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
2:46,28	Dieckmann, Paul	2012 USC Bochum	01.05. Bochum
2:46,59	Heute, Julius	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:47,59	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
2:47,66	Meyering, Henry	2012 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
2:48,05	Schlidt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
2:48,11	Roda, Paul Jonas	2012 VfB Wilden	04.05. Lüdenscheid
2:48,21	Zisopoulus, Paul	2012 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzufen
2:49,04	Wolf, Jonathan	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:49,99	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
2:50,05	Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen

2.000 m

6:54,4*	Kathöfer, Joris	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
7:01,55	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:05,4*	Schimke, Dante	2012 DJK Gütersloh 1923	29.03. Oelde
7:16,62	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:40,7*	Hömborg, Tim	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
8:02,6*	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:13,5*	Vorberg, Kian	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:34,50	Lorenz, Theo	2013 LAV Rheine	04.05. Rheine
8:37,78	Guttermann, Tristan	2012 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

8:46,06 Hagemann, Jakob 2013 TuS Recke 04.05. Rheine

60 m Hürden 0,762 m

10,76	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	30.04. Soest
11,13	Hiller, Niclas	2012 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
11,23	Uhde, Mats	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
11,54	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	26.04. Duisburg
11,58	Gimmler, Kilian	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,92	Radtke, Lennart	2013 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
11,97	Römer, Moritz	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,99	Tiemann, Klaas	2012 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
12,03	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,06	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,18	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,19	+0,6 Keller, Lennart	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,39	Deppe, Mats	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
12,71	Mikenberg, David	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,80	Katsigiannis, Elias	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
12,86	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
12,88	Bornhöft, Erik	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
13,11	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
13,19	Langenscheidt, Malte	2012 LAZ Soest	30.04. Soest
13,25	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
13,30	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,50	Prisco, Gino	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
13,84	Schlidt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
13,89	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
14,01	Albrecht, Damian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
14,12	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
14,15	Farruggio, Samuel	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

Hochsprung

1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,52	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
1,47	Berg, Tammo	2012 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
1,46	Florian, Sam	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,45	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,44	Volmer, Hauke	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
1,42	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,40	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
1,36	Reinhardt, Linus	2012 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
1,36	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
1,35	Homfeldt, Tim Hans	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,35	Porr, Aron	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,35	Bönninghoff, Matti	2012 LC Paderborn	04.05. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,32	Schlieker, Jakob	2012 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,32	Deppe, Mats	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,31	Farruggio, Samuel	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,31	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,30	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,30	Michaelis, Simon	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
1,30	Bockholt, Jonas	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
1,30	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
1,28	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
1,28	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
1,28	Gimmler, Kilian	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,26	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
1,25	Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
1,25	Schwärecke, Ben	2012 LC Borken	03.05. Gladbeck
1,24	Bornhöft, Erik	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,24	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
1,21	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden

Stabhochsprung

2,40	Bottin, Michel	2012 LAZ Soest	03.05. Dortmund-Hacheney
2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,90	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Hacheney

Weitsprung

5,09	+0,9 Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
5,08	+0,3 Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
4,81	Berg, Tammo	2012 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
4,61	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
4,50	Töpfer, Jonas	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
4,49	Seeber, Ferris	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,46	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
4,45	Bornhöft, Erik	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
4,42	Glowacki, Tobias	2012 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
4,41	Volmer, Hauke	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
4,40	+0,1 Roda, Paul Jonas	2012 VfB Wilden	04.05. Lüdenscheld
4,37	de Vries, Jannis	2012 LG Fichte-Elsey-Kabel	15.03. Hagen
4,36	Tornow Lafuente, Jendrik	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
4,35	Hiller, Niclas	2012 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
4,17	Römer, Moritz	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,17	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
4,16	Krämer, Niklas	2012 VfL Fröndenberg	26.04. Werl
4,16	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
4,15	Dziewiatka, Alexander	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,13	Deppe, Mats	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
4,12	Ossenberg, Theo	2013 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4,12	Homfeldt, Tim Hans	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,09	+0,7 Reinhardt, Linus	2012 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,05	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
4,05	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
4,04	Cabello, Miguel	2013 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
4,04	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	26.04. Duisburg
4,04	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
4,03	Weinhardt, Fynn	2013 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
4,02	Braun, Aaron	2013 SV Spexard	03.05. Harsewinkel

Kugelstoß 3 kg

12,30	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	29.03. Gladbeck
10,09	Krämer, Niklas	2012 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
9,05	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
9,03	Reinhardt, Linus	2012 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
8,88	Florian, Sam	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
8,48	Kottkamp, Jannis	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
8,43	Lohmann, Jonah Sam	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
8,36	Große Daldrup, Tim	2012 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
8,19	Becker, Tim	2012 LG Menden	26.04. Werl
8,16	Seeber, Ferris	2012 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
8,10	Freitag, Mats	2012 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
7,88	Backhaus, Jarin	2012 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheld
7,64	Keller, Lennart	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
7,63	Waterhoff, Frederick	2012 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
7,36	Hoffmann, Nils	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
7,33	Keßlau, Alexander	2012 LA SV Herten	29.03. Gladbeck
7,23	Geßner, Elias	2012 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
7,20	Harms, Kai Niklas	2012 LG Lüdenscheld	04.05. Lüdenscheld
7,15	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
7,09	Gonser, Mika	2012 TSG Reken	03.05. Dülmen
7,03	Wolf, Jonathan	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
7,02	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
6,90	Piepenstock, Konrad	2012 LAZ Iserlohn	04.05. Lüdenscheld
6,75	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
6,61	de Vries, Jannis	2012 LG Fichte-Else-Kabel	15.03. Hagen
6,59	Thevenin, Ben	2012 DJK GW Werl	03.05. Neuss
6,50	Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
6,47	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
6,38	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
6,29	Michaelis, Simon	2012 LA SV Herten	29.03. Gladbeck

Diskuswurf 0,75 kg

37,49	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	29.03. Gladbeck
30,52	Krämer, Niklas	2012 VfL Fröndenberg	05.04. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

26,20	Lohmann, Jonah Sam	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
24,74	Seeber, Ferris	2012 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
23,39	Stebnovskiy, Platon	2012 LG Geseke	23.03. Paderborn
22,75	Bönninghoff, Matti	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
22,68	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
22,55	Kottkamp, Jannis	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
21,75	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	23.03. Paderborn
20,83	Florian, Sam	2012 TV Wattenscheid 01	25.04. Duisburg
20,11	Schlidt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
19,75	Becker, Tim	2012 LG Menden	26.04. Werl
18,58	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
17,76	Waterhoff, Frederick	2012 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
17,35	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
17,26	Karasch, Ruben	2013 TV Wattenscheid 01	29.03. Gladbeck
16,38	Thevenin, Ben	2012 DJK GW Werl	26.04. Werl
16,30	Möller, Vincent	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
16,25	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
15,62	Axnicht, Leo	2013 VfL Fröndenberg	29.03. Gladbeck
15,42	Guttermann, Tristan	2012 TV Jahn Rheine	04.05. Rheine
14,37	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
12,71	Samberg, Jonte	2012 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
12,27	Keller, Frederic	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn

Speerwurf 400 g

35,87	Bruns, Lukas	2012 TSG Reken	29.03. Gladbeck
34,39	Krämer, Niklas	2012 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
34,07	Bönninghoff, Matti	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
30,18	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	23.03. Paderborn
29,84	Czeranka, Leonas	2012 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
27,03	Freitag, Mats	2012 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
25,47	Tuxhorn, Rasmus	2012 LC Schwerte	01.05. Bochum
24,58	Waterhoff, Frederick	2012 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
24,10	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
23,83	Schwärecke, Ben	2012 LC Borken	03.05. Gladbeck
23,66	Geßner, Elias	2012 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
23,20	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
22,61	Keßlau, Alexander	2012 LA SV Herten	29.03. Gladbeck
22,34	Becker, Tim	2012 LG Menden	26.04. Werl
21,59	Hagemann, Jakob	2013 TuS Recke	04.05. Rheine
21,21	Fehmel, Luca	2012 LC Schwerte	01.05. Bochum
21,20	Thevenin, Ben	2012 DJK GW Werl	26.04. Werl
21,07	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
20,47	Köller, Niklas	2012 USC Bochum	01.05. Bochum
18,86	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
18,50	Keller, Lennart	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

18,40	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
18,11	Axnicht, Leo	2013 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
17,68	Koke, Nils	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
17,47	Michaelis, Simon	2012 LA SV Herten	29.03. Gladbeck
16,79	Prediger, Tom	2013 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
16,72	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
16,16	Samberg, Jonte	2012 LG Brillux Münster	04.05. Rheine
13,40	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
13,01	Osenberg, Nils	2012 USC Bochum	01.05. Bochum

Ballwurf

51,00	Fiege, Gustaf	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
44,00	Arceo, Ar-Ar	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
43,50	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
42,50	Keßlau, Alexander	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
42,50	Bönninghoff, Matti	2012 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
40,50	Freitag, Mats	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
38,50	Scholz, Adrian	2012 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
38,50	Hecht, Maximilian	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
38,00	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
35,00	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
34,50	Bargholt, Marlon	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
34,00	Töpfer, Jonas	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
34,00	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
34,00	Stilow, Mattis	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
33,50	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
32,50	Barg, Marius	2013 LG Kreis Lübbecke	26.04. Uchte
32,50	Sagebiel, Jano	2012 SV GW Kollerbeck	04.05. Höxter
32,00	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
31,00	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
31,00	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
30,50	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
29,50	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
28,50	Michaelis, Simon	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,50	Rakebrand, Tom	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
27,00	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
27,00	Pierron, Maximilian	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,00	Birkenfeld, Ole	2012 TV Jahn Bad Driburg	04.05. Höxter
25,50	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
24,00	Nolte, Lasse	2012 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
23,50	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden

3-Kampf

1.192	Töpfer, Jonas	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
10,73 - 435 4,50 - 443 34,00 - 314			



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1.042	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
	11,84 - 336 4,16 - 406 32,00 - 300		

4-Kampf

1.638	Haas, Till Hendrik	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	10,76 - 432 4,05 - 393 43,50 - 375 1,42 - 438		
1.504	Mylius, Bennett-Luuk	2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
	11,42 - 371 4,17 - 407 35,00 - 320 1,36 - 406		
1.395	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
	11,37 - 375 3,81 - 366 34,00 - 314 1,24 - 340		
1.393	Utsch, Leonard	2012 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
	11,84 - 336 4,16 - 406 32,00 - 300 1,26 - 351		
1.349	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	10,98 - 411 3,70 - 353 27,00 - 262 1,21 - 323		
1.337	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	11,66 - 351 3,86 - 371 31,00 - 292 1,21 - 323		
1.243	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	13,04 - 248 3,63 - 344 30,50 - 289 1,28 - 362		
1.130	Willuhn, Nikita	2013 SV Brackwede	01.05. Bielefeld
	12,88 - 259 3,55 - 335 23,00 - 230 1,18 - 306		

Block Sprint/Sprung

1.952	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	11,09 - 401 12,06 - 345 4,46 - 439 1,45 - 453 13,40 - 314		
1.674	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	11,83 - 337 12,18 - 336 3,72 - 355 1,30 - 373 10,39 - 273		
1.057	Albrecht, Damian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	12,99 - 252 14,01 - 221 - - 0 1,15 - 289 11,99 - 295		

Block Lauf

1.615	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	11,78 - 341 13,25 - 265 3,68 - 350 33,50 - 310 2:54,87 - 349		
1.251	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	13,01 - 250 14,12 - 215 2,99 - 264 23,50 - 234 3:11,11 - 288		

Jugend M12

75 m

10,85	Nollau, Anton	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,92	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
10,98	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
11,09	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
11,23	+0,3 Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
11,37	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
11,41	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,44	Porr, Aron	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
11,48	Braun, Aaron	2013 SV Spexard	03.05. Harsewinkel
11,48	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
11,51	Dohmen, Max	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
11,52	Gimmler, Kilian	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,55	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,55	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
11,56	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
11,61	-0,4 Knieps, Toni	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
11,64	Radtke, Lennart	2013 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
11,66	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
11,71	Weinhardt, Fynn	2013 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
11,78	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
11,83	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
11,85	-0,4 Leszinski, Gustav	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
11,95	Heute, Julius	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
11,97	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
11,97	Möller, Vincent	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
12,09	-1,6 Rose, Tom	2013 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
12,11	von Bracht, Henrik	2013 LG Dorsten	04.05. Waltrop
12,16	0,0 Trippe, Collin	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,16	Bockholt, Jonas	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
12,17	Karasch, Ruben	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

800 m

2:31,07	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:31,43	Steffens, Luca	2013 SC Herford	01.05. Bad Salzuflen
2:38,40	Tornow Lafuente, Jendrik	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
2:40,75	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
2:41,31	Nollau, Anton	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
2:42,49	Geibel, Lennart	2013 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:46,59	Heute, Julius	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:48,05	Schlidt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
2:49,99	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
2:50,05	Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
2:50,46	Arnold, William	2013 TuS Deuz	27.04. Herdorf
2:51,38	Knieps, Toni	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
2:52,05	Remke, Paul	2013 TV Mettingen	12.04. Mettingen
2:54,66	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
2:54,87	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
2:57,05	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
2:57,99	Lorenz, Theo	2013 LAV Rheine	27.04. Rheine
2:58,08	Gimmler, Kilian	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
2:59,66	Dohmen, Max	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
3:00,70	Windeler, Justus	2013 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

3:01,78	Braun, Aaron	2013 SV Spexard	03.05. Harsewinkel
3:01,96	Auerbach, Paul	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
3:03,78	Farruggio, Samuel	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
3:04,70	Junker, Lasse	2013 TuS Deuz	27.04. Herdorf
3:11,11	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
3:15,25	Pierron, Maximilian	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
3:19,40	Schonlau, Karl Ferdinand	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
3:19,73	Solf, Jonathan	2013 ETG Recklinghausen 1912/32	04.05. Waltrop
3:31,95	Paus, Linus	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop

2.000 m

7:16,62	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:02,6*	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:34,50	Lorenz, Theo	2013 LAV Rheine	04.05. Rheine
8:46,06	Hagemann, Jakob	2013 TuS Recke	04.05. Rheine

60 m Hürden 0,762 m

11,54	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	26.04. Duisburg
11,58	Gimmler, Kilian	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,92	Radtke, Lennart	2013 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
12,03	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,06	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,18	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,80	Katsigiannis, Elias	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
13,11	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
13,25	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
13,30	Oschmann, Max	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,50	Prisco, Gino	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
13,84	Schlidt, Ephraim Xaver	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
14,01	Albrecht, Damian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
14,12	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
14,15	Farruggio, Samuel	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

Hochsprung

1,57	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
1,45	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,35	Porr, Aron	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,31	Farruggio, Samuel	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,31	Kuhn, Lennard	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,30	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,30	Bockholt, Jonas	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
1,28	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
1,28	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
1,28	Gimmler, Kilian	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,25	Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,24	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
1,21	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,21	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,20	Dziewiatka, Alexander	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,20	Ossenberg, Theo	2013 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
1,20	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	26.04. Duisburg
1,20	Rose, Tom	2013 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
1,20	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
1,20	Möller, Vincent	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
1,18	Willuhn, Nikita	2013 SV Brackwede	01.05. Bielefeld
1,15	Albrecht, Damian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
1,15	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop

Stabhochsprung

2,30	Marschner, Henry	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
------	------------------	--------------------------	--------------------------

Weitsprung

4,61	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
4,46	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
4,36	Tornow Lafuente, Jendrik	2013 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
4,15	Dziewiatka, Alexander	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,12	Ossenberg, Theo	2013 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
4,05	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
4,04	Cabello, Miguel	2013 DJK GW Ennepetal 1924	15.03. Hagen
4,04	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	26.04. Duisburg
4,03	Weinhardt, Fynn	2013 LG Dorsten	03.05. Gladbeck
4,02	Braun, Aaron	2013 SV Spexard	03.05. Harsewinkel
3,98	Nollau, Anton	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
3,89	Katsigiannis, Elias	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
3,87	-0,7 Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
3,86	+0,9 Leszinski, Gustav	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
3,86	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
3,83	Barg, Marius	2013 LG Kreis Lübbecke	26.04. Uchte
3,81	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	26.04. Uchte
3,81	+0,1 Rose, Tom	2013 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
3,77	Prisco, Gino	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
3,72	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
3,72	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
3,70	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
3,68	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
3,67	Bockholt, Jonas	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
3,63	-0,1 Knieps, Toni	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
3,63	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
3,55	Willuhn, Nikita	2013 SV Brackwede	01.05. Bielefeld
3,55	Meijerink, Thomas	2013 LC Borken	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

3,49	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
3,46	Renkert, Ole	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel

Kugelstoß 3 kg

7,15	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
6,75	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
6,50	Weidemann, Lars	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
6,47	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
6,23	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
6,12	Axnicht, Leo	2013 VfL Fröndenberg	01.05. Bochum
5,72	Prisco, Gino	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
5,44	Koke, Nils	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
5,30	Rose, Tom	2013 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
5,22	Karasch, Ruben	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
5,04	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	03.05. Neuss
4,83	Dziewiatka, Alexander	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,65	Leszinski, Gustav	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,57	Pfitzner, Jesper	2013 DJK GW Werl	05.04. Rüthen
4,48	Meijerink, Thomas	2013 LC Borken	03.05. Gladbeck

Diskuswurf 0,75 kg

22,68	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
20,11	Schlidt, Ephraim Xavier	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
18,58	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
17,26	Karasch, Ruben	2013 TV Wattenscheid 01	29.03. Gladbeck
16,30	Möller, Vincent	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
16,25	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
15,62	Axnicht, Leo	2013 VfL Fröndenberg	29.03. Gladbeck
14,37	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
12,27	Keller, Frederic	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn

Speerwurf 400 g

23,20	Eckhardt, Erik	2013 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
21,59	Hagemann, Jakob	2013 TuS Recke	04.05. Rheine
18,86	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
18,40	Flöter, Lunas	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
18,11	Axnicht, Leo	2013 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
17,68	Koke, Nils	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
16,79	Prediger, Tom	2013 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
16,72	Galwas, Felix	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
13,40	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,85	Möller, Vincent	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
12,58	Schlidt, Ephraim Xavier	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
11,99	Albrecht, Damian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
10,39	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

10,28	Keller, Frederic	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
-------	------------------	-------------------	------------------

Ballwurf

38,00	Köppen, Leandro	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
34,00	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
33,50	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
32,50	Barg, Marius	2013 LG Kreis Lübbecke	26.04. Uchte
31,00	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
31,00	Jaspert, Nils	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
30,50	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
29,50	Greve, Mika	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
27,50	Rakebrand, Tom	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
27,00	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
27,00	Pierron, Maximilian	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
25,50	Hooks, Melvin Lawrence	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
23,50	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
23,00	Willuhn, Nikita	2013 SV Brackwede	01.05. Bielefeld
23,00	Keller, Frederic	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
21,00	Schonlau, Karl Ferdinand	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
18,50	von Bracht, Henrik	2013 LG Dorsten	04.05. Waltrop

4-Kampf

1.395	Pohlmann, Torge	2013 TuS Lahde/Quetzen	03.05. Minden
	11,37 - 375 3,81 - 366 34,00 - 314 1,24 - 340		
1.349	Chow, Lennox Elias	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	10,98 - 411 3,70 - 353 27,00 - 262 1,21 - 323		
1.337	Szuminski, Henner	2013 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	11,66 - 351 3,86 - 371 31,00 - 292 1,21 - 323		
1.243	Börger, Jonas	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	13,04 - 248 3,63 - 344 30,50 - 289 1,28 - 362		
1.130	Willuhn, Nikita	2013 SV Brackwede	01.05. Bielefeld
	12,88 - 259 3,55 - 335 23,00 - 230 1,18 - 306		

Block Sprint/Sprung

1.952	Hesse, Julius	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	11,09 - 401 12,06 - 345 4,46 - 439 1,45 - 453 13,40 - 314		
1.674	Hesse, Vincent	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	11,83 - 337 12,18 - 336 3,72 - 355 1,30 - 373 10,39 - 273		
1.057	Albrecht, Damian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	12,99 - 252 14,01 - 221 -- 0 1,15 - 289 11,99 - 295		

Block Lauf

1.615	Röhrig, Milo	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	11,78 - 341 13,25 - 265 3,68 - 350 33,50 - 310 2:54,87 - 349		
1.251	Kaiser, Julian	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

13,01 - 250 | 14,12 - 215 | 2,99 - 264 | 23,50 - 234 | 3:11,11 - 288

Weibliche Jugend U14

4x75 m Staffel

41,96	TV Wattenscheid 01, 2	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Hofmann (2012), Häusser (2012), Fiege (2013), Mehler (2012)		
42,21	CLV Siegerland, 1	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	Jung (2013), von der Heide (2013), Krönert (2012), Schreiber (2012)		
42,56	LG Hamm, 1	LG Hamm	03.05. Gladbeck
	Wnuk (2012), Altmann (2012), Mário (2012), Kapellari (2012)		
42,81	LC Paderborn, 1	LC Paderborn	04.05. Salzkotten
	Mauch (2012), Neblik (2012), Rickert (2013), Plümpe (2013)		
43,29	TV Wattenscheid 01, 3	TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
	Wegermann (2013), Toczkowski (2013), Franke (2013), Wagner (2013)		
43,45	SuS Oberaden, 1	SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
	Damaschek (2013), Koch (2013), Koch (2012), Schneider (2013)		
43,77	DJK Blau-Weiß Annen	DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
	Linus Ali (2012), Voss (2013), Bühren (2012), Wassermann (2012)		
44,42	VfB Salzkotten, 1	VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
	Willam (2012), Frerichs (2013), Otto (2013), Koch (2013)		
45,60	SV 21 Büren, 1	SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
	Wieneke (2013), Quante (2012), Finke (2012), Schütte (2013)		
45,74	TSV 1887 Schloß Neuhaus, 1	TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
	Pelkmann (2013), Haradinja (2012), Bannert (2013), Seupt (2013)		
46,66	VfB Salzkotten, 2	VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
	Remmert (2013), Wolf (2013), Beine (2012), Wilberg (2012)		
48,74	SV 21 Büren, 2	SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
	Büchner (2012), Halle (2013), Simon (2013), Blome (2013)		

3-Kampf Mannschaft

3.849	LG Kindelsberg Kreuztal, 1	LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	Töpfer (2012) 1.380, Schure (2012) 1.276, Wagner (2012) 1.193		
3.748	CLV Siegerland, 1	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	Schreiber (2012) 1.302, Krönert (2012) 1.270, von der Heide (2013) 1.176		
3.100	CLV Siegerland, 2	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	Jung (2013) 1.095, Wilhelm (2013) 1.030, Dreisbach (2012) 975		

4-Kampf Mannschaft

7.056	SV 1860 Minden, 1	SV 1860 Minden	03.05. Minden
	Bierhaus (2012) 1.723, Langenhorst (2012) 1.493, Krämer (2013) 1.356, Tüxen (2012) 1.263, Buchholz (2013) 1.221		
5.425	SV 1860 Minden, 2	SV 1860 Minden	03.05. Minden
	Link (2012) 1.142, Neumann (2013) 1.128, Gauffrés (2013) 1.081, Blomeyer (2013) 1.044, Döring (2013) 1.030		



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4.836	CLV Siegerland, 1	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	Krönert (2012) 1.727, Schreiber (2012) 1.604, von der Heide (2013) 1.505		
3.996	CLV Siegerland, 2	CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	Jung (2013) 1.450, Dreisbach (2012) 1.356, Wilhelm (2013) 1.190		

Jugend W13

75 m

9,95	-0,6 Ntemo, Graciete	2012 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
9,97	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,15	Heße, Charlotte	2012 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
10,43	Thiele, Lieselotte	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
10,53	-0,3 Bergkeller, Greta	2012 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
10,53	-0,5 Bertmaring, Emilia	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
10,53	Stark, Anna Lotta	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,56	Töpfer, Mira	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
10,58	+0,6 Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
10,63	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
10,64	Gärtner, Naike	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
10,65	Schreiber, Lea	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
10,66	Lauterbach, Alma	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
10,66	+0,3 Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
10,66	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
10,69	Henk, Felicia	2012 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
10,74	Mauch, Isabella	2012 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
10,75	Fahnert, Emily	2012 TV Wiblingwerde	04.05. Lüdenscheid
10,77	+0,6 Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
10,81	Camara, Aminata	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
10,82	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,84	Demitrowitz, Maya	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
10,84	Linus Ali, Chidera	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
10,84	Zemsky, Carla	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
10,85	Ribbrock, Inga	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
10,87	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
10,89	Pukall, Ella Maria	2012 TV Jahn Rheine	12.04. Mettingen
10,89	Wilmer, Franka	2012 TB Burgsteinfurt	12.04. Mettingen
10,92	Loutfi, Luana	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
10,93	Drautz, Linda Sophia	2012 USC Bochum	01.05. Bochum

800 m

2:32,40	Liesegang, Philia	2012 LC Westfalia Herne	01.05. Bochum
2:32,49	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	27.04. Rheine
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:33,16	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	27.04. Rheine
2:38,23	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

2:38,40	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	27.04. Rheine
2:39,35	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
2:39,81	Porrozzi, Anna	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:41,17	Funke, Marlene Elisabeth	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:41,65	Hammerschmidt, Alexandra	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:42,13	Brune, Milla	2012 USC Bochum	01.05. Bochum
2:43,33	Mönks, Nele	2012 SV GW Kollerbeck	04.05. Höxter
2:43,38	Sürgit, Mathilda	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:43,39	Vielhaber, Jette	2012 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
2:43,50	Büse, Lilly	2012 SC Hagen-Wildewiese	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:45,67	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:46,10	Hannemann, Sabiha	2012 LV Oelde	03.05. Harsewinkel
2:46,84	Keller, Emma	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
2:47,02	Franke, Riva	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:48,41	Chobanyan, Ella	2012 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
2:48,52	Pawlitza, Dana	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
2:48,80	Max, Aleya	2013 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
2:49,71	Dak Riek, Chajen	2012 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
2:51,55	Senders, Alina	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:51,61	Prott, Sophie	2012 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
2:51,78	Minzlaff, Lina	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:51,87	Mkrtchyan, Elena	2012 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
2:52,31	Rappl, Johanna	2012 LA SV Herten	04.05. Waltrop
2:52,34	Nowak, Leonie	2012 TV Wanne 1885	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:52,84	Giefers, Klara	2012 SG Eintracht Ergste	04.05. Waltrop

2.000 m

7:37,08	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	04.05. Rheine
7:37,31	Menger, Emilia	2013 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
7:41,13	Kiesow, Johanna	2012 TuS Recke	04.05. Rheine
7:43,00	Sürgit, Mathilda	2012 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
7:55,7*	Hannemann, Sabiha	2012 LV Oelde	29.03. Oelde
8:22,3*	Lüffe, Lotte	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:44,78	Düchting, Marie	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:57,93	Wegermann, Judith	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:58,0*	Wunderlich, Karla	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
9:12,9*	Nienkemper, Bea	2012 LV Oelde	29.03. Oelde

60 m Hürden 0,762 m

10,35	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
10,72	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
10,72	Camara, Aminata	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
10,73	Lindenblatt, Greta	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
10,78	Kapellari, Coelestine	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

10,85	Heße, Charlotte	2012 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
10,90	Henk, Felicia	2012 LG Wittgenstein	27.04. Baunatal
10,94	Toczkowski, Isabella Maria	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,99	Hols, Theresa	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
10,99	Haß, Nelli	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,07	Schäfer, Luna	2012 TV Gladbeck 1912	03.05. Gladbeck
11,08	Biegel, Noelle Sophie	2013 LAZ Soest	30.04. Soest
11,09	Volmer, Inga	2012 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
11,10	Wassermann, Mia	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
11,11	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
11,15	Trögele, Thadea	2012 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
11,22	Wagner, Frieda	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,25	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	12.04. Mettingen
11,33	Micke, Johanna	2012 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,38	Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,39	Reichling, Anna	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,40	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
11,48	Bethlehem, Anneke	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
11,66	Koch, Lisa	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
11,80	Fiege, Marlene	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,92	Koch, Mila	2012 TuS 09 Erkenschwick	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,93	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,98	Horstmann, Lorna	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
12,00	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
12,01	Sürgit, Mathilda	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

Hochsprung

1,55	Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,52	Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,51	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,50	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,49	Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
1,48	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzungen
1,45	Bertmaring, Emilia	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
1,42	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,42	Wagner, Amelie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
1,40	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzungen
1,40	Loutfi, Luana	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,40	Butenkemper, Ophelia	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,40	Hurlbrink, Nele	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
1,40	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
1,40	Ribbrock, Inga	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
1,39	Bierhaus, Martje	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
1,38	Schure, Sophie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,36	Ringel, Inga	2012 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,36	Wies, Paula	2012 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
1,35	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,35	Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,34	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	12.04. Mettingen
1,34	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,33	Bergkeller, Greta	2012 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
1,33	Prott, Sophie	2012 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
1,33	Sielski, Ziva	2012 DJK Arminia Ibbenbüren	03.05. Dülmen
1,33	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,33	Tobies, Marie	2012 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,32	Meister, Greta	2012 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen

Stabhochsprung

1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

5,00	0,0	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,98		Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,89		Schreiber, Lea	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
4,79		Plaßmann, Louisa	2012 SV Ubbedissen	03.05. Harsewinkel
4,65		Töpfer, Mira	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
4,64		Camara, Aminata	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,63		Wagner, Amelie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
4,63	+0,8	Ntemo, Graciete	2012 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,60		Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
4,53		Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,51		Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,46		Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	26.04. Duisburg
4,46		Bühren, Marie	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
4,45		Witt, Sarah	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	12.04. Mettingen
4,44	+0,2	Bertmaring, Emilia	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
4,44		Kapaan, Pauline	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
4,43		Altmann, Olivia	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
4,43		Ribbrock, Inga	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
4,41		Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
4,41	+1,9	Hülsmann, Mette	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
4,41	-0,3	Heinz, Emma	2012 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheld
4,37	+0,3	Hoppmann, Lena Kathleen	2012 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
4,37		Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,36		Nickel, Marlene	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
4,33	+0,1	Bergkeller, Greta	2012 SC Union 08 Lüdinghausen	03.05. Dülmen
4,33		Lindenblatt, Greta	2012 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

4,31	Muhmann, Lotta	2012 SV Teuto Riesenbeck	12.04. Mettingen
4,30	Koch, Sophie	2012 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
4,29	Lemke, Anneli	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,29	Dzennisch, Jonna	2012 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop

Kugelstoß 3 kg

10,84	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
9,68	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
9,00	Boshof, Anina	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
8,93	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
8,47	Gashi, Donjeta	2012 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
8,42	Linus Ali, Chidera	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
8,37	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
8,27	Henk, Felicia	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
8,19	Bühren, Marie	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
8,18	Ntemo, Graciete	2012 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
8,00	Keller, Emma	2012 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
7,68	Neise, Mila	2012 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
7,61	Ojigwe, Maya Nicole	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
7,56	Trögele, Thadea	2012 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
7,46	Janssen, Anni	2012 LG Rheine-Elte	04.05. Rheine
7,42	Steven, Charlotte	2012 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
7,41	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
7,33	Breinhild-Olsen, Freja	2012 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
7,27	Rother, Maja	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
7,26	Boden, Layla	2012 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
7,21	Hols, Theresa	2012 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
7,08	Geldmacher, Marit	2012 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
6,96	Kandziora, Charlotte	2013 VfL Fröndenberg	26.04. Werl
6,89	Goldmann, Hanna	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
6,84	Zickau, Josefine	2012 LAC Veltins Hochsauerland	05.04. Salzkotten
6,70	Martin, Sophie	2012 VfL Ahaus	03.05. Dülmen
6,67	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
6,67	Stravinskas, Evelyn	2012 TG Herford	01.05. Bad Salzuflen
6,56	Wieczorek, Victoria	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
6,39	Krüger, Emilia	2013 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen

Diskuswurf 0,75 kg

31,21	Boti, Grace Dorcas	2012 TV Wattenscheid 01	23.02. Düsseldorf
28,50	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
27,14	Boshof, Anina	2012 LG Wittgenstein	06.04. Sinzig
22,38	Neise, Mila	2012 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
21,85	Henk, Felicia	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
20,12	Fahnert, Emily	2012 TV Wiblingwerde	03.05. Plettenberg
19,77	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

19,10	Rikus, Frieda	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
18,17	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
18,05	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
17,98	Krekeler, Sophia	2012 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
17,96	Kandziora, Charlotte	2013 VfL Fröndenberg	29.03. Gladbeck
17,91	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
17,51	Finke, Hedwig	2012 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
17,50	Mauch, Isabella	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
16,96	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
16,57	Müter, Marlene	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
16,21	Ojigwe, Maya Nicole	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
14,26	Trögele, Thadea	2012 CLV Siegerland	29.03. Gladbeck
14,10	Knobloch, Clara	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
14,06	Winkelkötter, Marie	2013 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
13,57	Reinsch, Elin	2012 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
13,39	Banken, Nele	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
13,27	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
13,25	Coralic, Enna	2012 LTV Lippstadt	03.05. Minden
13,18	Schwanemeier, Malie	2012 LG Brillux Münster	26.04. Werl
11,18	Sonneborn, Tilda Lulu	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
9,94	Tobies, Marie	2012 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
9,40	Osmani, Mona	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn

Speerwurf 400 g

31,69	Trögele, Thadea	2012 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
30,43	Sommerfeld, Melina	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
25,92	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
24,31	Mauch, Isabella	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
23,40	Banken, Nele	2012 VfL Gladbeck 1921	25.04. Duisburg
21,31	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
21,25	Steven, Charlotte	2012 SuS Bertlich 1945	29.03. Gladbeck
21,12	Henk, Felicia	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
21,01	Wassermann, Mia	2012 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
20,97	Salden, Svea	2012 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
20,42	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
20,32	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
20,12	Duncan, Divya	2012 LG Hamm	03.05. Gladbeck
19,35	Krekeler, Sophia	2012 VfL Gladbeck 1921	29.03. Gladbeck
19,28	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
18,11	Boshof, Anina	2012 LG Wittgenstein	29.03. Gladbeck
17,95	Schlottmann, Amelie	2013 LG Geseke	26.04. Werl
17,90	Lindenblatt, Greta	2012 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
17,40	Schwanemeier, Malie	2012 LG Brillux Münster	26.04. Werl
17,36	Neise, Mila	2012 LAC Veltins Hochsauerland	26.04. Werl
17,35	Rikus, Frieda	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

16,99	Gerau, Thea	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
16,81	Hurlbrink, Nele	2012 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
16,72	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
15,70	Neblik, Leni	2012 LC Paderborn	23.03. Paderborn
15,49	Spiekermann, Mara Luisa	2012 LA SV Herten	29.03. Gladbeck
15,06	Wespe, Philine	2012 LG Olympia Dortmund	01.05. Bochum
14,87	Minzlaff, Lina	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
14,76	Geldmacher, Marit	2012 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
14,69	Oberberg, Ronja	2012 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum

Ballwurf

38,50	Hötting, Lina	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
38,00	Rother, Maja	2012 Recklinghäuser LC	04.05. Waltrop
37,00	Emshoff, Anni	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
36,50	Demitrowitz, Maya	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
36,50	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
35,50	Bierhaus, Martje	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
35,50	Sablottny, Amelie	2013 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
33,50	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
33,00	Lambert, Klara	2012 SC Porta Westfalica Nammen	03.05. Minden
32,00	Schure, Sophie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
32,00	Steven, Charlotte	2012 SuS Bertlich 1945	04.05. Waltrop
31,00	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
31,00	Töpfer, Mira	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
31,00	Langenhorst, Stella	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
30,00	Mkrtchyan, Natali	2012 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
29,50	Schmitz, Sophie	2012 DJK Adler Brakel	04.05. Höxter
29,00	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
27,50	Roncevic, Melis	2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
27,50	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
27,00	Büsing, Elli	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
26,00	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
26,00	Quante, Luisa	2012 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
26,00	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
25,50	Stravinskas, Evelyn	2012 TG Herford	03.05. Löhne
25,00	Voos, Vita	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
25,00	Höpner, Jella Marleen	2013 BTW Bünde	03.05. Löhne
25,00	Ball, Paula	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
24,50	Hurlbrink, Nele	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
24,50	Bindewald, Pauline	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
24,50	Giesbert, Amelie	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop

3-Kampf

1.380	Töpfer, Mira	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
10,56 - 470 4,65 - 511 31,00 - 399			



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1.302	Schreiber, Lea	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	10,65 - 461 4,89 - 537 21,00 - 304		
1.276	Schure, Sophie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	11,24 - 405 4,23 - 463 32,00 - 408		
1.270	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,24 - 405 4,41 - 483 29,00 - 382		
1.231	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
	11,47 - 384 4,11 - 448 31,00 - 399		
1.193	Wagner, Amelie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	11,02 - 425 4,63 - 508 17,00 - 260		
1.176	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,31 - 398 4,15 - 453 23,00 - 325		
1.134	Lambert, Klara	2012 SC Porta Westfalica Nammen	03.05. Minden
	11,95 - 345 3,50 - 373 33,00 - 416		
1.129	Sablotny, Amelie	2013 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
	11,75 - 361 3,18 - 331 35,50 - 437		
1.095	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	12,09 - 334 4,09 - 446 22,00 - 315		
1.060	Bindewald, Pauline	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
	11,65 - 369 3,33 - 351 24,50 - 340		
1.044	Zimmermann, Thalea	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	12,06 - 336 3,58 - 383 23,00 - 325		
1.031	Voos, Vita	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
	12,58 - 297 3,62 - 389 25,00 - 345		
1.030	Wilhelm, Meike	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,83 - 354 4,04 - 440 15,00 - 236		
915	Bever, Marla	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	12,48 - 304 3,33 - 351 17,00 - 260		
915	Koenigs, Alma	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	13,02 - 267 3,12 - 323 23,00 - 325		
887	Meyer, Stine	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
	13,04 - 265 2,86 - 287 24,00 - 335		

4-Kampf

1.862	Jung, Dana	2012 LG Kreis Gütersloh 09	01.05. Bielefeld
	10,95 - 432 4,60 - 505 33,50 - 420 1,50 - 505		
1.862	Siggemann, Efi	2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	10,78 - 448 4,78 - 525 36,50 - 445 1,40 - 444		
1.727	Krönert, Finja	2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,24 - 405 4,41 - 483 29,00 - 382 1,42 - 457		
1.727	Demitrowitz, Maya	2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
	10,84 - 442 4,09 - 446 36,50 - 445 1,32 - 394		
1.723	Bierhaus, Martje	2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	11,20 - 408 4,04 - 440 35,50 - 437 1,39 - 438		
1.708	Schure, Sophie	2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

	11,24 - 405 4,23 - 463 32,00 - 408 1,38 - 432	
1.656	Baumann, Anna Madita 2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,24 - 405 4,15 - 453 26,00 - 354 1,40 - 444	
1.650	Wagner, Amelie 2012 LG Kindelsberg Kreuztal	27.04. Herdorf
	11,02 - 425 4,63 - 508 17,00 - 260 1,42 - 457	
1.604	Schreiber, Lea 2012 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	10,65 - 461 4,89 - 537 21,00 - 304 1,18 - 302	
1.547	Gärtner, Naike 2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	10,64 - 462 3,86 - 418 20,50 - 299 1,28 - 368	
1.542	Hurlbrink, Nele 2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,81 - 356 3,73 - 402 24,50 - 340 1,40 - 444	
1.528	Büsing, Elli 2012 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
	11,42 - 389 3,99 - 434 27,00 - 363 1,24 - 342	
1.528	Stravinskis, Evelyn 2012 TG Herford	03.05. Löhne
	11,42 - 389 4,11 - 448 25,50 - 349 1,24 - 342	
1.506	Roncevic, Melis 2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
	12,05 - 337 3,77 - 407 27,50 - 368 1,32 - 394	
1.505	von der Heide, Lena 2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,31 - 398 4,15 - 453 23,00 - 325 1,22 - 329	
1.494	Stiballe, Laura 2012 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,66 - 368 4,20 - 459 20,50 - 299 1,28 - 368	
1.493	Langenhorst, Stella 2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	12,01 - 340 3,65 - 392 31,00 - 399 1,27 - 362	
1.450	Jung, Mathilda 2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	12,09 - 334 4,09 - 446 22,00 - 315 1,26 - 355	
1.441	Kowalski, Kinga 2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,07 - 420 4,22 - 461 18,00 - 272 1,16 - 288	
1.403	Banze, Lilli 2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,49 - 383 3,76 - 406 18,00 - 272 1,24 - 342	
1.337	Höpner, Jella Marleen 2013 BTW Bünde	03.05. Löhne
	11,70 - 365 3,66 - 394 25,00 - 345 1,08 - 233	
1.263	Tüxen, Luisa 2012 SV 1860 Minden	03.05. Minden
	12,52 - 301 3,34 - 352 19,50 - 288 1,21 - 322	
1.250	Schwarze, Lilli 2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	12,17 - 327 3,63 - 390 18,00 - 272 1,12 - 261	
1.190	Wilhelm, Meike 2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,83 - 354 4,04 - 440 15,00 - 236 0,98 - 160	
844	Schafmeister, Lotta 2012 BTW Bünde	03.05. Löhne
	12,61 - 295 x - 0 19,50 - 288 1,12 - 261	

Block Sprint/Sprung

2.218	Trögele, Thadea 2012 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	11,16 - 412 11,15 - 479 4,08 - 445 1,28 - 368 31,69 - 514	
2.090	Krönert, Finja 2012 CLV Siegerland	03.05. Niederselters
	11,49 - 383 12,00 - 423 4,22 - 461 1,36 - 419 20,42 - 404	



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1.559	Möller, Lena	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,72 - 287 13,63 - 335 3,18 - 331 1,18 - 302 12,31 - 304			

Block Lauf

2.178	Klein, Johanna Filipa	2012 ASC Weißbachtal	03.05. Niederselters
10,66 - 460 11,40 - 462 4,28 - 468 23,00 - 325 2:39,35 - 463			
1.894	Emshoff, Anni	2012 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
11,67 - 367 12,62 - 387 3,20 - 334 37,00 - 449 3:04,38 - 357			

Block Wurf

1.705	Coralic, Enna	2012 LTV Lippstadt	03.05. Minden
11,62 - 372 12,56 - 390 3,30 - 347 6,25 - 306 13,25 - 290			

Jugend W12

75 m

9,97	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,53	Stark, Anna Lotta	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
10,84	Zemsky, Carla	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
11,04	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,07	Kowalski, Kinga	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
11,07	Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,10	Fiege, Marlene	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,12	+0,9 Korus, Lena	2013 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
11,13	-0,6 Bannert, Laura	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzungen
11,13	Oberbörsch, Helena	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
11,19	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
11,21	Witt, Sarah	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	12.04. Mettingen
11,23	+0,9 Welling, Merle	2013 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
11,24	Stein, Hanna Sophie	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
11,24	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
11,24	Rickert, Leni	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
11,24	Jeschke, Carolina	2013 ETG Recklinghausen 1912/32	04.05. Waltrop
11,25	+0,9 Drees, Anna	2013 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
11,27	Damaschek, Mila	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
11,28	Minzlaff, Lina	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
11,30	Seupt, Nina	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten
11,30	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
11,33	Pawlitza, Dana	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
11,35	+0,9 Schröder, Mieke	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
11,36	+0,9 Claeßen, Paula	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
11,36	Wenkebach, Mathilda	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
11,37	Koch, Lisa	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
11,37	Wagner, Frieda	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,39	Funke, Marlene Elisabeth	2013 USC Bochum	01.05. Bochum



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,39	Dyballa, Emilia	2013 LG Lüdenscheid	04.05. Lüdenscheid
800 m			
2:32,63	Zurkuhl, Lina	2013 TV Westfalia Epe	27.04. Rheine
2:41,17	Funke, Marlene Elisabeth	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:45,67	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:47,02	Franke, Riva	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
2:48,52	Pawlitza, Dana	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
2:48,80	Max, Aleyna	2013 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
2:51,55	Senders, Alina	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:51,78	Minzlaff, Lina	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:53,23	Rickert, Leni	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
2:53,49	Gobec, Lena Luisa	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
2:54,01	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	04.05. Lüdenscheid
2:55,02	Frerichs, Frida	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
2:55,23	Knoll, Lotta	2013 Warburger Sportverein	04.05. Höxter
2:55,54	Hein, Klara Sofie	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:55,76	Streyl, Jette	2013 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
2:56,04	Ludwig, Lila	2013 TV Friesen Telgte	03.05. Dülmen
2:56,23	Aupke, Lara	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	27.04. Rheine
2:56,23	Puhe, Charlotte	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
2:56,73	Düchting, Marie	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
2:57,71	Gröger, Amelie	2013 LG Lemgo	01.05. Bad Salzuflen
2:59,22	Kuhlmann, Pauline	2013 TuS 09 Erkenschwick	04.05. Waltrop
2:59,97	Oldenburg, Pauline	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
3:00,05	Butenkemper, Ophelia	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
3:00,17	Linke, Olivia	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
3:00,77	Wenkebach, Mathilda	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
3:01,19	Teufer, Emilia	2013 LC Schwerte	01.05. Bochum
3:01,90	Schulze, Marieke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
3:02,08	Woyte, Frieda	2013 SuS Stadtlohn	03.05. Dülmen
3:02,22	Teufer, Sophie	2013 LC Schwerte	01.05. Bochum
3:02,40	Claeßen, Paula	2013 LG Coesfeld	03.05. Dülmen
2.000 m			
7:37,31	Menger, Emilia	2013 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
8:22,3*	Lüffe, Lotte	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
8:44,78	Düchting, Marie	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:57,93	Wegermann, Judith	2013 TV Wattenscheid 01	27.04. Duisburg
8:58,0*	Wunderlich, Karla	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	29.03. Oelde
60 m Hürden 0,762 m			
10,94	Tockowski, Isabella Maria	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,08	Biegel, Noelle Sophie	2013 LAZ Soest	30.04. Soest
11,22	Wagner, Frieda	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

11,38	Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,66	Koch, Lisa	2013 SuS Oberaden	03.05. Gladbeck
11,80	Fiege, Marlene	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
11,93	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
11,98	Horstmann, Lorna	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
12,22	Reichenbecher, Isabella	2013 LAZ Soest	30.04. Soest
12,36	Jeschke, Carolina	2013 ETG Recklinghausen 1912/32	04.05. Waltrop
12,49	Schulze, Marieke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
12,50	Wessel, Nia	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
12,73	Butenkemper, Ophelia	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
12,79	Beckmann, Greta Kristina	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,80	Wegermann, Judith	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
12,82	Wieneke, Ira	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
12,87	Witt, Sarah	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	12.04. Mettingen
12,92	Ojigwe, Maya Nicole	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,03	Franke, Victoria	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
13,13	Hasenpusch, Winifred	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
13,19	Zeiselmeier, Emma	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
13,20	Butenkemper, Josephine	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
13,42	Oldenburg, Pauline	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
13,50	Streyl, Jette	2013 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
13,63	Möller, Lena	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
13,86	Franke, Riva	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
13,93	Gerding, Ida	2013 TuS Sythen 1923	04.05. Waltrop
14,31	Wieczorek, Victoria	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
14,74	Lehmann, Ella	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck

Hochsprung

1,52	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
1,40	Butenkemper, Ophelia	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,40	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
1,35	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,35	Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,34	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
1,32	Horstmann, Lorna	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
1,32	Roncevic, Melis	2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
1,30	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,30	Korus, Lena	2013 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen
1,28	Blanke, Pia	2013 LAC Veltins Hochsauerland	03.05. Gladbeck
1,26	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,25	Ghazonani, Line	2013 VfL Eintracht Hagen	15.03. Hagen
1,25	Schiffer, Lilli Marie	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
1,25	Rose, Finja	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	12.04. Mettingen
1,25	Geldermann, Malena	2013 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
1,25	Seupt, Nina	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	04.05. Salzkotten



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1,25	Hötting, Lina	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
1,24	Butenkemper, Josephine	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,24	Lüffe, Lotte	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
1,24	Oldenburg, Pauline	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,24	Banze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
1,22	Dröschner, Laura	2013 LG Menden	26.04. Werl
1,22	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
1,20	Betke, Marlene	2013 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,20	Krüger, Emilia	2013 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
1,20	Schwarze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
1,20	Schulze, Marieke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
1,20	Rohwer, Elisabeth	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel
1,20	Schröder, Mieke	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen

Stabhochsprung

1,80	Jezierski, Filipa Karla	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,80	Kaufmann, Anneke	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Hacheney
1,50	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl

Weitsprung

4,98	Omeke, Tarabella Mandys	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,51	Bergmann, Lene	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,45	Witt, Sarah	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	12.04. Mettingen
4,37	Vollmer, Sophie	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,29	Lemke, Anneli	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,22	Voss, Amalia	2013 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
4,22	Kowalski, Kinga	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
4,19	+0,7 Schröder, Mieke	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,15	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
4,15	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
4,14	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,13	Zemsky, Carla	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
4,11	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
4,10	Wenkebach, Mathilda	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
4,09	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
4,09	+0,3 Seupt, Nina	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
4,09	Morgenstern, Ira	2013 LG Olympia Dortmund	03.05. Dortmund-Lanstrop
4,04	Wilhelm, Meike	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
4,03	Eicker, Jill	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
4,02	Horstmann, Lorna	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
4,01	+0,6 Feldmann, Johanna	2013 SV Brackwede	01.05. Bad Salzuflen
4,01	Niewöhner, Maja	2013 Warendorfer Sportunion 1895/1972	03.05. Harsewinkel
4,01	+1,8 Welling, Merle	2013 TSG Dülmen	03.05. Dülmen
4,01	Sturm, Lotta	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	03.05. Gladbeck
4,00	+0,6 Betke, Marlene	2013 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

3,98	Quante, Lotta	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
3,98	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
3,94	Ranke, Ida	2013 Hammer Sportclub 2008	26.04. Werl
3,93	+0,4 Bannert, Laura	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
3,93	Butenkemper, Josephine	2013 LG Kreis Gütersloh 09	03.05. Harsewinkel

Kugelstoß 3 kg

9,68	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	03.05. Neuss
7,61	Ojigwe, Maya Nicole	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
6,96	Kandziora, Charlotte	2013 VfL Fröndenberg	26.04. Werl
6,89	Goldmann, Hanna	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
6,67	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
6,56	Wieczorek, Victoria	2013 TV Wattenscheid 01	03.05. Gladbeck
6,39	Krüger, Emilia	2013 LG Lippe-Süd	01.05. Bad Salzuflen
6,32	Jeschke, Carolina	2013 ETG Recklinghausen 1912/32	04.05. Waltrop
6,29	Seupt, Nina	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	01.05. Bad Salzuflen
6,27	Minzlaff, Lina	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
6,17	Schwarze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
6,06	Olendraite, Milana	2013 DJK Arminia Ibbenbüren	04.05. Rheine
5,95	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
5,76	Zanz, Lara Ilayn	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
5,67	Schulte-Sasse, Lene	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
5,34	Otto, Margareta	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
5,23	Brendel, Zoe-Louisa	2013 LG Fichte-Elsey-Kabel	15.03. Hagen
5,14	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
5,02	Banze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	01.05. Bad Salzuflen
4,98	Winkelkötter, Marie	2013 SuS 1910 Enniger	03.05. Gladbeck
4,86	Rajski, Stella	2013 LG Fichte-Elsey-Kabel	15.03. Hagen
4,82	Stein, Lotta	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
4,77	Rose, Finja	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	12.04. Mettingen
4,72	Honemann, Pauline	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,71	Hoffleith, Ellen	2013 LG Brillux Münster	03.05. Dülmen
4,70	Lemke, Anneli	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,67	Frerichs, Frida	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
4,66	Franzen, Nelia	2013 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05. Bad Salzuflen
4,65	Hedtmann, Lena	2013 TSV Hagen 1860	15.03. Hagen
4,64	Seeske, Mia	2013 VfL Gladbeck 1921	03.05. Dülmen

Diskuswurf 0,75 kg

28,50	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
18,17	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
17,96	Kandziora, Charlotte	2013 VfL Fröndenberg	29.03. Gladbeck
16,96	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
16,21	Ojigwe, Maya Nicole	2013 TV Wattenscheid 01	01.05. Bochum
14,10	Knobloch, Clara	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

14,06	Winkelkötter, Marie	2013 SuS 1910 Enniger	12.04. Wadersloh
11,18	Sonneborn, Tilda Lulu	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
9,40	Osmani, Mona	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn

Speerwurf 400 g

21,31	Gebhardt, Emma	2013 DJK Blau-Weiß Annen	01.05. Bochum
20,32	Uhlig, Marie	2013 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
19,28	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
17,95	Schlottmann, Amelie	2013 LG Geseke	26.04. Werl
16,99	Gerau, Thea	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
16,72	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
14,87	Minzlaff, Lina	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
14,60	Rose, Finja	2013 Lauf-Gemeinschaft Emsdetten	04.05. Rheine
14,31	Eilers, Lea	2013 LAV Rheine	04.05. Rheine
13,96	Schwarze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
13,91	Marschall, Lotta	2013 VfL Bochum 1848 Leichtathletik	01.05. Bochum
13,38	Kandziora, Charlotte	2013 VfL Fröndenberg	03.05. Gladbeck
12,71	Pytko, Luisa	2013 TSG Reken	29.03. Gladbeck
12,55	Banze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	26.04. Bünde
12,45	Halle, Sophia	2013 SV 21 Büren	05.04. Salzkotten
12,42	Heckmann, Anna	2013 TV Werne 03	29.03. Gladbeck
12,31	Möller, Lena	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
12,21	Knobloch, Clara	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
12,12	Seupt, Nina	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	05.04. Salzkotten
12,06	Remmert, Mirja	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
12,05	Goldmann, Hanna	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
11,49	Osmani, Mona	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
10,71	Otto, Margareta	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
10,62	Wolf, Finja	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
10,14	Gobec, Lena Luisa	2013 USC Bochum	01.05. Bochum
9,80	Frerichs, Frida	2013 VfB Salzkotten	05.04. Salzkotten
9,73	Pelkmann, Laura	2013 TSV 1887 Schloß Neuhaus	05.04. Salzkotten
9,24	Sonneborn, Tilda Lulu	2013 LC Paderborn	23.03. Paderborn
8,14	Cordes, Lea	2013 DJK GW Werl	26.04. Werl
6,63	Bunse, Anna	2013 LAV Rheine	04.05. Rheine

Ballwurf

38,50	Hötting, Lina	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
35,50	Sablottny, Amelie	2013 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
31,00	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
27,50	Roncevic, Melis	2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
27,50	Plümpe, Marie	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
26,00	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
26,00	Schütte, Lotta	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
25,00	Voos, Vita	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

25,00	Höpner, Jella Marleen	2013 BTW Bünde	03.05. Löhne
25,00	Ball, Paula	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
24,50	Giesbert, Amelie	2013 DJK Teutonia Waltrop	04.05. Waltrop
23,50	Osmani, Mona	2013 LC Paderborn	04.05. Salzkotten
23,50	Even, Greta	2013 Warburger Sportverein	04.05. Höxter
23,00	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
22,50	Zimmermann, Luna	2013 TuS Ickern 1912	04.05. Waltrop
22,50	Koch, Lisbeth	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
22,50	Otto, Margareta	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
22,00	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
22,00	Halle, Sophia	2013 SV 21 Büren	04.05. Salzkotten
20,50	Remmert, Mirja	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
19,00	Schulte-Sasse, Lene	2013 LA SV Herten	04.05. Waltrop
18,00	Banze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
18,00	Kowalski, Kinga	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
18,00	Schwarze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
17,50	Wolf, Finja	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
16,00	Schmidt, Luisa	2013 LAC Veltins Hochsauerland	06.04. Diez
15,00	Wilhelm, Meike	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
15,00	Frerichs, Frida	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten
12,00	Joachim, Lotta Marleen	2013 VfB Salzkotten	04.05. Salzkotten

3-Kampf

1.231	Pfeiffer, Lina	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
	11,47 - 384 4,11 - 448 31,00 - 399		
1.176	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,31 - 398 4,15 - 453 23,00 - 325		
1.129	Sablottny, Amelie	2013 LG Kreis Lübbecke	03.05. Minden
	11,75 - 361 3,18 - 331 35,50 - 437		
1.095	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	12,09 - 334 4,09 - 446 22,00 - 315		
1.031	Voos, Vita	2013 TV Jahn Siegen	27.04. Herdorf
	12,58 - 297 3,62 - 389 25,00 - 345		
1.030	Wilhelm, Meike	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,83 - 354 4,04 - 440 15,00 - 236		

4-Kampf

1.656	Baumann, Anna Madita	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,24 - 405 4,15 - 453 26,00 - 354 1,40 - 444		
1.506	Roncevic, Melis	2013 LAZ Regio Herford	03.05. Löhne
	12,05 - 337 3,77 - 407 27,50 - 368 1,32 - 394		
1.505	von der Heide, Lena	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,31 - 398 4,15 - 453 23,00 - 325 1,22 - 329		
1.450	Jung, Mathilda	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	12,09 - 334 4,09 - 446 22,00 - 315 1,26 - 355		



FLVW-Bestenliste 2025

(Freiluft – Top 30) - Stand 09.05.2025

1.441	Kowalski, Kinga	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,07 - 420 4,22 - 461 18,00 - 272 1,16 - 288		
1.403	Banze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	11,49 - 383 3,76 - 406 18,00 - 272 1,24 - 342		
1.337	Höpner, Jella Marleen	2013 BTW Bünde	03.05. Löhne
	11,70 - 365 3,66 - 394 25,00 - 345 1,08 - 233		
1.250	Schwarze, Lilli	2013 LG Bünde-Löhne	03.05. Löhne
	12,17 - 327 3,63 - 390 18,00 - 272 1,12 - 261		
1.190	Wilhelm, Meike	2013 CLV Siegerland	27.04. Herdorf
	11,83 - 354 4,04 - 440 15,00 - 236 0,98 - 160		

Block Sprint/Sprung

1.559	Möller, Lena	2013 LTV Lippstadt	03.05. Minden
	12,72 - 287 13,63 - 335 3,18 - 331 1,18 - 302 12,31 - 304		

Männer & Frauen

4x400 m Staffel

3:43,80	TV Wattenscheid 01, 1	TV Wattenscheid 01	04.05. Hamburg
	Dominczak (2008), Seiler (2009), Deppe (2008), Bornemann (2008)		
3:48,72	LG Olympia Dortmund, 1	LG Olympia Dortmund	04.05. Hamburg
	Huge (2006), Peltzer (2008), Anstötz (2007), Schauerte (1996)		
3:56,14	LC Paderborn, 1	LC Paderborn	04.05. Hamburg
	Koldaev (2007), Stüker (2008), Ehle (2008), Stirnberg (2008)		