

LG NORD-REKORDE, MÄNNER-ALTERSKLASSE

M30

M35

100m	10,90	Daniele Biffi	13.07.05	11,2	Martin Schulze	11.07.73
200m	22,13	Daniele Biffi	03.09.05	22,2	Manfred Garbisch	26.06.70
400m	45,40	Marc Koch	26.07.24	49,0	Manfred Garbisch	28.06.70
800m	1:48,31	Carsten Schlangen	09.07.10	1:54,71	Micha Heidenreich	11.06.22
1000m	2:22,56	Carsten Schlangen	12.05.13	2:42,7	Edgar Böttge	11.06.73
1500m	3:33,64	Carsten Schlangen	06.07.12	4:13,17	Micha Heidenreich	04.09.22
3000m	8:48,6	Jürgen Brose	20.05.70	9:15,2	Martin Stemplewski	19.06.73
5000m	14:59,16	Lutz Dorn	11.06.96	15:21,64	Nikki Johnstone	04.05.23
10000m	32:30,6	Jürgen Brose	16.10.71	30:24,26	Niels Michalk	13.08.22
5km	15:02	Niels Michalk	23.09.18	14:51	Niels Michalk	23.04.23
10km	30:08	Niels Michalk	31.10.21	30:26	Niels Michalk	08.04.23
Halbmarat.	1:05:54	Niels Michalk	17.10.21	1:05:52	Niels Michalk	26.03.23
25km	1:25:35	Heinz Uth	25.10.70	1:22:28	Niels Michalk	14.05.23
Marathon	2:21:56	Alexander Dautel	23.05.21	02:17:37	Niels Michalk	24.09.23
50km	3:08:29	Frank Merrbach	28.01.17	2:56:21	Nikki Johnstone	25.02.23
100km	6:52:57	Alexander Dautel	08.09.18	7:35:59	Karsten Sörensen	25.03.00
6 h	85,250	Martin Ahlburg	29.08.20	80,082	Benjamin Brade	11.03.17
12 h				140,484	Karsten Sörensen	12.08.00
24 h	254,542	Karsten Sörensen	22./23.07.95	253,122	Jens Lukas	22./23.05.04
110mHü	15,6	Thomas Lubosch	07.05.89	19,66	Fabian Eltz	01.06.19
400mHü	57,4	Thomas Lubosch	07.09.88	61,2	Thomas Lubosch	25.05.94
3000mHi	09:07,45	Alexander Bley	28.08.21	10:58,0	Hans-J. Rother	05.06.70
10kmGehen	53:31	Manfred Metag	31.05.73			
20kmGehen	1:50:47	Manfred Metag	04.09.74			
Hoch	2,25	Raúl Spank	22.08.20	2,12	Raúl Spank	24.06.23
Stabhoch	4,40	Raúl Spank	16.09.18	4,20	Raúl Spank	03.06.23
Weit	6,69	Thomas Lubosch	06.05.89	6,10	Norbert Henschke	23.06.90
Drei	13,72	Dieter Eichhorn	24.06.71	12,13	Norbert Friedrich	11.06.89
Kugel(7,26)	12,96	Jürgen Schulze	04.07.74	13,93	Peter Spiller	25.03.78
Diskus(2)	65,12	Christoph Harting	20.07.23	38,98	Dieter Hartwig	30.05.77
Hammer (7,26)	47,88	Thomas Niedereichholz	23.07.96	43,96	Klaus Wittstock	10.06.72
Speer(800)	45,78	Frank Krause	23.06.90	53,00	Andreas Hanel	23.08.98
Gewicht				10,52	Raúl Spank	14.09.24
Wurf- fünfkampf				3048	(42,31mH-13,16mK- 41,95mD-41,91mS- 12,98m) Raúl Spank	24.08.24
Fünfkampf	3120	(6,40-43,20-23,0- 34,22-4:45,7) Thomas Lubosch	15.09.90	2638	(5,37-29,01-23,83- 21,44-4:27,65) Helge Loska	09.09.00
Zehnkampf	6367	(11,2-6,49-11,46- 1,80-50,6/16,2-33,66- 3,80-41,08-4:39,3) Thomas Lubosch	19./20.08.89	3729	(12,48-5,07-9,69- 1,37-59,76/19,66- 19,47-1,90-28,40- 5:31,17) Fabian Eltz	01./02.06.19
4x100m	45,59	A.Hanel-H.Loska-D.Schneider-D.Hentley				22.07.01
4x400m	3:39,50	D.Schneider- G.George- T.Riedel- H.Loska				24.05.01
3x1000m	8:14,84	H.Hartlieb - T.Löffke - I.Plucinski				05.06.93
5-K.-Mann	6607	H.Loska 2509, G.George 2135, D.Schneider 1963				08.09.01

Stand: 14.09.24