

Jahresbestenliste 2023 der LG Nord Berlin

Stand: 30.09.2023

Frauen

100m

11,97	Yuliana Angulo	22.04.
12,14	Karolina Pahlitzsch	10.06.
12,15	Lisa Kels	22.07.
12,33	Charlotte Wolff	22.07.
12,74	Ilayda Soukri	27.05.
12,74	Lena Seifert	22.07.

200m

24,55	Karolina Pahlitzsch	22.07.
24,76	Lisa Kels	09.07.
24,84	Charlotte Wolff	09.07.
25,89	Helene Wiethoff	11.06.
25,90	Lena Seifert	25.06.

400m

53,80	Karolina Pahlitzsch	30.07.
56,32	Charlotte Wolff	30.07.
59,26	Helene Wiethoff	18.06.
62,14	Paula Benz	02.07.

800m

2:14,90	Alison Graf	29.04.
2:19,54	Nele Prüser	13.05.
2:19,81	Maike Hammerschmidt	30.07.
2:21,94	Lilly Schuster	13.05.
2:22,61	Hannah Suhr	30.07.

1500m

4:13,68	Caterina Granz	20.05.
4:49,32	Nele Prüser	27.05.
4:47,73	Lilly Schuster	22.07.
5:04,78	Maike Hammerschmidt	10.06.

3000m

11:04,12	Lilly Schuster	03.06.
11:05,70	Nele Prüser	17.05.
12:02,45	Julia Fröhlich	16.09.
12:10,45	Hermine Tonch	16.09.
12:15,18	Fee Schnittker	03.06.

5000m

19:25,64	Saskia Müller	10.06.
----------	---------------	--------

Halbmarathon

1:23:54	Caterina Granz	02.04.
---------	----------------	--------

100m Hürden

14,77	Ilayda Soukri	18.06.
15,22	Lotta Edzards	16.09.
15,98	Julieta Gallego	10.05.

400m Hürden

57,86	Karolina Pahlitzsch	09.07.
59,86	Lena Seifert	11.06.
60,33	Katharina Hanke	11.06.
63,58	Charlotte Wolff	20.05.
64,40	Helene Wiethoff	17.06.

20km Gehen

1:39:25 Emilia Lehmeyer 15.04.

Hoch

1,87 Blessing Enatoh 18.05.
1,74 Jossie Graumann 10.06.
1,65 Ellis Jacobasch 21.05.
1,64 Carlotta Loewenthal 18.09.
1,59 Lotta Edzards 06.05.
1,59 Lea Dieckmann 16.09.

Stabhoch

2,90 Milena Hoffmann 16.09.
2,22 Nicola Iwanowski 06.06.

Weit

6,27 Caroline Joyeux 06.06.
6,26 Yulian Angulo 30.07.
5,69 Lotta Edzards 17.06.
5,64 Lisa Kels 03.06.
5,62 Julieta Gallego 22.04.

Drei

13,60 Caroline Joyeux 01.07.
12,17 Lotta Edzards 10.06.
11,99 Lisa Kels 06.06.
11,98 Carlotta Loewenthal 29.07.
11,96 Ilayda Soukri 09.07.

Kugel

10,31 Flora Rustemeyer 16.09.
9,86 Ilayda Soukri 06.05.
8,23 Milena Hoffmann 06.05.
7,83 Sarah Hinze 03.06.

Diskus

33,84 Flora Rustemeyer 02.09.
26,63 Fabienne Schäfer 01.07.
25,46 Milena Hoffmann 09.09.
24,70 Phoebe Adenmosu 27.05.
24,46 Carina Balcerowski 08.07.

Hammer

55,69 Flora Rustemeyer 11.07.

Speer

39,75 Milena Hoffmann 12.02.
33,10 Ilayda Soukri 02.09.
27,53 Carina Balcerowski 24.06.
25,70 Helene Wiethoff 16.09.

Siebenkampf

3287 Milena Hoffmann 06./7.05.
(18,33-1,39-8,23-30,11/4,69-37,24-3:01,56)

Männer**100m**

11,08 Thomas Paul 10.06.
11,23 Frederick Prinz Menzel 10.06.
11,24 Marc Koch 13.05.

11,35	Marvin Miguel	30.08.
11,42	Julian Iwanowski	30.07.
200m		
21,87	Marc Koch	13.05.
21,91	Alexander Hanke	11.06.
22,60	Johannes Wuthe	25.06.
22,62	Jan-Niklas Gwizdek	25.06.
22,77	Thomas Paul	28.05.
400m		
46,18	Marc Koch	03.09.
48,10	Alexander Hanke	10.06.
49,12	Joseph Mouaha	21.07.
50,94	Anton Molitor	20.05.
52,23	Jannik Worina	16.09.
800m		
1:57,43	Dan Bürger	25.06.
2:01,02	Joseph Mouaha	16.09.
2:01,25	Finn Ophoff	16.09.
2:02,02	Anton Molitor	13.05.
2:07,48	Nelio Schwarz	04.06.
1500m		
3:56,21	Dan Bürger	24.06.
3000m		
8:14,11	Dan Bürger	03.06.
9:58,01	Lucas Corneille	17.05.
9:59,71	Finn Ophoff	03.06.
10:02,59	Tom-Luca Gwizdek	03.06.
10:24,94	Julius Loos	17.05.
5000m		
14:22,70	Dan Bürger	20.05.
19:01,92	Lucas Corneille	22.04.
19:10,39	Emanuel Anders	22.04.
19:22,97	Julius Loos	22.04.
10 000m		
29:53,90	Dan Bürger	05.04.
30:24,26	Niel Michalk	05.04.
5km		
14:51	Niels Michalk	23.04.
10km		
30:37	Niels Michalk	12.03.
31:04	Alexander Dautel	19.03.
31:18	Nikki Johnstone	19.03.
31:20	Michael Alber	10.09.
32:22	Dan Bürger	10.09.
Halbmarathon		
1:05:52	Niels Michalk	26.03.
1:09:06	Michael Alber	26.03.
1:09:20	Nikki Johnstone	02.04.
1:09:44	Dan Bürger	26.03.
1:14:47	Nils Reckemeyer	26.03.
50km		
2:56:21	Nikki Johnstone	25.02,

110m Hürden
15,33 Luke Böhme 10.06.

400m Hürden
53,09 Alexander Hanke 11.06
53,51 Johannes Wuthe 24.06.
55,08 Jan-Niklas Gwizdek 24.06.

10.000m Gehen
40:48,58 Leo Köpp 24.06.

20km Gehen
1:23:57 Leo Köpp 03.06.

Hoch
2,14 Jonas Pomsel 18.06.
2,12 Raúl Spank 24.06.
1,87 Jason Klapper 16.09.
1,79 Simon Iwanowski 27.05.

Stabhoch
4,20 Raúl Spank 03.06.
3,20 Simon Iwanowski 16.09.
3,05 Sebastian Gnann 20.06.
3,00 Julian Schulze 16.09.
2,88 Robert Beer 06.09.

Weit
6,63 Jason Klapper 30.08.
6,38 Jannik Worina 16.09.
6,22 Julian Iwanowski 16.09.
5,79 Jakob Seitz 01.07.
5,57 Simon Iwanowski 30.08.

Kugel
12,53 Raúl Spank 03.06.

Diskus
65,12 Christoph Harting 20.07.
51,84 Michel Maly 21.05.
45,39 Tom Han 27.01.
35,30 Raúl Spank 24.06.

Speer
47,46 Raúl Spank 30.09.
46,30 Erik Petersen 17.05.
40,90 Karsten Klähn 02.09.

Hammer
26,45 Raúl Spank 30.09.

Weibliche Jugend

100m
12,15 Lisa Kels 22.07.
12,74 Ilayda Soukri 27.05.
12,79 Helene Wiethoff 09.07.
13,03 Lotta Edzards 17.06.
13,14 Paula Benz 24.06.

200m

24,76	Lisa Kels	09.07.
25,87	Helene Wiethoff	09.07.
27,64	Paula Benz	11.06.
28,26	Ilayda Soukri	06.05.
28,59	Lotta Edzards	06.05.

400m

59,26	Helene Wiethoff	18.06.
62,14	Paula Benz	02.07.
63,46	Lisa Kels	03.06.
63,75	Lilly Schuster	27.05.

800m

2:21,94	Lilly Schuster	13.05.
2:22,61	Hannah Suhr	30.07.
2:28,95	Fee Schnittker	13.05.
2:35,87	Paula Benz	14.06.
2:36,89	Pauline Wanjura	16.09.

1500m

4:47,73	Lilly Schuster	22.07.
---------	----------------	--------

3000m

11:04,12	Lilly Schuster	03.06.
12:02,45	Julia Fröhlich	16.09.
12:10,45	Hermine Tonch	16.09.
12:15,18	Fee Schnittker	03.06.
13:33,70	Leontine Krüger	16.09.

100m Hürden

14,77	Ilayda Soukri	18.06.
15,22	Lotta Edzards	16.09.

400m Hürden

64,40	Helene Wiethoff	17.06.
-------	-----------------	--------

3000m Bahngehen

21:33,42	Fabienne Schäfer	22.04.
----------	------------------	--------

Hoch

1,64	Carlotta Loewenthal	18.09.
1,59	Lotta Edzards	06.05.
1,59	Lea Dieckmann	16.09.
1,56	Pauline Wanjura	04.06.

Stabhoch

2,90	Milena Hoffmann	16.09.
------	-----------------	--------

Weit

5,69	Lotta Edzards	17.06.
5,64	Lisa Kels	03.06.
5,07	Carlotta Loewenthal	04.06.
4,99	Michelle Kießling	30.07.
4,88	Milena Hoffmann	22.04.

Drei

12,17	Lotta Edzards	10.06.
11,98	Carlotta Loewenthal	29.07.
11,74	Lisa Kels	27.05.
10,77	Magdelina Akuamoah	20.06.
9,34	Annemarie Schendler	20.05.

Kugel

10,31	Flora Rustemeyer	16.09.
9,86	Ilayda Soukri	06.05.
8,23	Milena Hoffmann	06.05.
7,83	Sarah Hinze	03.06.

Diskus

33,84	Flora Rustemeyer	02.09.
26,63	Fabienne Schäfer	01.07.
25,46	Milena Hoffmann	09.09.
24,70	Phoebe Adenmosu	27.05.
24,10	Teresa Schlegel	26.05.

Hammer

55,69	Flora Rustemeyer	11.07.
-------	------------------	--------

Speer

39,75	Milena Hoffmann	12.02.
33,10	Ilayda Soukri	02.09.
25,70	Helene Wiethoff	16.09.

Siebenkampf

3287	Milena Hoffmann (18,33-1,39-8,23-30,11/4,69-37,24-3:01,56)	06./7.05.
------	---	-----------

Männliche Jugend**100m**

11,42	Julian Iwanowski	30.07.
11,58	Joseph Mouaha	30.08.
11,60	Vincent Schmidt	09.07.
11,61	Jeremy Klewer	03.06.
11,66	Jannik Worina	17.06.

200m

23,06	Julian Iwanowski	20.05.
23,20	Jannik Worina	30.07.
23,47	Simon Iwanowski	30.07.
23,90	Vincent Schmidt	11.06.

400m

49,12	Joseph Mouaha	21.07.
52,23	Jannik Worina	16.09.
52,34	Julian Iwanowski	03.06.
54,32	Tom-Luca Gwizdek	10.06.
57,02	Lucas Corneille	09.07.

800m

2:01,02	Joseph Mouaha	16.09.
2:01,25	Finn Ophoff	16.09.
2:07,48	Nelio Schwarz	04.06.
2:07,90	Tom-Luca Gwizdek	03.06.
2:12,53	Lucas Corneille	01.07.

1500m

4:32,04	Lucas Corneille	10.06.
---------	-----------------	--------

3000m

9:58,01	Lucas Corneille	17.05.
9:59,71	Finn Ophoff	03.06.
10:02,59	Tom-Luca Gwizdek	03.06.
10:24,94	Julius Loos	17.05.

10:28,11	Emanuel Anders	16.09.
5000m		
19:01,92	Lucas Corneille	22.04.
19:10,39	Emanuel Anders	22.04.
19:22,97	Julius Loos	22.04.
110m Hürden		
15,80	Simon Iwanowski	18.06.
16,16	Joseph Mouaha	16.09.
16,66	Jason Klapper	30.08.
17,79	Jannik Worina	03.06.
Hoch		
1,87	Jason Klapper	16.09.
1,79	Simon Iwanowski	27.05.
1,69	Vincent Schmidt	16.09.
Stabhoch		
33,20	Simon Iwanowski	16.09.
3,00	Julian Schulze	16.09.
Weit		
6,63	Jason Klapper	30.08.
6,38	Jannik Worina	16.09.
6,22	Julian Iwanowski	16.09.
5,79	Yakob Seitz	01.07.
5,57	Simon Iwanowski	30.08.
Drei		
10,72	Lukas Teske	02.07.
Kugel		
13,25	Alan Matel	02.09.
12,20	Damien Schneider	03.06.
11,22	Erik Petersen	16.09.
10,74	Alan Matel	16.09.
Diskus		
44,66	Alan Matel	02.09.
28,99	Jeremy Klewer	16.09.
28,87	Damien Schneider	02.09.
28,27	Erik Petersen	16.09.
Speer		
46,30	Erik Petersen	17.05.
40,90	Karsten Klähn	02.09.
34,10	Lukas Teske	16.09.