

Ewige Bestenliste Ahlener Jedermann-Zehnkampf

Die 10 besten Zehnkämpfe 1993-2003

1. Volker Wagner	LG Sempt	6702 Punkte	1993
2. Dirk Cipa	LG Olympia Dortmund	6599 Punkte	2000
3. Oliver Sell	Wüstensöhne	6241 Punkte	2003
4. Sigggi Wenz	Zehnkampf-Team	6124 Punkte	1993
5. Andreas Averberg	LG Ahlen	6075 Punkte	1999
6. Jörg Igelbrink	LG Ahlen	6071 Punkte	1994
7. Nolte, Benedikt	TSV Bayer Leverkusen	6058 Punkte	2003
8. Frank Neuhaus	LG Rhein-Wied Andernach	6048 Punkte	1995
9. Andreas Averberg	LG Ahlen	6030 Punkte	2000
10. Hörster, Andreas	TV Beckum	6019 Punkte	2003

Die 10 besten 100m-Läufe

1. Lars Bornemann	Rapid Bielefeld	11,18 sec	1995
2. Bernd Trautmann	SG Rote Erde Beckum	11,34 sec	2002
3. Gunnar Walter	LG Filder	11,35 sec	1998
4. Lars Bornemann	Uni Bielefeld	11,43 sec	1996
5. Bernd Trautmann	SG Rote Erde Beckum	11,45 sec	2001
6. Jörg Igelbrink	LG Ahlen	11,48 sec	1994
7. Holger Schröder	LG Lage Detmold	11,49 sec	1996
8. Markus Ruf	LG Filder	11,54 sec	1998
9. Marco Kopp	SuS Oberraden	11,57 sec	1993
10. Martin Rischl	LG Sempt	11,58 sec	1993

Die 10 besten Weitsprünge

1. Gunnar Walter	LG Filder	6,95 m	1998
2. Volker Wagner	LG Sempt	6,85 m	1993
3. Jörg Igelbrink	LG Ahlen	6,70 m	1994
4. Stefan Böcker	TG Holzwickede	6,66 m	1995
5. Mathias Kurz	VFL Kamen	6,63 m	2000
6. Frank Neuhaus	LG Rhein-Wied Andernach	6,61 m	1995
7. Dirk Baumann	LG Rhein-Wied Andernach	6,57 m	1995
8. Andreas Kloss	LG Ahlen	6,55 m	1997
9. Andreas Konert	LG Olympia Dortmund	6,53 m	1994
10. Andreas Averberg	LG Ahlen	6,53 m	2000

Die 10 besten Kugelstöße

1. Siggı Wentz	Zehnkampf-Team	14,01 m	1993
2. Andre Bechtloff	LAG Gütersloh	13,98 m	1998
3. Andreas Hörster	TV Beckum	13,63 m	2003
4. Christoph Heinbach	CVJM Siegen	13,62 m	1998
5. Steve Wude	LG Coesfeld	13,50 m	2003
6. Dimitri Diesendorf	TV Jahn Bad Driburg	13,48 m	1999
7. Andreas Hörster	TV Beckum	13,24 m	2002
8. Thomas Blech	CVJM Siegen	13,03 m	1998
9. Björn Weßelbaum	SuS Oberaden	13,00 m	1994
10. Frank Neuhaus	LG Rhein-Wied Andernach	12,94 m	1995

Die 10 besten Hochsprünge

1. Andreas Averberg	LG Ahlen	2,00 m	2000
2. Andreas Averberg	LG Ahlen	2,00 m	1999
3. Andreas Averberg	LG Ahlen	1,96 m	1998
4. Andreas Averberg	LG Ahlen	1,96 m	2001
5. Martin Lange	TV Jahn Rheine	1,95 m	1999
6. Dirk Cipa	LG Olympia Dortmund	1,95 m	2000
7. Bernd Busley	LC Korschenbroich	1,95 m	1994
8. Martin Lange	TV Jahn Rheine	1,92 m	1998
9. Klaus Leipholz	TuS Sythen	1,90 m	2000
10. Mikael Böttcher	Wüstensohnjäger	1,90 m	2000

Die 10 besten 400m-Läufe

1. Benedikt Nolte	TSV Bayer Leverkusen	50,08 sec	2003
2. Lars Bornemann	Rapid Bielefeld	50,48 sec	1995
3. Klaus Ehrnsperger	Team 15000	50,49 sec	2003
4. Mathias Kurz	VFL Kamen	50,71 sec	2000
5. Oliver Sell	Wüstensöhne	51,05 sec	1999
6. Oliver Sell	Wüstensöhne	51,26 sec	2003
7. Andreas Averberg	LG Ahlen	51,52 sec	1999
8. Frank Neuhaus	LG Rhein-Wied Andernach	51,60 sec	1995
9. Jörg Krick	LG Ennepe-Süd	51,69 sec	1999
10. Marco Kopp	SuS Oberaden	51,74 sec	1993

Die 10 besten 110m-Hürdenläufe

1. Lars Bornemann	Rapid Bielefeld	15,26 sec	1995
2. Klaus Ehrnsperger	Team 15000	15,42 sec	2003
3. Stefan Günther	Uni Bielefeld	15,57 sec	1996
4. Matthias Bertels	LG Coesfeld	15,65 sec	2003
5. Gunnar Walter	LG Filder	15,72 sec	1998
6. Dirk Cipa	LG Olympia Dortmund	15,84 sec	2000
7. Thorsten Bohnhart	MSV Eisleben	15,84 sec	1998
8. Oliver Sell	Altenessener Turnverein	15,88 sec	1996
9. Andreas Hohenlüchter	LG Union Lüdinghausen	16,01 sec	1996
10. Oliver Temm	MSV Eisleben	16,03 sec	1996

Die 10 besten Dikuswürfe

1. Frank Neuhaus	LG Rhein-Wied Andernach	41,44 m	1995
2. Sigggi Wentz	Zehnkampf-Team	41,08 m	1993
3. Andreas Hoffmann	USV Halle	40,61	2002
4 Dirk Cipa	LG Olympia Dortmund	39,70 m	2000
5 Christoph Heinbach	CVJM Siegen	38,92 m	1998
6 Thorsten Schäfers	LC Paderborn	37,48 m	1999
7 Tobias Rehwinkel	LG Ahlen	37,18 m	1999
8 Andreas Hörster	TV Beckum	37,13 m	2003
9 Mikael Böttger	Wüstensohnjäger	36,72 m	2000
10. Volker Wagner	LG Sempit	36,70 m	1993

Die 10 besten Stabhochsprünge

1. Klemens Pollmeier	University of Bath	4,30 m	1995
2. Volker Wagner	LG Sempit	4,20 m	1993
3. Dirk Cipa	LG Olympia Dortmund	4,20 m	2000
4. Klemens Pollmeier	University of Bath	4,10 m	1996
5. Adam Pengilly	University of Bath	4,00 m	1996
6. Oliver Sell	Wüstensöhne	4,00 m	2003
7. Veit Wank	TuS Jena	3,90 m	1998
8. Klaus Leipholz	TuS Sythen	3,90 m	2000
9. Thorsten Schäfers	LC Paderborn	3,80 m	1999
10. Marco Kopp	SuS Oberaden	3,80 m	1994

Die 10 besten Speerwürfe

1. Marvin Burghardt	LG Coesfeld	60,32 m	1995
2. Marvin Burghardt	LG Coesfeld	56,78 m	1998
3. Marvin Burghardt	LG Coesfeld	55,00 m	1997
4. Veit Wank	TuS Jena	54,80 m	1998
5. Carsten Gundlach	SG Rote Erde Beckum	53,98 m	2000
6. Dirk Cipa	LG Olympia Dortmund	53,57 m	2000
7. Karsten Pauli	Altenessener Turnverein	52,84 m	1997
8. Jörg Iglebrink	LG Ahlen	52,32 m	1994
9. Thomas Blech	CVJM Siegen	51,57 m	1998
10. Ansgar Völker	LG Düsseldorf	51,56 m	1997

Die 10 besten 1500m-Läufe

1. Benedikt Nolte	TSV Bayer Leverkusen	4:11,09 min	2003
2. Jens Roßkotten	Essen	4:22,55 min	1993
3. Bernd Bohmert	LG Coesfeld	4:22,63 min	1994
4. Rene Grabe	MSV Eisleben	4:23,26 min	1993
5. Franf Jung	ESV Münster	4:24,96 min	1996
6. Guido Scholz	TV Neubeckum	4:26,99 min	1996
7. Niels Göhler	SV Elbland Meissen	4:28,06 min	2002
8. Sven Becker	LG Ahlen	4:29,06 min	1998
9. Jandirk Kalfhues	LG Ratio Münster	4:30,00 min	1997
10. Bernd Kripzak	Die Elfkämpfer	4:30,17 min	1998

Die 10 besten Zehnkämpferinnen (Männer-Punktzahlen)

1. Mona Steigauf	USC Mainz	5918 Punkte	1997
2. Andrea Lammerding	LG Düsseldorf	4979 Punkte	1997
3. Julie Holman	England	4821 Punkte	1997
4. Anke Straschewski	TSV Bayer 04 Leverkusen	4563 Punkte	1995
5. Anke Straschewski	TSV Bayer 04 Leverkusen	4539 Punkte	1996
6. Anke Straschewski	TSV Bayer 04 Leverkusen	4323 Punkte	1998
7. Sabine Menz	MTV Stuttgart	3855 Punkte	1993
8. Natascha Klussmann	LC Bünde	3662 Punkte	1997
9. Katrin Dworak	TUS Erckenschwick	3394 Punkte	1996
10. Tina Pütke	LG Olympia Dortmund	3314 Punkte	1997

Die 10 besten Zehnkämpfer aus dem Sportkreis Beckum			
1. Jürgen Blüthgen	LG Ahlen	6824 Punkte	1980
2. Andreas Averberg	LG Ahlen	6233 Punkte	1999
3. Sven Becker	LG Ahlen	6080 Punkte	2003
4. Jörg Igelbrink	LG Ahlen	6071 Punkte	1994
5. Andreas Hörster	TV Beckum	6019 Punkte	2003
6. Mark Loegel	LG Ahlen	5595 Punkte	1993
7. Volker Manthey	LG Ahlen	5492 Punkte	1994
8. Andreas Hörster	TV Beckum	5474 Punkte	2002
9. Philip Cichon	LV Oelde	5472 Punkte	1997
10. Andreas Kloss	LG Ahlen	5391 Punkte	2002

© 10/2003 Norbert.Becker@lgahlen.de
www.lgahlen.de