

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 30

30 m fliegend

Lippische Bestleistung:

3,81 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

3,81	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
3,98	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
4,25	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
4,32	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

100 m

Lippischer Rekord:

13,05 sec Birgit Hemmeke 74 LG Lage-Detmold 19.06.2004 Kevelaer

Ewige Bestenliste: 15,0 sec

13,05	+1,6	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold	19.06.2004	Kevelaer
13,15	+0,0	Sander, Manuela	66 LG Lage-Detmold	24.05.1998	Lage
13,5		Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	03.06.1992	Lemgo
13,86	+0,4	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
13,92	-0,6	Schmidt, Susanne	67 LG Lage-Detmold	21.07.1999	Minden
14,20	+0,4	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,0		Mischke, Doris	57 TuS Humfeld	30.07.1989	Humfeld
14,0		Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	25.05.1991	Lemgo
14,39	+1,5	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.06.2016	Osnabr.-Gretesch
14,3		Sander, Antje	66 LG Lage-Detmold	31.07.1997	Lage
14,62	+0,4	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,67	+0,0	Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
14,93	+1,5	Wamser, Kerstin	70 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
14,95	+2,0	Heller, Heike	64 TuS Langenholzhausen	29.06.1996	Lemgo
14,99	+0,3	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
15,07	+0,1	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
15,23	-1,0	Santos, Carla	77 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	16.09.2018	Lage

150 m

Lippische Bestleistung:

22,58 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

22,58	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
22,90	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
23,90	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
24,48	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

200 m

Lippischer Rekord:

26,80 sec Birgit Hemmeke 74 LG Lage-Detmold 06.06.2004 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste: 36,0 sec

26,80	+1,6	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold	06.06.2004	Bad Salzuflen
28,53	-0,8	Schmidt, Susanne	67 LG Lage-Detmold	27.08.1999	Menden
29,56	-0,3	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.07.2018	Mönchengladbach
30,21	+0,2	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.07.2019	Leinefelde-Worbis
31,12	-0,8	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	07.05.2016	Blomberg
31,55	+1,2	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2014	Bad Salzuflen
31,60	+1,0	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck

Frauen W 30

200 m

Fortsetzung

31,7		Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.1990	Herford
33,26	+0,5	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen
35,98	-0,0	Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	18.05.2019	Blomberg

300 m**Lippische Bestleistung:**

54,16 sec Jutta Eickmeyer 76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

54,16		Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,74		Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,75		Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,93		Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

400 m**Lippischer Rekord:**

66,55 sec Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 01.05.2011 Lage

Ewige Bestenliste: 36,0 sec

66,55		Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	01.05.2011	Lage
68,85		Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	05.06.2017	Bad Oeynhausen
70,00		Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo
72,67		Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2023	Bad Salzuflen
82,34		Borghoff, Christina	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo

800 m**Lippischer Rekord:**

2:23,74 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 24.08.1990 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste: 3:00,0 min

2:23,74		Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	24.08.1990	Bad Oeynhausen
2:24,86		Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	27.06.2009	St. Wendel
2:26,12		Quest-Altrogge, Katjana	66 LG Lage-Detmold	14.09.1997	Hagen
2:34,13		Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	01.06.1996	Rheine
2:40,36		Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.07.2016	Leinefelde
2:44,83		Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	11.05.1986	Lage
2:45,8		Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	09.06.1993	Höxter
2:53,78		Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	08.05.2016	Blomberg
2:55,3		Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	20.07.1991	Bad Salzuflen
2:55,88		Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
2:56,74		Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2016	Essen

1000 m**Lippischer Rekord:**

3:16,18 min Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 14.05.2010 Dortmund

Ewige Bestenliste: 36,0 sec

3:16,18		Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	14.05.2010	Dortmund
---------	--	--------------	--------------------	------------	----------

1500 m**Lippischer Rekord:**

4:52,48 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 26.08.1990 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste: 6:00,0 min

4:52,48		Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	26.08.1990	Bad Oeynhausen
5:02,24		Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	12.06.2010	Minden
5:05,5		Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	04.05.1988	Lemgo
5:24,0		Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:37,3		Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:37,7		Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	04.05.1988	Lemgo
5:38,5		Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage

<u>Frauen W 30</u>	1500 m	Fortsetzung		
5:38,95	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.09.2021	Baunatal
5:42,0	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	04.05.1988	Lemgo
5:44,2	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:45,2	Pankoke, Brigitte	49 LfG Oerlinghausen	22.09.1989	Schloß Holte
5:46,8	Wille, Monika	57 LfG Oerlinghausen	22.09.1989	Schloß Holte
5:48,4	Tiemann, Inga	57 LG Lippe-Süd	04.05.1988	Lemgo
5:58,2	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	20.04.1991	Blomberg

2000 m**Lippischer Rekord:**

7:00,8 min Ulrike Brand 58 LG Bad Salzuflen 14.05.2010 Dortmund

Ewige Bestenliste:		9:00,0 min		
7:00,8	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	15.07.1989	Bad Salzuflen
7:38,0	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	15.09.1989	Blomberg
7:42,2	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	25.05.1991	Lemgo
8:24,1	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	29.08.1982	Dörentrup
8:37,0	Hamann, Helga	49 LfG Oerlinghausen	12.09.1989	Oerlinghausen

3000 m**Lippischer Rekord:**

10:31,88 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 23.05.1990 Lage

Ewige Bestenliste:		14:00,0 min		
10:31,88	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	23.05.1990	Lage
10:38,42	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	29.05.2005	Ahlen
10:45,14	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	17.04.1988	Warstein
11:43,4	Wille, Monika	57 LfG Oerlinghausen	15.09.1988	Oerlinghausen
11:45,10	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	30.05.2009	Paderborn
11:46,3	Voigt, Heidrun	42 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
11:47,46	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	01.05.1990	Detmold
11:48,07	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	23.05.1990	Lage
11:48,6	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	24.08.1984	Detmold
11:54,3	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	08.05.1991	Lemgo
12:00,6	Hainke, Britta	68 LC Lage	18.09.2004	Lemgo
12:01,40	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.1999	Lage
12:01,9	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	25.09.1991	Blomberg
12:10,7	Reinke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	19.09.1981	Bad Meinberg
12:15,9	Klauck, Annemarie	38 LG Lage-Detmold	13.05.1984	Gütersloh
12:16,05	Wenzel, Karin	44 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
12:22,1	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	08.05.1991	Lemgo
12:25,0	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	12.09.1984	Bad Meinberg
12:31,80	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
12:37,0	Schriegel, Siglinde	58 LG Lippe-Süd	15.09.1993	Blomberg
13:02,5	Tiemann, Inga	57 LG Lippe-Süd	08.05.1991	Lemgo
13:17,6	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
13:19,6	Zauner, Bertraud	52 LG Lippe-Süd	19.09.1990	Blomberg
13:19,7	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	16.09.1992	Bad Salzuflen
13:23,6	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
13:24,5	Körner, Ursula	53 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
13:25,4	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	06.05.1992	Blomberg
13:36,1	Giesecking, Inge	39 LG Bad Salzuflen	06.08.1982	Nammen
13:36,5	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	26.08.1979	Bad Salzuflen
13:37,4	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	12.05.1999	Minden
13:40,07	Wojtke, Helga	50 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
13:42,5	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	05.09.1987	Lemgo
13:52,1	Ebers, Sonja	55 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
13:56,6	Keller, Barbara	51 LC 92 Bad Salzuflen	23.09.1993	Bad Salzuflen
13:57,6	Niederkrone, Bärbel	55 LG Lippe-Süd	04.10.1989	Horn
13:59,5	Hoffmann, Marion	55 LG Bad Salzuflen	22.09.1993	Bad Salzuflen

Frauen W 30**5000 m****Lippischer Rekord:**

17:32,73 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 02.09.2001 Lage

Bessere Ausländerin:

17:22,4 min Lucie Zelemkova 74 LG Lemgo 21.04.2007 Lemgo

Ewige Bestenliste:

23:30,0 min

17:22,4	Zelemkova, Lucie	74 LG Lemgo	21.04.2007	Lemgo
17:32,73	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	02.09.2001	Lage
18:11,2	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	30.09.1990	Herford
18:12,8	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	13.08.1989	Herford
18:19,31	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	27.08.1995	Wetzlar
18:58,54	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	11.07.2007	Minden
19:12,4	Niederbracht, Christine	66 TSV Bösingfeld	30.09.1983	Detmold
19:30,32	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	29.06.2001	Bad Salzuflen
19:42,59	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	14.08.2009	Borgholzhausen
19:43,2	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
19:55,9	Albert, Heike	62 TuS Lügde	03.09.2003	Melle
19:59,3	Brumme, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	06.06.1984	Detmold
20:02,1	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	03.09.2003	Melle
20:10,9	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	11.09.1982	Horn
20:11,3	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	20.07.1991	Bad Salzuflen
20:27,01	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	25.04.2009	Bergisch Gladbach
20:27,27	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	25.06.1999	Bad Salzuflen
20:30,6	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
20:33,8	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	16.09.1993	Bad Salzuflen
20:35,21	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	13.08.2010	Borgholzhausen
21:03,9	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	29.09.1984	Detmold
21:26,4	Hainke, Britta	68 LG Lage-Detmold	20.05.2002	Bad Oeynhausen
21:50,2	Hille, Anja	64 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
21:56,7	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	17.04.2004	Lemgo
22:00,0	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.05.1990	Lemgo
22:01,1	Tiemann, Inga	57 LG Lippe-Süd	23.09.1987	Bad Meinberg
22:34,1	Kleinschmidt, Gabi	67 LG Bad Salzuflen	24.04.2010	Lemgo
22:57,4	Reinecke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	18.09.1985	Bad Meinberg
23:01,4	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	10.10.1990	Bad Salzuflen
23:02,01	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:05,3	Säfken, Michaela	TSV Bösingfeld	30.09.1983	Detmold
23:06,0	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	10.10.1990	Bad Salzuflen
23:07,1	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
23:08,02	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	03.07.2021	Bielefeld
23:11,1	Giese, Karin	63 LG Lippe-Süd	02.10.1996	Bad Meinberg
23:11,7	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.1993	Bad Salzuflen
23:22,8	Heller, Heike	64 TuS Langenholzhausen	13.04.1996	Lemgo
23:25,3	Ebers, Sonja	55 LG Lippe-Süd	07.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
23:28,07	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen

10000 m**Lippischer Rekord:**

36:22,06 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 23.04.1999 Menden

Ewige Bestenliste:

55:00,0 min

36:22,06	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	23.04.1999	Menden
37:13,0	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	18.05.1988	Melle
38:13,2	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	27.07.1989	Minden-Haddenh.
41:12,8	Albert, Heike	62 TuS Lügde	10.09.2003	Melle
41:13,1	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	10.09.2003	Melle
42:25,6	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
42:59,9	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	14.08.1982	Bad Salzuflen
43:18,1	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	29.08.1990	Bad Salzuflen
43:54,1	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	11.08.1984	Bad Salzuflen
44:05,6	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	24.05.1984	Lage
44:37,9	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	24.05.1984	Lage

Frauen W 30

10000 m

Fortsetzung

46:01,4	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
46:30,5	Wenzel, Karin	44 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
47:03,2	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	02.08.1979	Hannover
47:10,64	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.08.1995	Minden
48:52,6	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	04.09.2002	Melle
49:07,5	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	12.09.1979	Minden

5 km Straße**Lippischer Rekord:**

20:03 min	Bärbel Büschemann	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
18:03 min	Silvia Krull	78 LG Lage-Detmold	20.09.2008	Wegberg

Ewige Bestenliste:

22:30 min

18:03	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	20.09.2008	Wegberg
18:08	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	02.04.1994	Paderborn
18:17	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	16.03.2002	Salzkotten
19:11	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	11.09.1988	Herten-Bertlich
19:25	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	22.06.2007	Versmold-Oesterw.
19:26	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	19.08.1995	Bönen
19:50	Böke (Giese), Bettina	59 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
19:56	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
19:57	Albert, Heike	62 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
19:57	Wilson, Susanne	66 LG Lage-Detmold	27.06.2008	Versmold-Oesterw.
20:03	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
20:15	Albeke, Ria	69 Sportpark Lippe	31.10.2009	Schieder
20:21	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
20:27	Michaelis, Charleen	87 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.10.2018	Köln
20:33	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	10.10.1998	Haltern-Sythen
20:39	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	28.10.1989	Schieder
20:49	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	27.10.2007	Schieder
20:50	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	22.08.2009	Berlin
20:53	Dudaeva, Alla	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
20:55	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
20:58	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	24.10.2003	Schieder
21:05	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	28.10.2006	Schieder
21:08	Körner, Monika	58 TG Lage	29.10.1994	Schieder
21:09	Hesse, Regina	58 LG Bad Salzuflen	27.03.1988	Waldbreitbach
21:13	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	27.08.2004	Gütersloh
21:14	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	29.10.1994	Schieder
21:19	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
21:26	Stroetzel, Sabine	62 LG Lage-Detmold	06.12.2002	Wiedenbrück
21:29	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1996	Schieder
21:30	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2015	Paderborn
21:40	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
21:43	Schriegel, Sieglinde	58 TuS Zenit Wöbbel	09.05.1997	Steinheim
21:44	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2001	Holzhausen
21:45	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	31.05.2023	Lage
21:55	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
21:56	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
21:56	Brörmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
21:58	Rodewald, Nicole	71 LG Lippe-Süd	20.09.2002	Delbrück
22:01	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	27.10.1990	Schieder
22:02	Schnitzerling, Margr.	60 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
22:05	Rose, Rosemarie	53 LG Lage-Detmold	06.10.1984	Rodenbach
22:06	Jüngling, Tanja	75 TG Lage	03.07.2019	Lage
22:06	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
22:07	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
22:08	Grollich-Thoma, Antje	67 TSV Bösingfeld	30.10.2010	Schieder
22:11	Hille, Anja	64 LG Oerlinghausen	29.10.1994	Schieder
22:11	Strotmeier, Monika	80 LG Oerlinghausen	27.05.2011	Bentfeld
22:11	Nottebrock, Kerstin	71 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten

<u>Frauen W 30</u>	5 km	Fortsetzung		
22:12	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
22:13	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	26.10.1991	Schieder
22:15	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
22:19	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
22:21	Hainke, Britta	68 LC Lage	07.08.2004	Bad Driburg
22:24	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
22:28	Vösgen, Jutta	62 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
22:28	Chaintoutis, Stephanie	69 LG Lippe-Süd	27.10.2001	Schieder

5 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

71:14 min LG Oerlinghausen 03.07.2019 Lage
(Wittig, Claudia 23:15 - Curic, Anett 23:29 - Rößler, Caroline 24:30)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

58:48 min LG Lage-Detmold 19.03.2011 Salzkotten
(Krull, Silvia 18:41 - Quest-Altrogge, Katjana 19:43 - Büschemann, Bärbel 20:24)

Ewige Bestenliste:

75:00 min

58:48	LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
	Krull, Silvia 18:41 - Quest-Altrogge, Katjana 19:43 - Büschemann, Bärbel 20:24		
64:31	LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
	Aron, Silke 19:25 - Hüls, Annette 21:05 - Körner-Downes, Monika 24:01		
66:39	LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
	Tegt, I. 20:55 - Schröder, I. 22:07 - Zauner, B. 23:37		
67:23	LG Lippe-Süd	27.10.2001	Schieder
	Franke-Giese, B. 22:27 - Rodewald, N. 22:28 - Chaintoutis, S. 22:28		
67:37	LG Lage-Detmold	28.10.1989	Schieder
	Horstmann, I. 20:39 - Nolte, A. 23:27 - Schmalsch, B. 23:30		
69:14	TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
	Albert, H. 19:57 - Kiss, G. 24:18 - Köhler, S. 24:59		
70:11	LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
	Schnitzerling, M. 22:02 - Vösgen, J. 22:28 - Fröhleke-Billerbeck 25:41		
70:18	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 21:49 - Klauck, A. 23:28 - Stiegmann, A. 25:01		
70:26	LG Oerlinghausen	30.03.2013	Paderborn
	Strotmeier, Monika 23:15 - Stalmanis, Claudia 23:23 - Friebe, Julia 23:48		
70:40	LC 92 Bad Salzflun	07.10.2000	Holzhausen
	Drave, Renate 22:16 - Elsner, Heike 23:25 - Rottschäfer, Gerhild 24:59		
71:13	LG Oerlinghausen	31.05.2023	Lage
	Sauerland, Anja 21:45 - Lerke, Christiana 24:27 - Wolny, Monika 25:01		
71:14	LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
	Wittig, Claudia 23:15 - Curic, Anett 23:29 - Rößler, Caroline 24:30		
71:34	LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
	Lerwe, Janet 22:32 - Köneke, Antje 23:58 - Lerwe, Antje 25:04		
72:35	TuS Lügde	28.10.2000	Schieder
	Brockmann, Petra 22:14 - Stelter, Regina 24:59 - Niemann, Gudula 25:22		
74:33	LG Oerlinghausen	31.10.1998	Schieder
	Suchy-Ponick, Ulrike 24:28 - Hamm, Carola 24:39 - Zajkiewicz, Petra 25:26		
74:39	LG Lage-Detmold-Bad Salzflun	30.03.2013	Paderborn
	Krull, Silvia 20:56 - Körner-Downes, Monika 26:50 - Funke, Sybille 26:53		
74:39	TV Lemgo	26.10.2013	Schieder
	Stille, Heike 22:56 - Rehme, Peggy 24:45 - Tegeler, Martina 26:58		

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

36:05 min Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 20.09.2008 Wegberg

Ewige Bestenliste:

46:00 min

36:05	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	20.09.2008	Wegberg
36:15	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	02.04.1994	Paderborn
36:33	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	16.03.2002	Salzkotten
38:22	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	11.09.1988	Herten-Bertlich
38:50	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	22.06.2007	Versmold-Oesterw.
39:02	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzflun	19.08.1995	Bönen

<u>Frauen W 30</u>	10 km	Fortsetzung		
39:39	Böke (Giese), Bettina	59 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
39:52	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
39:53	Albert, Heike	62 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
39:54	Wilson, Susanne	66 LG Lage-Detmold	27.06.2008	Versmold-Osterw.
40:29	Albeke, Ria	69 Sportpark Lippe	31.10.2009	Schieder
40:42	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trabach
40:45	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
40:53	Michaelis, Charleen	87 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.10.2018	Köln
41:05	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	10.10.1998	Haltern-Sythen
41:18	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	28.10.1989	Schieder
41:37	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	27.10.2007	Schieder
41:40	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	22.08.2009	Berlin
41:45	Dudaeva, Alla	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
41:49	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
41:56	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	24.10.2003	Schieder
42:09	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	28.10.2006	Schieder
42:15	Körner, Monika	58 TG Lage	29.10.1994	Schieder
42:18	Hesse, Regina	58 LG Bad Salzuflen	27.03.1988	Waldbreitbach
42:26	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	27.08.2004	Gütersloh
42:27	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	29.10.1994	Schieder
42:37	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
42:51	Stroetzel, Sabine	62 LG Lage-Detmold	06.12.2002	Wiedenbrück
42:58	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1996	Schieder
43:00	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2015	Paderborn
43:19	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
43:26	Schriegel, Sieglinde	58 TuS Zenit Wöbbel	09.05.1997	Steinheim
43:28	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2001	Holzhausen
43:30	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	31.05.2023	Lage
43:50	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
43:51	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
43:52	Brörmeyer, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
43:55	Rodewald, Nicole	71 LG Lippe-Süd	20.09.2002	Delbrück
44:02	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	27.10.1990	Schieder
44:04	Schnitzerling, Margr.	60 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
44:10	Rose, Rosemarie	53 LG Lage-Detmold	06.10.1984	Rodenbach
44:14	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
44:15	Grollich-Thoma, Antje	67 TSV Bösingfeld	30.10.2010	Schieder
44:22	Hille, Anja	64 LG Oerlinghausen	29.10.1994	Schieder
44:22	Strotmeier, Monika	80 LG Oerlinghausen	27.05.2011	Bentfeld
44:22	Nottebrock, Kerstin	71 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
44:24	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
44:26	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	26.10.1991	Schieder
44:30	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
44:38	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
44:39	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
44:41	Hainke, Britta	68 LC Lage	07.08.2004	Bad Driburg
44:48	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
44:55	Chaintoutis, Stephanie	69 LG Lippe-Süd	27.10.2001	Schieder
44:56	Vösgen, Jutta	62 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
45:01	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
45:14	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	18.06.2022	Borgholzhausen
45:15	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
45:19	Bruhn, Heike-J.	58 LG Lippe-Süd	28.10.1989	Schieder
45:24	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.04.2001	Paderborn
45:31	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	14.12.2019	Rietberg
45:34	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	02.10.2023	Verl
45:38	Brokmann, Juliane	83 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
45:38	Giese, Karin	63 LG Lippe-Süd	11.04.1998	Paderborn
45:39	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	27.10.1990	Schieder
45:45	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	02.10.2021	Verl
45:47	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	26.10.1991	Schieder
45:55	Fricke, Angelika	59 LG Lage-Detmold	27.10.1990	Schieder

Frauen W 30

10 km

Fortsetzung

45:57 Köller, Lisa

36 TuS Humfeld

xx.xx.1976 xxxxxxxx

10 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

1:57:33 Std. LG Lage-Detmold

19.03.2011 Salzkotten

(Krull, Silvia 18:41 – Quest-Altrogge, Katjana 19:43 – Büschemann, Bärbel 20:24)

Ewige Bestenliste:

2:48:00 Std.

1:57:33	LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
	Krull, Silvia 37:21 – Quest-Altrogge, Katjana 39:25 – Büschemann, Bärbel 40:47		
2:09:02	LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
	Aron, Silke 38:50 – Hüls, Annette 42:10 – Körner-Downes, Monika 48:02		
2:13:16	LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
	Tegt, I. 41:49 – Schröder, I. 44:14 – Zauner, B. 47:13		
2:14:44	LG Lippe-Süd	27.10.2001	Schieder
	Franke-Giese, B. 44:54 – Rodewald, N. 44:55 – Chaintoutis, S. 44:55		
2:15:12	LG Lage-Detmold	28.10.1989	Schieder
	Horstmann, I. 41:18 – Nolte, A. 46:54 – Schmalsch, B. 47:00		
2:18:27	TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
	Albert, H. 39:53 – Kiss, G. 48:36 – Köhler, S. 49:58		
2:20:21	LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
	Schnitzerling, M. 44:04 – Vösgen, J. 44:56 – Fröhleke-Billerbeck 51:21		
2:20:36	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 43:38 - Klauck, A. 46:56 - Stiegmann, A. 50:02		
2:20:51	LG Oerlinghausen	30.03.2013	Paderborn
	Strotmeier, Monika 46:29 - Stalmanis, Claudia 46:46 - Friebe, Julia 47:36		
2:22:04	LC 92 Bad Salzuflen	03.04.1999	Paderborn
	Drave, Renate 44:14, Elsner, Heike 47:03, Liers, Erika 50:47		
2:22:26	LG Oerlinghausen	31.05.2023	Lage
	Sauerland, Anja 43:30 - Lerke, Christiana 48:54 - Wolny, Monika 50:02		
2:23:06	LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
	Lerwe, Janet 45:03 - Köneke, Antje 47:56 - Lerwe, Antje 50:07		
2:25:08	TuS Lügde	28.10.2000	Schieder
	Brockmann, Petra 44:27 – Stelter, Regina 49:57 – Niemann, Gudula 50:44		
2:29:05	LG Oerlinghausen	31.10.1998	Schieder
	Suchy-Ponick, Ulrike 48:56 – Hamm, Carola 49:18 – Zajkiewicz, Petra 50:51		
2:29:17	TV Lemgo	26.10.2013	Schieder
	Stille, Heike 45:52 - Rehme, Peggy 49:30 – Tegeler, Martina 53:55		
2:29:18	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	30.03.2013	Paderborn
	Krull, Silvia 41:52 - Körner-Downes, Monika 53:40 - Funke, Sybille 53:46		
2:33:17	TuS Lügde	30.10.1999	Schieder
	Trope, Christiane 50:54 – Stecker, Elisabeth 50:58 – Trope, Petra 51:25		
2:33:54	Kolibri Schwalenberg	03.04.2010	Paderborn
	Schubert-Saß, Michaela 48:35 – Drescher, Nina 52:31 – Hoffmann, Silke 52:48		
2:34:43	Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
	Steinke, Tanja 50:40 – Meyer, Bianca 52:01 – Hilker, Marion 52:02		
2:36:57	TSV Bösingfeld	29.10.2011	Schieder
	Kuhfuss, Elvira 46:21 – Jabke, Marion 53:29 – Zysk, Susanne 57:07		
2:39:30	LG Lippe-Süd	27.10.2001	Schieder
	Rösgen, M. 49:55 – Bublies, A. 50:55 – Ridder, C. 58:40		
2:39:45	Currimus Schlangen	25.10.2008	Schieder
	Ellmann, Regina 47:29 – Buchwald, Simone 51:37 – Tracht, Bärbel 60:39		
2:40:54	LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2001	Holzhausen
	Cierpinski, K. 47:00 – Koerner, U. 52:30 – Pannhorst, Hannelore 61:24		
2:40:54	LG Oerlinghausen	15.09.2013	Stukenbrock
	Beugholt, Heike 51:59 - Schulz, Selke 52:57 - Deppenbrock, Peggy 55:58 -		
2:41:16	LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
	Hülsmann, Bettina 52:57 – Wuttich, Beate 53:50 – Heidemann, Heidi 54:29		
2:42:27	LC 92 Bad Salzuflen	17.09.2011	Holzhausen
	Lipinski, Stefanie 52:49 – Borghoff, Christina 52:54, Pieger, Elke 56:44		
2:42:35	LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
	Rottschäfer, G. 48:59 – Gorschlüter, A. 56:36 – Lindemann, G. 57:00		
2:43:03	LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
	Wittig, Claudia 48:14 - Rößler, Caroline 55:07 - Gröschl, Manuela 59:42		
2:43:18	TuS Lügde	31.10.1998	Schieder
	Blum, Regina 53:08 – Wiemann, Nunes, Karin 53:35 – Hoppenstock, Maria 56:35		

Frauen W 30

10 km Mannschaft

Fortsetzung

2:43:37	LG Lippe-Süd		26.03.2005	Paderborn
	Riemeier, K. 51:26 – Roll, S. 52:43 - Damerius, P. 59:28			
2:44:04	Wald- und Wiesenläufer Detmold		30.10.2010	Schieder
	Peltz, Anna 52:07 - Schuler, Evelyn 53:26 - Model, Ute 58:31			
2:44:21	TG Lage		24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 52:51 - Säfken, Michaela 54:24 - Hagemoser, Petra 57:06			
2:45:57	LG Lippe-Süd		25.10.2008	Schieder
	Heine, Julia 53:39 – Klinge, Petra 55:42 – Tschentscher, Nadine 56:36			
2:46:32	LG Oerlinghausen		15.04.2017	Paderborn
	Pempelforth, Christiane 49:44 - Hedderich, Lea 53:14 - Gutsfeld, Sarah 63:34			
2:47:00	TV Lemgo		15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 52:34 - Tegeler, Martina 54:55 - Nolteculemann, Bianca 59:31			
2:47:30	LG Oerlinghausen		17.08.2013	Detmold
	Schmidt, Birgit 55:45 - Weise, Bianca 55:46 - Gronemeyer, Beate 55:59			
2:47:54	TuS Lügde		25.10.2008	Schieder
	Widany, Marion 48:56 – Dexel, Petra 59:24 - Kleine, Silke 59:34			

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

56:15 min Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 12.10.2008 Essen

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

54:38 min Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 02.11.2008 Verl

Ewige Bestenliste:

74:00 min

54:38	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	02.11.2008	Verl
56:11	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	29.01.1994	Hamm
57:32	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	19.09.1998	Verl
57:33	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	11.09.1988	Herten-Bertlich
59:29	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	18.03.1990	Rheurdt
61:03	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
61:24	Michaelis, Charleen	87 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.10.2018	Köln
63:26	Hesse, Regina	58 LG Bad Salzuflen	27.03.1988	Waldbreitbach
63:54	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	05.11.2000	Verl
63:56	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
64:44	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
64:59	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
65:08	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	30.03.1991	Paderborn
65:53	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
66:36	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	06.09.2009	Oelde
66:41	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
66:47	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
67:37	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
67:38	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
67:44	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
68:38	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
68:48	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	12.06.2022	Salzkotten
69:05	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.04.2001	Paderborn
69:20	Schriegel, Siglinde	58 TuS Brakelsiek	29.10.1994	Schieder
69:36	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
69:40	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	01.06.1998	Gütersloh
69:43	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	16.06.1991	Bexterhagen
70:10	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
70:14	Reker, Stefanie	71 LG Oerlinghausen	02.11.2003	Verl
70:18	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
70:22	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
70:32	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
70:31	Roller, Sveta	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
70:35	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	07.11.2004	Verl
70:44	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2016	Paderborn
70:45	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
70:59	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
70:59	Stille, Heike	59 LG Lemgo	09.04.2017	Hannover
71:39	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig

Frauen W 30

15 km

Fortsetzung

71:41	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
71:42	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
71:50	Hollensteiner, Katja	76 LC 92 Bad Salzuflen	15.11.2009	Verl
71:54	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
71:56	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
71:57	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
71:58	Neumann, Nicola	66 Pferdeförster Oerlinghausen	18.09.2005	Stukenbrock
72:07	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
72:08	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
72:12	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
72:17	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
72:20	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
72:40	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
72:51	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
73:08	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
73:13	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
73:19	Novotny, Anja	64 LG Oerlinghausen	11.04.1998	Paderborn
73:28	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
73:31	Kleiß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
73:56	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin

15 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

4:03:51 Std. LG Bad Salzuflen 16.06.1991 Bexterhagen
(Rottschäfer, G. 73:28 – Gorschlüter, A. 84:53 – Lindemann, G. 85:30)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:22:46 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
(Koslowski, D. 61:01 – Gebhardt, S. 67:56 – Kottmann, B. 73:49)

Ewige Bestenliste:

4:30:00 Std.

3:22:46	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 61:01 – Gebhardt, S. 67:56 – Kottmann, B. 73:49		
3:30:53	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 65:27 - Klauck, A. 70:23 - Stiegmann, A. 75:03		
3:41:27	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
	Schröder, I. 69:52 – Reineke, G. 71:50 – Sandbote, A. 79:45		
3:46:28	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 70:59 - Kruse, Heidi 74:58 - Joachim, Katja 80:31		
3:48:37	LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
	Deppe, C. 72:07 - Unruh, A. 77:08 – Stiegmann, A. 79:22		
3:54:29	Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
	Steinke, Tanja 78:26 – Meyer, Bianca 77:25 - Hilker, Marion 78:38		
3:56:48	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Elsner, H. 70:09 - Rottschäfer, G. 75:10 – Osper, G. 91:29		
3:57:33	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 77:44 - Wittig, Claudia 79:54 - Cicek, Natalia 79:55		
3:57:55	LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
	Weißsieker, B. 75:24 - Körner-Downes, M. 79:49 – Ferber, S. 82:42		
4:03:05	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
	Horstmann, I. 77:09 - Hampe, U. 81:33 – Grabbe-Sieweke, B. 82:13		
4:03:22	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Brockmann, P. 71:59, Dobroschke, G. 82:31, Gansler, A. 88:52		
4:03:51	LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
	Rottschäfer, G. 73:28 – Gorschlüter, A. 84:53 – Lindemann, G. 85:30		
4:04:08	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 76:34 – Wind, S. 80:56 – Wippler, K. 86:38		
4:05:26	LG Lippe-Süd	26.03.2005	Paderborn
	Riemeier, K. 77:09 – Roll, S. 79:05 - Damerius, P. 89:12		
4:09:48	LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
	Pempelforth, Christiane 74:36 - Hedderich, Lea 79:51 - Gutsfeld, Sarah 95:21		
4:10:30	TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 78:51 1:40 - Tegeler, Martina 82:23 1:41 - Nolteculemann, Bianca 89:16 1:41		
4:19:12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 85:37 - Boekstegers, Silke 86:06 - Winter, Heidrun 87:29		

Frauen W 30

15 km Mannschaft

Fortsetzung

4:20:39	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 70:54 – Dubbert, Kerstin 91:31 – Frevert, Manuela 98:14		
4:22:49	LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
	Lerwe, Antje 82:45 - Lerwe, Janet 87:48 - Klapper, Petra 92:16		
4:24:16	LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
	Sinnerbrink, Marion 87:11 - Curic, Anett 87:43 - Wehmeier, Manuela 89:22		
4:24:31	LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
	Krull, Silvia 56:18 – Bocksteger, Silke 101:48 – Deter, Marion 106:25		
4:25:20	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Brand, Stefanie 88:26 - Helmer, Monika 88:27 - Bünte, Silke 88:27		
4:26:19	LG Oerlinghausen	16.09.2018	Berlin
	Arndt, Carolin 80:57 - Köneke, Antje 88:46 - Kronshage, Manuela 96:36		
4:26:48	LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
	Pott-Papenkordt, Nicole 80:22 - Buhler, Katja 90:30 - Assuncao, Tanja 95:56		
4:27:58	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 87:08 - Bockstegers, Silke 87:20 - Deter, Marion 93:30		

20 km Straße**Lippische Bestleistung:**

1:14:44 Std. Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 12.10.2008 Essen

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:12:51 Std. Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 02.11.2008 Verl

Ewige Bestenliste:

1:40:00 Std.

1:12:51	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	02.11.2008	Verl
1:14:55	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	29.01.1994	Hamm
1:16:43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	19.09.1998	Verl
1:17:22	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	24.10.1987	Schieder
1:20:44	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzufflen	14.04.1990	Paderborn
1:21:22	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:21:46	Langenbach, Joy	93 Trailteam Lippe	25.03.2023	Hannover
1:25:10	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	05.11.2000	Verl
1:25:14	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:26:18	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzufflen	13.03.2016	Braunschweig
1:26:36	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzufflen	21.09.2003	Stukenbrock
1:26:42	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	30.03.1991	Paderborn
1:27:27	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzufflen	06.09.2009	Oelde
1:27:40	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:27:42	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:28:47	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:28:47	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
1:28:57	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:30:02	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:30:09	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:30:45	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.04.2001	Paderborn
1:31:45	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	12.06.2022	Salzkotten
1:31:51	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzufflen	01.06.1998	Gütersloh
1:32:24	Schriegel, Siglinde	58 TuS Brakelsiek	29.10.1994	Schieder
1:32:31	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzufflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:32:36	Reker, Stefanie	71 LG Oerlinghausen	02.11.2003	Verl
1:32:40	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:33:04	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	07.11.2004	Verl
1:33:09	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:33:44	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
1:33:47	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:33:55	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:34:12	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:34:19	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2016	Paderborn
1:34:34	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
1:34:40	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:34:42	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:34:44	Hollensteiner, Katja	76 LC 92 Bad Salzufflen	15.11.2009	Verl
1:34:50	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder

<u>Frauen W 30</u>	20 km	Fortsetzung		
1:34:52	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:34:55	Neumann, Nicola	66 Pferdeförster Oerlinghausen	18.09.2005	Stukenbrock
1:35:02	Stille, Heike	59 LG Lemgo	01.10.2017	Köln
1:35:07	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:35:08	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
1:35:18	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
1:35:31	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
1:36:16	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
1:36:27	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
1:36:35	Roller, Sveta	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
1:36:39	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
1:36:44	Novotny, Anja	64 LG Oerlinghausen	11.04.1998	Paderborn
1:36:59	Kieß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:37:12	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
1:37:26	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
1:38:03	Stalmanis, Claudia	79 LG Oerlinghausen	03.11.2013	Gütersloh
1:38:12	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
1:38:35	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
1:38:38	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
1:39:12	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:39:20	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
1:39:22	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)
1:39:31	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
1:39:46	Stroetzel, Sabine	62 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:39:55	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:39:57	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
1:40:00	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	03.04.1999	Paderborn

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:16:50 Std. Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 02.11.2008 Verl

Ewige Bestenliste:	1:45:00 Std.			
1:16:50	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	02.11.2008	Verl
1:19:01	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	29.01.1994	Hamm
1:20:55	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	19.09.1998	Verl
1:21:37	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	24.10.1987	Schieder
1:25:10	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	14.04.1990	Paderborn
1:25:51	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:29:52	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	05.11.2000	Verl
1:29:55	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:31:02	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:31:23	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
1:31:27	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	30.03.1991	Paderborn
1:31:31	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:32:16	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	06.09.2009	Oelde
1:32:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:32:31	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:33:39	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:33:41	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
1:33:51	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:34:58	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:35:07	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:35:45	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.04.2001	Paderborn
1:37:30	Schriegel, Siglinde	58 TuS Brakelsiek	29.10.1994	Schieder
1:37:45	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:37:58	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	01.06.1998	Gütersloh
1:38:16	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:38:40	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:38:46	Reker, Stefanie	71 LG Oerlinghausen	02.11.2003	Verl
1:38:52	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
1:38:56	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake

<u>Frauen W 30</u>	Halbmarathon	Fortsetzung		
1:39:06	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:39:15	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	07.11.2004	Verl
1:39:25	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:39:29	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2016	Paderborn
1:39:39	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
1:39:51	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:39:54	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:40:26	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
1:40:29	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	12.06.2022	Salzkotten
1:40:31	Stille, Heike	59 LG Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:40:45	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
1:40:50	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
1:41:01	Hollensteiner, Katja	76 LC 92 Bad Salzuflen	15.11.2009	Verl
1:41:07	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
1:41:09	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:41:12	Neumann, Nicola	66 Pferdeförster Oerlinghausen	18.09.2005	Stukenbrock
1:41:25	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:41:26	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
1:41:32	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
1:41:44	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
1:41:57	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
1:42:05	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
1:42:56	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:43:07	Novotny, Anja	64 LG Oerlinghausen	11.04.1998	Paderborn
1:43:15	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
1:43:23	Kieß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:44:00	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
1:44:19	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
1:44:30	Stalmanis, Claudia	79 LG Oerlinghausen	03.11.2013	Gütersloh
1:44:40	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
1:44:47	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
1:44:54	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:44:58	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder

Halbmarathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

4:59:30 Std. LG Lage-Detmold 11.04.1998 Paderborn
(Körner, M. 1:33:49 - Kottmann, B. 1:35:07 – Niederbäumer, A. 1:50:34)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

4:45:11 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
(Koslowski, D. 1:25:49 – Gebhardt, S. 1:35:33 – Kottmann, B. 1:43:49)

Ewige Bestenliste:

6:30:00 Std.

4:45:11	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 1:25:49 – Gebhardt, S. 1:35:33 – Kottmann, B. 1:43:49		
4:56:37	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 1:32:03 - Klauck, A. 1:39:0 - Stiegmann, A. 1:45:33		
5:20:03	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 1:40:31 - Kruse, Heidi 1:46:14 - Joachim, Katja 1:53:18		
5:21:28	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
	Schröder, I. 1:38:16 – Reineke, GB. 1:51:02 – Sandbote, A. 1:52:10		
5:29:46	Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
	Steinke, Tanja 1:50:18 – Meyer, Bianca 1:48:53 - Hilker, Marion 1:50:35		
5:33:03	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Elsner; H. 1:38:40 - Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40		
5:34:36	LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
	Weißsieker, B. 1:46:02 - Körner-Downes, M. 1:52:15 – Ferber, S. 1:56:19		
5:34:52	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 1:49:51 - Cicek, Natalia 1:52:30 - Wittig, Claudia 1:52:31		
5:39:30	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
	Horstmann, I. 1:48:20 - Hampe, U. 1:54:41 - Grabbe-Siewecke, B. 1:56:29		
5:41:10	LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
	Lerwe, Janet 1:45:39 - Lerwe, Antje 1:57:07 - Curic, Anett 1:58:24		

Frauen W 30

Halbmarathon Mannschaft

Fortsetzung

5:42:17	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Brockmann, P. 1:41:14, Dobroschke, G. 1:56:03, Gansler, A. 2:05:00		
5:43:21	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 1:47:41 – Wind, S. 1:53:50 – Wippler, K. 2:01:50		
5:45:10	LG Lippe-Süd	26.03.2005	Paderborn
	Riemeier, K. 1:48:30 – Roll, S. 1:51:13 - Damerius, P. 2:05:27		
5:51:17	LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
	Pempelforth, Christiane 1:44:54 - Hedderich, Lea 1:52:17 - Gutsfeld, Sarah 2:14:06		
5:52:17	TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 1:50:53 - Tegeler, Martina 1:55:51 - Nolteculemann, Bianca 2:05:33		
5:57:46	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 1:58:45 - Bünte, Silke 1:59:11 - Brand, Stefanie 1:59:50		
6:01:07	LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
	Hollensteiner, Katja 1:57:40 - Strauß, Steffi 2:00:37 - Diekmann, Anja 2:02:50		
6:04:12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 2:00:24 - Boekstegers, Silke 2:01:02 - Winter, Heidrun 2:02:46		
6:06:35	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 1:39:43 – Dubbert, Kerstin 2:08:42 – Frevert, Manuela 2:18:10		
6:11:57	TSV Bentrup-Loßbruch	07.10.2018	Köln
	Bünte, Silke 2:01:57 - Brand, Stefanie 2:04:01 - Risse, Nicola 2:05:59		
6:12:17	LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
	Krull, Silvia 1:19:11 – Boeksteger, Silke 2:23:10 – Deter, Marion 2:29:56		
6:15:46	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 2:02:32 - Boekstegers, Silke 2:02:49 - Deter, Marion 2:10:25		
6:21:30	LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
	Jergas, E. 1:59:00 - Risse, G. 2:08:30 - Froese, I. 2:14:00		
6:28:43	LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
	Pott-Papenkordt, Nicole 2:00:29 - Buhler, Katja 2:13:19 - Assuncao, Tanja 2:14:55		

25 km Straße**Lippische Bestleistung:**

1:34:04 Std Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 12.10.2008 Essen

Ewige Bestenliste:

2:16:00 Std.

1:33:50	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
1:36:34	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
1:36:42	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	24.10.1987	Schieder
1:40:55	Brand, Ulrike	58 LG Bad Salzuflen	14.04.1990	Paderborn
1:44:35	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	21.03.1998	Steinfurt
1:46:32	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:48:22	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	30.03.1991	Paderborn
1:48:27	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:49:37	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:50:58	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:52:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:54:13	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
1:55:50	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:57:21	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
1:57:23	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:57:27	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:57:45	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:58:14	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:58:33	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
1:59:20	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:59:23	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:00:01	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:00:23	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:00:34	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
2:01:19	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:01:48	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:01:51	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:02:58	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:03:14	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
2:03:33	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg

<u>Frauen W 30</u>	25 km	Fortsetzung		
2:03:50	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.10.2001	München
2:04:09	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
2:04:23	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
2:04:33	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	19.04.1998	Hamburg
2:05:04	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	05.03.1983	Kirchen/Sieg
2:05:29	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	04.06.2023	Salzkotten
2:06:36	Wille, Monika	57 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
2:06:38	Langenbach, Joy	93 Trailteam Lippe	25.03.2023	Hannover
2:06:39	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:06:39	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:06:40	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	27.10.1990	Schieder
2:08:12	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:08:22	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:08:25	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:08:40	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:08:41	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:09:23	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
2:09:34	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
2:09:43	Fricke, Angelika	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:09:46	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
2:09:56	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:12:13	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
2:12:21	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:12:22	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:12:34	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:13:25	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
2:13:32	Hachmeister, Julia	LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
2:13:54	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
2:13:55	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:14:27	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
2:14:46	Arndt, Carolin	LG Oerlinghausen	16.09.2018	Berlin
2:15:26	Höveler, Hildegard	43 LG Bad Salzuflen	18.11.1981	Löningen
2:15:40	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:15:48	Bruns, Karola	53 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:15:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin

25 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

7:34:20 Std. LG Oerlinghausen 24.09.2023 Berlin
(Dux, Alexandra 2:26:07 - Cicek, Natalia 2:14:29 - Wittig, Claudia 2:53:44)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

5:37:56 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
(Koslowski, D. 1:41:41 – Gebhardt, S. 1:53:13 – Kottmann, B. 2:03:02)

Ewige Bestenliste:

8:00:00 Std.

5:37:56	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 1:41:41 – Gebhardt, S. 1:53:13 – Kottmann, B. 2:03:02		
5:51:18	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 1:49:04 - Klauck, A. 1:57:10 - Stiegmann, A. 2:05:04		
6:20:55	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
	Schröder, I. 1:56:26 – Reineke, G. 2:11:34 – Sandbote, A. 2:12:55		
6:36:30	LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
	Weißsieker, B. 2:05:39 - Körner-Downes, M. 2:13:01 – Ferber, S. 2:17:50		
6:36:52	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 2:11:24 - Cicek, Natalia 2:12:35 - Wittig, Claudia 2:12:53		
6:52:27	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
	Horstmann, I. 2:08:34 - Hampe, U. 2:15:54 - Grabbe-Siewecke, B. 2:17:59		
6:45:35	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Brockmann, P. 1:59:57, Dobroschke, G. 2:17:31, Gansler, A. 2:28:07		
6:46:53	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 2:07:37 – Wind, S. 2:14:53 – Wippler, K. 2:24:23		
7:01:29	LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1979	Berlin
	Neese, M. 2:11:15, Klauck, A. 2:17:48, Griebel, M. 2:32:26		

Frauen W 30

25 km Mannschaft

Fortsetzung

7:14:21	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 1:58:07 – Dubbert, Kerstin 2:32:31 – Frevert, Manuela 2:43:43		
7:14:44	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeypach Hapna, L. 2:22:46- Wojtke, H. 2:22:47 - Rottschäfer, G. 2:29:11		
7:16:29	LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
	Lerwe, Janet 2:19:05 - Pannhorst, Simone 2:23:13 - Kronshage, Manuela 2:34:11		
7:21:10	LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
	Krull, Silvia 1:33:50 – Boeksteger, Silke 2:49:40 – Deter, Marion 2:57:40		
7:32:04	LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
	Jergas, E. 2:21:01 - Risse, G. 2:32:16 - Froese, I. 2:38:47		
7:47:01	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 2:30:26 – Lindemann, Gisela 2:35:36 – Osper, Gabriele 2:40:59		
8:16:13	LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
	Schröder, M. 2:40:50 – Dürksen, H. 2:43:18 – Birne, B. 2:52:05		
8:52:52	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
	Mende, Carola 2:40:39 – Kramer, Martina 2:47:16 – Altrogge, Friederike 3:24:57		
8:56:31	LG Oerlinghausen	20.09.1998	Berlin
	Heidemann, Heidi 2:29:03 – Beyer, Marilyn 2:51:07 – Jöstinmeyer, Lilo 3:36:21		

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

1:53:27 Std. Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 12.10.2008 Essen

Ewige Bestenliste:

2:45:00 Std.

1:52:36	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
1:55:52	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:05:30	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	21.03.1998	Steinfurt
2:08:21	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
2:10:08	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:10:53	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
2:12:28	Rose, Rosemarie	53 LG Lage-Detmold	06.10.1984	Rodenbach
2:14:53	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:15:18	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	29.09.1991	Berlin
2:15:52	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:19:37	Kuhfuß, Elvira	___ TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
2:19:44	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:20:41	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:22:00	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:22:03	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:22:35	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
2:23:16	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:23:28	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
2:23:49	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
2:23:58	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
2:24:23	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:24:52	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:24:58	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:25:44	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:26:07	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:27:04	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
2:27:24	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.10.2001	München
2:27:36	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
2:27:53	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
2:28:15	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	19.04.1998	Hamburg
2:30:34	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	04.06.2023	Salzkotten
2:30:47	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:30:47	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:30:53	Brumme, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:32:32	Langenbach, Joy	93 Trailteam Lippe	25.03.2023	Hannover
2:32:54	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:33:08	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:33:12	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:34:17	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin

Frauen W 30

30 km

Fortsetzung

2:34:27	Fricke, Angelika	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:34:29	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:34:31	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
2:34:43	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:34:50	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:35:16	Schäferkordt, Anja	___ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
2:36:53	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:37:28	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
2:37:53	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:38:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:38:50	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:38:54	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
2:39:03	Hachmeister, Julia	LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
2:39:30	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:40:09	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
2:40:38	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
2:41:45	Bruns, Karola	53 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:42:23	Arndt, Carolin	LG Oerlinghausen	16.09.2018	Berlin
2:42:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:43:05	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:43:17	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
2:43:29	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:44:08	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
2:44:16	Stalmanis, Claudia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
2:44:26	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:44:40	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
2:44:43	Tiemann, Inga	57 LG Lippe-Süd	10.06.1989	Bonn
2:44:48	Jankewitz, Gabriele	58 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:44:48	Hetkamp, Cora	___ LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
2:44:57	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin

35 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:12:51 Std Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 12.10.2008 Essen

Ewige Bestenliste:

3:12:30 Std.

2:11:21	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
2:15:11	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:26:25	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	21.03.1998	Steinfurt
2:29:45	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
2:31:49	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:32:42	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
2:34:32	Rose, Rosemarie	53 LG Lage-Detmold	06.10.1984	Rodenbach
2:37:22	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:37:51	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	29.09.1991	Berlin
2:38:31	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:42:53	Kuhfuß, Elvira	___ TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
2:43:01	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:44:07	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:45:39	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:45:43	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:46:21	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
2:47:08	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:47:23	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
2:47:57	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
2:48:27	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:01	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:08	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:49:26	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:49:58	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
2:51:34	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg

Frauen W 30

35 km

Fortsetzung

2:51:58	Friesenborg, Ute		LG Lippe-Süd	14.10.2001	München
2:52:12	Dux, Alexandra		82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
2:52:31	Woosnam, Nicola	GB	59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
2:52:57	Drave, Renate		65 LC 92 Bad Salzuflen	19.04.1998	Hamburg
2:53:02	Roller, Svetlana		76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:55:40	Sauerland, Anja		90 LG Oerlinghausen	04.06.2023	Salzkotten
2:55:55	Neese, Marlis		43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:55:55	Weißsieker, Bianca		68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:56:02	Brumme, Ingrid		48 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:58:23	Heilmann, Ingrid		45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:58:39	Wille, Monika		LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:58:44	Tünker, Irmhild		57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:59:04	Langenbach, Joy		93 Trailteam Lippe	25.03.2023	Hannover
3:00:00	Elsner, Heike		62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
3:00:12	Fricke, Angelika		59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:00:16	Stille, Heike		59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:00:30	Sohl, Martina		62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:01:01	Cicek, Natalia		81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:01:08	Schäferkordt, Anja		__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:01:53	Wittig, Claudia		77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:03:43	Stroetzel, Sabine		59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
3:03:46	Köneke, Antje		72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:04:12	Reineke, Gerda		49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:05:18	Korte, Anja		69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:05:23	Nolte, Angelika		59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
3:05:33	Hachmeister, Julia		LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
3:06:05	Sandbote, Anne		47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:06:50	Kleß-Grün, Monika		62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:06:54	Coenen, Yvonne		79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:07:27	Dobroschke, Gaby		49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
3:08:43	Bruns, Karola		53 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:08:50	Wind, Sieglinde		32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:09:46	Arndt, Carolin		LG Oerlinghausen	16.09.2018	Berlin
3:09:57	Fruchtbar, Dr. Friederike		43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:10:16	Hampe, Ulla		43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:10:30	Selent-Scholz, Melanie		84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
3:10:46	Althof, Elke		LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:11:29	Friebe, Julia		LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:11:39	Stalmanis, Claudia		LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:12:06	Amato, Angela		46 LG Bad Salzuflen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
3:12:10	Tiemann, Inga		57 LG Lippe-Süd	10.06.1989	Bonn
3:12:16	Jankewitz, Gabriele		58 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:12:16	Hetkamp, Cora		__ LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
3:12:26	Jergas, Elfie		54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin

40 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:32:14 Std Silvia Krull 78 LG Lage-Detmold 12.10.2008 Essen

Ewige Bestenliste:

3:40:00 Std.

2:32:12	Krull, Silvia		78 LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
2:34:30	Koslowski, Doris		59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:47:20	Quest-Altrogge, Katjana		64 LG Lage-Detmold	21.03.1998	Steinfurt
2:50:11	Brand, Ulrike		58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
2:52:33	Hölscher, Christiane		56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:53:34	Hoppe-Schrahe, Annegret		56 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
2:55:40	Rose, Rosemarie		53 LG Lage-Detmold	06.10.1984	Rodenbach
2:59:50	Klauck, Anne		37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:00:24	Körner, Monika		58 LG Lage-Detmold	29.09.1991	Berlin
3:01:09	Gebhardt, Silke		67 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
3:06:09	Kuhfuß, Elvira		__ TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
3:06:18	Schröder, Ingrid		40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz

Frauen W 30

40 km

Fortsetzung

3:07:34	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:09:19	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:09:24	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:10:07	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
3:10:26	Bornhütter, Nicole	69 < Lemgo >	29.07.2006	Bad Pyrmont
3:11:01	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
3:11:18	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
3:11:57	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
3:12:31	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:13:10	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:13:17	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:14:48	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
3:16:01	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
3:16:29	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.10.2001	München
3:17:10	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
3:17:10	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzufen	30.09.1990	Berlin
3:17:36	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzufen	19.04.1998	Hamburg
3:20:28	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzufen	11.09.2022	Münster
3:20:59	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:20:59	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:21:07	Brumme, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:23:38	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
3:23:48	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:24:06	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:24:12	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:25:38	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzufen	20.09.1998	Berlin
3:25:53	Fricke, Angelika	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:25:57	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:26:14	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:26:23	Langenbach, Joy	93 Trailteam Lippe	25.03.2023	Hannover
3:27:01	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:28:26	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:29:18	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:29:53	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
3:30:27	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:20:46	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	04.06.2023	Salzkotten
3:31:46	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:31:48	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
3:32:00	Hachmeister, Julia	LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
3:32:37	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:33:28	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:34:14	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
3:35:26	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:35:37	Bruns, Karola	53 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:35:45	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:37:05	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:37:14	Arndt, Carolin	LG Oerlinghausen	16.09.2018	Berlin
3:37:23	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:37:43	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
3:38:02	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:38:50	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:39:01	Stalmanis, Claudia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:39:33	Amato, Angela	46 LG Bad Salzufen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
3:39:37	Tiemann, Inga	57 LG Lippe-Süd	10.06.1989	Bonn
3:39:44	Jankewitz, Gabriele	58 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:39:44	Hetkamp, Cora	__ LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
3:39:55	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin

Marathon**Lippischer Rekord:**

2:40:42 Std Silvia Krull

78 LG Lage-Detmold

12.10.2008 Essen

Frauen W 30

Marathon

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

3:52:30 Std.

2:40:40	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
2:42:58	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:56:30	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	21.03.1998	Steinfurt
3:00:31	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
3:03:01	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
3:04:05	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
3:06:18	Rose, Rosemarie	53 LG Lage-Detmold	06.10.1984	Rodenbach
3:09:42	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:10:17	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	29.09.1991	Berlin
3:11:05	Gebhardt, Silke	67 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
3:16:21	Kuhfuß, Elvira	___ TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
3:16:31	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:17:51	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:19:42	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:19:47	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:20:32	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
3:20:52	Bornhütter, Nicole	69 < Lemgo >	29.07.2006	Bad Pyrmont
3:21:29	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
3:21:47	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
3:22:28	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
3:23:04	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:23:45	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:23:53	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:25:44	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
3:26:50	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
3:27:19	Friesenborg, Ute	LG Lippe-Süd	14.10.2001	München
3:27	Woosnam, Nicola	GB 59 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
3:28:19	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
3:28:30	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	19.04.1998	Hamburg
3:28:52	Schmidt, Laura	91 LC 92 Bad Salzuflen	03.09.2023	Münster
3:31:46	Sauerland, Anja	90 LG Oerlinghausen	04.06.2023	Salzkotten
3:32:04	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:32:04	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:35:03	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:35:22	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:35:28	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:36:08	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
3:36:59	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
3:37:14	Fricke, Angelika	59 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:37:19	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:37:36	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:38:18	Langenbach, Joy	93 Trailteam Lippe	25.03.2023	Hannover
3:38:22	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:39:55	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:41:11	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:41:28	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
3:42:03	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:43:23	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:43:29	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
3:43:41	Hachmeister, Julia	LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
3:44:20	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:45:14	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:45	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
3:47:30	Bruns, Karola	53 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:47:40	Arndt, Carolin	LG Oerlinghausen	16.09.2018	Berlin
3:47:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:49:22	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:49:39	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
3:49:56	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen

Frauen W 30

Marathon

Fortsetzung

3:50:50	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:51:02	Stalmanis, Claudia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:51:35	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
3:51:40	Tiemann, Inga	57 LG Lippe-Süd	10.06.1989	Bonn
3:51:47	Jankewitz, Gabriele	58 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:51:47	Hetkamp, Cora	LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
3:51	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:52:26	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)

Marathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

9:30:20 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
 Koslowski, D. 2:51:37 – Gebhardt, S. 3:11:05 – Kottmann, B. 3:27:38

Ewige Bestenliste:

14:00:00 Std.

9:30:20	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 2:51:37 – Gebhardt, S. 3:11:05 – Kottmann, B. 3:27:38		
9:53:17	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 3:04:05 - Klauck, A. 3:17: - Stiegmann, A. 3:31:13		
10:42:54	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
	Schröder, I. 3:16:31 – Reineke, GB. 3:42:03 – Sandbote, A. 3:44:20		
11:09:10	LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
	Weißsieker, B. 3:32:04 - Körner-Downes, M. 3:44:29 – Ferber, S. 3:52:37		
11:13:01	LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
	Dux, Alexandra 3:31:37 - Cicek, Natalia 3:39:55 - Wolny, Monika 5:01:29		
11:19:14	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
	Horstmann, I. 3:36:59 - Hampe, U. 3:49:22 - Grabbe-Siewecke, B. 3:52:53		
11:24:32	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Brockmann, P. 3:22:27, Dobroschke, G. 3:52:06, Gansler, A. 4:09:59		
11:26:11	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 3:35:22 – Wind, S. 3:47:39 – Wippler, K. 4:03:40		
11:51:20	LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1979	Berlin
	Neese, M. 3:41:31, Klauck, A. 3:52:34, Griebel, M. 4:17:15		
12:13:09	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 3:19:26 – Dubbert, Kerstin 4:17:24 – Frevert, Manuela 4:36:19		
12:14:17	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Wittig, Claudia 3:45:22 - Köneke, Antje 3:47:46 – Sinnerbrink, Marion 4:41:09		
12:16:40	LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
	Lerwe, Janet 3:54:44 - Pannhorst, Simone 4:01:43 - Kronshage, Manuela 4:20:13		
12:24:32	LG Lage-Detmold	12.10.2008	Essen
	Krull, Silvia 2:38:21 – Boeksteger, Silke 4:46:20 – Deter, Marion 4:59:51		
12:42:57	LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
	Jergas, E. 3:57:59 - Risse, G. 4:16:59 - Froese, I. 4:27:59		
12:50:01	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Elsner, Heike 3:36:59 – Lindemann, Gisela 4:24:30 – Osper, Gabriele 4:48:32		
13:58:08	LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
	Schröder, M. 4:31:27 – Dürksen, H. 4:36:15 – Birne, B. 4:50:26		
14:59:22	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
	Mende, Carola 4:31:08 – Kramer, Martina 4:42:18 – Altrogge, Friederike 5:45:54		

Marathon Team 5 Läufer**Lippische Bestleistung:**

17:26:57 Std. LG Lage-Detmold 29.09.1996 Berlin
 Quest-Altrogge, T. 2:59:11 - Körner, M. 3:25:43 – Elsner, H. 3:34:48 –
 Kottmann, B. 3:40:02 – Hölscher, C. 3:47:35

Ewige Bestenliste:

17:26:57	LG Lage-Detmold	29.09.1996	Berlin
	Quest-Altrogge, T. 2:59:11 - Körner, M. 3:25:43 – Elsner, H. 3:34:48 – Kottmann, B. 3:40:02 – Hölscher, C. 3:47:35		
17:43:33	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 3:04:05 - Klauck, A. 3:17:31 – Stiegmann, A. 3:31 – Hampe, U. 3:52 - Wenzel, K. 3:56		
19:43:48	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 3:35:22 – Stroetzel, S. 3:42:54 - Wind, S. 3:47:07 – Wippler, K. 4:03:10 - Hille, A. 4:35:15		
20:02:55	LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Brockmann, P. 3:22 - Dobroschke, G. 3:52 – Gansler, A. 4:09 – Steinhage, G. 4:12 – Lutton, B. 4:23		

Frauen W 30

Team 5 Läufer

Fortsetzung

20:28:01 LC 92 Bad Salzuflen 20.09.1998 Berlin

Drave, R. 3:49:57- Aippeypach Hapna, L. 4:00:57- Wojtke, H. 4:00:58-
Rottschäfer, G. 4:11:47 - Lindemann, G. 4:24:23

22:28:51 LG Oerlinghausen 24.09.2023 Berlin

Dux, A. 3:31:37 - Cicek, N. 3:39:55 - Wolny, M. 5:01:29 - Wittig, C. 5:07:55 - Curic, A. 5:07:55

50 km**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

4:44:43 Std Eva Schröder 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

Ewige Bestenliste:

4:44:43 Schröder, Eva 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

4:47:27 May, Berenice 78 Bike Sport Lippe 11.03.2017 Münster

100 km**Lippischer Rekord:**

9:29:25 Std Eva Schröder 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

Ewige Bestenliste:

9:29:25 Schröder, Eva 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

12.134 m Erika Offel 44 TuS Humfeld 10.09.1980 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

12134 Offel, Erika 44 TuS Humfeld 10.09.1980 Bad Salzuflen

12097 Köller, Lisa 36 TuS Humfeld 11.09.1984 Bad Salzuflen

6 Stunden Lauf**Lippische Bestleistung:**

60.170 m May, Berenice 78 Bike Sport Lippe 11.03.2017 Münster

Ewige Bestenliste:

60.170 May, Berenice 78 Bike Sport Lippe 11.03.2017 Münster

4 x 100 m**Lippischer Rekord:**55,90 sec StG Ostwestfalen-Lippe 03.09.2016 Essen
Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Kriekhaus, Angela 71 - Koch, Katja 74 - Dröge, Katrin 80

Ewige Bestenliste:

55,90 StG Ostwestfalen-Lippe 03.09.2016 Essen

Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Kriekhaus, Angela 71 - Koch, Katja 74 - Dröge, Katrin 80

56,27 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.07.2013 Mönchengladbach

Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Kanne, Anja 68 - Wamser, Kerstin 70 - Müller, Stephanie 67

57,4 TuS Ahmsen 20.07.1952 Lemgo

58,7 TV Lemgo 20.07.1952 Lemgo

60,2 TuS Ehrentrop 20.07.1952 Lemgo

64,24 StG Ostwestfalen-Lippe 18.09.2016 Bad Salzuflen

Albrecht, Sandra 86 - Westphal, Elke 76 - Prange, Frauke 76 - Herrmann, Christine 81

66,5 TuRa Heiden 20.07.1952 Lemgo

100 m Hürden**Lippischer Rekord:**

18,66 sec Katrin Dröge 80 LG Lippe-Süd 21.05.2011 Blomberg

Frauen W 30

100 m Hürden

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

18,66 Dröge, Katrin 80 LG Lippe-Süd 21.05.2011 Blomberg

HochsprungLippischer Rekord:

1,45 m Katrin Dröge

80 LG Lippe-Süd

03.09.2016 Essen

Ewige Bestenliste:

1,20 m

1,45	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	03.09.2016	Essen
1,40	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	18.06.1992	Minden
1,40	Sander, Antje	66 LG Lage-Detmold	14.09.1997	Hagen
1,40	Sander, Manuela	66 LG Lage-Detmold	14.09.1997	Hagen
1,40	Reiche, Britta	70 LG Lemgo	03.07.2005	Bad Salzuflen
1,40	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	07.05.2016	Blomberg
1,39	Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	25.05.2017	Paderborn
1,38	Pfitzner, Annette	65 LG Lage-Detmold	14.09.1998	Bielefeld
1,36	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	17.06.2023	Reken
1,34	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
1,30	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
1,29	Kanne, Anja	68 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	13.08.2023	Mönchengladbach

StabhochsprungLippischer Rekord:

2,42 m Sandra Albrecht

86 LG Lippe-Süd

04.09.2016 Blomberg

Ewige Bestenliste:

2,42	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	04.09.2016	Blomberg
1,90	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	18.09.1993	Dörpen

WeitsprungLippischer Rekord:

5,27 m Manuela Sander

66 LG Lage-Detmold

13.07.1997 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste:

4,00 m

5,27	Sander, Manuela	66 LG Lage-Detmold	13.07.1997	Bad Oeynhausen
4,86	Sander, Antje	66 LG Lage-Detmold	31.07.1997	Lage
4,82	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	21.06.1984	Bad Salzuflen
4,77	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	03.06.1992	Lemgo
4,60	Pfitzner, Annette	65 LG Lage-Detmold	14.09.1998	Bielefeld
4,59	Schmidt, Susanne	67 LG Lage-Detmold	19.09.1999	Bad Salzuflen
4,59*	Dröge, Katrin	80 LG Lippe-Süd	27.06.2010	Bad Salzuflen
4,54	Busse, Gudrun	52 LG Lage-Detmold	21.06.1984	Bad Salzuflen
4,50 *	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
4,46 *	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
4,35 *	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	08.05.2016	Blomberg
4,20	Schäfers, Mathilde	52 LG Lippe-Süd	24.06.1986	Horn
4,20	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	25.05.1991	Lemgo
4,09	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	07.07.1991	Herford
4,02	Gehring, Antje	40 LG Lippe-Süd	25.08.1984	Bad Meinberg
4,02*	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen

DreisprungLippischer Rekord:

9,33 m Angelika Szrama

62 LG Lemgo

12.09.1993 Minden

Ewige Bestenliste:

9,33	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	12.09.1993	Minden
8,91 *	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	03.06.2016	Lemgo

Frauen W 30**Kugelstoß - 4 kg -****Lippischer Rekord:**

12,58 m Imke Hersant 72 LG Lage-Detmold 08.09.2002 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste: 8,00 m

12,58	Hersant, Imke	72 LG Lage-Detmold	08.09.2002	Bad Salzuflen
12,36	Böhnke, Gerhild	47 TV Lemgo	15.09.1979	Gütersloh
11,69	Dröge, Katrin	80 LG Lippe-Süd	27.06.2010	Bad Salzuflen
11,25	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	03.09.2016	Essen
11,21	Villmann, Heike	72 LG Lage-Detmold	01.05.2007	Bad Salzuflen
11,14	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.04.2017	Sinzig
10,65	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	13.06.1993	Bad Oeynhausen
10,59	Jakisch, Elke	61 LC Lage	19.06.1994	Bad Salzuflen
10,49	Vorberg, Dr. Ilse Marie	21 TSV Detmold	22.07.1951	Lage
10,11	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LC Lage	15.04.1989	Lemgo
10,08	Wattenberg, Hannelore	36 LG Bad Salzuflen	25.05.1976	Bad Salzuflen
10,08	Sander, Amtje	66 LG Lage-Detmold	14.09.1997	Hagen
9,93	Hilker, Susanne	66 LG Lippe-Süd	11.07.2004	Lage
9,83	Heitmann, Daniela	85 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	01.02.2023	Bad Salzuflen
9,63	Pfitzner, Annette	65 LG Lage-Detmold	14.09.1998	Bielefeld
9,44	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	22.06.2022	Bad Salzuflen
9,09	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	11.09.1981	Bad Salzuflen
8,99	Sander, Manuela	66 LG Lage-Detmold	10.05.1997	Lemgo
8,85	Schmidt, Susanne	67 LG Lage-Detmold	19.09.1999	Bad Salzuflen
8,80	Schrader, Monika	41 LG Bad Salzuflen	02.10.1982	Bad Salzuflen
8,70	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
8,67	Beckmann, Dr. Astrid	57 LG Lemgo	18.06.2004	Kevelaer
8,47	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	13.08.1989	Herford
8,43	Weege, Barbara	61 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
8,39	Koch, Katja	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
8,29	Schäfers, Mathilde	52 LG Lippe-Süd	25.08.1984	Bad Meinberg
8,22	Danger, Magret	54 SuS Stemmen	24.06.1984	Stemmen
8,09	Köller, _____	35 TV Lemgo	___.09.1965	Detmold
8,00	Heller, Heike	64 TuS Langenholzhausen	29.06.1996	Lemgo

Diskuswurf - 1 kg -**Lippischer Rekord:**

43,48 m Sandra Albrecht 86 LG Lippe-Süd 29.05.2016 Bottrop

Ewige Bestenliste: 20,00 m

43,48	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	29.05.2016	Bottrop
40,10	Böhnke, Gerhild	47 TV Lemgo	29.03.1981	Nammen
39,55	Hersant, Imke	72 LG Lage-Detmold	16.08.2003	Calle
36,02	Villmann, Heike	72 LG Lage-Detmold	30.05.2002	Ahlen
35,08	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	25.05.2017	Paderborn
34,90	Sander, Antje	66 LG Lage-Detmold	29.06.1997	Bad Salzuflen
33,78	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	19.09.1993	Nammen
32,72	Jakisch, Elke	61 LC Lage	18.09.1994	Nammen
31,09	Reiche, Britta	70 LG Lemgo	03.07.2005	Bad Salzuflen
31,01	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	18.09.2016	Bad Salzuflen
29,68	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	08.06.1986	Bad Oeynhausen
29,29	Heitmann, Daniela	85 LG Lemgo	18.09.2016	Bad Salzuflen
26,34	Köller, _____	35 TV Lemgo	___.09.1965	Detmold
25,48	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LC Lage	27.08.1989	Blomberg
24,46	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
23,75	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
21,54	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	14.05.2022	Minden

Hammerwurf - 4 kg -**Lippischer Rekord:**

44,19 m Sandra Albrecht 86 LG Lippe-Süd 22.04.2023 Dissen

Frauen W 30 Hammerwerfen Fortsetzung

Ewige Bestenliste: 20,00 m

44,19	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen
34,16	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.02.2018	Mutterstadt
31,34	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	24.05.2009	Nammen
29,62	Villmann, Heike	72 LG Lage-Detmold	20.05.2002	Bad Oeynhausen

Gewichtwerfen 9,080 kgLippischer Rekord:

11,90 m Gita Gansa 82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.02.2018 Mutterstadt

Ewige Bestenliste: 20,00 m

11,90	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.02.2018	Mutterstadt
11,64	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen

Speerwurf - 600 g -Lippische Bestleistung:

38,79 m Katrin Dröge 80 LG Lippe-Süd 12.06.2010 Minden

Ewige Bestenliste: 20,00 m

38,79	Dröge, Katrin	80 LG Lippe-Süd	12.06.2010	Minden
38,05	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.11.2017	Leverkusen
34,90	Sander, Antje	66 LG Lage-Detmold	12.04.1997	Bad Salzuflen
34,18	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	05.07.1992	Bad Salzuflen
31,22	Böhnke, Gerhild	47 TV Lemgo	17.03.1979	Rethen
26,99	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	08.05.2016	Blomberg

Speerwerfen 600 g

(ab 1999)

Lippischer Rekord:

38,79 m Katrin Dröge 80 LG Lippe-Süd 12.06.2010 Minden

Ewige Bestenliste: 20,00 m

38,79	Dröge, Katrin	80 LG Lippe-Süd	12.06.2010	Minden
38,05	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.11.2017	Leverkusen
32,53	Sander, Antje	66 LG Lage-Detmold	30.05.1999	Lage
26,99	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	08.05.2016	Blomberg
25,96	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn

Dreikampf (100 m - Weit - Kugel)Lippischer Rekord:1151 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) - 3,68 (-0,0) - 8,88)

Ewige Bestenliste:

1151	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
		(14,99 (+0,3) - 3,68 (-0,0) - 8,88)		
1084	Dröge, Katrin	80 LG Lippe-Süd	21./22.5.11	Blomberg
		(18,66* - 10,89 / 4,44*)		
1078	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.09.2013	Lemgo
		(14,76 (-0,8) - 3,99 (-0,7) - 6,15)		
1028	Weege, Barbara	61 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
		(15,4* - 3,64 - 8,43)		
977	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	07./08.5.16	Blomberg
		(20,20* - 10,70 / 4,35*)		
900	Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
		(16,52 (+2,0) - 3,97 (-0,2) - 7,32)		
782	Brakemeier, Birgit	64 SC Donop	02.09.1995	Blomberg
		(16,7 - 3,48 - 7,40)		
572	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
		(17,69* - 3,21 - 6,02)		
507	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
		(17,82* - 2,91* - 5,99)		

Frauen W 30**Fünfkampf** (100 m – Hoch – Kugel – Weit – 800 m)**Lippische Bestleistung:****Bessere Leistung eines Dreikampfes:**

1151 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) – o. L. – 8,88 - 3,68 (-0,0) – o. L.)

Bessere Leistung, als Teil des Siebenkampfes über 2 Tage:

2216 Punkte Katrin Dröge 80 LG Lippe-Süd 21./22.05.2011 Blomberg
(18,66* - 1,44 – 10,89 / 4,44* - 2:39,61)

Ewige Bestenliste:

2216 Dröge, Katrin 80 LG Lippe-Süd 21./22.5.11 Blomberg
(18,66* - 1,44 - 10,89 / 4,44* - 2:39,61)

1914 Albrecht, Sandra 86 LG Lippe-Süd 07./08.5.16 Blomberg
(20,20* - 1,40 - 10,70 / 4,35* - 2:53,78)

788 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 30.09.2006 Lemgo
(17,69* - 1,00 - 6,02 – 3,21* - 3:41,98)

530 Westphal, Elke 76 LG Lippe-Süd 18./19.5.19 Blomberg
(aufg. - o.g.V. - 4,94 / 2,73* - 3:12,13)

Siebenkampf

(100 m Hürden – Hoch – Kugel – 200 m / Weit – Speer – 800 m)

Lippischer Rekord:

3680 Punkte Katrin Dröge 80 LG Lippe-Süd 21./22.05.2011 Blomberg
(18,66* - 1,44 – 10,89 – 29,69* / 4,44* - 37,53 – 2:39,61)

Ewige Bestenliste:

3680 Dröge, Katrin 80 LG Lippe-Süd 21./22.5.11 Blomberg
(18,66* - 1,44 - 10,89 – 29,69* / 4,44* - 37,53 – 2:39,61)

2953 Albrecht, Sandra 86 LG Lippe-Süd 07./08.5.16 Blomberg
(20,20* - 1,40 - 10,70 - 32,12* / 4,35* - 26,99 - 2:53,78)

778 Westphal, Elke 76 LG Lippe-Süd 18./19.5.19 Blomberg
(aufg. - o.g.V. - 4,94 - 35,98* / 2,73* - 9,65 - 3:12,13)

Werferfünfkampf

(Diskus – Kugel – Hammer – Speer – Gewicht)

Lippischer Rekord:

2754 Punkte Sandra Albrecht 86 LG Lippe-Süd 06.07.2019 Porta Westfalica
(41,25 – 11,54 – 9,02 - 35,97 – 25,23)

Ewige Bestenliste:

2754 Albrecht, Sandra 86 LG Lippe-Süd 06.07.2019 Porta Westfalica
(41,25 - 11,54 - 9,02 - 35,97 - 25,23)

2719 Gansa, Gita 82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 05.08.2017 Aarhus (DK)
(30,03 - 10,55 - 32,14 - 35,36 - 11,37)

1930 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 26.09.2009 Tudorf
(27,63 - 7,66 – 23,44 – 23,50 – 8,76)

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 35

30 m fliegend

Lippische Bestleistung:

3,81 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

3,81	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
3,98	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
4,25	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
4,32	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

100 m

Lippischer Rekord:

13,86 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

16,5 sec

13,86*	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
14,20 *	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,39 *	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.06.2016	Osnabr.-Gretesch
14,62 *	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,65*	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.06.2019	Lemgo
14,67 *	Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
14,93 *	Wamser, Kerstin	70 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
14,99 *	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
15,07 *	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
15,23 *	Santos, Carla	77 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	16.09.2018	Lage
15,0	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	26.05.1993	Lemgo
15,1	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.1990	Herford
15,58 *	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
15,4*	Weege, Barbara	61 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
16,33*	Funke, Vanessa	83 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2019	Bad Salzuflen
16,52 *	Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
16,68 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2022	Bad Salzuflen

150 m

Lippische Bestleistung:

22,58 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

22,58	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
22,90	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
23,90	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
24,48	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

200 m

Lippischer Rekord:

29,56 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.07.2018 Mönchengladbach

Ewige Bestenliste:

29,56 *	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.07.2018	Mönchengladbach
30,21*	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.07.2019	Leinefelde-Worbis
30,64*	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.06.2019	Lemgo
31,55 *	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2014	Bad Salzuflen
31,60 *	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
31,7	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.1990	Herford
33,26*	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen

Frauen W 35

200 m

Fortsetzung

35,98*	Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	18.05.2019	Blomberg
40,39*	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
40,85 *	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen

300 m**Lippische Bestleistung:**

54,16 sec Jutta Eickmeyer 76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

54,16	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,74	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,75	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,93	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

400 m**Lippischer Rekord:**

66,55 sec Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 01.05.2011 Lage

Ewige Bestenliste:

66,55	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	01.05.2011	Lage
68,85	Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	05.06.2017	Bad Oeynhausen
70,00	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo
72,67	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2023	Bad Salzuflen
82,34	Borghoff, Christina	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo

800 m**Lippischer Rekord:**

2:23,74 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 24.08.1990 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste:

3:30,0 min

2:23,74	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	24.08.1990	Bad Oeynhausen
2:24,86	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	27.06.2009	St. Wendel
2:34,13	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	01.06.1996	Rheine
2:39,43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.06.2023	Lage
2:40,36	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.07.2016	Leinefelde
2:45,8	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	09.06.1993	Höxter
2:55,3	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	20.07.1991	Bad Salzuflen
2:55,88	Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
2:56,74	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2016	Essen
3:09,39	Freitag, Julia	77 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	22.05.2016	Gladbeck
3:12,13	Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	19.05.2019	Blomberg
3:19,58	Borghoff, Christina	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
3:28,17	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	12.06.2016	Bad Salzuflen
3:28,89	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage

1000 m**Lippischer Rekord:**

3:16,18 min Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 14.05.2010 Dortmund

Ewige Bestenliste:

36,0 sec

3:16,18	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	14.05.2010	Dortmund
---------	--------------	--------------------	------------	----------

1500 m**Lippischer Rekord:**

4:52,48 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 26.08.1990 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste:

6:30,0 min

4:52,48	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	26.08.1990	Bad Oeynhausen
5:02,24	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	12.06.2010	Minden
5:09,53	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	28.06.2009	St. Wendel
5:15,04	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	04.05.1996	Minden

Frauen W 35

1500 m

Fortsetzung

5:37,3	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:38,5	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:38,95	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.09.2021	Baunatal
5:42,0	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	04.05.1988	Lemgo
5:44,2	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:45,2	Pankoke, Brigitte	49 LfG Oerlinghausen	22.09.1989	Schloß Holte
5:58,2	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	20.04.1991	Blomberg
6:12,70	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.2004	Minden

2000 mLippischer Rekord:

7:38,0 min Ingrid Tegt 48 LG Lippe-Süd 15.09.1989 Blomberg

Ewige Bestenliste:

9:30,0 min

7:38,0	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	15.09.1989	Blomberg
8:24,1	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	29.08.1982	Dörentrup
8:37,0	Hamann, Helga	49 LfG Oerlinghausen	12.09.1989	Oerlinghausen

3000 mLippischer Rekord:

10:31,88 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 23.05.1990 Lage

Ewige Bestenliste:

14:20,0 min

10:31,88	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	23.05.1990	Lage
10:38,42	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	29.05.2005	Ahlen
10:51,7	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	05.09.1995	Bad Salzuflen
11:45,10	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	30.05.2009	Paderborn
11:46,3	Voigt, Heidrun	42 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
11:47,46	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	01.05.1990	Detmold
11:48,07	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	23.05.1990	Lage
11:48,6	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	24.08.1984	Detmold
12:00,6	Hainke, Britta	68 LC Lage	18.09.2004	Lemgo
12:01,40	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.1999	Lage
12:01,9	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	25.09.1991	Blomberg
12:15,9	Klauck, Annemarie	38 LG Lage-Detmold	13.05.1984	Gütersloh
12:16,05	Wenzel, Karin	44 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
12:22,1	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	08.05.1991	Lemgo
12:25,0	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	12.09.1984	Bad Meinberg
12:31,80	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
12:37,0	Schriegel, Siglinde	58 LG Lippe-Süd	15.09.1993	Blomberg
13:17,6	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
13:19,6	Zauner, Bertraud	52 LG Lippe-Süd	19.09.1990	Blomberg
13:19,7	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	16.09.1992	Bad Salzuflen
13:23,6	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
13:24,5	Körner, Ursula	53 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
13:25,4	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	06.05.1992	Blomberg
13:27,9	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	12.09.1984	Bad Meinberg
13:36,1	Giesecking, Inge	39 LG Bad Salzuflen	06.08.1982	Nammen
13:36,5	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	26.08.1979	Bad Salzuflen
13:37,4	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	12.05.1999	Minden
13:40,07	Wojtke, Helga	50 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
13:42,5	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	05.09.1987	Lemgo
13:52,1	Ebers, Sonja	55 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
13:56,6	Keller, Barbara	51 LC 92 Bad Salzuflen	23.09.1993	Bad Salzuflen
13:59,5	Hoffmann, Marion	55 LG Bad Salzuflen	22.09.1993	Bad Salzuflen
14:14,6	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
14:19,7	Zappini, Gisela	39 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg

Frauen W 35**5000 m****Lippischer Rekord:**

17:32,73 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 02.09.2001 Lage

Ewige Bestenliste:

25:00,0 min

17:32,73	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	02.09.2001	Lage
18:11,2	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	16.09.1990	Herford
18:19,31	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	27.08.1995	Wetzlar
18:58,54	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	11.07.2007	Minden
19:43,2	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
19:55,9	Albert, Heike	62 TuS Lügde	03.09.2003	Melle
19:59,3	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	06.06.1984	Detmold
20:02,1	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	03.09.2003	Melle
20:06,44	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	06.07.2011	Minden
20:10,9	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	11.09.1982	Horn
20:11,3	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	20.07.1991	Bad Salzuflen
20:27,01	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	25.04.2009	Bergisch Gladbach
20:27,27	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	25.06.1999	Bad Salzuflen
20:30,6	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
20:33,8	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	16.09.1993	Bad Salzuflen
20:35,21	Sohl, Martina	62 Endsport OWL	13.08.2010	Borgholzhausen
21:03,9	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	29.09.1984	Detmold
21:05,0	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	21.05.2008	Lage
21:56,7	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	17.04.2004	Lemgo
22:00,0	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.05.1990	Lemgo
22:34,1	Kleinschmidt, Gabi	67 LG Bad Salzuflen	24.04.2010	Lemgo
22:57,4	Reinecke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	18.09.1985	Bad Meinberg
23:01,4	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	10.10.1990	Bad Salzuflen
23:02,01	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:06,0	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	10.10.1990	Bad Salzuflen
23:07,1	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
23:08,02	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	03.07.2021	Bielefeld
23:11,7	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.1993	Bad Salzuflen
23:24,5	Lütkehölter, Dorothea	43 LG Bad Salzuflen	07.09.1985	Bad Salzuflen
23:25,3	Ebers, Sonja	55 LG Lippe-Süd	07.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
23:28,07	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
23:40,4	Führ, Susanne	67 LG Lage-Detmold	21.05.2008	Lage
23:44,5	Brandt, Erika	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
23:45,3	Riemann, Karin	60 LG Lippe-Süd	16.04.2005	Lemgo
23:49,9	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
23:56,7	Keller, Barbara	51 LG Bad Salzuflen	21.09.1991	Bad Salzuflen
24:19,0	Romppel, Doris	41 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
24:19,3	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	16.09.1993	Bad Salzuflen
24:23,4	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
24:25,6	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
24:53,8	Bockhoff, Doris	54 LG Lippe-Süd	26.06.1991	Horn

10000 m**Lippischer Rekord:**

36:22,06 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 23.04.1999 Menden

Ewige Bestenliste:

55:00,0 min

36:22,06	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	23.04.1999	Menden
37:13,0	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	18.05.1988	Melle
38:35,51	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	26.04.1996	Menden
41:12,8	Albert, Heike	62 TuS Lügde	10.09.2003	Melle
41:13,1	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	10.09.2003	Melle
42:25,6	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
42:59,9	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	14.08.1982	Bad Salzuflen
43:18,1	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	29.08.1990	Bad Salzuflen
43:54,1	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	11.08.1984	Bad Salzuflen
44:05,6	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	24.05.1984	Lage

Frauen W 35

10000 m

Fortsetzung

44:37,9	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	24.05.1984	Lage
46:01,4	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
46:30,5	Wenzel, Karin	44 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
47:03,2	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	02.08.1979	Hannover
47:10,64	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	09.08.1995	Minden
48:52,8	Rotzschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufen	04.09.2002	Melle
49:07,5	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	12.09.1979	Minden
52:19,1	Rotzschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzufen	29.08.1990	Bad Salzufen

5 km Straße**Lippischer Rekord:**

20:03 min	Bärbel Büschemann	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
18:08 min	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	02.04.1994	Paderborn

Ewige Bestenliste:

23:20 min

18:08	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	02.04.1994	Paderborn
18:17	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	16.03.2002	Salzkotten
19:11	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	11.09.1988	Herten-Bertlich
19:25	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	22.06.2007	Versmold-Oesterw.
19:31	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzufen	19.08.1995	Bönen
19:56	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
19:57	Albert, Heike	62 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
19:57	Wilson, Susanne	66 LG Lage-Detmold	27.06.2008	Versmold-Oesterw.
19:58	Giese, Bettina	59 LG Lippe-Süd	29.10.1994	Schieder
20:03	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
20:15	Albeke, Ria	69 Sportpark Lippe	31.10.2009	Schieder
20:16	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen	14.04.2013	Bonn
20:39	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	28.10.1989	Schieder
20:53	Dudaeva, Alla	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
20:55	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
20:56	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzufen	10.09.2011	Oelde
20:58	Brockmann, Petra	60 LG TuS Lügde	24.10.2003	Schieder
21:03	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	30.10.2004	Schieder
21:05	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	28.10.2006	Schieder
21:08	Körner, Monika	58 TG Lage	29.10.1994	Schieder
21:13	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	27.08.2004	Gütersloh
21:14	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	29.10.1994	Schieder
21:26	Stroetzel, Sabine	62 LG Lage-Detmold	06.12.2002	Wiedenbrück
21:27	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	26.10.1996	Schieder
21:29	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-DT/SV Diestelbruch	26.10.1996	Schieder
21:30	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2015	Paderborn
21:43	Schriegel, Sieglinde	58 TuS Zenit Wöbbel	09.05.1997	Steinheim
21:44	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzufen	29.09.2001	Holzhausen
21:56	Brörmeyer, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
22:02	Schnitzerling, Margr.	60 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
22:06	Jüngling, Tanja	75 TG Lage	03.07.2019	Lage
22:06	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
22:07	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
22:08	Grollich-Thoma, Antje	67 TSV Bösingfeld	30.10.2010	Schieder
22:11	Nottebrock, Kerstin	71 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
22:13	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	26.10.1991	Schieder
22:17	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzufen	26.10.2002	Schieder
22:19	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
22:21	Hainke, Britta	68 LC Lage	07.08.2004	Bad Driburg
22:22	Wille, Monika	57 LG Oerlinghausen	16.05.2005	Gütersloh
22:24	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
22:28	Vösgen, Jutta	62 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
22:36	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	20.04.2019	Paderborn
22:38	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
22:46	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzufen	07.10.2000	Holzhausen
22:49	Giese, Karin	63 LG Lippe-Süd	11.04.1998	Paderborn

<u>Frauen W 35</u>	5 km	Fortsetzung		
22:50	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	27.10.1990	Schieder
22:51	Chaintoutis, Stephanie	59 LG Lippe-Süd	29.10.1994	Schieder
22:53	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	02.10.2021	Verl
22:54	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	26.10.1991	Schieder
22:54	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	02.10.2019	Verl
22:59	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	xx.xx.1976	xxxxxxx
23:01	Kleiß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	07.11.2004	Verl
23:05	Erfkamp, Petra	61 TV 09 Pivitsheide	28.10.2000	Schieder
23:07	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
23:10	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2013	Schieder
23:12	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd/Trias Schieder	26.10.1996	Schieder
23:12	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	13.05.2022	Schloß Neuhaus
23:13	Sleyster, Meta	52 Flying Dutchman	27.10.1990	Schieder
23:13	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	02.10.2021	Verl
23:15	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
23:20	Kleimann, Tanja	74 LG Lemgo	12.09.2015	Holzhausen

5 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

71:14 min LG Oerlinghausen 03.07.2019 Lage
(Wittig, Claudia 23:15 - Curic, Anett 23:29 - Röbler, Caroline 24:30)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

64:18 min LG Lage-Detmold 19.03.2011 Salzkotten
(Quest-Altrogge, Katjana 19:43 – Büschemann, Bärbel 20:24 – Nottebrock, Kerstin 22:11)

Ewige Bestenliste:

80:00 min

64:18	LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
	Quest-Altrogge, Katjana 19:43 – Büschemann, Bärbel 20:24 – Nottebrock, Kerstin 22:11		
64:31	LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
	Aron, Silke 19:25 – Hüls, Annette 21:05 – Körner-Downes, Monika 24:01		
66:39	LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
	Tegt, I. 20:55 – Schröder, I. 22:07 – Zauner, B. 23:37		
69:14	TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
	Albert, H. 19:57 – Kiss, G. 24:18 – Köhler, S. 24:59		
70:11	LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
	Schnitzerling, M. 22:02 – Vösgen, J. 22:28 – Fröhleke-Billerbeck 25:41		
70:18	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 21:49 - Klauck, A. 23:28 - Stiegmann, A. 25:01		
70:40	LC 92 Bad Salzuflen	07.10.2000	Holzhausen
	Drave, Renate 22:16 – Elsner, Heike 23:25 - Rottschäfer, Gerhild 24:59		
71:14	LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
	Wittig, Claudia 23:15 - Curic, Anett 23:29 - Röbler, Caroline 24:30		
71:34	LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
	Lerwe, Janet 22:32 - Köneke, Antje 23:58 - Lerwe, Antje 25:04		
74:31	TuS Lügde	28.10.2000	Schieder
	Brockmann, Petra 22:14 – Blum, Regina 25:55 – Lutter, Brigitte 26:22		
74:38	LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
	Lerwe, Antje 24:37 - Köneke, Antje 24:51 - Wehmeier, Michaela 25:40		
74:39	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	30.03.2013	Paderborn
	Krull, Silvia 20:56 - Körner-Downes, Monika 26:50 - Funke, Sybille 26:53		
74:39	LG Lemgo (TV Lemgo)	26.10.2013	Schieder
	Stille, Heike 45:52 - Rehme, Peggy 49:30 – Tegeler, Martina 53:55		
76:51	LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
	Hamm; Carola 24:39 – Zajkiewicz, Petra 25:26 – Heidemann, Heidi 26:46		
78:12	TuS Lügde	30.10.1999	Schieder
	Trope, Christiane 25:27 – Trope, Petra 25:43 – Hoppenstock, Maria 27:02		
78:30	TSV Bösingfeld	29.10.2011	Schieder
	Kuhfuss, Elvira 23:11 – Jabke, Marion 26:45 – Zysk, Susanne 28:34		
80:00	LG Oerlinghausen	11.09.2016	Bielefeld
	Lerwe, Janet 25:16 - Jacob, Inga 26:22 - Bartel, Jasmin 28:22		

Frauen W 35**10 km Straße**

47:00 min

36:15	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	02.04.1994	Paderborn
36:33	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	16.03.2002	Salzkotten
38:22	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	11.09.1988	Herten-Bertlich
38:50	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	22.06.2007	Versmold-Oesterw.
39:02	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	19.08.1995	Bönen
39:52	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
39:53	Albert, Heike	62 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
39:54	Wilson, Susanne	66 LG Lage-Detmold	27.06.2008	Versmold-Oesterw.
39:55	Giese, Bettina	59 LG Lippe-Süd	29.10.1994	Schieder
40:29	Albeke, Ria	69 Sportpark Lippe	31.10.2009	Schieder
40:31	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
40:45	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
41:18	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	28.10.1989	Schieder
41:45	Dudaeva, Alla	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
41:49	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
41:52	Eickmeyer, Jutta	76 LG Bad Salzuflen	10.09.2011	Oelde
41:56	Brockmann, Petra	60 LG TuS Lügde	24.10.2003	Schieder
42:05	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	30.10.2004	Schieder
42:09	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	28.10.2006	Schieder
42:15	Körner, Monika	58 TG Lage	29.10.1994	Schieder
42:26	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	27.08.2004	Gütersloh
42:27	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	29.10.1994	Schieder
42:51	Stroetzel, Sabine	62 LG Lage-Detmold	06.12.2002	Wiedenbrück
42:54	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	26.10.1996	Schieder
42:58	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-DT/SV Diestelbruch	26.10.1996	Schieder
43:00	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2015	Paderborn
43:26	Schriegel, Sieglinde	58 TuS Zenit Wöbbel	09.05.1997	Steinheim
43:28	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2001	Holzhausen
43:52	Brörmeyer, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
44:04	Schnitzerling, Margr.	60 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
44:14	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
44:15	Grollich-Thoma, Antje	67 TSV Bösingfeld	30.10.2010	Schieder
44:22	Nottebrock, Kerstin	71 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
44:26	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	26.10.1991	Schieder
44:34	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2002	Schieder
44:38	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
44:39	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
44:41	Hainke, Britta	68 LC Lage	07.08.2004	Bad Driburg
44:43	Wille, Monika	57 LG Oerlinghausen	16.05.2005	Gütersloh
44:48	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
44:56	Vösgen, Jutta	62 LG Lippe-Süd	30.10.1999	Schieder
45:15	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
45:31	Drave, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	07.10.2000	Holzhausen
45:31	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	14.12.2019	Rietberg
45:38	Giese, Karin	63 LG Lippe-Süd	11.04.1998	Paderborn
45:39	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	27.10.1990	Schieder
45:41	Chaintoutis, Stephanie	59 LG Lippe-Süd	29.10.1994	Schieder
45:45	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	02.10.2021	Verl
45:47	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	26.10.1991	Schieder
45:57	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	xx.xx.1976	xxxxxxx
46:02	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	07.11.2004	Verl
46:10	Erfkamp, Petra	61 TV 09 Pivitsheide	28.10.2000	Schieder
46:13	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
46:20	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2013	Schieder
46:24	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd/Trias Schieder	26.10.1996	Schieder
46:26	Sleyster, Meta	52 Flying Dutchman	27.10.1990	Schieder
46:40	Kleimann, Tanja	74 LG Lemgo	12.09.2015	Holzhausen
46:46	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
46:47	Stalmanis, Claudia	79 LG Oerlinghausen	19.03.2016	Salzkotten
46:48	Neumann, Nicola	Pferdeförster Oerlinghausen	02.12.2005	Wiedenbrück
46:52	Klemme, Corinna	73 TuS Lügde	30.10.2010	Schieder

Frauen W 35

10 km

Fortsetzung

46:52	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
46:53	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold/SV Diestelbruch	30.10.1999	Schieder
46:54	Metinat, Christa	66 SV Diestelbruch-Mosebeck	28.10.2012	Schieder

10 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

2:04:34 Std. LG Lage-Detmold 19.03.2011 Salzkotten
(Quest-Altrogge, Katjana 39:25 – Büschemann, Bärbel 40:47 – Nottebrock, Kerstin 44:22)

Ewige Bestenliste:

2:55:00 Std.

2:04:34	LG Lage-Detmold		19.03.2011	Salzkotten
	Quest-Altrogge, Katjana 39:25 – Büschemann, Bärbel 40:47 – Nottebrock, Kerstin			44:22
2:09:02	LG Lage-Detmold		25.10.2008	Schieder
	Aron, Silke 38:50 – Hüls, Annette 42:10 – Körner-Downes, Monika			48:02
2:13:16	LG Lippe-Süd		30.03.1991	Paderborn
	Tegt, I. 41:49 – Schröder, I. 44:14 – Zauner, B. 47:13			
2:18:27	TuS Lügde		29.10.2005	Schieder
	Albert, H. 39:53 – Kiss, G. 48:36 – Köhler, S. 49:58			
2:20:21	LG Lippe-Süd		30.10.1999	Schieder
	Schnitzerling, M. 44:04 – Vösgen, J. 44:56 – Fröhleke-Billerbeck			51:21
2:20:36	LG Lage-Detmold		28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 43:38 – Klauck, A. 46:56 – Stiegmann, A. 50:02			
2:22:18	LC 92 Bad Salzuflen		07.10.2000	Holzhausen
	Drave, Renate 45:31 – Elsner, Heike 46:50 – Rottschäfer, Gerhild			49:57
2:23:06	LG Oerlinghausen		03.07.2019	Lage
	Lerwe, Janet 45:03 – Köneke, Antje 47:56 – Lerwe, Antje			50:07
2:28:59	TuS Lügde		28.10.2000	Schieder
	Brockmann, Petra 44:27 – Blum, Regina 51:49 – Lutter, Brigitte			52:43
2:29:17	LG Lemgo (TV Lemgo)		26.10.2013	Schieder
	Stille, Heike 45:52 – Rehme, Peggy 49:30 – Tegeler, Martina			53:55
2:29:18	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen		30.03.2013	Paderborn
	Krull, Silvia 41:52 – Körner-Downes, Monika 53:40 – Funke, Sybille			53:46
2:33:41	LG Oerlinghausen		30.10.1999	Schieder
	Hamm, Carola 49:18 – Zajkiewicz, Petra 50:51 – Heidemann, Heidi			53:32
2:36:23	TuS Lügde		30.10.1999	Schieder
	Trope, Christiane 50:54 – Trope, Petra 51:25 – Hoppenstock, Maria			54:04
2:36:57	TSV Börsingfeld		29.10.2011	Schieder
	Kuhfuss, Elvira 46:21 – Jabke, Marion 53:29 – Zysk, Susanne			57:07
2:39:45	Currimus Schlangen		25.10.2008	Schieder
	Ellmann, Regina 47:29 – Buchwald, Simone 51:37 – Tracht, Bärbel			60:39
2:40:54	LG Oerlinghausen		15.09.2013	Stukenbrock
	Beugholt, Heike 51:59 – Schulz, Selke 52:57 – Deppenbrock, Peggy			55:58 -
2:42:27	LC 92 Bad Salzuflen		17.09.2011	Holzhausen
	Lipinski, Stefanie 52:49 – Borghoff, Christina 52:54, Pieger, Elke			56:44
2:42:35	LG Bad Salzuflen		16.06.1991	Bexterhagen
	Rottschäfer, G. 48:59 – Gorschlüter, A. 56:36 – Lindemann, G. 57:00			
2:43:03	LG Oerlinghausen		07.11.2021	Gütersloh
	Wittig, Claudia 48:14 – Röbller, Caroline 55:07 – Gröschl, Manuela			59:42
2:43:33	LG Lippe-Süd		27.10.2001	Schieder
	Franke-Giese, B. 44:54 – Ridder, C. 58:40 – Brenker, G. 59:59			
2:44:04	Wald- und Wiesenläufer Detmold		30.10.2010	Schieder
	Peltz, Anna 52:07 – Schuler, Evelyn 53:26 – Model, Ute			58:31
2:44:21	TG Lage		24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 52:51 – Säfken, Michaela 54:24 – Hagemoser, Petra			57:06
2:47:13	LG Oerlinghausen		27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 54:24 – Wendland, Bärbel 55:06 – Sombray, Christa			57:43
2:47:30	LG Oerlinghausen		17.08.2013	Detmold
	Schmidt, Birgit 55:45 – Weise, Bianca 55:46 – Gronemeyer, Beate			55:59
2:48:09	TuS Humfeld		31.10.1998	Schieder
	Schafmeister, Gundula 46:29 – Offel, Erika 60:50 – Köller, Lisa			60:50
2:48:46	Korda Running Team		30.10.2010	Schieder
	Stockmann, Sigrun 52:32 – Bloch, Bettina 57:45 – Beier, Martina			58:29
2:49:37	TuS Bentrup-Loßbruch		15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 56:18 – Bünte, Silke 56:30 – Brand, Stefanie			56:49

Frauen W 35

10 km Mannschaft

Fortsetzung

2:50:09	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Edwig 50:42 - Schultz, Angela 58:39 - Hofbrücker, Sabine 60:48		
2:50:11	Currimus Schlangen	31.10.2009	Schieder
	Roehr, Sabine 47:23 – Stolle, Sandra 61:24 – Niemeier, Astrid 61:24		
2:50:12	TuS Lügde	25.10.2008	Schieder
	Widany, Marion 48:56 - Kleine, Silke 59:34 – Then, Elke 61:42		
2:50:45	TG Lage	20.05.2016	Delbrück-Bentfeld
	Iles, Janina 54:21 - Boekstegers, Silke 57:42 - Holzkämper, Mareike 58:42		
2:51:12	LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
	Hollensteiner, Katja 55:47 - Strauß, Steffi 57:11 - Diekmann, Anja 58:14		
2:51:23	LG Oerlinghausen	31.05.2023	Lage
	Lerke, Christiana 48:54 - Gröschl, Manuela 61:01 - Wolling, Irina 61:28		
2:53:24	LG Lippe-Süd	29.10.2011	Schieder
	Schubert-Sass, Michaela 49:52 – Rother, Wilma 55:37 – Kölling, Renate 67:55		
2:53:54	LG Oerlinghausen	10.09.2017	Bielefeld
	Sinnerbrink, Marion 55:06 - Leong, Shireen 59:13 - Dueck, Tatjana 59:35		
2:54:45	LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
	Weber, Gabi 52:53 - Symkowiak, Heidi 60:56 - Rüter, Conni 60:56		

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

57:33 min Rosemarie Rose 53 LG Lemgo 11.09.1988 Hertzen-Bertlich

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

56:11 min Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 29.01.1994 Hamm

Ewige Bestenliste:

76:00 min

56:11	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	29.01.1994	Hamm
57:33	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	11.09.1988	Herten-Bertlich
61:03	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
61:36	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	06.04.1996	Paderborn
63:23	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
64:44	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
64:59	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
65:53	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
66:41	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
66:43	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
66:47	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
67:37	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Börsingfeld	25.09.2004	Holzhausen
67:38	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
67:44	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
68:38	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
69:20	Schriegel, Siglinde	58 TuS Brakelsiek	29.10.1994	Schieder
69:36	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
69:43	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	16.06.1991	Bexterhagen
70:10	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
70:17	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
70:18	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
70:30	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
70:31	Roller, Sveta	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
70:35	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	07.11.2004	Verl
70:44	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2016	Paderborn
70:45	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
70:59	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
71:39	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
71:41	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
71:42	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
71:54	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
71:56	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
71:57	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
71:58	Neumann, Nicola	66 Pferdeförster Oerlinghausen	18.09.2005	Stukenbrock
72:07	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
72:08	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
72:12	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm

Frauen W 35

15 km

Fortsetzung

72:20	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
72:17	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
72:40	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
72:51	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
73:08	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
73:13	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
73:28	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
73:31	Kleiß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
74:19	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
74:26	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
74:30	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
74:38	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
74:58	Kruse, Heike	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
75:03	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	05.03.1983	Kirchen/Sieg
75:08	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
75:10	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
75:18	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)
75:36	Stroetzel, Sabine	62 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
75:45	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
75:45	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
75:47	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	03.04.1999	Paderborn
75:47	Friebe, Julia	72 LG Oerlinghausen	06.11.2011	Verl
75:48	Hollensteiner, Katja	LC 92 Bad Salzuflen	31.12.2015	Soest
76:00	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	27.10.1990	Schieder

15 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

4:03:51 Std. LG Bad Salzuflen 16.06.1991 Bexterhagen
(Rottschäfer, G. 73:28 – Gorschlüter, A. 84:53 – Lindemann, G. 85:30)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:30:53 Std. LG Lage-Detmold 28.09.1986 Berlin
(Hoppe-Schrahe, A. 65:27 - Klauck, A. 70:23 - Stiegmann, A. 75:03)

Ewige Bestenliste: 5:00:00 Std.

3:30:18	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 61:01, Kottmann, B. 73:49, Körner, M. 75:28		
3:30:53	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 65:27 - Klauck, A. 70:23 - Stiegmann, A. 75:03		
3:41:28	TG Lage	30.09.1984	Berlin
	Klauck, Anne 70:37 - Neese, Marlies 75:24 - Brune, Ingrid 75:27		
3:46:28	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 70:59 - Kruse, Heidi 74:58 - Joachim, Katja 80:31		
3:56:48	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Elsner, H. 70:09 - Rottschäfer, G. 75:10 – Osper, G. 91:29		
3:57:33	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 77:44 - Wittig, Claudia 79:54 - Cicek, Natalia 79:55		
4:03:51	LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
	Rottschäfer, G. 73:28 – Gorschlüter, A. 84:53 – Lindemann, G. 85:30		
4:04:08	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 76:34 – Wind, S. 80:56 – Wippler, K. 86:38		
4:10:30	TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 78:51 - Tegeler, Martina 82:23 - Nolteculemann, Bianca 89:16		
4:11:41	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hampe, U. 82:49 - Wenzel, K. 84:15 - Schmalsch, B. 84:37		
4:19:12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 85:37 - Bockstegers, Silke 86:06 - Winter, Heidrun 87:29		
4:20:39	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 70:54 – Dubbert, Kerstin 91:31 – Frevert, Manuela 98:14		
4:21:20	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Dobroschke, G. 82:31 - Gansler, A. 88:52 – Steinhage, G. 89:57		
4:22:49	LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
	Lerwe, Antje 82:45 - Lerwe, Janet 87:48 - Klapper, Petra 92:16		
4:24:16	LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
	Sinnerbrink, Marion 87:11 - Curic, Anett 87:43 - Wehmeier, Manuela 89:22		

Frauen W 35

15 km Mannschaft

Fortsetzung

4:25:08	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aipperspach Hopna, L. 85:34 – Wojtke, Helga 85:34 – Lindemann, G. 94:00		
4:25:20	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Brand, Stefanie 88:26 - Helmer, Monika 88:27 - Bunte, Silke 88:27		
4:26:48	LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
	Pott-Papenkordt, Nicole 80:22 - Buhler, Katja 90:30 - Assuncao, Tanja 95:56		
4:27:58	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 87:08 - Boekstegers, Silke 87:20 - Deter, Marion 93:30		
4:31:14	LG Oerlinghausen	04.10.1987	Berlin
	Jergas, E. 84:36 – Risse, G. 91:22 – Froese, I. 95:16		
4:48:23	Pferdeförster Oerlinghausen	19.09.2010	Stukenbrock
	Brune-Voss, Birgit 96:07 - Neumann, Nicola 96:08 - Raab, Kerstin 96:08		

20 km Straße**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

1:14:55 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 29.01.1994 Hamm

Ewige Bestenliste:

1:42:00 Std.

1:14:55	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	29.01.1994	Hamm
1:17:22	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	24.10.1987	Schieder
1:22:10	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
1:21:22	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:22:08	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	06.04.1996	Paderborn
1:26:18	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:26:36	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
1:27:40	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:27:42	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:28:47	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:28:47	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
1:28:57	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:30:02	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:30:09	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:32:24	Schriegel, Siglinde	58 TuS Brakelsiek	29.10.1994	Schieder
1:32:31	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:32:40	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:32:57	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
1:33:04	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	07.11.2004	Verl
1:33:09	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:33:44	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
1:33:47	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:33:59	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
1:34:12	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:34:19	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2016	Paderborn
1:34:40	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:34:42	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:34:50	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
1:34:52	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:34:55	Neumann, Nicola	66 Pferdeförster Oerlinghausen	18.09.2005	Stukenbrock
1:35:02	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
1:35:07	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:35:08	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
1:35:31	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
1:35:36	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
1:35:04	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
1:36:16	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
1:36:27	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
1:36:35	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
1:36:39	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
1:36:59	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:37:12	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
1:37:26	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	24.09.2023	Berlin

Frauen W 35

20 km

Fortsetzung

1:38:38	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
1:39:12	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:39:14	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
1:39:20	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
1:39:22	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)
1:39:31	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
1:39:46	Stroetzel, Sabine	62 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:39:55	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:39:57	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
1:40:00	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	03.04.1999	Paderborn
1:40:04	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	05.03.1983	Kirchen/Sieg
1:40:10	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
1:40:32	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
1:41:03	Friebe, Julia	72 LG Oerlinghausen	06.11.2011	Verl
1:41:20	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	27.10.1990	Schieder
1:41:34	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:41:47	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:41:56	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg

HalbmarathonLippischer Rekord:

1:19:01 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 29.01.1994 Hamm

Ewige Bestenliste:

1:48:00 Std.

1:19:01	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	29.01.1994	Hamm
1:25:51	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:26:38	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	06.04.1996	Paderborn
1:26:40	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
1:31:02	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:31:23	Cierpinski, Katrin	65 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.2003	Stukenbrock
1:32:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:32:31	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:33:39	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:33:41	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
1:33:49	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:33:51	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:34:58	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:35:07	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:37:30	Schriegel, Siglinde	58 TuS Brakelsiek	29.10.1994	Schieder
1:37:45	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:38:16	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:38:40	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:38:52	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
1:38:56	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:39:06	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	25.10.1986	Schieder
1:39:25	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:39:08	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
1:39:15	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	07.11.2004	Verl
1:39:29	Frenzl, Kathrin	LG Oerlinghausen	04.04.2015	Paderborn
1:39:51	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:39:54	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:40:26	Roller, Sveta	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
1:40:31	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:40:45	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
1:40:50	Mohnhardt, Silke	LG Oerlinghausen	22.03.2008	Paderborn
1:41:07	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	30.10.1993	Schieder
1:41:09	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:41:12	Neumann, Nicola	66 Pferdeförster Oerlinghausen	18.09.2005	Stukenbrock
1:41:25	Deppe, Christiane	64 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:41:26	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
1:41:32	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
1:41:57	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt

<u>Frauen W 35</u>	Halbmarathon	Fortsetzung		
1:42:05	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
1:43:15	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
1:43:23	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:44:40	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
1:44:41	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:44:47	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
1:44:54	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:44:58	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
1:45:33	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	05.03.1983	Kirchen/Sieg
1:45:39	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
1:45:43	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:46:02	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
1:46:14	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:46:19	Stroetzsel, Sabine	62 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:46:31	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
1:46:34	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	03.04.1999	Paderborn
1:46:35	Friebe, Julia	72 LG Oerlinghausen	06.11.2011	Verl
1:46:54	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	27.10.1990	Schieder
1:47:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:47:21	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:47:29	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
1:47:32	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
1:47:38	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
1:47:44	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin

Halbmarathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

5:33:02 Std. LC 92 Bad Salzuflen 15.09.2002 Stukenbrock
(Elsner, H. 1:38:40 - Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

4:55:36 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
(Koslowski, D. 1:25:49, Kottmann, B. 1:43:49, Körner, M. 1:46:08)

Ewige Bestenliste:

6:30:00 Std.

4:55:36	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 1:25:49, Kottmann, B. 1:43:49, Körner, M. 1:46:08		
4:56:37	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 1:32:03 - Klauck, A. 1:39,0 - Stiegmann, A. 1:45:33		
5:11:27	TG Lage	30.09.1984	Berlin
	Klauck, Anne 1;39:18 - Neese, Marlies 1:46:02 - Brune, Ingrid 1:46:07		
5:20:03	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 1:40:31 - Kruse, Heidi 1:46:14 - Joachim, Katja 1:53:18		
5:33:03	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Elsner, H. 1:38:40 - Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40		
5:34:52	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 1:49:51 - Cicek, Natalia 1:52:30 - Wittig, Claudia 1:52:31		
5:41:10	LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
	Lerwe, Janet 1:45:39 - Lerwe, Antje 1:57:07 - Curic, Anett 1:58:24		
5:42:50	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 1:47:41 – Wind, S. 1:53:34 – Wippler, K. 2:01:35		
5:52:17	TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 1:50:53 - Tegeler, Martina 1:55:51 - Nolteculemann, Bianca 2:05:33		
5:57:30	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Wenzel, K. 1:58:30 - Schmalsch, B. 1:59:00 - Morley, L. 2:00:00		
5:57:46	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 1:58:45 - Bünte, Silke 1:59:11 - Brand, Stefanie 1:59:50		
6:01:07	LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
	Hollensteiner, Katja 1:57:40 - Strauß, Steffi 2:00:37 - Diekmann, Anja 2:02:50		
6:04:12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 2:00:24 - Boekstegers, Silke 2:01:02 - Winter, Heidrun 2:02:46		
6:06:35	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 1:39:43 – Dubbert, Kerstin 2:08:42 – Frevert, Manuela 2:18:10		
6:08:00	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Dobroschke, G. 1:56:30 - Gansler, A. 2:05:00 – Steinhage, G. 2:06:30		

Frauen W 35

Halbmarathon Mannschaft

Fortsetzung

6:13:10	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aipperspach Hopna, L.2:00:29 – Wojtke, Helga 2:00:29 – Lindemann, G. 2:12:12		
6:15:46	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 2:02:32 - Boekstegers, Silke 2:02:49 - Deter, Marion 2:10:25		
6:28:43	LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
	Pott-Papenkordt, Nicole 2:00:29 - Buhler, Katja 2:13:19 - Assuncao, Tanja 2:14:55		
6:31:30	LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
	Jergas, E. 1:59:00 – Risse, G. 2:08:30 – Froese, I. 2:24:00		
6:45:38	Pferdeförster Oerlinghausen	19.09.2010	Stukenbrock
	Brune-Voss, Birgit 2:15:12 - Neumann, Nicola 2:15:13 - Raab, Kerstin 2:15:13		
6:56:31	LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh
	Fögeling, Petra 2:10:12 - Steeb, Beatrice 2:13:18 - Brunemeier-Knies, Nicole 2:33:01		

25 km Straße**Lippische Bestleistung:**

1:49:37 Std Hannelore Oppermann 39 LG Lage-Detmold 06.03.1982 Hamm

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:37:59 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:18:00 Std.

1:37:59	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	24.09.1995	Berlin
1:45:38	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
1:46:58	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
1:48:27	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:49:37	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:50:58	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:52:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:55:50	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:56:12	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
1:57:21	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
1:57:27	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:57:45	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:58:14	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:58:49	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
1:59:20	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:59:23	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:00:01	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:00:23	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:00:34	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
2:01:19	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:01:48	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:01:51	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:02:58	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:03:33	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
2:04:06	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	24.05.1992	Hamburg
2:04:09	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	30.03.1991	Paderborn
2:04:23	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
2:05:04	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	05.03.1983	Kirchen/Sieg
2:05:39	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:05:39	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:06:39	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:06:39	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:06:40	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	27.10.1990	Schieder
2:07:37	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:08:12	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:08:22	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:08:25	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:08:40	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:08:41	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:09:23	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
2:09:34	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
2:09:46	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg

<u>Frauen W 35</u>	25 km	Fortsetzung		
2:09:56	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:12:13	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
2:12:21	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:12:22	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:12:34	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:13:25	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
2:13:54	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
2:13:55	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:14:27	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
2:15:25	Höveler, Hildegard	43 LG Bad Salzuflen	18.11.1981	Löningen
2:15:40	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:15:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:16:04	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
2:16:14	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:16:35	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:16:46	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
2:16:54	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:17:20	Hetkamp, Cora	__ LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
2:17:43	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)

25 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

7:34:20 Std. LG Oerlinghausen 24.09.2023 Berlin
(Dux, Alexandra 2:26:07 - Cicek, Natalia 2:14:29 - Wittig, Claudia 2:53:44)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

5:37:56 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
(Koslowski, D. 1:41:41 – Gebhardt, S. 1:53:13 – Kottmann, B. 2:03:02)

Ewige Bestenliste:

8:30:00 Std.

5:37:56	LG Lage-Detmold		25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 1:41:41 – Gebhardt, S. 1:53:13 – Kottmann, B. 2:03:02			
5:51:18	LG Lage-Detmold		28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 1:49:04 - Klauck, A. 1:57:10 - Stiegmann, A. 2:05:04			
6:20:55	LG Lippe-Süd		27.10.1985	Koblenz
	Schröder, I. 1:56:26 – Reineke, G. 2:11:34 – Sandbote, A. 2:12:55			
6:36:52	LG Oerlinghausen		11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 2:11:24 - Cicek, Natalia 2:12:35 - Wittig, Claudia 2:12:53			
6:46:53	LG Oerlinghausen		29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 2:07:37 – Wind, S. 2:14:53 – Wippler, K. 2:24:23			
7:05:29	LG Lage-Detmold		04.10.1987	Berlin
	Hampe, U. 2:15:54 - Grabbe-Siewecke, B. 2:17:59 – Morley, L. 2:21:36			
7:14:21	TSV Börsingfeld		28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 1:58:07 – Dubbert, Kerstin 2:32:31 – Frevert, Manuela 2:43:43			
7:14:44	LC 92 Bad Salzuflen		20.09.1998	Berlin
	Aippeypach Hapna, L. 2:22:46- Wojtke, H. 2:22:47 - Rottschäfer, G. 2:29:11			
7:15:32	TuS Lügde		30.09.1990	Berlin
	Dobroschke, G. 2:17:31 - Gansler, A. 2:28:07 – Steinhage, G. 2:29:54			
7:16:29	LG Oerlinghausen		29.09.2019	Berlin
	Lerwe, Janet 2:19:05 - Pannhorst, Simone 2:23:13 - Kronshage, Manuela 2:34:11			
7:32:04	LG Oerlinghausen		30.09.1990	Berlin
	Jergas, E. 2:21:01 - Risse, G. 2:32:16 - Froese, I. 2:38:47			
7:47:01	LC 92 Bad Salzuflen		16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 2:30:26 – Lindemann, Gisela 2:35:36 – Osper, Gabriele 2:40:59			
7:53:02	LG Lage-Detmold		21.04.2002	Hamburg
	Körner-Downes, M. 2:04:46 – Bieber, E. 2:47:47 – Späth, B. 3:00:29			

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:33:53 Std. Alexandra Dux 82 Teuto Runners 03.04.2022 Hannover

Bessere Bruttozeit einer Athletin ohne Vereinzugehörigkeit:

2:26:43 Std. Svetlana Roller 76 Personaltraining Detmold 07.10.2018 Köln

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:57:35 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Frauen W 35

30 km

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

2:48:00 Std.

1:57:35	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	24.09.1995	Berlin
2:06:45	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
2:08:21	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
2:10:08	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:14:53	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:19:26	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
2:19:37	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
2:19:44	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:20:41	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:22:00	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:22:03	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:22:35	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
2:23:16	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:23:28	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
2:23:58	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
2:24:23	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:24:52	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:24:58	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:25:44	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:26:07	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:27:04	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
2:27:36	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
2:28:55	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	24.05.1992	Hamburg
2:30:47	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:30:47	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:30:53	Brumme, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:32:54	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:33:08	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:33:12	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:34:17	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
2:34:29	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:34:31	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
2:34:43	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:34:50	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:35:16	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
2:36:53	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:37:28	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
2:37:53	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:38:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:38:50	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:39:30	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:40:09	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	29.04.1990	Bremen
2:40:09	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
2:40:38	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:42:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:43:05	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:43:17	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
2:43:29	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:44:08	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
2:44:26	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:44:40	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
2:44:48	Hetkamp, Cora	__ LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
2:44:57	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
2:45:16	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:45:54	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
2:46:21	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
2:46:40	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
2:47:10	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
2:47:22	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:47:35	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt

Frauen W 35

30 km

Fortsetzung

2:47:41	Schenkemeyer, Claudia	67 < Oerlinghausen >	11.06.2006	Minden
2:47:47	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
2:47:54	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt

35 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

2:45:22 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:17:11 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:14:00 Std.

2:17:11	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	24.09.1995	Berlin
2:27:53	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
2:29:45	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
2:31:49	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:37:22	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:42:40	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
2:42:53	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
2:43:01	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:44:07	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:45:39	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:45:43	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:46:21	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
2:47:08	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:47:23	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
2:47:57	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
2:48:27	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:01	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:08	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
2:49:26	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:51:34	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
2:52:12	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
2:53:02	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:53:45	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	24.05.1992	Hamburg
2:55:55	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:55:55	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:56:02	Brumme, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:58:23	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:58:39	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:58:44	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:00:00	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
3:00:16	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:00:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:01:01	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:01:08	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:01:53	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:03:43	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
3:03:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:04:12	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:05:18	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:05:23	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn
3:05:33	Hachmeister, Julia	LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
3:06:05	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:06:50	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:06:51	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	29.04.1990	Bremen
3:06:54	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:07:27	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
3:08:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:09:57	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:10:16	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:10:30	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen

Frauen W 35

35 km

Fortsetzung

3:10:46	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:11:29	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:11:35	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
3:11:57	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
3:12:06	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuffen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
3:12:16	Hetkamp, Cora	__ LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
3:12:26	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:12:33	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
3:12:46	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:12:48	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:12:52	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:13:08	Schenkemeyer, Claudia	67 < Oerlinghausen >	11.06.2006	Minden
3:13:15	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuffen	30.09.1990	Berlin
3:13:53	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin

40 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

2:45:22 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:36:46 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:43:00 Std.

2:36:46	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	24.09.1995	Berlin
2:49:00	Krull, Silvia	78 LG Lage-Detmold-Bad Salzuffen	14.04.2013	Bonn
2:50:11	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuffen	24.09.1995	Berlin
2:52:33	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:59:50	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:05:54	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
3:06:09	Kuhfuß, Elvira	__ TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
3:06:18	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:07:34	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:09:19	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:09:24	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:10:07	Horstmann, Ilse	53 LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
3:11:01	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
3:11:18	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
3:11:57	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
3:12:31	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:13:10	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:13:17	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:14:48	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
3:16:01	Schröder, Eva	53 LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
3:17:10	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
3:18:34	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-Detmold	24.05.1992	Hamburg
3:20:59	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:20:59	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:23:13	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:23:38	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
3:23:48	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:24:06	Wille, Monika	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:24:12	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:25:38	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuffen	20.09.1998	Berlin
3:25:57	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:26:14	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:27:01	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:28:26	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:29:18	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:29:53	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
3:30:27	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:31:46	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuffen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:31:48	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	10.06.1989	Bonn

Frauen W 35		40 km	Fortsetzung		
3:32:00	Hachmeister, Julia		LG Lippe-Süd	31.10.2004	Frankfurt
3:32:35	Kleiß-Grün, Monika	62	LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:32:36	Nolte, Angelika	59	LG Lage-Detmold	29.04.1990	Bremen
3:32:37	Sandbote, Anne	47	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:32:37	Schäferkordt, Anja		TV Lemgo	09.09.2012	Münster
3:33:28	Kleiß-Grün, Monika	62	LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:34:14	Dobroschke, Gaby	49	LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
3:34:52	Wind, Sieglinde	32	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:35:26	Köneke, Antje	72	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:36:30	Hampe, Ulla	43	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:37:05	Fruchtbar, Dr. Friederike	43	VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:37:43	Selent-Scholz, Melanie	84	Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
3:37:53	Friebe, Julia		LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:38:02	Althof, Elke		LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:38:47	Hetkamp, Cora		LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
3:38:50	Friebe, Julia		LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:39:24	Wendland, Bärbel	44	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:39:33	Amato, Angela	46	LG Bad Salzuflen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
3:39:55	Jergas, Elfie	54	LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:40:51	Riemeier, Karin	64	LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
3:41:16	Blum, Regina	58	TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
3:41:38	Curic, Anett	78	LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:41:57	Oppermann, Hannelore	39	LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
3:42:12	Schmalsch, Brigitte	46	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:42:31	Lerwe, Janet	82	LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
3:42:35	Coenen, Yvonne	79	TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:42:38	Schenkemeyer, Claudia	67	LG Oerlinghausen	11.06.2006	Minden
3:42:45	Meierkord, Mira	47	LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin

Marathon**Lippische Bestleistung:**

2:45:22 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 24.09.1995 Berlin

Ewige Bestenliste:

4:00:00 Std.

2:45:22	Koslowski, Doris	59	LG Lage-Detmold	24.09.1995	Berlin
2:58:16	Krull, Silvia	78	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.04.2013	Bonn
3:00:31	Brand, Ulrike	58	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.1995	Berlin
3:03:01	Hölscher, Christiane	56	LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
3:09:42	Klauck, Anne	37	LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:16:06	Körner, Monika	58	LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
3:16:21	Kuhfuß, Elvira		TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
3:16:31	Schröder, Ingrid	40	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:17:51	Tegt, Ingrid	48	LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:19:42	Brockmann, Petra	60	TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:19:47	Albert, Heike	62	TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:20:32	Horstmann, Ilse	53	LG Lage-Detmold	09.04.1989	Bremen
3:20:52	Bornhütter, Nicole	69	< Lemgo >	29.07.2006	Bad Pyrmont
3:21:29	Schmidt, Heike	64	LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
3:21:47	Kottmann, Birgit	58	LG Lage-Detmold	26.10.1997	Essen
3:22:28	Voigt, Heidrun	43	LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
3:23:04	Ross, Christine	38	LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:23:45	Stiegmann, Annemarie	35	LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:23:53	Brune, Ingrid	48	LG Lage-Detmold	19.05.1985	Frankfurt
3:25:44	Müller, Andrea	74	Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
3:26:50	Schröder, Eva	54	LG Lippe-Süd	19.09.1992	Duisburg
3:28:19	Dux, Alexandra	82	Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
3:29:27	Hoppe-Schrahe, Annegret	56	LG Lage-Detmold	24.05.1992	Hamburg
3:32:04	Neese, Marlis	43	LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:32:04	Weißsieker, Bianca	68	LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:32:13	Brumme, Ingrid	48	LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:35:03	Heilmann, Ingrid	45	LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:35:22	Wille, Monika		LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin

<u>Frauen W 35</u>	Marathon	Fortsetzung		
3:35:28	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:36:08	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
3:36:59	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
3:37:36	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:37:19	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:38:22	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:39:55	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:41:11	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:41:28	Stroetzel, Sabine	59 LG Oerlinghausen	05.10.1997	Köln
3:42:03	Reineke, Gerda	49 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:43:23	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:44:20	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:45:14	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:45:15	Nolte, Angelika	59 LG Lage-Detmold	29.04.1990	Bremen
3:45	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	09.10.1988	Berlin
3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:47:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:49:22	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:49:39	Selent-Scholz, Melanie	84 Teuto Runner Detmold	15.10.2023	Essen
3:49:59	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:50:50	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:51:35	Amato, Angela	46 LG Bad Salzuflen	07.02.1981	Appeldoorn (NL)
3:51:47	Hetkamp, Cora	LG Lemgo	25.10.2009	Frankfurt
3:51	Jergas, Elfie	54 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:52:26	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:53:50	Wobker, Britta	Landgericht Detmold	22.05.2011	Hamburg
3:53:58	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
3:54:12	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:54:24	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
3:54:44	Lerwe, Janet	82 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
3:55:07	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
3:55:23	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:55:50	Schenkemeyer, Claudia	67 < Oerlinghausen >	11.06.2006	Minden
3:55:53	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:55:58	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	30.09.1990	Berlin
3:56	Wenzel, Kari	44 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
3:57:26	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:57:35	Haller, Katja	LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2011	Hamburg
3:57:55	Coenen, Yvonne	79 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:58:30	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:58:34	Hainke, Britta	67 LC Lage	23.07.2003	Bad Pyrmont
3:58:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:58	Morley, Linda I.	47 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:59:18	Szych, Petra	LG Bad Salzuflen	29.09.2002	Berlin
3:59:55	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster

Marathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

9:53:17 Std. LG Lage-Detmold 28.09.1986 Berlin
Hoppe-Schrahe, A. 3:04:05 - Klauck, A. 3:17: - Stiegmann, A. 3:31:13

Bessere Nettoendzeit über die Marathonstrecke:

9:51:30 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
Kosowski, D. 2:51:37, Kottmann, B. 3:27:38, Körner, M. 3:32:15

Ewige Bestenliste: 15:00:00 Std.

9:51:30	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Kosowski, D. 2:51:37, Kottmann, B. 3:27:38, Körner, M. 3:32:15		
9:53:17	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Hoppe-Schrahe, A. 3:04:05 - Klauck, A. 3:17 - Stiegmann, A. 3:31:13		
10:42:54	LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
	Schröder, I. 3:16:31 – Reineke, GB. 3:42:03 – Sandbote, A. 3:44:20		

Frauen W 35

Marathon Mannschaft

Fortsetzung

11:15:16	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Cicek, Natalia 3:41:58 - Wittig, Claudia 3:45:22 - Köneke, Antje 3:47:56		
11:26:11	LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
	Wille, M. 3:35:22 – Wind, S. 3:47:39 – Wippler, K. 4:03:40		
11:43:54	LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
	Hampe, U. 3:49:22 – Schmalsch, B. 3:55:33 – Morley, L. 3:58		
12:13:09	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 3:19:26 – Dubbert, Kerstin 4:17:24 – Frevert, Manuela 4:36:19		
12:13:42	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aipperspach Hopna, L. 4:00:57 – Wojtke, H. 4:00:58 – Rottschäfer, G. 4:11:47		
12:15:04	TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
	Dobroschke, G. 3:52:06 - Gansler, A. 4:09 – Steinhage, G. 4:12		
12:16:40	LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
	Lerwe, Janet 3:54:44 - Pannhorst, Simone 4:01:43 - Kronshage, Manuela 4:20:13		
12:42:57	LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
	Jergas, E. 3:57:59 - Risse, G. 4:16:59 - Froese, I. 4:27:59		
13:16:15	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
	Mende, Carola 4:31:08 – Kramer, Martina 4:42:18 – Altrogge, Friederike 5:45:54		
13:18:22	LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
	Körner-Downes, M. 3:30:34 – Bieber, E. 4:43:11 – Späth, B. 5:04:37		

Marathon Team 5 Läuferinnen**Lippische Bestleistung:**

18:37:27 Std.	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 3:17:31 – Stiegmann, A. 3:31 – Hampe, U. 3:52 – Wenzel, K. 3:56 – Schmalsch, B. 3:57		

Ewige Bestenliste:

18:37:27	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 3:17:31 – Stiegmann, A. 3:31 – Hampe, U. 3:52 - Wenzel, K. 3:56 – Schmalsch, B. 3:57		
21:26:31	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeypach Hapna, L. 4:00:57- Wojtke, H. 4:00:58 - Rottschäfer, G. 4:11:47 – Lindemann, G. 4:24:23 – Osper, G. 4:48:26		

50 km**Lippische Bestleistung:**

4:47:27 Std.	Berenice May	78 Bike Sport Lippe	11.03.2017	Münster
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
4:44:43 Std	Eva Schröder	54 LG Lippe-Süd	07.09.1996	Unna-Lünern

Ewige Bestenliste:

4:44:43	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	07.09.1996	Unna-Lünern
4:47:27	May, Berenice	78 Bike Sport Lippe	11.03.2017	Münster

100 km**Lippischer Rekord:**

9:29:25 Std	Eva Schröder	54 LG Lippe-Süd	07.09.1996	Unna-Lünern
-------------	--------------	-----------------	------------	-------------

Ewige Bestenliste:

9:29:25	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd	07.09.1996	Unna-Lünern
---------	---------------	-----------------	------------	-------------

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

12.134 m	Erika Offel	44 TuS Humfeld	10.09.1980	Bad Salzuflen
----------	-------------	----------------	------------	---------------

Ewige Bestenliste:

12134	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	10.09.1980	Bad Salzuflen
12097	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	11.09.1984	Bad Salzuflen

6 Stunden Lauf**Lippische Bestleistung:**

60.170 m	May, Berenice	78 Bike Sport Lippe	11.03.2017	Münster
----------	---------------	---------------------	------------	---------

Frauen W 35 6 Stunden Lauf Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

60.170 May, Berenice 78 Bike Sport Lippe 11.03.2017 Münster

4 x 100 m**Lippischer Rekord:**

55,94 sec StG Ostwestfalen-Lippe

24.06.2017 Verden

Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Hermann, Christine 81 - Koch, Katja 74 - Eickmeyer, Jutta 76

Ewige Bestenliste:

55,94	StG Ostwestfalen-Lippe	24.06.2017	Verden
	Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Hermann, Christine 81 - Koch, Katja 74 - Eickmeyer, Jutta 76		
56,27	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.07.2013	Mönchengladbach
	Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Kanne, Anja 68 - Wamser, Kerstin 70 - Müller, Stephanie 67		
60,2	TuS Ehrentrup	20.07.1952	Lemgo

Hochsprung**Lippischer Rekord:**

1,45 m Katrin Dröge

80 LG Lippe-Süd

03.09.2016 Essen

Ewige Bestenliste:

1,10 m

1,45	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	03.09.2016	Essen
1,40	Reiche, Britta	70 LG Lemgo	03.07.2005	Bad Salzuflen
1,39	Hermann, Christine	81 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	25.05.2017	Paderborn
1,36	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	17.06.2023	Reken
1,34	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
1,30	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
1,29	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	01.05.2022	Bad Salzuflen
1,29	Kanne, Anja	68 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	13.08.2023	Mönchengladbach

Weitsprung**Lippischer Rekord:**

4,82 m Karin Gomann

47 LG Lage-Detmold

21.06.1984 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

3,50 m

4,82	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	21.06.1984	Bad Salzuflen
4,50 *	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
4,46 *	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
4,09	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	07.07.1991	Herford
4,02	Gehring, Antje	40 LG Lippe-Süd	25.08.1984	Bad Meinberg
4,02*	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen
4,00	Schäfers, Mathilde	52 LG Lippe-Süd	18.09.1992	Horn
3,99 *	Wamser, Kerstin	70 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
3,97 *	Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
3,70 *	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.05.2016	Brackwede
3,70 *	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	22.06.2022	Bad Salzuflen
3,64	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	26.05.1993	Lemgo
3,64	Weege, Barbara	61 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
3,58	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	01.06.1980	Dörentrup
3,54	Veldhuis, Veronika	54 TV Großenmarpe	02.09.1995	Blomberg

Kugelstoß - 4 kg -**Lippischer Rekord:**

11,96 m Gerhild Böhnke

47 TV Lemgo

12.09.1902 Korbach

Ewige Bestenliste:

7,00 m

11,96	Böhnke, Gerhild	47 TV Lemgo	12.09.1982	Korbach
11,21	Villmann, Heike	72 LG Lage-Detmold	01.05.2007	Bad Salzuflen
11,14	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.04.2017	Sinzig
11,12	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	14.05.2023	Minden
11,00	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	12.06.2016	Bad Salzuflen
10,08	Wattenberg, Hannelore	36 LG Bad Salzuflen	25.05.1976	Bad Salzuflen

Frauen W 35

Kugelstoßen

Fortsetzung

9,90	Hilker, Susanne	66 LG Lippe-Süd	19.06.2003	Gladbeck
9,83	Heitmann, Daniela	85 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	01.05.2023	Bad Salzuflen
9,44	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	22.06.2022	Bad Salzuflen
9,08	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LG Lippe-Süd	01.05.2003	Bad Salzuflen
8,80	Schrader, Monika	41 LG Bad Salzuflen	02.10.1982	Bad Salzuflen
8,70	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
8,69	Szrama, Angelika	62 LG Lemgo	31.05.1997	Brackwede
8,67	Beckmann, Dr. Astrid	57 LG Lemgo	18.06.2004	Kevelaer
8,47	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	13.08.1989	Herford
8,43	Weege, Barbara	61 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
8,39	Koch, Katja	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
8,17	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	08.09.2002	Bad Salzuflen
7,98	Romppel, Doris	41 LG Lippe-Süd	24.06.1986	Horn
7,93	Schäfers, Mathilde	52 LG Lippe-Süd	21.06.1988	Horn
7,91	Pötter, Rosina	49 LG Bad Salzuflen	21.06.1992	Lage
7,62	Garben, Jutta	51 TV 1860 Detmold	26.09.1992	Detmold
7,53	Schafmeister, Gundula	58 LG Lemgo	26.05.1993	Lemgo
7,32	Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
7,31	Rudnik, Carola	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.09.2014	Bad Salzuflen
7,28	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	21.06.1988	Horn

**Diskuswurf - 1 kg -
Lippischer Rekord:**

40,22 m Sandra Albrecht 86 LG Lippe-Süd 01.05.2023 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

40,22	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	01.05.2023	Bad Salzuflen
38,32	Böhnke, Gerhild	47 TV Lemgo	20.06.1982	Dortmund
35,08	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	25.05.2017	Paderborn
32,92	Villmann, Heike	72 LG Lage-Detmold	24.05.2008	Ahlen
31,09	Reiche, Britta	70 LG Lemgo	03.07.2005	Bad Salzuflen
31,01	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	18.09.2016	Bad Salzuflen
29,68	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	08.06.1986	Bad Oeynhausen
28,01	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	13.09.2009	Bad Salzuflen
26,60	Heitmann, Daniela	85 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	01.05.2023	Bad Salzuflen
24,46	Koch, Katja	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
24,42	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LG lippe-Süd	08.09.2002	Bad Salzuflen
23,75	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
21,54	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	14.05.2022	Minden
19,82	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
14,58	Villmann, Ingeborg	42 LC Lage	26.06.1988	Bad Salzuflen
14,40	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen

Hammerwerfen 4,00 kg**Lippischer Rekord:**

44,19 m Sandra Albrecht 86 LG Lippe-Süd 22.04.2023 Dissen

Ewige Bestenliste:

44,19	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen
34,16	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.02.2018	Mutterstadt
31,34	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	24.05.2009	Nammen

Speerwurf - 600 g -**Lippische Bestleistung:**

38,05 m Gita Ganse 82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.11.2017 Leverkusen

Ewige Bestenliste: 10,00 m

38,05	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.11.2017	Leverkusen
35,79	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	12.06.2016	Bad Salzuflen
29,34	Böhnke, Gerhild	47 TV Lemgo	27.03.1982	Rethen
25,96	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
23,53	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen

Frauen W 35**Speerwerfen** 600 g (ab 1999)**Lippischer Rekord:**

38,05 m Gita Ganse 82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.11.2017 Leverkusen

Ewige Bestenliste:

38,05	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.11.2017	Leverkusen
35,79	Dröge, Kathrin	80 LG Lippe-Süd	12.06.2016	Bad Salzuflen
25,96	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
23,53	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen
9,65	Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	19.05.2019	Blomberg

Gewichtwerfen 9,080 kg**Lippischer Rekord:**

11,90 m Gita Ganse 82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.02.2018 Mutterstadt

Ewige Bestenliste: 20,00 m

11,90	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.02.2018	Mutterstadt
11,64	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen

Dreikampf (100 m - Weit - Kugel)**Lippischer Rekord:**1231 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) - 3,68 (-0,0) - 8,88)

Ewige Bestenliste:

1231	1151	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
			(14,99 (+0,3) - 3,68 (-0,0) - 8,88)		
1123		Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.09.2013	Lemgo
			(14,76 (-0,8) - 3,99 (-0,7) - 6,15)		
1099	1028	Weege, Barbara	61 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
			(15,4* - 3,64 - 8,43)		
977		Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
			(16,52 (+2,0) - 3,97 (-0,2) - 7,32)		
612	572	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
			(17,69* - 3,21 - 6,02)		
561	507	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
			(17,82* - 2,91* - 5,99)		

Fünfkampf (100 m - Hoch - Kugel - Weit - 800 m)**Lippische Bestleistung:**

Bessere Leistung eines Dreikampfes:

1231 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) - o. L. - 8,88 - 3,68 (-0,0) - o. L.)

Ewige Bestenliste:

872	788	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
			(17,69* - 1,00 - 6,02 - 3,21* - 3:41,98)		
530		Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	18./19.5.19	Blomberg
			(aufg. - o.g.V. - 4,94 / 2,73* - 3:12,13)		

Siebenkampf (100 m Hürden - Hoch - Kugel - 200 m / Weit - Speer - 800 m)**Lippische Bestleistung:**873 Punkte Elke Westphal 76 LG Lippe-Süd 18./19.05.2019 Blomberg
(aufg. - o.g.V. - 4,94 - 35,98* / 2,73* - 9,65 - 3:12,13)

Ewige Bestenliste:

873		Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	18./19.5.19	Blomberg
			(aufg. - o.g.V. - 4,94 - 35,98* / 2,73* - 9,65 - 3:12,13)		

Frauen W 35**Werferfünfkampf** (Diskus – Kugel – Hammer - Speer – Gewicht)**Lippischer Rekord:**

3173 Punkte	Sandra Albrecht	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen
		(44,19 - 10,89 - 37,00 - 23,53 - 11,64)		

Ewige Bestenliste:

3173	Albrecht, Sandra	86 LG Lippe-Süd	22.04.2023	Dissen
		(44,19 - 10,89 - 37,00 - 23,53 - 11,64)		
2932	Gansa, Gita	82 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	05.08.2017	Aarhus (DK)
		(30,03 - 10,55 - 32,14 - 35,36 - 11,37)		
2081	1930 Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	26.09.2009	Tudorf
		(27,63 - 7,66 – 23,44 – 23,50 – 8,76)		

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 40

30 m fliegend

Lippische Bestleistung:

3,81 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

3,81	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
3,98	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
4,25	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
4,32	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

100 m

Lippischer Rekord:

13,86 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

18,0 sec

13,86*	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
14,20 *	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,39 *	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.06.2016	Osnabr.-Gretesch
14,62 *	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,65*	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.06.2019	Lemgo
14,93 *	Wamser, Kerstin	70 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
14,99 *	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
15,07 *	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
15,23 *	Santos, Carla	77 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	16.09.2018	Lage
15,1	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.1990	Herford
15,58 *	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
16,52 *	Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
16,68 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2022	Bad Salzuflen
17,13 *	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	13.07.2012	Lemgo
17,29 *	Domsch, Friederike	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	25.05.2017	Paderborn
17,69 *	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
17,5	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	01.06.1986	Bega

150 m

Lippische Bestleistung:

22,58 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

22,58	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
22,90	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
23,90	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
24,48	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

200 m

Lippischer Rekord:

29,56 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.07.2018 Mönchengladbach

Ewige Bestenliste:

29,56 *	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.07.2018	Mönchengladbach
30,21*	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.07.2019	Leinefelde-Worbis
30,64*	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.06.2019	Lemgo
31,55 *	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2014	Bad Salzuflen
31,60 *	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
31,7	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.1990	Herford
33,26*	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen

Frauen W 40

200 m

Fortsetzung

35,98*	Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	18.05.2019	Blomberg
40,39 *	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
40,85 *	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen

300 m**Lippische Bestleistung:**

54,16 sec Jutta Eickmeyer 76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

54,16	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,74	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,75	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest
54,93	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2018	Soest

400 m**Lippischer Rekord:**

66,55 sec Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 01.05.2011 Lage

Ewige Bestenliste:

66,55	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	01.05.2011	Lage
70,00	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo
32,67	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2023	Bad Salzuflen
82,34	Borghoff, Christina	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo

800 m**Lippischer Rekord:**

2:24,86 min Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 27.06.2009 St. Wendel

Ewige Bestenliste:

4:00,0 min

2:24,86	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	27.06.2009	St. Wendel
2:34,10	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	13.06.1993	Bad Oeynhausen
2:39,43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.06.2023	Lage
2:40,36	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.07.2016	Leinefelde
2:55,3	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	20.07.1991	Bad Salzuflen
2:56,74	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2016	Essen
3:12,13	Westphal, Elke	76 LG Lippe-Süd	19.05.2019	Blomberg
3:19,58	Borghoff, Christina	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2017	Kevelaer
3:20,27	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.07.2005	Vaterstetten
3:25,6	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	23.06.1990	Bad Salzuflen
3:27,5	Kracht, Inge	39 LG Bad Salzuflen	20.07.1991	Bad Salzuflen
3:28,17	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	12.06.2016	Bad Salzuflen
3:28,89	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
3:43,78	Domsch, Friederike	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	12.06.2016	Bad Salzuflen

1000 m**Lippischer Rekord:**

3:16,18 min Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 14.05.2010 Dortmund

Ewige Bestenliste:

5:00,0 min

3:16,18	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	14.05.2010	Dortmund
4:31,12	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	18.06.2005	Minden
4:33,5	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:37,4	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:44,2	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:47,4	Völkel, Lydia	54 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:54,7	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
5:00,0	Gorschlüter, Anita	43 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen

Frauen W 40**1500 m****Lippischer Rekord:**

5:02,24 min Alla Reinke 69 LG Lage-Detmold 12.06.2010 Menden

Ewige Bestenliste:

7:00,0 min

5:02,24	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	12.06.2010	Minden
5:07,04	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	13.06.1993	Bad Oeynhausen
5:37,3	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:38,5	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Detmold
5:38,95	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.09.2021	Baunatal
5:42,0	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	04.05.1988	Lemgo
5:44,2	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Detmold
5:45,2	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	22.09.1989	Stukenbrock
6:12,70	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.2004	Minden

2000 m**Lippischer Rekord:**

7:38,0 min Ingrid Tegt 48 LG Lippe-Süd 15.09.1989 Blomberg

Ewige Bestenliste:

10:00,0 min

7:38,0	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	15.09.1989	Blomberg
8:37,0	Hamann, Helga	49 LfG Oerlinghausen	12.09.1989	Oerlinghausen
9:22,1	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
9:23,0	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	12.09.1987	Dörentrup
9:35,2	Reimeier, Renate	37 LfG Oerlinghausen	12.09.1989	Oerlinghausen

3000 m**Lippischer Rekord:**

10:38,42 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 29.05.2005 Ahlen

Ewige Bestenliste:

16:00,0 min

10:38,42	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	29.05.2005	Ahlen
11:45,10	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	30.05.2009	Paderborn
11:46,3	Voigt, Heidrun	42 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
11:47,46	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	01.05.1990	Detmold
11:48,6	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	24.08.1984	Detmold
11:53,73	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bbad Salzuflen
12:01,9	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	25.09.1991	Blomberg
12:15,9	Klauck, Annemarie	38 LG Lage-Detmold	13.05.1984	Gütersloh
12:16,05	Wenzel, Karin	44 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
12:25,0	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	12.09.1984	Bad Meinberg
12:31,80	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
13:17,6	Sandbote, Anne	47 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
13:19,7	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	16.09.1992	Bad Salzuflen
13:23,6	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
13:24,5	Körner, Ursula	53 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
13:25,4	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	06.05.1992	Blomberg
13:36,1	Gieseking, Inge	39 LG Bad Salzuflen	06.08.1982	Nammen
13:37,4	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	12.05.1999	Minden
13:40,07	Wojtke, Helga	50 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
13:42,5	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	05.09.1987	Lemgo
13:52,1	Ebers, Sonja	55 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Bad Meinberg
13:56,6	Keller, Barbara	51 LC 92 Bad Salzuflen	23.09.1993	Bad Salzuflen
14:14,6	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
14:19,7	Zappini, Gisela	39 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
14:20,7	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
14:45,74	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
14:52,0	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	05.09.1995	Bad Salzuflen
15:10,1	Höveler, Hildegard	43 LG Bad Salzuflen	11.10.1989	Bad Salzuflen
15:14,2	Bockhoff, Doris	54 LG Lippe-Süd	02.10.1996	Bad Meinberg
15:22,5	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Bad Meinberg
15:27,35	Aipperspach, Hannelies	49 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen

Frauen W 40

3000 m

Fortsetzung

15:44,4 Hagedorn, Sonja 51 LG Lippe-Süd 13.09.1995 Bad Meinberg

5000 m**Lippischer Rekord:**

18:04,54 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 11.07.2004 Lage

Ewige Bestenliste:

30:00,0 min

18:04,54	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	11.07.2004	Lage
18:58,54	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	11.07.2007	Minden
19:43,2	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
19:55,9	Albert, Heike	62 TuS Lügde	03.09.2003	Melle
19:59,4	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	18.04.1998	Lemgo
20:02,1	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	03.09.2003	Melle
20:10,9	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	11.09.1982	Horn
20:27,01	Reinke, Alla	69 LG Lage-Detmold	25.04.2009	Bergisch Gladbach
20:30,6	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
20:35,21	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	13.08.2010	Borgholzhausen
21:03,9	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	29.09.1984	Detmold
21:05,0	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Börsingfeld	21.05.2008	Lage
21:56,7	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	17.04.2004	Lemgo
22:00,0	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.05.1990	Lemgo
22:34,1	Kleinschmidt, Gabi	67 LG Bad Salzuflen	24.04.2010	Lemgo
23:01,4	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	10.10.1990	Bad Salzuflen
23:02,01	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:06,0	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	10.10.1990	Bad Salzuflen
23:07,1	Kölller, Lisa	36 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
23:08,02	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	03.07.2021	Bielefeld
23:11,7	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.1993	Bad Salzuflen
23:24,5	Lütkehölter, Dorothea	43 LG Bad Salzuflen	07.09.1985	Bad Salzuflen
23:28,07	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
23:40,4	Führ, Susanne	67 LG Lage-Detmold	21.05.2008	Lage
23:44,5	Brandt, Erika	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
23:45,3	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	16.04.2005	Lemgo
23:49,9	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
23:54,6	Ebers, Sonja	55 LG Lippe-Süd	02.10.1996	Bad Meinberg
23:56,7	Keller, Barbara	51 LG Bad Salzuflen	21.09.1991	Bad Salzuflen
24:19,0	Romppel, Doris	41 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
24:19,3	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	16.09.1993	Bad Salzuflen
24:23,4	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
24:25,6	Fröse, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:06,0	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:14,0	Strüßmann, Bärbel	50 LG Lippe-Süd	01.10.1997	Bad Meinberg
25:21,6	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:33,6	Bockhoff, Doris	54 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
25:53,00	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
26:03,1	Bakker, Dorothea	45 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
27:10,7	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	22.09.1987	Bad Salzuflen
28:06,6	Hampe, Renate	39 LG Bad Salzuflen	22.09.1987	Bad Salzuflen

10000 m**Lippischer Rekord:**

37:42,99 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 24.04.2004 Hagen

Ewige Bestenliste:

55:00,0 min

37:42,99	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	24.04.2004	Hagen
40:56,04	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	24.04.1998	Kamen
41:12,8	Albert, Heike	62 TuS Lügde	10.09.2003	Melle
41:13,1	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	10.09.2003	Melle
42:25,6	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
42:59,9	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	14.08.1982	Bad Salzuflen
43:54,1	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	11.08.1984	Bad Salzuflen

<u>Frauen W 40</u>	10000 m	Fortsetzung		
44:05,6	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	24.05.1984	Lage
46:01,4	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
46:30,5	Wenzel, Karin	44 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage
47:03,2	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	02.08.1979	Hannover
47:10,64	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.08.1995	Minden
48:52,8	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	04.09.2002	Melle
51:16,6	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	09.09.1987	Bad Salzuflen

5 km Straße**Lippischer Rekord:**

20:03 min	Bärbel Büschemann	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
19:06 min	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	13.03.1999	Münster

Ewige Bestenliste:

24:00 min

19:06	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	13.03.1999	Münster
19:07	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	28.03.2004	Haltern-Sythen
19:25	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	22.06.2007	Versmold-Oesterw.
19:56	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
19:57	Albert, Heike	62 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
19:57	Wilson, Susanne	66 LG Lage-Detmold	27.06.2008	Versmold-Osterw.
20:03	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
20:15	Albeke, Ria	69 Sportpark Lippe	31.10.2009	Schieder
20:21	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
20:45	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	27.08.1994	Höxter
20:50	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
20:58	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	24.10.2003	Schieder
21:03	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	30.10.2004	Schieder
21:05	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	28.10.2006	Schieder
21:13	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	27.08.2004	Gütersloh
21:26	Stroetzel, Sabine	62 LG Lage-Detmold	06.12.2002	Wiedenbrück
21:33	Franke-Giese, Bettina	59 LG Lippe-Süd	03.04.1999	Paderborn
21:43	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
21:44	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
21:56	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
22:06	Jüngling, Tanja	75 TG Lage	03.07.2019	Lage
22:07	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
22:08	Grollich-Thoma, Antje	67 TSV Bösingfeld	30.10.2010	Schieder
22:11	Nottebrock, Kerstin	71 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
22:15	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
22:15	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
22:17	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
22:19	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
22:24	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
22:34	Frenzl, Kathrin	76 LG Oerlinghausen	26.03.2016	Paderborn
22:36	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	20.04.2019	Paderborn
22:38	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
22:40	Schafmeister, Gundula	58 TuS Humfeld (LG Lemgo)	28.10.2000	Schieder
22:50	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	27.10.1990	Schieder
22:54	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	26.10.1991	Schieder
22:54	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	02.10.2019	Verl
22:59	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	xx.xx.1976	xxxxxxx
23:01	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	07.11.2004	Verl
23:07	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
23:10	Kottmann, Birgit	56 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
23:10	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2013	Schieder
23:12	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd/Trias Schieder	26.10.1996	Schieder
23:12	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	13.05.2022	Schloß Neuhaus
23:13	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	02.10.2021	Verl
23:15	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
23:20	Kleimann, Tanja	74 LG Lemgo	12.09.2015	Holzhausen
23:24	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock

<u>Frauen W 40</u>	5 km	Fortsetzung		
23:27	Metinat, Christa	66 SV Diestelbruch-Mosebeck	28.10.2012	Schieder
23:30	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
23:31	Feldmann, Angela	77 TV Blomberg	27.10.2018	Schieder
23:33	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	30.03.1991	Paderborn
23:34	Nakonz, Ilka	73 LG Lemgo	12.09.2015	Holzhausen
23:35	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	25.10.2014	Schieder
23:37	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
23:38	Quadfasel, Rita	62 TSG Hohenhausen	02.06.2006	Bad Oeynhausen
23:44	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	15.04.2006	Paderborn
23:44	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	31.10.2009	Schieder
23:43	Weißsieker, Bianca	LG Lage-Detmold	26.03.2005	Paderborn
23:46	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
23:47	Reinke, Ingeborg	50 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
23:48	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	30.03.2013	Paderborn
23:51	Steinhage, Gabi	53 LG TuS Lügde	29.10.1994	Schieder
23:53	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	14.04.2001	Paderborn
23:55	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	27.10.1990	Schieder
23:55	Fuhrmann, Sabine	69 LC 92 Bad Salzuflen	19.09.2009	Holzhausen
23:59	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder

5 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

71:14 min LG Oerlinghausen 03.07.2019 Lage
(Wittig, Claudia 23:15 - Curic, Anett 23:29 - Rößler, Caroline 24:30)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

64:18 min LG Lage-Detmold 19.03.2011 Salzkotten
(Quest-Altrogge, Katjana 19:43 – Büschemann, Bärbel 20:24– Nottebrock, Kerstin 22:11)

Ewige Bestenliste:

80:00 min

64:18	LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
	Quest-Altrogge, Katjana 19:43 – Büschemann, Bärbel 20:24 – Nottebrock, Kerstin 22:11		
64:31	LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
	Aron, Silke 19:25 – Hüls, Annette 21:05 – Körner-Downes, Monika 24:01		
69:14	TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
	Albert, H. 19:57 – Kiss, G. 24:18 – Köhler, S. 24:59		
71:14	LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
	Wittig, Claudia 23:15 - Curic, Anett 23:29 - Rößler, Caroline 24:30		
74:31	TuS Lügde	28.10.2000	Schieder
	Brockmann, Petra 22:14 – Blum, Regina 25:55 – Lutter, Brigitte 26:22		
74:38	LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
	Lerwe, Antje 24:37 - Köneke, Antje 24:51 - Wehmeier, Michaela 25:40		
74:52	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 23:23 - Kruse, Heidi 24:40 – Joachim, Katja 26:49		
75:45	LC 92 Bad Salzuflen	09.10.1999	Holzhausen
	Rottschäfer, Gerhild 24:39 – Merkel, Elisabeth 25:28 – Körner, Ursula 25:38		
76:06	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 23:28 - Stiegmann, A. 25:01 - Hampe, U. 27:37		
76:51	LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
	Hamm; Carola 24:39 – Zajkiewicz, Petra 25:26 – Heidemann, Heidi 26:46		
78:12	TuS Lügde	30.10.1999	Schieder
	Trope, Christiane 25:27 – Trope, Petra 25:43 – Hoppenstock, Maria 27:02		
78:30	TSV Bösingfeld	29.10.2011	Schieder
	Kuhfuss, Elvira 23:11 – Jabke, Marion 26:45 – Zysk, Susanne 28:34		
80:00	LG Oerlinghausen	11.09.2016	Bielefeld
	Lerwe, Janet 25:16 - Jacob, Inga 26:22 - Bartel, Jasmin 28:22		

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

38:11 min Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 13.03.1999 Münster

Ewige Bestenliste:

48:00 min

38:11	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	13.03.1999	Münster
38:14	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	28.03.2004	Haltern-Sythen

Frauen W 40

10 km

Fortsetzung

38:50	Aron, Silke	67 LG Lage-Detmold	22.06.2007	Versmold-Oesterw.
39:52	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
39:53	Albert, Heike	62 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
39:54	Wilson, Susanne	66 LG Lage-Detmold	27.06.2008	Versmold-Oesterw.
40:29	Albeke, Ria	69 Sportpark Lippe	31.10.2009	Schieder
40:42	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trabach
40:45	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
41:29	Rose, Rosemarie	53 LG Lemgo	27.08.1994	Höxter
41:49	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
41:56	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	24.10.2003	Schieder
42:05	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	30.10.2004	Schieder
42:09	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	28.10.2006	Schieder
42:26	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	27.08.2004	Gütersloh
42:51	Stroetzel, Sabine	62 LG Lage-Detmold	06.12.2002	Wiedenbrück
43:05	Franke-Giese, Bettina	59 LG Lippe-Süd	03.04.1999	Paderborn
43:25	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
43:27	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
43:52	Brömelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
44:14	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
44:15	Grollich-Thoma, Antje	67 TSV Bösingfeld	30.10.2010	Schieder
44:22	Nottebrock, Kerstin	71 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
44:29	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
44:30	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
44:33	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
44:38	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
44:48	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
45:07	Frenzl, Kathrin	76 LG Oerlinghausen	26.03.2016	Paderborn
45:15	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
45:20	Schafmeister, Gundula	58 TuS Humfeld (LG Lemgo)	28.10.2000	Schieder
45:39	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	27.10.1990	Schieder
45:47	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	26.10.1991	Schieder
45:57	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	xx.xx.1976	xxxxxxx
46:02	Kleiß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	07.11.2004	Verl
46:13	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
46:19	Kottmann, Birgit	56 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
46:20	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2013	Schieder
46:24	Schröder, Eva	54 LG Lippe-Süd/Trias	26.10.1996	Schieder
46:40	Kleimann, Tanja	74 LG Lemgo	12.09.2015	Holzhausen
46:47	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
46:52	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
46:53	Roller, Sveta	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
46:54	Metinat, Christa	66 SV Diestelbruch-Mosebeck	28.10.2012	Schieder
47:00	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
47:01	Feldmann, Angela	77 TV Blomberg	27.10.2018	Schieder
47:06	Sewell, Christine	49 LG Bad Salzuflen	30.03.1991	Paderborn
47:08	Nakonz, Ilka	73 LG Lemgo	12.09.2015	Holzhausen
47:09	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	25.10.2014	Schieder
47:16	Quadfasel, Rita	62 TSG Hohenhausen	02.06.2006	Bad Oeynhausen
47:20	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
47:22	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	10.05.2019	Schloß Neuhaus
47:23	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	15.04.2006	Paderborn
47:23	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	31.10.2009	Schieder
47:26	Weißsieker, Bianca	LG Lage-Detmold	26.03.2005	Paderborn
47:34	Reinke, Ingeborg	50 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
47:36	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	30.03.2013	Paderborn
47:41	Steinhage, Gabi	53 LG TuS Lügde	29.10.1994	Schieder
47:45	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	14.04.2001	Paderborn
47:49	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	27.10.1990	Schieder
47:49	Fuhrmann, Sabine	69 LC 92 Bad Salzuflen	19.09.2009	Holzhausen
47:57	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder

Frauen W 40**10 km Mannschaft****Lippischer Rekord:**

2:04:34 Std. LG Lage-Detmold 19.03.2011 Salzkotten
(Quest-Altrogge, Katjana 39:25 – Büschemann, Bärbel 40:47 – Nottebrock, Kerstin 44:22)

Ewige Bestenliste:	3:10:00 Std.		
2:04:34	LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
	Quest-Altrogge, Katjana 39:25 – Büschemann, Bärbel 40:47 – Nottebrock, Kerstin 44:22		
2:09:02	LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
	Aron, Silke 38:50 – Hüls, Annette 42:10 – Körner-Downes, Monika 48:02		
2:18:27	TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
	Albert, H. 39:53 – Kiss, G. 48:36 – Köhler, S. 49:58		
2:28:59	TuS Lügde	28.10.2000	Schieder
	Brockmann, Petra 44:27 – Blum, Regina 51:49 – Lutter, Brigitte 52:43		
2:29:14	LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
	Köneke, Antje 49:41 - Lerwe, Antje 49:14 - Wehmeier, Michaela 51:19		
2:29:41	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 46:45 - Kruse, Heidi 49:19 – Joachim, Katja 53:37		
2:31:27	LC 92 Bad Salzuflen	09.10.1999	Holzhausen
	Rottschäfer, Gerhild 49:17 – Merkel, Elisabeth 50:55 – Körner, Ursula 51:15		
2:32:11	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 46:56 - Stiegmann, A. 50:02 - Hampe, U. 55:13		
2:33:41	LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
	Hamm, Carola 49:18 – Zajkiewicz, Petra 50:51 – Heidemann, Heidi 53:32		
2:36:23	TuS Lügde	30.10.1999	Schieder
	Trope, Christiane 50:54 – Trope, Petra 51:25 – Hoppenstock, Maria 54:04		
2:36:57	TSV Bösingfeld	29.10.2011	Schieder
	Kuhfuss, Elvira 46:21 – Jabke, Marion 53:29 – Zysk, Susanne 57:07		
2:39:57	LG Oerlinghausen	11.09.2016	Bielefeld
	Lerwe, Janet 50:31 - Jacob, Inga 52:43 - Bartel, Jasmin 56:43		
2:40:54	LG Oerlinghausen	15.09.2013	Stukenbrock
	Beugholt, Heike 51:59 - Schulz, Selke 52:57 - Deppenbrock, Peggy 55:58 -		
2:42:35	LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
	Rottschäfer, G. 48:59 – Gorschlüter, A. 56:36 – Lindemann, G. 57:00		
2:43:03	LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
	Wittig, Claudia 48:14 - Röblier, Caroline 55:07 - Gröschl, Manuela 59:42		
2:43:33	LG Lippe-Süd	27.10.2001	Schieder
	Franke-Giese, B. 44:54 – Ridder, C. 58:40 – Brenker, G. 59:59		
2:44:21	TG Lage	24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 52:51 - Säfken, Michaela 54:24 - Hagemoser, Petra 57:06		
2:46:04	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Wittig, Claudia 52:59 - Cicek, Natalia 53:00 – Sinnerbrink, M. 60:05		
2:46:12	LC 92 Bad Salzuflen	18.09.2010	Holzhausen
	Heiland, Renate 46:52 – Lipinski, Stefanie 49:25 – Osper, Gabriele 64:55		
2:47:00	TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 52:34 - Tegeler, Martina 54:55 - Nolteculemann, Bianca 59:31		
2:47:13	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 54:24 – Wendland, Bärbel 55:06 – Sombray, Christa 57:43		
2:47:30	LG Oerlinghausen	17.08.2013	Detmold
	Schmidt, Birgit 55:45 - Weise, Bianca 55:46 - Gronemeyer, Beate 55:59		
2:48:09	TuS Humfeld	31.10.1998	Schieder
	Schafmeister, Gundula 46:29 – Offel, Erika 60:50 – Köller, Lisa 60:50		
2:48:46	Korda Running Team	30.10.2010	Schieder
	Stockmann, Sigrun 52:32 - Bloch, Bettina 57:45 - Beier, Martina 58:29		
2:49:37	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 56:18 - Bunte, Silke 56:30 - Brand, Stefanie 56:49		
2:50:09	Currimus Schlängen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Edwig 50:42 - Schultz, Angela 58:39 - Hofbrücker, Sabine 60:48		
2:50:12	TuS Lügde	25.10.2008	Schieder
	Widany, Marion 48:56 - Kleine, Silke 59:34 – Then, Elke 61:42		
2:50:45	TG Lage	20.05.2016	Delbrück-Bentfeld
	Iles, Janina 54:21 - Boekstegers, Silke 57:42 - Holzkämper, Mareike 58:42		
2:51:12	LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
	Hollensteiner, Katja 55:47 - Strauß, Steffi 57:11 - Diekmann, Anja 58:14		
2:52:40	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 57:05 - Boekstegers, Silke 57:23 - Winter, Heidrun 58:12		

Frauen W 40

10 km Mannschaft

Fortsetzung

2:53:24	LG Lippe-Süd	29.10.2011	Schieder
	Schubert-Sass, Michaela 49:52 – Rother, Wilma 55:37 – Kölling, Renate 67:55		
2:53:47	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 47:16 – Dubbert, Kerstin 61:01 – Frevert, Manuela 65:30		
2:54:45	LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
	Weber, Gabi 52:53 - Symkowiak, Heidi 60:56 - Rüter, Conni 60:56		
2:55:47	LG Oerlinghausen	16.09.2012	Stukenbrock
	Elbrächter, Ute 55:23 - Schöpf, Daniela 56:24 - Brüggemann, Rita 64:00		
2:56:33	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
	Hoppe-Schrahe, A. 49:14 – Seibold, P. 63:19 – Maas, A. 64:00		
2:57:52	LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
	Pott-Papenkordt, Nicole 53:35 - Buhler, Katja 60:20 - Assuncao, Tanja 63:57		
3:01:02	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	25.10.2008	Schieder
	Meise, Monika 58:25 – Dahlmeier, Monika 58:26 - Kröker, Karla 64:11		
3:02:23	LG Lage-Detmold	28.10.2012	Schieder
	Metinat, Christa 46:54 - Säfken, Michaela 55:11 - Grünheit, Ingrid 80:18		
3:04:36	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeypach Hapna, L. 57:07- Wojtke, H. 57:07 - Alteheld, U. 71:25		
3:06:21	LG (TV) Lemgo	26.03.2016	Paderborn
	Eggers, Yona 56:34 - Grawe, Magdalena 61:53 - Klemp, Claudia 67:54		
3:07:17	Laufftreff Di-Do-Sa Lage-Müssen	30.10.2010	Schieder
	Schüring, Brigitte 58:15 – Meise, Monika 58:16 – Eikermann, Maria 70:46		
3:08:52	Currimus Schlangen	15.04.2017	Paderborn
	Brautlecht, Miriam 50:25- Daniel, Renate 65:53 - Schmidt, Brigitte 72:34		

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

69:43 min	Ingrid Schröder	40 LG Lippe-Süd	16.06.1991	Bexterhagen
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
61:01 min	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg

Ewige Bestenliste:

81:00 min

61:01	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
61:03	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
64:44	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
65:07	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
65:47	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
66:37	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
66:43	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
66:44	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
66:49	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
69:43	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	16.06.1991	Bexterhagen
70:10	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
70:18	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
70:21	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
70:30	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
70:31	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
70:59	Stille, Heike	59 LG Lemgo	09.04.2017	Hannover
71:00	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
71:02	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
71:09	Weißsieker, Bianca	LG Lage-Detmold	26.03.2005	Paderborn
71:38	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
71:56	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
72:08	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
72:12	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
72:12	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
72:20	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
72:20	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
72:40	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
73:13	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
73:28	Rottschäfer, Gerhild	49 LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
73:31	Kleiß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
73:49	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg

Frauen W 40

15 km

Fortsetzung

74:19	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
74:26	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
74:36	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
74:58	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
75:24	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
75:39	Frenzl, Kathrin	__ LG Oerlinghausen	26.03.2016	Paderborn
75:45	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
75:45	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
76:00	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
76:11	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
76:22	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
76:27	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
76:31	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
76:36	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
76:43	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
76:54	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
77:03	Riemeier, Karin	63 LG Lippe-Süd	10.04.2004	Paderborn
77:38	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
77:57	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
78:00	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	06.11.2022	Gütersloh
78:17	Suchy-Ponick, Ulrike	52 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
78:36	Ellerbrake, Marion	61 LG Oerlinghausen	02.11.2003	Verl
78:40	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
78:51	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
79:05	Roll, Sabine	__ TV Bad Meinberg	26.03.2005	Paderborn
79:11	Verheyen, Doris	52 LG Oerlinghausen	12.10.1997	Mastholt
79:30	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
79:39	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
80:05	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	05.11.2006	Verl
80:16	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
80:19	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
80:23	Sommerkamp, Bärbel	61 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
80:31	Joachim, Katja	71 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
80:43	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2014	Paderborn
80:51	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	08.04.2018	Berlin
80:52	Spilling, Andrea	68 VfL Pottenhausen	15.09.2013	Stukenbrock

15 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

4:03:51 Std. LG Bad Salzuflen 16.06.1991 Bexterhagen
(Rottschäfer, G. 73:28 – Gorschlüter, A. 84:53 – Lindemann, G. 85:30)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:48:15 Std. LG Lage-Detmold 28.09.1986 Berlin
(Klauck, A. 70:23 - Stiegmann, A. 75:03 - Hampe, U. 82:49)

Ewige Bestenliste:

5:30:00 Std.

3:30:18	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 61:01, Kottmann, B. 73:49, Körner, M. 75:28		
3:46:28	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 70:59 - Kruse, Heidi 74:58 - Joachim, Katja 80:31		
3:48:15	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 70:23 - Stiegmann, A. 75:03 - Hampe, U. 82:49		
3:56:49	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Elsner; H. 70:10 - Rottschäfer, G. 75:10 – Osper, G. 91:29		
3:57:33	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 77:44 - Wittig, Claudia 79:54 - Cicek, Natalia 79:55		
4:03:51	LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
	Rottschäfer, G. 73:28 – Gorschlüter, A. 84:53 – Lindemann, G. 85:30		
4:10:30	TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
	Ruth, Anja 78:51 - Tegeler, Martina 82:23 - Nolteculemann, Bianca 89:16		
4:10:48	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 81:36 – Wendland, Bärbel 82:38 – Sombray, Christa 86:34		
4:18:59	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 85:37 - Boekstegers, Silke 86:04 - Winter, Heidrun 87:18		

Frauen W 40

15 km Mannschaft

Fortsetzung

4:20:39	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 70:54 – Dubbert, Kerstin 91:31 – Frevert, Manuela 98:14		
4:24:16	LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
	Sinnerbrink, Marion 87:11 - Curic, Anett 87:43 - Wehmeier, Manuela 89:22		
4:25:20	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Brand, Stefanie 88:26 - Helmer, Monika 88:27 - Bünte, Silke 88:27		
4:26:48	LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
	Pott-Papenkorcht, Nicole 80:22 - Buhler, Katja 90:30 - Assuncao, Tanja 95:56		
4:27:58	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 87:08 - Boekstegers, Silke 87:20 - Deter, Marion 93:30		
4:40:14	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 90:16 – Lindemann, Gisela 93:22 – Osper, Gabriele 96:36		
4:48:23	Pferdeförster Oerlinghausen	19.09.2010	Stukenbrock
	Brune-Voss, Birgit 96:07 - Neumann, Nicola 96:08 - Raab, Kerstin 96:08		
5:21:55	LG Oerlinghausen	20.09.1998	Berlin
	Heidemann, Heidi 89:26 – Beyer, Marilyn 102:40 – Jöstinmeyer, Lilo 129:49		
5:22:01	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Körner, Ursula 104:41 – Meierkord, Mira 107:55 – Altheld, Ute 109:25		
5:25:32	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
	Mende, Carola 96:24 – Ademi, Heike 116:10 – Altrogge, Friederike 122:58		

20 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Halbmarathonstrecke:**

1:25:51 Std. Hölscher, Christiane 56 LG Lage-Detmold 13.09.1997 Traben-Trabach

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:21:22 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg

Ewige Bestenliste:

1:48:00 Std.

1:21:22	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
1:21:24	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trabach
1:26:18	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:26:49	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
1:27:42	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:28:47	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:28:49	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
1:28:57	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:28:59	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:30:02	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:33:10	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:33:33	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:33:44	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
1:33:48	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:33:59	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
1:34:40	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:34:43	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:34:52	Weißsieker, Bianca	LG Lage-Detmold	26.03.2005	Paderborn
1:35:02	Stille, Heike	59 LG Lemgo	01.10.2017	Köln
1:35:31	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
1:35:54	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:36:10	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl
1:36:16	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
1:36:27	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
1:36:27	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
1:36:35	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
1:37:12	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
1:37:26	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	24.09.2023	Berlin
1:38:01	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:38:26	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
1:38:38	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
1:39:14	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
1:39:27	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:40:14	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock

<u>Frauen W 40</u>	20 km	Fortsetzung		
1:40:32	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
1:40:45	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:40:52	Frenzl, Kathrin	__ LG Oerlinghausen	26.03.2016	Paderborn
1:40:57	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:40:59	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
1:41:20	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
1:41:34	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:41:47	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:41:58	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
1:42:08	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
1:42:17	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:42:20	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
1:42:28	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
1:42:44	Riemeier, Karin	63 LG Lippe-Süd	10.04.2004	Paderborn
1:43:31	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
1:43:56	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:44:00	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	06.11.2022	Gütersloh
1:44:16	Suchy-Ponick, Ulrike	52 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:44:47	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
1:44:48	Ellerbrake, Marion	61 LG Oerlinghausen	02.11.2003	Verl
1:45:07	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
1:45:27	Roll, Sabine	__ TV Bad Meinberg	26.03.2005	Paderborn
1:45:28	Verheyen, Doris	52 LG Oerlinghausen	12.10.1997	Mastholt
1:45:56	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
1:46:05	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
1:46:46	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	05.11.2006	Verl
1:47:11	Sommerkamp, Bärbel	61 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
1:47:25	Joachim, Katja	71 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:47:47	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	08.04.2018	Berlin
1:47:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:47:55	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:25:51 Std.	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
1:25:49 Std.	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg

Ewige Bestenliste:

1:55:00 Std.

1:25:49	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
1:25:51	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:31:02	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:31:34	Brand, Ulrike	58 LC 92 Bad Salzuflen	11.04.1998	Paderborn
1:31:39	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:32:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:33:41	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.09.2004	Holzhausen
1:33:49	Körner, Monika	58 LG Lage-Detmold	11.04.1998	Paderborn
1:33:51	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:33:58	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:38:16	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:38:40	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:38:52	Peltzer, Verena	78 Teuto Runner Detmold	03.11.2019	Gütersloh
1:38:56	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:39:08	Hoppe-Schrahe, Annegret	56 LG Lage-DT/VfL Hiddesen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
1:39:51	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:39:54	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:40:04	Weißsieker, Bianca	__ LG Lage-Detmold	26.03.2005	Paderborn
1:40:26	Roller, Sveta	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
1:40:31	Stille, Heike	59 LG Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:40:45	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
1:41:09	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:41:26	Roehr, Sabine	68 Currimus Schlangen	15.11.2009	Verl

<u>Frauen W 40</u>	Halbmarathon	Fortsetzung		
1:41:32	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
1:41:44	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
1:42:05	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
1:43:15	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
1:43:23	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	21.09.2003	Stukenbrock
1:43:49	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
1:44:40	Brünig, Petra	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	14.05.2006	Hannover
1:44:41	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:44:54	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:45:43	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufen	15.09.2002	Stukenbrock
1:46:02	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
1:46:14	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:46:23	Frenzl, Kathrin	__ LG Oerlinghausen	26.03.2016	Paderborn
1:46:29	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:46:31	Aster, Martina	69 LC 92 Bad Salzufen	14.09.2013	Holzhausen
1:46:53	Althoff, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:47:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:47:21	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:47:29	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
1:47:33	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
1:47:44	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
1:47:53	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:48:09	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
1:48:11	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
1:48:22	Riemeier, Karin	63 LG Lippe-Süd	10.04.2004	Paderborn
1:49:11	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
1:49:38	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:49:42	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	06.11.2022	Gütersloh
1:50:03	Suchy-Ponick, Ulrike	52 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:50:32	Ellerbrake, Marion	61 LG Oerlinghausen	02.11.2003	Verl
1:50:35	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
1:50:53	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
1:51:13	Roll, Sabine	__ TV Bad Meinberg	26.03.2005	Paderborn
1:51:19	Verheyen, Doris	52 LG Oerlinghausen	12.10.1997	Mastholt
1:51:48	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
1:51:58	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzufen	07.11.2004	Verl
1:52:37	Brinkmann, Helga	62 LG Lage-Detmold	05.11.2006	Verl
1:53:03	Sommerkamp, Bärbel	61 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
1:53:18	Joachim, Katja	71 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:53:42	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	08.04.2018	Berlin
1:53:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:53:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:54:28	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2014	Paderborn
1:54:30	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
1:54:30	Geisler, Anke	__ TG Lage	26.03.2005	Paderborn
1:54:40	Spilling, Andrea	68 VfL Pottenhausen	15.09.2013	Stukenbrock

Halbmarathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

5:33:02 Std. LC 92 Bad Salzufen 15.09.2002 Stukenbrock
(Elsner, H. 1:38:40 - Rottschäfer, G. 1:45:43 - Osper, G. 2:08:40)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

5:21:03 Std. LG Lage-Detmold 28.09.1986 Berlin
(Klauck, A. 1:39,0 - Stiegmann, A. 1:45:33 - Hampe, U. 1:56,5)

Ewige Bestenliste:

8:00:00 Std.

4:55:36	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 1:25:49, Kottmann, B. 1:43:49, Körner, M. 1:46:08		
5:20:03	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 1:40:31 - Kruse, Heidi 1:46:14 - Joachim, Katja 1:53:18		
5:21:03	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 1:39,0 - Stiegmann, A. 1:45:33 - Hampe, U. 1:56,5		

<u>Frauen W 40</u>	Halbmarathon Mannschaft	Fortsetzung		
5:33:03	LC 92 Bad Salzuflen Elsner, H. 1:38:40 - Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40	15.09.2002	Stukenbrock	
5:34:52	LG Oerlinghausen Köneke, Antje 1:49:51 - Cicek, Natalia 1:52:30 - Wittig, Claudia 1:52:31	11.09.2021	Hamburg	
5:52:17	TV Lemgo Ruth, Anja 1:50:53 - Tegeler, Martina 1:55:51 - Nolteculemann, Bianca 2:05:33	15.04.2017	Paderborn	
5:52:43	LG Oerlinghausen Wind, Sieglinde 1:54:45 – Wendland, Bärbel 1:56:13 – Sombray, Christa 2:01:45	27.10.1996	Venedig (I)	
5:57:46	TuS Bentrup-Loßbruch Helmer, Monika 1:58:45 - Bünte, Silke 1:59:11 - Brand, Stefanie 1:59:50	15.04.2017	Paderborn	
6:01:07	LC 92 Bad Salzuflen Hollensteiner, Katja 1:57:40 - Strauß, Steffi 2:00:37 - Diekmann, Anja 2:02:50	07.04.2019	Hannover	
6:04:12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen Körner-Downes, Monika 2:00:24 - Boekstegers, Silke 2:01:02 - Winter, Heidrun 2:02:46	14.09.2013	Holzhausen	
6:06:35	TSV Bösingfeld Kuhfuß, Elvira 1:39:43 – Dubbert, Kerstin 2:08:42 – Frevert, Manuela 2:18:10	28.09.2008	Berlin	
6:13:10	LC 92 Bad Salzuflen Aippeypach Hapna, L. 2:00:29- Wojtke, H. 2:00:29 - Lindemann, G. 2:12:12	20.09.1998	Berlin	
6:15:46	TG Lage Säfken, Michaela 2:02:32 - Boekstegers, Silke 2:02:49 - Deter, Marion 2:10:25	13.09.2014	Holzhausen	
6:28:43	LG Oerlinghausen Pott-Papenkorrdt, Nicole 2:00:29 - Buhler, Katja 2:13:19 - Assuncao, Tanja 2:14:55	06.11.2022	Gütersloh	
6:45:38	Pferdeförster Oerlinghausen Brune-Voss, Birgit 2:15:12 - Neumann, Nicola 2:15:13 - Raab, Kerstin 2:15:13	19.09.2010	Stukenbrock	
6:56:31	LC 92 Bad Salzuflen Fögeling, Petra 2:10:12 - Steeb, Beatrice 2:13:18 - Brunemeier-Knies, Nicole 2:33:01	03.11.2019	Gütersloh	
7:32:46	LG Oerlinghausen Heidemann, Heidi 2:05:47 – Beyer, Marilyn 2:24:24 – Jöstinmeyer, Lilo 3:02:35	20.09.1998	Berlin	
7:32:53	LC 92 Bad Salzuflen Körner, Ursula 2:27:13 – Meierkord, Mira 2:31:47 – Altheheld, Ute 2:33:53	20.09.1998	Berlin	
7:51:24	LG Oerlinghausen Mende, Carola 2:15:34 – Ademi, Heike 2:43:23 – Altrogge, Friederike 2:52:27	28.09.2008	Berlin	

25 km Straße**Lippische Bestleistung:**

1:49:37 Std. Hannelore Oppermann 39 LG Lage-Detmold 06.03.1982 Hamm

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:41:41 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg

Ewige Bestenliste:

2:28:00 Std.

1:41:41	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
1:48:27	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
1:49:37	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	06.03.1982	Hamm
1:50:58	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:51:47	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:52:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:53:27	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.10.2008	Schieder
1:55:50	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
1:57:14	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:58:55	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:58:58	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
1:59:59	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:00:01	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:00:55	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:01:10	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
2:01:51	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:02:21	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:02:58	Dux, Alexandra	82 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:03:37	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:03:47	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:04:23	Morley, Linda	47 VfL Hiddesen	24.10.1987	Schieder
2:05:22	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
2:06:15	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:06:15	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin

<u>Frauen W 40</u>	25 km	Fortsetzung		
2:06:40	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzuflen	27.10.1990	Schieder
2:08:12	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:08:22	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:08:46	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
2:09:16	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:09:23	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
2:12:21	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:12:22	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:13:10	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
2:13:27	Kleiß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
2:14:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:14:57	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:15:40	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:15:40	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
2:15:46	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
2:16:14	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:16:23	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
2:16:35	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:17:38	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
2:17:43	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:18:03	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
2:18:28	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:18:43	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
2:19:17	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:19:46	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1990	Berlin
2:20:47	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:21:24	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	21.05.1989	Hamburg
2:21	Morley, Linda I.	47 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:22:09	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:22:50	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
2:23:04	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:23:05	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:23:09	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
2:23:30	Sommerkamp, Bärbel	62 LG Lage-Detmold	10.10.2004	Essen
2:23:58	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
2:24:16	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:25:00	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.1996	Berlin
2:25:18	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
2:25:38	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
2:25:50	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
2:26:13	Funk, Marion	LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
2:26:17	Niemann, Gudula	62 TuS Lügde	21.04.2002	Hamburg
2:26:25	Vathauer, Andrea	62 LG Lippe-Süd	28.09.2003	Berlin
2:27:22	Vetter, Helga	__ LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
2:27:31	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin

25 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

7:34:20 Std. LG Oerlinghausen 24.09.2023 Berlin
 (Dux, Alexandra 2:26:07 - Cicek, Natalia 2:14:29 - Wittig, Claudia 2:53:44)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

6:20:14 Std. LG Lage-Detmold 28.09.1986 Berlin
 (Klauck, A. 1:57:10 - Stiegmann, A. 2:05:04 - Hampe, U. 2:18:00)

Ewige Bestenliste:

6:20:14	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 1:57:10 - Stiegmann, A. 2:05:04 - Hampe, U. 2:18:00		
6:36:52	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Köneke, Antje 2:11:24 - Cicek, Natalia 2:12:35 - Wittig, Claudia 2:12:53		
6:57:59	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 2:15:59 – Wendland, Bärbel 2:17:43 – Sombray, Christa 2:24:17		
7:14:24	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 1:58:10 – Dubbert, Kerstin 2:32:31 – Frevert, Manuela 2:43:43		

<u>Frauen W 40</u>	25 km Mannschaft	Fortsetzung		
7:14:44	LC 92 Bad Salzuflen		20.09.1998	Berlin
	Aippeyspach Hapna, L. 2:22:46- Wojtke, H. 2:22:47 - Rottschäfer, G. 2:29:11			
7:47:01	LC 92 Bad Salzuflen		16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 2:30:26 – Lindemann, Gisela 2:35:36 – Osper, Gabriele 2:40:59			
7:53:02	LG Lage-Detmold		21.04.2002	Hamburg
	Körner-Downes, M. 2:04:46 – Bieber, E. 2:47:47 – Späth, B. 3:00:29			
8:56:31	LG Oerlinghausen		20.09.1998	Berlin
	Heidemann, Heidi 2:29:03 – Beyer, Marilyn 2:51:07 – Jöstinmeyer, Lilo 3:36:21			
9:19:13	LG Oerlinghausen		28.09.2008	Berlin
	Mende, Carola 2:40:39 – Ademi, Heike 3:13:37 – Altrogge, Friederike 3:24:57			

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:33:53 Std. Alexandra Dux 82 Teuto Runners 03.04.2022 Hannover

Bessere Bruttozeit einer Athletin ohne Vereinzugehörigkeit:

2:26:43 Std. Svetlana Roller 76 Personaltraining Detmold 07.10.2018 Köln

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:02:01 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg

Ewige Bestenliste:

3:00:00 Std.

2:02:01	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:10:08	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:14:53	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:19:37	Kuhfuß, Elvira	___ TSV Börsingfeld	25.09.2005	Berlin
2:19:44	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:20:41	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:22:00	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:22:03	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:23:16	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:23:58	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
2:24:23	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:24:52	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:25:44	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:26:07	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:27:36	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
2:27:38	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:29:43	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
2:30:47	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:30:47	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:32:56	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:33:12	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
2:34:29	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
2:34:31	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
2:34:43	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:34:50	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:35:16	Schäferkordt, Anja	___ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
2:38:20	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:38:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:38:50	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:40:09	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:42:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:43:09	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:43:29	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:44:08	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
2:44:26	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:44:45	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:45:39	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
2:46:21	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
2:46:40	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
2:47:10	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
2:47:22	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:47:35	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt

<u>Frauen W 40</u>	30 km	Fortsetzung		
2:47:47	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzufen	30.09.1990	Berlin
2:47:47	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1990	Berlin
2:47:54	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
2:49:35	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
2:49:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:49	Morley, Linda I.	47 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
2:50:35	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufen	11.09.2005	Münster
2:50:52	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	21.05.1989	Hamburg
2:50:54	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
2:51:41	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:52:37	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:52:46	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
2:52:54	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:53:24	Sommerkamp, Bärbel	62 LG Lage-Detmold	10.10.2004	Essen
2:54:21	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
2:55:00	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	18.03.1995	Steinfurt
2:56:39	Funk, Marion	LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
2:56:45	Niemann, Gudula	62 TuS Lügde	21.04.2002	Hamburg
2:56:54	Vathauer, Andrea	62 LG Lippe-Süd	28.09.2003	Berlin
2:57:44	Gansler, Annemarie	47 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
2:58:57	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
2:59:01	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
2:59:36	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:59:44	Brünig, Petra	65 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	17.04.2005	Bochum

35 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

2:51:37 Std.	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
--------------	-----------------	--------------------	------------	---------

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:22:22 Std.	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
--------------	-----------------	--------------------	------------	---------

Ewige Bestenliste:

3:32:00 Std.

2:22:22	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:31:49	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:37:22	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:42:53	Kuhfuß, Elvira	___ TSV Bösingfeld	25.09.2005	Berlin
2:43:01	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:44:07	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:45:39	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:45:43	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
2:47:08	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
2:47:57	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
2:48:27	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:01	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:26	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
2:52:12	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
2:52:14	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:53:02	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
2:54:40	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
2:55:55	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
2:55:55	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:58:26	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:58:44	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:00:16	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:00:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:01:01	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:01:08	Schäferkordt, Anja	___ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:01:53	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:03:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:05:18	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:06:50	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin

<u>Frauen W 40</u>	35 km	Fortsetzung		
3:08:11	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
3:08:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:09:57	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:10:20	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:10:46	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:11:29	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:12:48	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:12:52	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:13:16	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
3:14:05	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
3:14:26	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
3:15:02	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
3:15:15	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:15:44	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzufen	30.09.1990	Berlin
3:15:45	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1990	Berlin
3:15:55	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:16:15	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:17:50	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:18:08	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:18	Morley, Linda I.	47 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:19:01	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufen	11.09.2005	Münster
3:19:21	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	21.05.1989	Hamburg
3:19:59	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
3:20:17	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:21:33	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:21:43	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:21:59	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:22:18	Sommerkamp, Bärbel	62 LG Lage-Detmold	10.10.2004	Essen
3:23:25	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
3:24:10	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	18.03.1995	Steinfurt
3:26:06	Funk, Marion	LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
3:26:12	Niemann, Gudula	62 TuS Lügde	21.04.2002	Hamburg
3:26:13	Vathauer, Andrea	62 LG Lippe-Süd	28.09.2003	Berlin
3:27:22	Gansler, Annemarie	47 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
3:28:45	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
3:29:41	Brünig, Petra	65 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	17.04.2005	Bochum
3:30:08	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
3:30:37	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
3:31:27	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzufen	29.09.1996	Berlin
3:31:33	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg

40 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

2:51:37 Std.	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
--------------	-----------------	--------------------	------------	---------

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:42:42 Std.	Doris Koslowski	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
--------------	-----------------	--------------------	------------	---------

Ewige Bestenliste:

4:05:00 Std.

2:42:42	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
2:53:30	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
2:59:50	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:06:18	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:08:59	Kuhfuß, Elvira	TSV Börsingfeld	25.09.2005	Berlin
3:10:25	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:12:10	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:12:15	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:13:10	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:13:51	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
3:14:05	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:14:48	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
3:15:21	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau

<u>Frauen W 40</u>	40 km	Fortsetzung		
3:17:10	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
3:19:41	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
3:21:28	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
3:21:53	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
3:22:53	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:23:38	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
3:23:51	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:26:01	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:26:07	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:26:14	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:27:01	Schäferkordt, Anja	__ TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:28:26	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:29:18	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:31:46	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:35:22	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:35:26	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:35:49	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:37:05	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:38:02	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:39:22	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:40:21	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:40:41	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:40:52	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
3:41:38	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:41:52	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
3:43:43	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1990	Berlin
3:43:54	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:44:04	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
3:44:44	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
3:44:59	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:44:59	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:45:33	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzufflen	30.09.1990	Berlin
3:46:02	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:46:28	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:46	Morley, Linda I.	47 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:47:27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufflen	11.09.2005	Münster
3:48:33	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
3:48:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:49:40	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	21.05.1989	Hamburg
3:50:21	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:50:50	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:52:22	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:52:23	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufflen	18.03.1995	Steinfurt
3:52:28	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
3:53:03	Sommerkamp, Bärbel	62 LG Lage-Detmold	10.10.2004	Essen
3:56:59	Gansler, Annemarie	47 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
3:57:23	Funk, Marion	LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
3:57:30	Niemann, Gudula	62 TuS Lügde	21.04.2002	Hamburg
3:57:43	Vathauer, Andrea	62 LG Lippe-Süd	28.09.2003	Berlin
3:58:30	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
4:00:05	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
4:00:38	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzufflen	16.04.2000	Hamburg
4:01:29	Brünig, Petra	65 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	17.04.2005	Bochum
4:01:36	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzufflen	29.09.1996	Berlin
4:02:39	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
4:03:31	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
4:04:43	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzufflen	07.10.1979	Springe
4:04:57	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin

Frauen W 40**Marathon****Lippischer Rekord:**

2:51:37 Std. Doris Koslowski 59 LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg

Ewige Bestenliste:

4:20:00 Std.

2:51:37	Koslowski, Doris	59 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
3:03:01	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	13.09.1997	Traben-Trarbach
3:09:42	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:16:21	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Börsingfeld	25.09.2005	Berlin
3:16:31	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:17:51	Tegt, Ingrid	48 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:19:42	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:19:47	Albert, Heike	62 TuS Lügde	20.10.2002	Braunschweig
3:21:29	Schmidt, Heike	64 LG Oerlinghausen	03.04.2005	Zürich (CH)
3:22:28	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	12.10.1987	Diez
3:23:04	Ross, Christine	38 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:23:45	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:25:44	Müller, Andrea	74 Landestheater Detmold	07.10.2018	Köln
3:27:38	Kottmann, Birgit	58 LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
3:28:19	Dux, Alexandra	82 Teuto Runner Detmold	03.04.2022	Hannover
3:30:34	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
3:32:04	Neese, Marlis	43 LG Lage-Detmold	30.09.1984	Berlin
3:32:04	Weißsieker, Bianca	68 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:35:06	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:35:28	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	28.09.2003	Berlin
3:36:08	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	07.10.2018	Köln
3:37:19	Stille, Heike	59 LG Lemgo	22.05.2011	Hamburg
3:37:36	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:38:22	Schäferkordt, Anja	76 TV Lemgo	11.09.2016	Münster
3:39:55	Cicek, Natalia	81 LG Oerlinghausen	24.09.2023	Berlin
3:41:11	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:43:23	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:45:14	Kleß-Grün, Monika	62 LG Oerlinghausen	26.09.2004	Berlin
3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:47:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:49:22	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:49:59	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:50:50	Friebe, Julia	LG Oerlinghausen	03.06.2012	Salzkotten
3:52:05	Hölscher, Christiane	56 LG Lage-Detmold	29.09.1996	Berlin
3:52:26	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:52:59	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
3:53:58	Riemeier, Karin	64 LG Lippe-Süd	06.06.2004	Duisburg
3:54:12	Curic, Anett	78 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:54:24	Blum, Regina	58 TuS Lügde	27.04.2003	Hamburg
3:54:47	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:55:07	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	07.06.1980	Dülmen
3:55:23	Schmalsch, Brigitte	46 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:55:53	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:55:58	Meierkord, Mira	47 LG Bad Salzufflen	30.09.1990	Berlin
3:55:59	Brune, Ingrid	48 LG Lage-Detmold (TG Lage)	30.09.1990	Berlin
3:56	Wenzel, Kari	44 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
3:57:26	Wehmeier, Michaela	75 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:58:30	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:58:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:58	Morley, Linda I.	47 LG Lage-Detmold	04.10.1987	Berlin
3:59:55	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufflen	11.09.2005	Münster
4:00:19	Gansler, Annemarie	47 TuS Lügde	21.05.1989	Hamburg
4:01:05	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
4:01:27	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
4:02	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
4:03:10	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
4:03:30	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)

<u>Frauen W 40</u>	Marathon	Fortsetzung		
4:03:53	Sommerkamp, Bärbel	62 LG Lage-Detmold	10.10.2004	Essen
4:05:13	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
4:06:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
4:08:27	Funk, Marion	LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
4:08:35	Niemann, Gudula	62 TuS Lügde	21.04.2002	Hamburg
4:08:48	Vathauer, Andrea	62 LG Lippe-Süd	28.09.2003	Berlin
4:09:59	Gansler, Annemarie	47 LG TuS Lügde	30.09.1990	Berlin
4:11:39	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
4:12:47	Brünig, Petra	65 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	17.04.2005	Bochum
4:13:19	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
4:13:54	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
4:14:55	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.1996	Berlin
4:16:12	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzuflen	07.10.1979	Springe
4:16:01	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
4:16:50	Pätzold, Jutta	LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
4:16:51	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
4:17:24	Dubbert, Kerstin	__ TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
4:18:19	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
4:18:46	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:19:04	Vetter, Helga	__ LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
4:19:31	Teubener, Rebecca	80 TSV Oerlinghausen	15.10.2023	Essen

Marathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

9:51:30 Std. LG Lage-Detmold 25.04.1999 Hamburg
(Koslowski, D. 2:51:37, Kottmann, B. 3:27:38, Körner, M. 3:32:15)

Ewige Bestenliste:

9:51:30	LG Lage-Detmold	25.04.1999	Hamburg
	Koslowski, D. 2:51:37, Kottmann, B. 3:27:38, Körner, M. 3:32:15		
10:42:11	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 3:17 - Stiegmann, A. 3:31:13 - Hampe, U. 3:52		
11:15:16	LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
	Cicek, Natalia 3:41:58 - Wittig, Claudia 3:45:22 - Köneke, Antje 3:47:56		
11:45:26	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 3:49:30 – Wendland, Bärbel 3:52:26 – Sombray, Christa 4:03:30		
12:13:09	TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
	Kuhfuß, Elvira 3:19:26 – Dubbert, Kerstin 4:17:24 – Frevert, Manuela 4:36:19		
12:13:42	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeyspach Hapna, L. 4:00:57- Wojtke, H. 4:00:58 - Rottschäfer, G. 4:11:47		
12:23:19	LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
	Sinnerbrink, Marion 4:05:13 - Curic, Anett 4:06:43 - Wehmeier, Manuela 4:11:23		
13:08:12	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 4:13:54 – Lindemann, Gisela 4:22:36 – Osper, Gabriele 4:31:42		
15:05:30	LG Oerlinghausen	20.09.1998	Berlin
	Heidemann, Heidi 4:11:33 – Beyer, Marilyn 4:48:48 – Jöstinmeyer, Lilo 6:05:09		
15:43:48	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
	Mende, Carola 4:31:08 – Ademi, Heike 5:26:46 – Altrogge, Friederike 5:45:54		

Marathon Team 5 Läuferinnen**Lippische Besteleistung:**

18:37:27 Std. LG Lage-Detmold 28.09.1986 Berlin
Klauck, A. 3:17:31 – Stiegmann, A. 3:31 – Hampe, U. 3:52 –
Wenzel, K. 3:56 – Schmalsch, B. 3:57

Ewige Bestenliste:

18:37:27	LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
	Klauck, A. 3:17:31 – Stiegmann, A. 3:31 – Hampe, U. 3:52 - Wenzel, K. 3:56 – Schmalsch, B. 3:57		
21:26:31	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeyspach Hapna, L. 4:00:57- Wojtke, H. 4:00:58 - Rottschäfer, G. 4:11:47 – Lindemann, G. 4:24:23 – Osper, G. 4:48:26		

Frauen W 40**50 km Straße****Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

4:44:43 Std Eva Schröder 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

Ewige Bestenliste:

4:44:43 Schröder, Eva 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

100 km Straße**Lippischer Rekord:**

9:29:25 Std Eva Schröder 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

Ewige Bestenliste:

9:29:25 Schröder, Eva 54 LG Lippe-Süd 07.09.1996 Unna-Lünern

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

12.097 m Lisa Köller 36 TuS Humfeld 11.09.1984 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

12097 Köller, Lisa 36 TuS Humfeld 11.09.1984 Bad Salzuflen

11560 Offel, Erika 44 TuS Humfeld 09.09.1987 Bad Salzuflen

10985 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

4 x 100 m**Lippischer Rekord:**56,27 sec LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.07.2013 Mönchengladbach
Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Koch, Katja 74 - Kanne, Anja 68 - Eickmeyer, Jutta 76

Ewige Bestenliste:

56,27 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.07.2013 Mönchengladbach

Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Kanne, Anja 68 - Wamser, Kerstin 70 - Müller, Stephanie 67

59,03 StG Ostwestfalen-Lippe 30.06.2018 Mönchengladbach

Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Koch, Katja 74 - Kanne, Anja 68 - Eickmeyer, Jutta 76

Hochsprung**Lippischer Rekord:**

1,36 m Tina Wöhrmann 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 17.06.2023 Reken

Ewige Bestenliste:

1,36 Wöhrmann, Tina 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 17.06.2023 Reken

1,30 Koch, Katja 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2017 Kevelaer

1,29 Kanne, Anja 68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.02.2023 Mönchengladbach

1,00 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 30.09.2006 Lemgo

Weitsprung**Lippischer Rekord:**

4,75 m Karin Gomann 47 LG Lage-Detmold 29.07.1990 Herne-Wanne

Ewige Bestenliste: 3,00 m

4,75 Gomann, Karin 47 LG Lage-Detmold 29.07.1990 Herne-Wanne

4,50 * Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.06.2017 Verden

4,46 * Koch, Katja 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 18.09.2016 Bad Salzuflen

4,09 Pankoke, Brigitte 49 LG Oerlinghausen 07.07.1991 Herford

4,02 Gehring, Antje 40 LG Lippe-Süd 25.08.1984 Bad Meinberg

4,02 * Wöhrmann, Tina 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 03.09.2023 Bad Salzuflen

4,00 Schäfers, Mathilde 52 LG Lippe-Süd 18.09.1992 Horn

3,99 * Wamser, Kerstin 70 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 09.06.2013 Gladbeck

3,97 * Buschkiel, Dorothea 68 LG Lemgo 29.09.2012 Lemgo

3,70 * Prange, Frauke 76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.05.2016 Brackwede

3,70 * Hemmeke, Birgit 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 22.06.2022 Bad Salzuflen

3,68 * Wöhrmann, Tina 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage

<u>Frauen W 40</u>	Weitsprung	Fortsetzung		
3,54	Veldhuis, Veronika	54 TV Großenmarpe	02.09.1995	Blomberg
3,40	U. Niemeier	50 SV Cappel	02.09.1995	Blomberg
3,30	Beckmann, Dr. Astrid	57 LG Lemgo	25.09.1999	Lemgo
3,27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
3,25	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	05.08.1984	Humfeld
3,21	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
3,21*	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	13.07.2012	Lemgo
3,21*	Domsch, Friederike	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Lemgo
3,20 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	29.09.2023	Lage
3,05	Broschinski, A.	54 SV Cappel	02.09.1995	Blomberg
3,05 *	Rudnik, Carola	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.09.2014	Bad Salzuflen
3,01	Höfing, Erika	53 SC Donop	03.09.1994	Blomberg

Kugelstoß - 4 kg -**Lippischer Rekord:**

10,08 m Hannelore Wattenberg 36 LG Bad Salzuflen 25.05.1976 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

6,00 m

10,08	Wattenberg, Hannelore	36 LG Bad Salzuflen	25.05.1976	Bad Salzuflen
9,44	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	22.06.2022	Bad Salzuflen
9,08	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LG Lippe-Süd	01.05.2003	Bad Salzuflen
8,80	Schrader, Monika	41 LG Bad Salzuflen	02.10.1982	Bad Salzuflen
8,70	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
8,67	Beckmann, Dr. Astrid	57 LG Lemgo	18.06.2004	Kevelaer
8,65	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	01.05.2010	Bad Salzuflen
8,47	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	13.08.1989	Herford
8,39	Koch, Katja	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
8,17	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	08.09.2002	Bad Salzuflen
7,98	Romppel, Doris	41 LG Lippe-Süd	24.06.1986	Horn
7,91	Pötter, Rosina	49 LG Bad Salzuflen	21.06.1992	Lage
7,85	Schäfers, Mathilde	52 LG Lippe-Süd	18.09.1992	Horn
7,62	Garben, Jutta	51 TV 1860 Detmold	26.09.1992	Detmold
7,32	Buschkiel, Dorothea	68 LG Lemgo	29.09.2012	Lemgo
7,31	Rudnik, Carola	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.09.2014	Bad Salzuflen
7,28	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	21.06.1988	Horn
6,62	Brand, Inga	79 LG Lippe-Süd	01.05.2019	Bad Salzuflen
6,60	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
6,47	Domsch, Friederike	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
6,45	Jüngling, Ute	47 TuS Humfeld	07.06.1987	Humfeld
6,40	Wamser, Kerstin	70 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2013	Bad Salzuflen
6,38	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
6,15	Veldhuis, Veronika	54 TV Großenmarpe	02.09.1995	Blomberg
6,13	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	30.07.1989	Humfeld
6,12	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
6,02	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo

Diskuswurf - 1 kg -**Lippischer Rekord:**

28,01 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 08.06.1986 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste:

28,01	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	13.09.2009	Bad Salzuflen
27,40	Gomann, Karin	47 LG Lage-Detmold	03.08.1989	Herford
24,46	Koch, Katja	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
24,42	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LG lippe-Süd	08.09.2002	Bad Salzuflen
23,75	Prange, Frauke	76 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
22,94	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
21,54	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	14.05.2022	Minden
19,82	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
14,58	Villmann, Ingeborg	42 LC Lage	26.06.1988	Bad Salzuflen
14,40	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen

Frauen W 40**Hammerwerfen** 4,00 kg**Lippischer Rekord:**

31,34 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzufen 24.05.1999 Nammen

Ewige Bestenliste:

31,34 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzufen 24.05.2009 Nammen

Speerwerfen 600 g (ab 1999)**Lippischer Rekord:**

25,96 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzufen 30.05.2009 Paderborn

Ewige Bestenliste:

25,96 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzufen 30.05.2009 Paderborn

9,65 Westphal, Elke 76 LG Lippe-Süd 19.05.2019 Blomberg

Gewichtwerfen 9,08 kg**Lippischer Rekord:**

8,76 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzufen 26.09.2009 Tudorf

Ewige Bestenliste:

8,76 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzufen 26.09.2009 Tudorf

Dreikampf (100 m - Weit - Kugel)**Lippischer Rekord:**1401 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) – 3,68 (-0,0) – 8,88)

Ewige Bestenliste:

1401 1151 Wöhrmann, Tina 74 LG Lage Detmold Bad Salzufen 24.09.2021 Lage

(14,99 (+0,3) – 3,68 (-0,0) – 8,88)

1326 Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen 28.09.2013 Lemgo

(14,76 (-0,8) – 3,99 (-0,7) – 6,15)

1165 Buschkiel, Dorothea 68 LG Lemgo 29.09.2012 Lemgo

(16,52 (+2,0) – 3,97 (-0,2) – 7,32)

757 572 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 30.09.2006 Lemgo

(17,69* - 3,21 - 6,02)

679 507 Husemann, Dagmar 61 LG Lippe-Süd 29.08.2010 Lemgo

(17,82* - 2,91* - 5,99)

Fünfkampf (100 m – Hoch – Kugel - Weit – 800 m)**Lippische Bestleistung:****Bessere Leistung eines Dreikampfes:**1401 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) – o. L. – 8,88 - 3,68 (-0,0) – o. L.)

Ewige Bestenliste:

1115 788 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 30.09.2006 Lemgo

(17,69* - 1,00 - 6,02 – 3,21* - 3:41,98)

Siebenkampf (100 m Hürden – Hoch – Kugel – 200 m / Weit – Speer - 800 m)**Lippischer Rekord:**1070 Punkte Elke Westphal 76 LG Lippe-Süd 18./19.05.2019 Blomberg
(aufg. - o.g.V. - 4,94 - 35,98* / 2,73* - 9,65 - 3:12,13)

1070 Westphal, Elke 76 LG Lippe-Süd 18./19.05.2019 Blomberg

(aufg. - o.g.V. - 4,94 - 35,98* / 2,73* - 9,65 - 3:12,13)

Werferfünfkampf (Diskus – Kugel – Hammer - Speer – Gewicht)**Lippischer Rekord:**

2348 Punkte Angelika Szrama 62 LG Bad Salzufen 02.10.2011 Nammen

(29,67 – 7,94 – 24,15 – 22,52 – 8,46)

Ewige Bestenliste:

2348 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzufen 02.10.2011 Nammen

(29,67 – 7,94 – 24,15 – 22,52 – 8,46)

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 45

30 m fliegend

Lippische Bestleistung:

3,98 sec Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

3,98 Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

100 m

Lippischer Rekord:

13,86 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste: 18,0 sec

13,86*	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
14,20 *	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,39 *	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.06.2016	Osnabr.-Gretesch
14,62 *	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	23.05.2014	Brackwede
14,65*	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.06.2019	Lemgo
14,99 *	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
15,07 *	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
15,38 *	Santos, Carla	76 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	01.05.2023	Bad Salzuflen
16,68 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2022	Bad Salzuflen
17,13 *	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	13.07.2012	Lemgo
17,69 *	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
18,46 *	Rudnik, Carola	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.09.2014	Bad Salzuflen

150 m

Lippische Bestleistung:

22,58 sec Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

22,90 Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

200 m

Lippischer Rekord:

29,67 sec Katja Koch 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 14.07.2019 Leinefelde-Worbis

Ewige Bestenliste:

29,67*	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.07.2019	Leinefelde-Worbis
30,21*	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.07.2019	Leinefelde-Worbis
30,64*	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.06.2019	Lemgo
31,55 *	Müller, Stephanie	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2014	Bad Salzuflen
31,60 *	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	09.06.2013	Gladbeck
33,26 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen
40,39 *	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
40,85 *	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen

300 m

Lippische Bestleistung:

54,74 sec Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Ewige Bestenliste:

54,74 Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2018 Soest

Frauen W 45**400 m****Lippischer Rekord:**

72,67 sec Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2023 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

72,67 Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2023 Bad Salzuflen

800 m**Lippischer Rekord:**

2:39,43 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.07.2004 Lage

Ewige Bestenliste:

4:30,0 min

2:39,43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.06.2023	Lage
2:56,74	Kriekhaus, Angela	71 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2016	Essen
3:01,04	Eickmeyer, Jutta	76 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
3:20,27	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.07.2005	Vaterstetten
3:25,6	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	23.06.1990	Bad Salzuflen
3:27,5	Kracht, Inge	39 LG Bad Salzuflen	20.07.1991	Bad Salzuflen
3:28,89	Hemmeke, Birgit	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
3:31,16	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	06.07.2011	Minden
3:40,36	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	27.09.2008	Lemgo
3:53,54	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	10.06.2011	Lemgo
3:53,8	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	20.07.1991	Bad Salzuflen

1000 m**Lippischer Rekord:**

4:31,12 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

5:15,0 min

4:31,12	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	18.06.2005	Minden
4:33,5	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:37,4	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:44,2	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:54,7	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
5:00,0	Gorschlüter, Anita	43 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen

1500 m**Lippischer Rekord:**

5:37,3 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.05.1986 Lage

Ewige Bestenliste:

7:30,0 min

5:37,3	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:38,95	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.09.2021	Baunatal
5:42,0	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	04.05.1988	Lemgo
6:12,70	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.2004	Minden
6:42,06	Hampe, Ursula	42 LG Lage-Detmold	08.08.2001	Minden

2000 m**Lippischer Rekord:**

9:22,1 min Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 09.09.1997 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

10:30,0 min

9:22,1	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
9:35,2	Reimeier, Renate	37 LfG Oerlinghausen	12.09.1989	Oerlinghausen
9:45,1	Offel, Erika	44 LG Lemgo	25.05.1991	Lemgo
10:03,9	Walter, Christel	40 SC Donop	02.09.1995	Blomberg
10:19,0	Braun, Ruth	33 LG Bad Salzuflen	15.07.1989	Bad Salzuflen

3000 m**Lippischer Rekord:**

11:46,3 min Heidrun Vogt 42 LG Lippe-Süd 21.09.1988 Bad Meinberg

Frauen W 45

3000 m

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

17:00,0 min

11:46,3	Voigt, Heidrun	42 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
11:47,46	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	01.05.1990	Detmold
11:48,6	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	24.08.1984	Detmold
12:04,32	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.05.2022	Bielefeld
12:15,9	Klauck, Annemarie	38 LG Lage-Detmold	13.05.1984	Gütersloh
12:53,7	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	19.04.1986	Olpe
13:27,34	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
13:37,4	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	12.05.1999	Minden
13:40,07	Wojtke, Helga	50 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
13:42,5	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	05.09.1987	Lemgo
14:14,6	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
14:19,7	Zappini, Gisela	39 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
14:20,7	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
14:24,5	Sewell, Christine	49 LC 92 Bad Salzuflen	21.09.1994	Lemgo
14:45,74	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
15:10,1	Höveler, Hildegard	43 LG Bad Salzuflen	11.10.1989	Bad Salzuflen
15:22,5	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
15:27,35	Aipperspach, Hannelies	49 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
15:39,0	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
15:39,7	Hagedorn, Sonja	51 LG Lippe-Süd	02.10.1996	Bad Meinberg
16:10,81	Pieneck, Ingrid	47 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen

5000 mLippischer Rekord:

19:34,1 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 20.03.2010 Salzkotten

Ewige Bestenliste:

32:30,0 min

19:34,1	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	20.03.2010	Salzkotten
20:35,21	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	13.08.2010	Borgholzhausen
20:39,53	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.06.1988	Lage
21:03,9	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	29.09.1984	Detmold
21:05,0	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	21.05.2008	Lage
21:56,7	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	17.04.2004	Lemgo
22:59,92	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	02.06.2006	Lemgo
23:02,01	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:07,1	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
23:08,02	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	03.07.2021	Bielefeld
23:12,86	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.05.2004	Lemgo
23:28,07	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
23:44,5	Brandt, Erika	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
23:45,3	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	16.04.2005	Lemgo
23:49,9	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
24:19,0	Romppel, Doris	41 LG Lippe-Süd	09.07.1986	Bad Meinberg
24:25,6	Fröse, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:06,0	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:14,0	Strüßmann, Bärbel	50 LG Lippe-Süd	01.10.1997	Bad Meinberg
25:21,6	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:25,4	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2005	Lemgo
25:53,00	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
27:10,7	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	22.09.1987	Bad Salzuflen
28:06,6	Hampe, Renate	39 LG Bad Salzuflen	22.09.1987	Bad Salzuflen
29:20,5	Sewell, Christine	49 LC 92 Bad Salzuflen	19.09.1995	Bad Salzuflen

10000 mLippischer Rekord:

41:47,01 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.10.2013 Lage

Ewige Bestenliste:

41:47,01	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	12.10.2013	Lemgo
42:25,6	Oppermann, Hannelore	39 LG Lage-Detmold	24.05.1984	Lage

Frauen W 45

10000 m

Fortsetzung

43:54,1	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	11.08.1984	Bad Salzuflen
47:10,64	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.08.1995	Minden
48:30,5	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	24.05.1984	Lage
48:52,8	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	04.09.2002	Melle

5 km Straße**Lippischer Rekord:**

20:03 min	Bärbel Büschemann	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
19:43 min	Katjana Quest-Altrogge	64 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten

Ewige Bestenliste:

25:30 min

19:43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
19:56	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
20:03	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
21:44	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
21:54	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.10.2008	Schieder
21:56	Brömelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
22:07	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
22:15	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
22:17	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Walldorf
22:19	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
22:24	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
22:24	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
22:32	Franke-Giese, Bettina	56 LG Lippe-Süd	26.08.2005	Detmold
22:38	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
23:07	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
23:08	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	10.09.2011	Oelde
23:10	Kottmann, Birgit	56 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
23:13	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	02.10.2021	Verl
23:17	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
23:27	Metinat, Christa	66 SV Diestelbruch-Mosebeck	28.10.2012	Schieder
23:37	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2012	Holzhausen
23:42	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	15.04.2006	Paderborn
23:53	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	14.04.2001	Paderborn
23:59	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
24:01	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	21.03.1998	Salzkotten
24:02	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
24:05	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
24:06	Wißbrock, Christiane	65 LF Ehberg 02	16.03.2013	Salzkotten
24:16	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
24:16	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	08.04.2023	Paderborn
24:17	Kruse, Heidi	65 LG Lemgo	28.10.2012	Schieder
24:18	Jansen, Annette	52 TuS Falke Berlebeck	27.10.2001	Schieder
24:22	Pukropski, Elisabeth	53 TuS Wöbbel	30.10.1999	Schieder
24:22	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	16.10.2004	Brockhagen
24:28	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	26.10.2002	Schieder
24:30	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.03.1997	Paderborn
24:37	Hoppe-Schrahe, Annegret	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
24:37	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
24:41	Roll, Sabine	62 LG Lippe-Süd	16.09.2007	Stukenbrock
24:45	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
24:47	Hüttemeier, Heike	74 TuS Kachtenhausen	03.07.2019	Lage
24:52	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	29.10.1994	Schieder
24:52	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
24:53	Riemeier, Karin	63 LG Lippe-Süd	13.05.2005	Schloß Neuhaus
24:59	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	30.05.2014	Bentfeld
25:08	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	23.09.2001	Troisdorf
25:08	Bum, Regina	57 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
25:13	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	28.10.2006	Schieder
25:15	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
25:16	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder

Frauen W 45

5 km

Fortsetzung

25:19	Nolteculemann, Bianca	68 LG Lemgo	21.09.2014	Stukenbrock
25:20	Althoff, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
25:23	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
24:24	Rakete, Petra	65 Currimus Schlangen	12.05.2023	Paderborn
25:27	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
25:28	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
25:28	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	09.10.1999	Holzhausen

5 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

105:14 min TV Lemgo 29.04.2018 Hamburg
(Stille, Heike 31:33 - Conrad, Claudia 36:39 - Kruse, Heidi 37:02)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

64:53 min LG Lage-Detmold 10.09.2011 Oelde
(Quest-Altrogge, Katjana 41:02 – Büschemann, Bärbel 42:28 – Hüls, Annette 46:15)

Ewige Bestenliste: 90:00 min

64:53	LG Lage-Detmold	10.09.2011	Oelde
	Quest-Altrogge, Katjana 20:31 – Büschemann, Bärbel 21:14 – Hüls, Annette 23:08		
75:45	LC 92 Bad Salzuflen	09.10.1999	Holzhausen
	Rottschäfer, Gerhild 24:39 – Merkel, Elisabeth 25:28 – Körner, Ursula 25:38		
75:53	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 23:50 - Kruse, Heidi 25:11 - Joachim, Katja 26:52		
78:45	LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
	Stiegmann, Annemarie 24:32 – Hampe, Ursula 26:25 – Allen, Ulrike 27:48		
82:11	TG Lage	24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 26:26 - Säfken, Michaela 27:12 - Hagemoser, Petra 28:33		
82:12	TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
	Stille, Heike 26:07 - Kruse, Heidi 27:38 - Conrad, Claudia 28:27		
83:37	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 27:12 – Wendland, Bärbel 27:33 – Sombray, Christa 28:52		
83:41	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2005	Holzhausen
	Sharifi, Sabine 25:42 – Lindemann, G. 28:53 – Osper, Gabriele 29:06		
83:44	LG Oerlinghausen	10.09.2017	Bielefeld
	Köneke, Antje 26:34- Sinnerbrink, Marion 27:33 - Leong, Shireen 29:37		
84:49	TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 28:09 - Bünte, Silke 28:15 - Brand, Stefanie 28:25		
85:05	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Hedwig 25:21 - Schultz, Angela 29:20 - Hofbrücker, Sabine 30:24		
85:14	LG TuS Lügde	29.10.2011	Schieder
	Kiss, Gabi 26:12 - Köhler, Sabine 26:38 - Kleine, Silke 32:24		
86:21	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 28:33 - Boekstegers, Silke 28:42 - Winter, Heidrun 29:06		
88:15	LG Lage-Detmold	15.09.2012	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 28:59 - Boekstegers, Silke 29:38 - Säfken, Michaela 29:38		

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

39:25 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold 19.03.2011 Salzkotten

Ewige Bestenliste: 52:00 min

39:25	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold	19.03.2011	Salzkotten
39:52	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	31.10.2009	Schieder
40:45	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold	02.12.2011	Wiedenbrück
43:27	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
43:47	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	25.10.2008	Schieder
43:52	Brörmeyer, Doris	41 LG Lippe-Süd	29.03.1986	Paderborn
44:14	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
44:30	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
44:33	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
44:38	Stille, Heike	59 BSV Leese	28.10.2006	Schieder
44:47	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
44:48	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
45:04	Franke-Giese, Bettina	56 LG Lippe-Süd	26.08.2005	Detmold

<u>Frauen W 45</u>	10 km	Fortsetzung		
45:15	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
46:13	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
46:15	Hüls, Annette	66 LG Lage-Detmold	10.09.2011	Oelde
46:19	Kottmann, Birgit	56 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
46:33	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
46:54	Metinat, Christa	66 SV Diestelbruch-Mosebeck	28.10.2012	Schieder
47:22	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	10.05.2019	Schloß Neuhaus
47:23	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	15.04.2006	Paderborn
47:45	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	14.04.2001	Paderborn
47:57	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
48:02	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	21.03.1998	Salzkotten
48:03	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
48:08	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
48:09	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
48:11	Wißbrock, Christiane	65 LF Ehberg 02	16.03.2013	Salzkotten
48:31	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	08.04.2023	Paderborn
48:32	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
48:34	Kruse, Heidi	65 LG Lemgo	28.10.2012	Schieder
48:36	Jansen, Annette	52 TuS Falke Berlebeck	27.10.2001	Schieder
48:43	Pukropski, Elisabeth	53 TuS Wöbbel	30.10.1999	Schieder
48:44	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	16.10.2004	Brockhagen
48:55	Tünker, Irmhild	57 RSV Schwelentrup	26.10.2002	Schieder
49:00	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	29.03.1997	Paderborn
49:14	Hoppe-Schrahe, Annegret	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
49:14	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	06.12.2019	Wiedenbrück
49:21	Roll, Sabine	62 LG Lippe-Süd	16.09.2007	Stukenbrock
49:29	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
49:34	Hüttemeier, Heike	74 TuS Kachtenhausen	03.07.2019	Lage
49:44	Dobroschke, Gaby	49 LG TuS Lügde	29.10.1994	Schieder
49:44	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
49:45	Riemeier, Karin	63 LG Lippe-Süd	13.05.2005	Schloß Neuhaus
49:58	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	30.05.2014	Bentfeld
50:15	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	23.09.2001	Troisdorf
50:15	Bum, Regina	57 TuS Lügde	29.10.2005	Schieder
50:25	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	28.10.2006	Schieder
50:45	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
50:30	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
50:31	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
50:38	Nolteculmann, Bianca	68 LG Lemgo	21.09.2014	Stukenbrock
50:40	Althoff, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
50:48	Rakete, Petra	65 Currimus Schlangen	12.05.2023	Paderborn
50:54	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
50:55	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	09.10.1999	Holzhausen
50:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
51:10	Tegeler, Martina	65 LG Lemgo	21.09.2014	Stukenbrock
51:26	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	28.10.2000	Schieder

10 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

2:09:45 Std. LG Lage-Detmold 10.09.2011 Oelde
 (Quest-Altrogge, Katjana 41:02 – Büschemann, Bärbel 42:28 – Hüls, Annette 46:15)

Ewige Bestenliste:

3:30:00 Std.

2:09:45	LG Lage-Detmold	10.09.2011	Oelde
	Quest-Altrogge, Katjana 41:02 – Büschemann, Bärbel 42:28 – Hüls, Annette 46:15		
2:31:27	LC 92 Bad Salzuflen	09.10.1999	Holzhausen
	Rottschäfer, Gerhild 49:17 – Merkel, Elisabeth 50:55 – Körner, Ursula 51:15		
2:31:44	TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 47:39 - Kruse, Heidi 50:22 - Joachim, Katja 53:43		
2:37:29	LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
	Stiegmann, Annemarie 49:03 – Hampe, Ursula 52:50 – Allen, Ulrike 55:36		
2:39:57	LG Oerlinghausen	11.09.2016	Bielefeld
	Lerwe, Janet 50:31 - Jacob, Inga 52:43 - Bartel, Jasmin 56:43		

Frauen W 45

10 km Mannschaft

Fortsetzung

2:44:21	TG Lage		24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 52:51 - Säfken, Michaela 54:24 - Hagemoser, Petra 57:06			
2:47:14	LG Oerlinghausen		27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 54:24 – Wendland, Bärbel 55:06 – Sombray, Christa 57:43			
2:47:26	LG Oerlinghausen		10.09.2017	Bielefeld
	Köneke, Antje 53:07- Sinnerbrink, Marion 55:06 - Leong, Shireen 59:13			
2:47:56	LC 92 Bad Salzuflen		24.09.2005	Holzhausen
	Sharifi, Sabine 51:24 – Lindemann, G. 57:46– Osper, Gabriele 58:12			
2:49:59	TuS Bentrup-Loßbruch		15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 56:18 - Bünte, Silke 56:30 - Brand, Stefanie 56:49			
2:50:09	Currimus Schlangen		19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Hedwig 50:42 - Schultz, Angela 58:39 - Hofbrücker, Sabine 60:48			
2:50:26	LG TuS Lügde		29.10.2011	Schieder
	Kiss, Gabi 52:23 - Köhler, Sabine 53:15 - Kleine, Silke 64:48			
2:52:40	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen		14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 57:05 - Boekstegers, Silke 57:23 - Winter, Heidrun 58:12			
2:56:28	LG Lage-Detmold		15.09.2012	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 57:58 - Boekstegers, Silke 59:15 - Säfken, Michaela 59:16			
2:57:28	LG Oerlinghausen		13.09.2015	Bielefeld
	Zappini, Gisela 58:17 - Depenbrock, Peggy 59:04 - Sinnerbrink, Marion 60:07			
3:05:32	Currimus Schlangen		11.04.2009	Paderborn
	Ellmann, Regina 48:10 – Daniel, Renate 66:34 – Schmidt, Brigitte 70:48			
3:06:21	LG (TV) Lemgo		26.03.2016	Paderborn
	Eggers, Yona 56:34 - Grawe, Magdalena 61:53 - Klemp, Claudia 67:54			
3:07:17	Lauftreff Di-Do-Sa Lage-Müssen		30.10.2010	Schieder
	Schüring, Brigitte 58:15 – Meise, Monika 58:16 – Eikermann, Maria 70:46			
3:20:58	LG (TV) Lemgo		15.04.2017	Paderborn
	Plettemeier, Claudia 62:06- Grote, Antje 66:00 - Albrecht, Ute 72:52			

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

69:43 min Ingrid Schröder 40 LG Lippe-Süd 16.06.1991 Bexterhagen

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

64:44 min Bärbel Büschemann 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.03.2016 Braunschweig

Ewige Bestenliste:

85:00 min

64:44	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
65:10	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
65:47	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
66:44	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
66:49	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
67:10	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
68:19	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	21.03.2010	Venlo (NL)
69:43	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	16.06.1991	Bexterhagen
71:29	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
71:56	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
72:12	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
72:47	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	08.04.2023	Paderborn
72:49	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
74:13	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
74:19	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
74:36	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
75:10	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
75:45	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
75:47	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
76:00	Althoff, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
76:11	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
76:22	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
76:31	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
76:43	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
76:54	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
77:11	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	26.03.2005	Paderborn
77:27	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
77:57	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn

<u>Frauen W 45</u>	15 km	Fortsetzung		
78:00	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	06.11.2022	Gütersloh
78:17	Suchy-Ponick, Ulrike	52 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
78:40	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
79:00	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
79:11	Verheyen, Doris	52 LG Oerlinghausen	12.10.1997	Mastholt
79:30	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
79:39	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
79:45	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	31.03.2018	Paderborn
79:57	Roll, Sabine	LG Lippe-Süd	27.07.2008	Alhausen
79:59	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
80:16	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
80:19	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
80:34	Joachim, Katja	71 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
80:43	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2014	Paderborn
80:52	Spilling, Andrea	68 VfL Pottenhausen	15.09.2013	Stukenbrock
81:24	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
81:58	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
82:11	Dietrich, Ulrike	56 TSV Leopoldstal	10.04.2004	Paderborn
82:23	Tegeler, Martina	65 TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
82:48	Reinke, Ingeborg	50 VfL Hiddesen	07.10.1995	Holzhausen
83:10	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
83:17	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
83:46	Weber, Gabi	61 LG Oerlinghausen	02.11.2008	Verl
83:58	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
84:07	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
84:12	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
84:26	Helmer, Monika	72 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
84:31	Reker, Petra	68 LG Oerlinghausen	09.04.2017	Hannover
84:34	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
84:44	Deister, Hildegard	53 Trias Schieder (LG Lippe-Süd)	11.04.1998	Paderborn
84:45	Bünthe, Silke	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
84:53	Gorschlüter, Anita	43 LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen

15 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

4:18:59 Std. LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 14.09.2013 Holzhausen
(Körner-Downes, Monika 85:37 - Boekstegers, Silke 86:04 - Winter, Heidrun 87:18)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:51:03 Std. TV Lemgo 09.04.2017 Hannover
(Stille, Heike 71:29 - Kruse, Heidi 79:00 - Joachim, Katja 80:34)

Ewige Bestenliste:

5:30:00 Std.

3:51:03	TV Lemgo		09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 71:29 - Kruse, Heidi 79:00 - Joachim, Katja 80:34			
4:10:50	LG Oerlinghausen		27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 81:36 – Wendland, Bärbel 82:39 – Sombray, Christa 86:35			
4:18:59	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen		14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 85:37 - Boekstegers, Silke 86:04 - Winter, Heidrun 87:18			
4:20:51	LC 92 Bad Salzuflen		20.09.1998	Berlin
	Aippeypach Hapna, L. 85:40 - Wojtke, H. 85:40 - Rottschäfer, G. 89:31			
4:31:09	LG Oerlinghausen		11.06.2017	Duisburg
	Köneke, Antje 84:38- Sinnerbrink, Marion 88:52 - Leong, Shireen 97:39			
4:24:44	LG Lage-Detmold		15.09.2012	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 86:57 - Boeksteegers, Silke 88:53 - Säfken, Michaela 88:54			
4:25:20	TuS Bentrup-Loßbruch		15.04.2017	Paderborn
	Brand, Stefanie 88:26 - Helmer, Monika 88:27 - Bünthe, Silke 88:27			
4:27:58	TG Lage		13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 87:08 - Boekstegers, Silke 87:20 - Deter, Marion 93:30			
4:40:14	LC 92 Bad Salzuflen		16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 90:16 – Lindemann, Gisela 93:22 – Osper, Gabriele 96:36			
5:13:46	LG Lemgo		20.09.2015	Stukenbrock
	David, Kerstin 92:41 - Sgorzaly, Martina 109:21 - Tegeler, Martina 111:44			

Frauen W 45**20 km Straße****Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Halbmarathonstrecke:**

1:31:02 Std.	Bärbel Büschemann	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
--------------	-------------------	----------------------------------	------------	--------------

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:26:18 Std.	Bärbel Büschemann	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
--------------	-------------------	----------------------------------	------------	--------------

Ewige Bestenliste:

1:54:00 Std.

1:26:18	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:27:42	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:28:47	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:28:59	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:29:33	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
1:30:02	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:31:05	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	21.03.2010	Venlo (NL)
1:33:10	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:35:02	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
1:35:54	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:37:02	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	08.04.2023	Paderborn
1:37:04	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:38:38	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
1:38:57	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
1:39:27	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:40:14	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:40:57	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:40:59	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
1:41:20	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
1:41:34	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:41:47	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:41:58	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
1:42:13	Joachim, Katja	71 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:42:17	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:42:28	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
1:42:48	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	26.03.2005	Paderborn
1:43:56	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:44:00	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	06.11.2022	Gütersloh
1:44:05	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
1:44:16	Suchy-Ponick, Ulrike	52 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:44:38	Tegeler, Martina	65 TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
1:44:47	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
1:45:20	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
1:45:28	Verheyen, Doris	52 LG Oerlinghausen	12.10.1997	Mastholt
1:45:56	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
1:46:05	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
1:46:20	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	31.03.2018	Paderborn
1:47:26	Roll, Sabine	LG Lippe-Süd	27.07.2008	Alhausen
1:47:29	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
1:47:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:47:55	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:48:28	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2014	Paderborn
1:48:32	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
1:48:39	Spilling, Andrea	68 VfL Pottenhausen	15.09.2013	Stukenbrock
1:50:07	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
1:50:24	Dietrich, Ulrike	56 TSV Leopoldstal	10.04.2004	Paderborn
1:51:02	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
1:51:14	Reinke, Ingeborg	50 VfL Hiddesen	07.10.1995	Holzhausen
1:51:43	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
1:52:31	Weber, Gabi	61 LG Oerlinghausen	02.11.2008	Verl
1:52:35	Helmer, Monika	72 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:52:41	Reker, Petra	68 LG Oerlinghausen	09.04.2017	Hannover
1:52:47	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:53:00	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
1:53:00	Bünthe, Silke	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn

Frauen W 45

20 km

Fortsetzung

1:53:06	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:53:36	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
1:53:37	Brand, Stefanie	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:53:43	Wiese, Diana	77 Currimus Schlangen	04.06.2023	Salzkotten
1:53:49	Deister, Hildegard	53 Trias Schieder (LG Lippe-Süd)	11.04.1998	Paderborn

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:31:02 Std. Bärbel Büschemann 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.03.2016 Braunschweig

Ewige Bestenliste:

2:02:00 Std.

1:31:02	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:31:39	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:32:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	30.05.2010	Minden
1:33:51	Wille, Monika	57 LG Lage-Detmold	27.09.2003	Holzhausen
1:33:58	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:34:27	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	10.04.2004	Paderborn
1:36:04	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	21.03.2010	Venlo (NL)
1:38:16	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:40:31	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:41:09	Abu Ajamieh, Traute	45 LG Lage-Detmold	29.10.1994	Schieder
1:42:21	Roller, Svetlana	76 Personal Training Detmold	08.04.2023	Paderborn
1:42:23	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:44:19	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	22.08.2021	Berlin
1:44:22	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
1:44:54	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:45:43	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:46:14	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:46:29	Wißbrock, Christiane	65 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:46:31	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
1:46:53	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2013	Stukenbrock
1:47:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:47:21	Elsner, Angelika	58 TuS Müssen-Billinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:47:29	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
1:47:33	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
1:47:53	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:48:09	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
1:48:30	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	26.03.2005	Paderborn
1:49:38	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:49:42	Klemme, Corinna	73 LG TuS Lügde	06.11.2022	Gütersloh
1:50:03	Suchy-Ponick, Ulrike	52 LG Oerlinghausen	07.11.1999	Verl
1:50:35	Hilker, Marion	61 Blomberger Nelkenläufer	22.03.2008	Paderborn
1:51:19	Verheyen, Doris	52 LG Oerlinghausen	12.10.1997	Mastholt
1:51:48	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
1:51:58	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
1:52:09	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	31.03.2018	Paderborn
1:53:18	Joachim, Katja	71 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:53:23	Roll, Sabine	LG Lippe-Süd	27.07.2008	Alhausen
1:53:26	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
1:53:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:53:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:54:28	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2014	Paderborn
1:54:30	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
1:54:40	Spilling, Andrea	68 VfL Pottenhausen	15.09.2013	Stukenbrock
1:55:51	Tegeler, Martina	65 TV Lemgo	15.04.2017	Paderborn
1:56:13	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
1:56:31	Dietrich, Ulrike	56 TSV Leopoldstal	10.04.2004	Paderborn
1:57:07	Lerwe, Antje	74 LG Oerlinghausen	23.08.2019	Marienfeld
1:57:24	Reinke, Ingeborg	50 VfL Hiddesen	07.10.1995	Holzhausen
1:57:54	Wende, Christel	Lauffrende Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
1:58:45	Weber, Gabi	61 LG Oerlinghausen	02.11.2008	Verl
1:58:45	Helmer, Monika	72 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn

<u>Frauen W 45</u>	Halbmarathon	Fortsetzung		
1:58:51	Reker, Petra	68 LG Oerlinghausen	09.04.2017	Hannover
1:59:02	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:59:11	Bünthe, Silke	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:59:15	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
1:59:22	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:59:50	Brand, Stefanie	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:59:53	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
1:59:57	Wiese, Diana	77 Currimus Schlangen	04.06.2023	Salzkotten
2:00:07	Deister, Hildegard	53 Trias Schieder (LG Lippe-Süd)	11.04.1998	Paderborn
2:00:15	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
2:00:29	Pott-Papenkordt, Nicole	71 LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
2:00:32	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
2:00:37	Strauß, Stefanie	72 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
2:01:02	Boekstegers, Silke	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
2:01:14	Brand, Stefanie	67 TSV Bentrup-Loßbruch	07.04.2019	Hannover
2:01:30	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
2:01:45	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)

Halbmarathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

5:43:05 Std. TV Lemgo 09.04.2017 Hannover
(Stille, Heike 1:45:57 - Kruse, Heidi 1:55:38 - Conrad, Claudia 2:01:30)

Ewige Bestenliste:

5:20:03	TV Lemgo		09.04.2017	Hannover
	Stille, Heike 1:40:31 - Kruse, Heidi 1:46:14 - Joachim, Katja 1:53:18			
5:52:43	LG Oerlinghausen		27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 1:54:45 – Wendland, Bärbel 1:56:13 – Sombray, Christa 2:01:45			
5:57:46	TuS Bentrup-Loßbruch		15.04.2017	Paderborn
	Helmer, Monika 1:58:45 - Bünthe, Silke 1:59:11 - Brand, Stefanie 1:59:50			
6:04:12	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen		14.09.2013	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 2:00:24 - Boekstegers, Silke 2:01:02 - Winter, Heidrun 2:02:46			
6:08:06	LC 92 Bad Salzuflen		15.09.2002	Stukenbrock
	Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40 – Altheld, U. 2:13:43			
6:12:19	LG Lage-Detmold		15.09.2012	Holzhausen
	Körner-Downes, Monika 2:02:17 - Boeksteegers, Silke 2:05:00 - Säfken, Michaela 2:05:02			
6:13:10	LC 92 Bad Salzuflen		20.09.1998	Berlin
	Aippeypach Hapna, L. 2:00:29- Wojtke, H. 2:00:29 - Lindemann, G. 2:12:12			
6:15:46	TG Lage		13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 2:02:32 - Boekstegers, Silke 2:02:49 - Deter, Marion 2:10:25			
6:21:19	LG Oerlinghausen		11.06.2017	Duisburg
	Köneke, Antje 1:59:01- Sinnerbrink, Marion 2:04:58 - Leong, Shireen 2:17:20			
6:34:10	LC 92 Bad Salzuflen		16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 2:06:58 – Lindemann, Gisela 2:11:20 – Osper, Gabriele 2:15:52			
7:21:17	LG Lemgo		20.09.2015	Stukenbrock
	David, Kerstin 2:10:21 - Sgorzaly, Martina 2:33:47 - Tegeler, Martina 2:37:09			

25 km Straße

2:45:00 Std.

Lippische Bestleistung:

1:50:88 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 26.10.1985 Schieder

Ewige Bestenliste:

1:54:00 Std.

1:50:58	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Schieder
1:51:47	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
1:52:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	22.09.1984	Waldniel
1:53:27	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
1:56:29	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
1:58:44	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
2:01:10	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
2:02:21	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:03:47	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:07:41	Körner-Downes, Monika	59 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:08:12	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover

<u>Frauen W 45</u>	25 km	Fortsetzung		
2:10:10	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:12:21	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:12:22	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:13:10	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
2:14:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:15:40	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:15:40	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
2:16:14	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:16:23	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
2:17:43	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:18:43	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
2:22:09	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufen	11.09.2005	Münster
2:22:50	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
2:23:04	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:23:09	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
2:23:58	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
2:24:16	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:25:00	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzufen	29.09.1996	Berlin
2:25:38	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
2:25:50	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	18.03.1995	Steinfurt
2:26:49	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
2:27:22	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
2:27:31	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
2:28:07	Conrad, Claudia	71 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:28:34	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:29:06	Leong, Shireen	71 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
2:29:22	Reineke-Geißler, Anke	LG Lemgo	27.09.2009	Berlin
2:29:22	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
2:30:05	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:30:26	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
2:31:38	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
2:31:55	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:32:38	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
2:32:45	Kronshage, Manuela	75 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
2:33:19	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:34:14	Mende, Carola	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
2:34:33	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
2:34:35	Boekstegers, Silke	64 LG Lage-Detmold	28.10.2012	Frankfurt
2:34:40	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:36:14	Widany, Marion	LG TuS Lügde	08.05.2011	Hannover
2:37:12	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
2:37:54	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
2:38:41	Stoppok, Birgit	LG Lage-Detmold	03.10.2010	Köln
2:38:49	Tegeler, Martina	48 LG Lemgo	29.04.2013	Hamburg
2:39:01	Bracht, Bärbel	Blomberger Nelkenläufer	30.09.2007	Berlin
2:39:14	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
2:39:24	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	06.06.2004	Minden
2:39:26	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
2:41:59	Sommerkamp, Bärbel	61 LG Lage-Detmold	11.06.2006	Minden
2:42:00	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzufen	29.05.2019	Berlin
2:42:30	Schäfer, Yvonne	68 LG Oerlinghausen	13.10.2013	Köln
2:44:47	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin

25 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

7:26:38 Std. TV Lemgo 29.04.2018 Hamburg
(Stille, Heike 2:20:23 - Kruse, Heidi 2:29:28 - Conrad, Claudia 2:36:47)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

6:57:59 Std. LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
(Wind, Sieglinde 2:15:59 – Wendland, Bärbel 2:17:43 – Sombray, Christa 2:24:17)

Frauen W 45

25 km Mannschaft

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

6:57:59	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 2:15:59 – Wendland, Bärbel 2:17:43 – Sombray, Christa 2:24:17		
7:04:21	TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
	Stille, Heike 2:15:27 - Kruse, Heidi 2:20:47 - Conrad, Claudia 2:28:07		
7:14:44	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeyspach Hapna, L. 2:22:46- Wojtke, H. 2:22:47 - Rottschäfer, G. 2:29:11		
7:37:12	LG Oerlinghausen	11.06.2017	Duisburg
	Köneke, Antje 2:22:54- Sinnerbrink, Marion 2:31:46 - Leong, Shireen 2:42:32		
7:47:01	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 2:30:26 – Lindemann, Gisela 2:35:36 – Osper, Gabriele 2:40:59		
8:56:31	LG Oerlinghausen	20.09.1998	Berlin
	Heidemann, Heidi 2:29:03 – Beyer, Marilyn 2:51:07 – Jöstinmeyer, Lilo 3:36:21		

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:42:15 Std. Heike Stille 59 TV Lemgo 01.10.2017 Köln

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:14:53 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 26.10.1985 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:15:00 Std.

2:14:53	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:19:44	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:21:48	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
2:24:52	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:25:36	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:28:25	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
2:31:28	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
2:32:56	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
2:34:43	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
2:34:50	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
2:38:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:38:50	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
2:38:50	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:39:37	Körner-Downes, Monika	59 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:42:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
2:43:29	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:44:45	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:46:27	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
2:47:35	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
2:49:35	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
2:49:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:50:28	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
2:50:35	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:50:54	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
2:51:41	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:52:37	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:52:46	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
2:54:21	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
2:55:00	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
2:56:03	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
2:58:57	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
2:59:01	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
2:59:36	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:59:44	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:00:01	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
3:01:16	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.1996	Berlin
3:01:17	Conrad, Claudia	71 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:02:03	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:03:00	Leong, Shireen	71 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
3:03:17	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:03:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg

<u>Frauen W 45</u>	30 km	Fortsetzung			
3:03:58	Kronshage, Manuela	75 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin	
3:03:59	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden	
3:04:13	Vetter, Helga	__ LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin	
3:04:18	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin	
3:04:43	Reineke-Geißler, Anke	__ LG Lemgo	27.09.2009	Berlin	
3:04:44	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg	
3:07:46	Boekstegers, Silke	64 LG Lage-Detmold	28.10.2012	Frankfurt	
3:07:55	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin	
3:08:43	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover	
3:09:08	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden	
3:09:28	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München	
3:10:48	Mende, Carola	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin	
3:11:12	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg	
3:11:15	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin	
3:11:17	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover	
3:12:00	Tegeler, Martina	48 LG Lemgo	29.04.2013	Hamburg	
3:13:19	Widany, Marion	LG TuS Lügde	08.05.2011	Hannover	
3:13:35	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf	

35 km Straße**Lippische Bestleistung:**

3:08:10 Std.	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
2:37:22 Std.	Anne Klauck	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Berlin

Ewige Bestenliste:

3:50:00 Std.

2:37:22	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:43:01	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
2:45:26	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
2:49:01	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
2:49:52	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
2:53:09	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
2:56:42	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
2:58:26	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:00:30	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:01:53	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:05:18	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:06:13	Körner-Downes, Monika	59 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:07:23	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:08:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:08:57	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	27.10.2019	Frankfurt
3:09:57	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:10:46	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:12:48	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:14:11	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
3:15:55	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:17:50	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:18:08	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:18:53	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
3:19:01	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:19:59	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
3:20:17	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:21:33	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:21:59	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:23:25	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
3:24:10	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
3:24:16	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
3:28:45	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
3:30:08	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
3:30:37	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
3:31:27	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.1996	Berlin
3:31:33	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg

<u>Frauen W 45</u>	35 km	Fortsetzung		
3:32:08	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
3:32:22	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:34:31	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
3:34:54	Vetter, Helga	__ LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
3:35:12	Kronshage, Manuela	75 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
3:37:46	Leong, Shireen	71 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
3:37:51	Reineke-Geißler, Anke	__ LG Lemgo	27.09.2009	Berlin
3:37:52	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
3:39:47	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
3:40:05	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
3:41:24	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
3:41:47	Conrad, Claudia	71 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:41:54	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:42:15	Boekstegers, Silke	64 LG Lage-Detmold	28.10.2012	Frankfurt
3:42:35	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
3:43:07	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
3:43:28	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
3:44:06	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
3:44:57	Mende, Carola	__ LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
3:45:25	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
3:45:43	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
3:45:57	Tegeler, Martina	48 LG Lemgo	29.04.2013	Hamburg
3:47:45	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
3:47:53	Widany, Marion	__ LG TuS Lügde	08.05.2011	Hannover
3:47:58	Boekstegers, Silke	__ LG Lage-Detmold	28.10.2012	Frankfurt

40 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

3:09:42 Std.	Anne Klauck	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Berlin
--------------	-------------	--------------------	------------	--------

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:59:50 Std.	Anne Klauck	38 LG Lage-Detmold	26.10.1985	Berlin
--------------	-------------	--------------------	------------	--------

Ewige Bestenliste:

4:25:00 Std.

2:59:50	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3.06.18	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3.09.04	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
3:13:10	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:14:05	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:17:49	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
3:21:53	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
3:23:51	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:26:14	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:29:18	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:31:46	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:32:45	Körner-Downes, Monika	59 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:35:26	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:35:49	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:37:05	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:37:15	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:38:02	Althof, Elke	__ LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:40:21	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:41:52	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
3:43:54	Wißbrock, Christiane	__ LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:46:02	Ellerbrake, Marion	__ LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:46:28	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:47:13	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
3:47:27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:48:33	Ellmann, Regina	__ Currimum Schlangen	02.11.2011	Köln
3:48:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:50:21	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
3:50:50	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)

<u>Frauen W 45</u>	40 km	Fortsetzung		
3:52:08	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
3:52:23	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	18.03.1995	Steinfurt
3:52:28	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
3:58:30	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
4:00:05	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
4:00:38	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
4:01:36	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzufen	29.09.1996	Berlin
4:02:39	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
4:03:31	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
4:04:57	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
4:05:19	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:05:32	Vetter, Helga	__ LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
4:07:08	Kronshage, Manuela	75 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
4:08:52	Reineke-Geißler, Anke	__ LG Lemgo	27.09.2009	Berlin
4:08:53	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
4:09:02	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
4:11:31	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
4:13:11	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
4:13:18	Leong, Shireen	71 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
4:14:23	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
4:15:00	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
4:16:07	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
4:16:57	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
4:17:02	Mende, Carola	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
4:17:34	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
4:18:07	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
4:18:13	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
4:18:38	Boekstegers, Silke	64 LG Lage-Detmold	28.10.2012	Frankfurt
4:20:17	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
4:20:23	Widany, Marion	LG TuS Lügde	08.05.2011	Hannover
4:21:36	Tegeler, Martina	48 LG Lemgo	29.04.2013	Hamburg
4:23:40	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:24:29	Stoppok, Birgit	LG Lage-Detmold	03.10.2010	Köln

Marathon**Lippischer Rekord:**

3:09:42 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 26.10.1985 Berlin

Ewige Bestenliste:

4:50:00 Std.

3:09:42	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:16:31	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	27.10.1985	Koblenz
3:19:26	Kuhfuss, Elvira	63 TSV Bösingfeld	28.09.2008	Berlin
3:23:45	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	03.10.1981	Hanau
3:24:46	Voigt, Heidrun	43 LG Lippe-Süd	30.10.1988	Herzlake
3:28:44	Hölscher, Christine	56 LG Lage-Detmold	13.10.2002	Essen
3:33:01	Neese, Marlies	43 LG Lage-Detmold	24.04.1988	Hamburg
3:35:06	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	23.05.1993	Hamburg
3:37:36	Sohl, Martina	62 Endspurt OWL	15.03.2008	Steinfurt
3:41:11	Wittig, Claudia	77 LG Oerlinghausen	03.04.2022	Hannover
3:43:23	Korte, Anja	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzufen	24.05.2015	Kopenhagen (DK)
3:44:29	Körner-Downes, Monika	59 LG Lage-Detmold	25.09.2005	Berlin
3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:47:46	Köneke, Antje	72 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:48	Fruchtbar, Dr. Friederike	43 VfL Hiddesen	30.09.1990	Berlin
3:49:30	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:49:59	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:52:26	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:54:06	Riemeier, Karin	60 LG Lippe-Süd	05.06.2005	Minden
3:55:53	Wißbrock, Christiane	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
3:58:30	Ellerbrake, Marion	LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
3:58:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg

<u>Frauen W 45</u>	Marathon	Fortsetzung		
3:59:45	Blum, Regina	57 TuS Lügde	15.04.2006	Paderborn
3:59:55	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzufen	11.09.2005	Münster
4:01:05	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
4:01:27	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
4:02	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	01.10.1989	Berlin
4:03:30	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
4:04:13	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
4:05:13	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
4:06:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzufen	18.03.1995	Steinfurt
4:11:39	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	25.09.2005	Berlin
4:13:19	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
4:13:54	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
4:14:55	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzufen	29.09.1996	Berlin
4:16:01	Zajkiewicz, Petra	57 LG Oerlinghausen	24.09.2006	Berlin
4:16:51	Ruth, Anja	73 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
4:18:19	Helmer, Monika	72 TSV Bentrup-Loßbruch	29.09.2019	Berlin
4:18:46	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:19:04	Vetter, Helga	__ LG Oerlinghausen	27.09.2009	Berlin
4:20:13	Kronshage, Manuela	75 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
4:20:27	Timm, Bärbel	LG Bad Salzufen	27.09.1981	Berlin
4:22:35	Reineke-Geißler, Anke	LG Lemgo	27.09.2009	Berlin
4:22:36	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
4:23:12	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
4:25:19	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
4:26:59	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	01.10.1989	Berlin
4:27:04	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
4:27:36	Leong, Shireen	71 LG Oerlinghausen	29.09.2019	Berlin
4:28:20	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
4:30:16	Säfken, Michaela	64 TG Lage	09.10.2016	Essen
4:31:08	Mende, Carola	LG Oerlinghausen	28.09.2008	Berlin
4:31:42	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzufen	16.04.2000	Hamburg
4:31:54	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
4:32:16	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
4:33:31	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
4:34:33	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
4:34:40	Widany, Marion	LG TuS Lügde	08.05.2011	Hannover
4:34:46	Boekstegers, Silke	64 LG Lage-Detmold	28.10.2012	Frankfurt
4:37:17	Tegeler, Martina	48 LG Lemgo	29.04.2013	Hamburg
4:38:08	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LIT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:38:59	Stoppok, Birgit	LG Lage-Detmold	03.10.2010	Köln
4:39:33	Bracht, Bärbel	Blomberger Nelkenläufer	30.09.2007	Berlin
4:40:13	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	06.06.2004	Minden
4:40:19	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
4:42:20	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
4:43:11	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
4:44:34	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzufen	29.09.2019	Berlin
4:44:47	Sommerkamp, Bärbel	61 LG Lage-Detmold	11.06.2006	Minden
4:46:08	Conrad, Claudia	71 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
4:46:52	Weber, Imke	Teail Team Lippe	29.09.2019	Berlin
4:47:26	Schäfer, Yvonne	68 LG Oerlinghausen	13.10.2013	Köln
4:48:47	Koenig, Nicola	TuS Lügde	25.09.2016	Berlin
4:49:32	Dahlmeier, Monika	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin

Marathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

11:45:26 Std. LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
(Wind, Sieglinde 3:49:30 – Wendland, Bärbel 3:52:26 – Sombray, Christa 4:03:30)

Ewige Bestenliste:

11:45:26 LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
Wind, Sieglinde 3:49:30 – Wendland, Bärbel 3:52:26 – Sombray, Christa 4:03:30

Frauen W 45

Marathon Mannschaft

Fortsetzung

12:09:56	TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
	Stille, Heike 3:54:21 - Kruse, Heidi 3:58:44 - Ruth, Anja 4:16:51		
12:13:42	LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
	Aippeyspach Hapna, L. 4:00:57- Wojtke, H. 4:00:58 - Rottschäfer, G. 4:11:47		
13:11:27	LG Oerlinghausen	11.06.2017	Duisburg
	Köneke, Antje 4:08:06- Sinnerbrink, Marion 4:29:50 - Leong, Shireen 4:33:31		
13:08:12	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
	Merkel, Elisabeth 4:13:54 – Lindemann, Gisela 4:22:36 – Osper, Gabriele 4:31:42		
13:11:27	LG Oerlinghausen	11.06.2017	Duisburg
	Köneke, Antje 4:08:06- Sinnerbrink, Marion 4:29:50 - Leong, Shireen 4:33:31		
15:05:30	LG Oerlinghausen	20.09.1998	Berlin
	Heidemann, Heidi 4:11:33 – Beyer, Marilyn 4:48:48 – Jöstinmeyer, Lilo 6:05:09		

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

12.097 m Lisa Köller 36 TuS Humfeld 11.09.1984 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

12097	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	11.09.1984	Bad Salzuflen
10985	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	02.10.2002	Warburg

4 x 100 m**Lippischer Rekord:**

57,62 sec LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2022 Bad Salzuflen
Wöhrmann, T. 74 - Koch, K. 74 - Kaske-Mehlich, D. 69 - Hemmeke, B. 74

Ewige Bestenliste:

57,62	LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2022	Bad Salzuflen
	Wöhrmann, Tina 74 - Koch, Katja 74 - Kaske-Mehlich, Daniela 69 - Hemmeke, Birgit 74		

Hochsprung**Lippischer Rekord:**

1,36 m Tina Wöhrmann 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 17.06.2023 Reken

Ewige Bestenliste:

1,36	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	17.06.2023	Reken
1,29	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.02.2023	Mönchengladbach
1,00	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo

Weitsprung**Lippischer Rekord:**

4,50 m Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 24.06.2017 Verden

Ewige Bestenliste:

4,50 *	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.06.2017	Verden
4,29 *	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.05.2019	Gladbeck
4,02 *	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen
3,27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
3,21	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
3,21 *	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	13.07.2012	Lemgo
3,20 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	29.09.2023	Lage
3,16	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	12.08.1990	Humfeld
3,05 *	Rudnik, Carola	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.09.2014	Bad Salzuflen
2,56	Offel, Irma	40 TuS Humfeld	12.07.1986	Schwelentrup

Kugelstoß - 4 kg -**Lippischer Rekord:**

9,44 m Tina Wöhrmann 74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 22.06.2022 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

9,44	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	22.06.2022	Bad Salzuflen
8,67	Beckmann, Dr, Astrid	57 LG Lemgo	18.06.2004	Kevelaer
8,65	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	01.05.2010	Bad Salzuflen

Frauen W 45

Kugelstoßen

Fortsetzung

8,39	Koch, Katja	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
8,17	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	08.09.2002	Bad Salzuflen
7,79	Rädnitz-Soppa, Marion	59 LG Lippe-Süd	05.04.2008	Bad Salzuflen
7,98	Romppel, Doris	41 LG Lippe-Süd	24.06.1986	Horn
7,31	Rudnik, Carola	67 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	07.09.2014	Bad Salzuflen
7,28	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	21.06.1988	Horn
6,60	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
6,38	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
6,13	Offel, Erika	44 TuS Humfeld	30.07.1989	Humfeld
6,12	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
6,02	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
5,85	Wiebking, Hiltrud	49 TV Großenmarpe	03.09.1994	Blomberg
5,60	U. Niemeier	50 SV Cappel	02.09.1995	Blomberg
5,50	Offel, Irma	40 TuS Humfeld	12.07.1986	Schwelentrup

Diskuswurf - 1 kg -Lippischer Rekord:

28,01 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 08.06.1986 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste:

28,01	Szrama, Angelika	62 LG Bad Salzuflen	13.09.2009	Bad Salzuflen
24,46	Koch, Katja	74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.09.2022	Lage
21,54	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	14.05.2022	Minden
19,82	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
14,58	Villmann, Ingeborg	42 LC Lage	26.06.1988	Bad Salzuflen
14,40	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen

Hammerwerfen

4,00 kg

Lippischer Rekord:

31,34 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 24.05.1999 Nammen

Ewige Bestenliste:

31,34 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 24.05.2009 Nammen

Speerwerfen

600 g

(ab 1999)

Lippischer Rekord:

25,96 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn

Ewige Bestenliste:

25,96 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn

Gewichtwerfen

9,08 kg

Lippischer Rekord:

8,76 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 26.09.2009 Tudorf

Ewige Bestenliste:

8,76 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 26.09.2009 Tudorf

Dreikampf

(100 m - Weit - Kugel)

Lippischer Rekord:

1592 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) – 3,68 (-0,0) – 8,88)

Ewige Bestenliste:

1592	1151	Wöhrmann, Tina	74 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
					(14,99 (+0,3) – 3,68 (-0,0) – 8,88)
904	572	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	30.09.2006	Lemgo
					(17,69* - 3,21 - 6,02)
814	507	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	29.08.2010	Lemgo
					(17,82* - 2,91* - 5,99)

Frauen W 45

Fünfkampf (100 m – Hoch – Kugel - Weit – 800 m)

Lippische Bestleistung:

Bessere Leistung eines Dreikampfes:

1592 Punkte Tina Wöhrmann 74 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(14,99 (+0,3) – o. L. – 8,88 - 3,68 (-0,0) – o. L.)

Ewige Bestenliste:

1363 788 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 30.09.2006 Lemgo
(17,69* - 1,00 - 6,02 – 3,21* - 3:41,98)

Werferfünfkampf (Diskus – Kugel – Hammer - Speer – Gewicht)

Lippischer Rekord:

2595 Punkte Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 02.10.2011 Nammen
(24,86 - 8,38 – 25,33 – 23,48 – 8,18)

Ewige Bestenliste:

2595 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 02.10.2011 Porta-Nammen
(29,67 - 7,94 – 24,15 – 22,52 – 8,46)

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 50

100 m

Lippischer Rekord:

14,29 sec Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

14,29*	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen
16,58 *	Kanne, Anja	68 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	22.06.2022	Bad Salzuflen
16,68 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	01.05.2022	Bad Salzuflen
17,13*	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	13.07.2012	Lemgo
17,84*	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	27.09.2008	Lemgo

200 m

Lippischer Rekord:

30,21 sec Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 14.07.2019 Leinefelde-Worbis

Ewige Bestenliste:

30,21*	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	14.07.2019	Leinefelde-Worbis
33,26 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.09.2023	Bad Salzuflen
40,85 *	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen

400 m

Lippischer Rekord:

72,67 sec Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2023 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

72,67 Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2023 Bad Salzuflen

800 m

Lippischer Rekord:

2:39,43 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.07.2004 Lage

Ewige Bestenliste: 4:30,0 min

2:39,43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.06.2023	Lage
3:20,27	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.07.2005	Vaterstetten
3:25,6	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	23.06.1990	Bad Salzuflen
3:27,5	Kracht, Inge	39 LG Bad Salzuflen	20.07.1991	Bad Salzuflen
3:31,16	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	06.07.2011	Minden
3:40,36	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	27.09.2008	Lemgo
3:53,54	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	10.06.2011	Lemgo
3:53,8	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	20.07.1991	Bad Salzuflen

1000 m

Lippischer Rekord:

4:31,12 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

4:31,12	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	18.06.2005	Minden
4:33,5	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:54,7	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
5:00,0	Gorschlüter, Anita	43 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
5:22,4	Hampe, Renate	39 TG Schötmar	09.09.1997	Bad Salzuflen

Frauen W 50**1500 m****Lippischer Rekord:**

5:37,3 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.05.1986 Lage

Ewige Bestenliste: 8:00,0 min

5:37,3	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.05.1986	Lage
5:38,95	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.09.2021	Baunatal
6:01,0	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.04.1991	Blomberg
6:12,70	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.2004	Minden
6:42,06	Hampe, Ursula	42 LG Lage-Detmold	08.08.2001	Minden

2000 m**Lippischer Rekord:**

9:22,1 min Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 09.09.1997 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

9:22,1	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
9:35,2	Reimeier, Renate	37 LfG Oerlinghausen	12.09.1989	Oerlinghausen
10:03,9	Walter, Christel	40 SC Donop	02.09.1995	Blomberg
10:19,0	Braun, Ruth	33 LG Bad Salzuflen	15.07.1989	Bad Salzuflen
10:37,73	Offel, Erika	44 LG Lemgo	25.05.1991	Lemgo
10:48,5	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	01.10.1997	Bad Meinberg

3000 m**Lippischer Rekord:**

11:47,46 min Ingrid Schröder 40 LG Lippe-Süd 01.05.1990 Detmold

Ewige Bestenliste: 20:00,0 min

11:47,46	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	01.05.1990	Detmold
12:02,09	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	14.06.1986	Ahlen
12:04,32	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.05.2022	Bielefeld
13:37,4	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	12.05.1999	Minden
13:42,5	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	05.09.1987	Lemgo
13:54,4	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	17.04.2004	Lemgo
14:14,6	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
14:20,7	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
14:27,1	Zappini, Gisela	39 LG Lippe-Süd	04.10.1989	Bad Meinberg
15:22,5	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Horn-Bad Meinbg.
16:10,81	Pieneck, Ingrid	47 LG Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
19:36,0	Räke, Eva	26 LG Lippe-Süd	19.09.1990	Blomberg

5000 m**Lippischer Rekord:**

20:16,53 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 06.05.2023 Mittweida

Ewige Bestenliste:

20:16,53	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	06.05.2023	Mittweida
21:22,90	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	17.08.1991	Trier
21:34,99	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	01.08.1987	Essen
22:59,92	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	02.06.2006	Lemgo
23:02,01	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:05,1	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	12.04.2008	Lemgo
23:07,1	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	06.10.1987	Lemgo
23:12,86	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.05.2004	Lemgo
23:28,07	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
23:44,5	Brandt, Erika	34 LG Bad Salzuflen	29.08.1984	Bad Salzuflen
23:49,9	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	21.09.1988	Bad Meinberg
24:25,6	Fröse, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:06,0	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:21,6	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:25,4	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2005	Lemgo
27:10,7	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	22.09.1987	Bad Salzuflen

Frauen W 50**10000 m****Lippischer Rekord:**

42:24,42 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 08.06.2019 Essen

Ewige Bestenliste:

42:24,42	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.06.2019	Essen
47:10,64	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.08.1995	Minden
48:52,8	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	04.09.2002	Melle

5 km Straße**Lippischer Rekord:**

20:27 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 03.07.2019 Lage

Ewige Bestenliste:

28:00 min

20:27	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.07.2019	Lage
20:49	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
22:07	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
22:22	Stille, Heike	59 LG Lemgo	31.10.2009	Schieder
22:24	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
22:38	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
23:17	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	28.10.1995	Schieder
23:37	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2012	Holzhausen
23:43	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	12.09.2015	Holzhausen
23:45	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	25.10.2008	Schieder
23:53	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	14.14.2001	Paderborn
23:59	Köneke, Antje	72 TSV Oerlinghausen	03.10.2022	Verl
24:01	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	21.03.1998	Salzkotten
24:01	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
24:04	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
24:05	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
24:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
24:32	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	19.03.2005	Salzkotten
24:40	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
24:44	Purkopski, Elisabeth	53 TuS Wöbbel	24.10.2003	Schieder
24:52	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
24:59	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	30.05.2014	Bentfeld
25:08	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	23.09.2001	Troisdorf
25:13	Köneke, Antje	72 TSV Oerlinghausen	02.12.2022	Wiedenbrück
25:16	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
25:23	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	26.03.2017	Venlo (NL)
25:24	Rakete, Petra	65 Currimus Schlangen	12.05.2023	Paderborn
25:28	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
25:35	Liebrecht, Heike	64 TG Lage	03.07.2019	Lage
25:52	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	28.10.2000	Schieder
25:52	Pott-Papenkordt, Nicole	71 LG Oerlinghausen	31.05.2023	Lage
25:59	Krause, Bettina	64 LG Oerlinghausen	10.05.2018	Schloß Neuhaus
25:59	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
26:06	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
26:10	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	28.10.1995	Paderborn
26:12	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	18.04.1987	Paderborn
26:12	Kiss, Gabi	61 TuS Lügde	29.10.2011	Schieder
26:13	Döking-Görke, Monika	66 Teuto Runner Detmold	08.04.2023	Paderborn
26:15	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2001	Holzhausen
26:24	Wende, Christel	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2006	Schieder
26:38	Köhler, Sabine	61 TuS Lügde	29.10.2011	Schieder
26:45	Jabke, Marion	61 TSV Bösingfeld	29.10.2011	Schieder
26:47	Schindler, Renate	51 LG Oerlinghausen	26.10.2002	Schieder
26:50	Zwingel, Ursula	49 LG Lippe-Süd/Trias Schieder	30.10.1999	Schieder
26:53	Funke, Sybille	57 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	30.03.2013	Paderborn
26:54	Radmer, Carmen	69 LG Oerlinghausen	07.11.2021	Gütersloh
26:55	Wellhöner, Elke	62 RSV Waddenhausen	13.09.2014	Holzhausen
27:09	Dietrich, Stefanie	72 RuFV Lopshorn Lage	31.05.2023	Lage

Frauen W 45

5 km

Fortsetzung

27:11	Grewe, Monika	TuS Istrup	26.03.2016	Paderborn
27:12	Säfken, Michaela	64 TG Lage	24.10.2015	Schieder
27:16	Wippler, Karin	LG Oerlinghausen	02.12.2005	Wiedenbrück
27:21	Roll, Sabine	62 TV Horn-Bad Meinberg	13.09.2015	Bielefeld
27:28	Tegeler, Martina	65 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
27:32	Slawinski, Monika	45 LC 92 Bad Salzuflen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
27:34	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
27:35	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	28.10.2006	Schieder
27:36	Therolf, Hannelore	49 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2005	Schieder
27:41	Mertins, Christa	46 TV 09 Pivitsheide	30.10.1999	Schieder
27:45	Funke, Sybille	LG Bad Salzuflen	09.05.2008	Schloß Neuhaus
27:46	Althof, Elke	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
27:48	Allen, Ulrike	50 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
27:58	Steinmeyer, Sabine	62 TG Lage	26.10.2013	Schieder
28:00	Gronemeyer, Beate	60 LG Oerlinghausen	17.08.2013	Detmold

5 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

78:45 min LG Lage-Detmold

16.09.2000 Wegberg

(Stiegmann, Annemarie 24:32 – Hampe, Ursula 26:25 – Allen, Ulrike 27:48)

Ewige Bestenliste:

95:00 min

78:45	LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
	Stiegmann, Annemarie 24:32 – Hampe, Ursula 26:25 – Allen, Ulrike 27:48		
79:12	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2005	Holzhausen
	Rottschäfer, Gerhild 24:37 - Sharifi, Sabine 25:42 – Lindemann, G. 28:53		
82:11	TG Lage	24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 26:26 - Säfken, Michaela 27:12 - Hagemoser, Petra 28:33		
83:37	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 27:12 – Wendland, Bärbel 27:33 – Sombray, Christa 28:52		
85:05	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Hedwig 25:21 - Schultz, Angela 29:20 - Hofbrücker, Sabine 30:24		
90:39	Laufftreff Di-Do-Sa Lage-Müssen	30.10.2010	Schieder
	Schüring, Brigitte 29:08 – Meise, Monika 29:08 – Eikermann, Maria 35:23		
92:46	Currimus Schlangen	11.04.2009	Paderborn
	Ellmann, Regina 24:05 – Daniel, Renate 33:17 – Schmidt, Brigitte 35:24		
93:11	LG (TV) Lemgo	26.03.2016	Paderborn
	Eggers, Yona 28:17 - Grawe, Magdalena 30:57 - Klemp, Claudia 33:57		

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

41:35 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 02.09.2018 Bremen

Ewige Bestenliste:

56:30 min

41:35	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	02.09.2018	Bremen
41:38	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
44:14	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	30.03.1991	Paderborn
44:44	Stille, Heike	59 LG Lemgo	31.10.2009	Schieder
44:48	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
45:15	Gutsfeld, Monika	64 LG Oerlinghausen	04.12.2015	Wiedenbrück
46:34	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	28.10.1995	Schieder
47:26	Heiland, Renate	65 LC 92 Bad Salzuflen	12.09.2015	Holzhausen
47:29	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	25.10.2008	Schieder
47:45	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	14.14.2001	Paderborn
48:02	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	21.03.1998	Salzkotten
48:02	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	25.10.2008	Schieder
48:08	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
48:09	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
49:03	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
49:03	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	19.03.2005	Salzkotten
49:19	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
49:28	Purkopski, Elisabeth	53 TuS Wöbbel	24.10.2003	Schieder

<u>Frauen W 50</u>	10 km	Fortsetzung		
49:44	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
49:58	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	30.05.2014	Bentfeld
50:15	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	23.09.2001	Troisdorf
50:25	Köneke, Antje	72 TSV Oerlinghausen	02.12.2022	Wiedenbrück
50:31	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
50:45	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	26.03.2017	Venlo (NL)
50:48	Rakete, Petra	65 Currimus Schlangen	12.05.2023	Paderborn
50:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
51:26	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	28.10.2000	Schieder
51:58	Krause, Bettina	64 LG Oerlinghausen	10.05.2018	Schloß Neuhaus
52:11	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
52:19	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	28.10.1995	Paderborn
52:23	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld	18.04.1987	Paderborn
52:23	Kiss, Gabi	61 TuS Lügde	29.10.2011	Schieder
52:30	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2001	Holzhausen
52:47	Wende, Christel	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2006	Schieder
53:15	Köhler, Sabine	61 TuS Lügde	29.10.2011	Schieder
53:25	Döking-Görke, Monika	66 Teuto Runner Detmold	08.04.2023	Paderborn
53:29	Jabke, Marion	61 TSV Bösingfeld	29.10.2011	Schieder
53:33	Schindler, Renate	51 LG Oerlinghausen	26.10.2002	Schieder
53:39	Zwingel, Ursula	49 LG Lippe-Süd/Trias Schieder	30.10.1999	Schieder
53:46	Funke, Sybille	57 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	30.03.2013	Paderborn
53:49	Wellhöner, Elke	62 RSV Waddenhausen	13.09.2014	Holzhausen
54:13	Brinkmann, Helga	62 TV Bad Meinberg	26.10.2019	Schieder
54:22	Grewe, Monika	__ TuS Istrup	26.03.2016	Paderborn
54:24	Säfken, Michaela	64 TG Lage	24.10.2015	Schieder
54:31	Wippler, Karin	LG Oerlinghausen	02.12.2005	Wiedenbrück
54:41	Roll, Sabine	62 TV Horn-Bad Meinberg	13.09.2015	Bielefeld
54:55	Tegeler, Martina	65 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
55:03	Slawinski, Monika	45 LC 92 Bad Salzuflen	12.10.1996	B.S.-Holzhausen
55:09	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	28.10.2006	Schieder
55:12	Therolf, Hannelore	49 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2005	Schieder
55:22	Mertins, Christa	46 TV 09 Pivitsheide	30.10.1999	Schieder
55:29	Funke, Sybille	LG Bad Salzuflen	09.05.2008	Schloß Neuhaus
55:31	Althof, Elke	LF Ehberg 02	28.10.2012	Frankfurt
55:32	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
55:36	Allen, Ulrike	50 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
55:56	Steinmeyer, Sabine	62 TG Lage	26.10.2013	Schieder
55:59	Gronemeyer, Beate	60 LG Oerlinghausen	17.08.2013	Detmold
56:12	Brand, Stefanie	67 TSV Bentrup-Loßbruch	07.04.2019	Hannover
56:13	Pott-Papenkordt, Nicole	71 LG Oerlinghausen	03.10.2022	Verl
56:14	Weber, Gabi	61 LG Oerlinghausen	29.10.2011	Schieder
56:16	Daum, Marlies	45 TSV Belle	25.09.2004	Holzhausen
56:18	Diekmann, Anja	69 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
56:22	Pfitzenmeier, Barbara	58 TSV Oerlinghausen	21.09.2014	Stukenbrock
56:30	Bünthe, Silke	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn

10 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

2:37:29 min LG Lage-Detmold 16.09.2000 Wegberg
(Stiegmann, Annemarie 49:03 – Hampe, Ursula 52:50 – Allen, Ulrike 55:36)

Ewige Bestenliste:

2:37:29	LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
	Stiegmann, Annemarie 49:03 – Hampe, Ursula 52:50 – Allen, Ulrike 55:36		
2:38:57	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2005	Holzhausen
	Rottschäfer, Gerhild 49:13 - Sharifi, Sabine 51:24 – Lindemann, G. 57:46		
2:44:21	TG Lage	24.10.2015	Schieder
	Körner-Downes, Monika 52:51 - Säfken, Michaela 54:24 - Hagemoser, Petra 57:06		
2:47:14	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 54:24 – Wendland, Bärbel 55:06 – Sombray, Christa 57:43		

Frauen W 50

10 km Mannschaft

Fortsetzung

2:50:09	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Hedwig 50:42 - Schultz, Angela 58:39 - Hofbrücker, Sabine 60:48		
3:05:32	Currimus Schlangen	11.04.2009	Paderborn
	Ellmann, Regina 48:10 – Daniel, Renate 66:34 – Schmidt, Brigitte 70:48		
3:06:21	LG (TV) Lemgo	26.03.2016	Paderborn
	Eggers, Yona 56:34 - Grawe, Magdalena 61:53 - Klemp, Claudia 67:54		
3:07:17	Lauftreff Di-Do-Sa Lage-Müssen	30.10.2010	Schieder
	Schüring, Brigitte 58:15 – Meise, Monika 58:16 – Eikermann, Maria 70:46		
3:28:23	LC 92 Bad Salzuflen	12.09.2015	Holzhausen
	Heiland, Renate 47:26 - Körner, Ursula 76:24 - Liers, Erika 84:33		

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

69:43 min Ingrid Schröder 40 LG Lippe-Süd 16.06.1991 Bexterhagen

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

64:44 min Bärbel Büschemann 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.03.2016 Braunschweig

Ewige Bestenliste:

96:00 min

64:44	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
67:27	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
69:43	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	16.06.1991	Bexterhagen
71:29	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
72:12	Kursawe, Nicole	71 TSV Oerlinghausen	12.02.2023	Hamm
74:36	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
75:06	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
75:10	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
75:18	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
76:00	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
76:07	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	26.03.2017	Venlo (NL)
76:11	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
76:43	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
76:54	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
77:57	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
78:20	Körner-Downes, Monika	55 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
79:30	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
80:57	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
80:59	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
81:24	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2013	Paderborn
82:18	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	18.09.2005	Stukenbrock
82:23	Tegeler, Martina	65 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
82:38	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
83:49	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
84:38	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
84:45	Bünthe, Silke	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
84:52	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
85:03	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
85:13	Brand, Stefanie	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
85:40	Pott-Papenkordt, Nicole	71 LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
85:42	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2012	Holzhausen
86:34	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
86:49	Kleiß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
87:08	Säfken, Michaela	64 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
87:20	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
87:21	Diekmann, Anja	69 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
88:31	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
88:51	Pradel, Martina	55 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	24.09.2005	Holzhausen
88:54	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
88:59	Winter, Heidrun	64 TG Lage	12.09.2015	Holzhausen
89:17	Wippler, Karin	LG Oerlinghausen	15.04.2006	Paderborn
89:19	Kleiß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
90:03	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
91:29	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
91:59	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden

Frauen W 50

15 km

Fortsetzung

92:19	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
92:32	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	31.07.2010	Bad Pyrmont
92:41	David, Kerstin	62 LG Lemgo	20.09.2015	Stukenbrock
92:44	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
93:44	Hagemeier, Petra	TG Lage	05.10.2014	Bremen
94:19	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
94:39	Reckziegel, Bärbel	TSV 1860 Detmold	03.04.2010	Paderborn
94:40	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh
94:55	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
94:56	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
94:58	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2019	Berlin
95:01	Freye, Sabine	60 TuS Leopoldshöhe	16.09.2012	Stukenbrock
95:04	Alteheld, Ute	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
95:23	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover

15 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

4:10:50 Std. LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
(Wind, Sieglinde 81:36 – Wendland, Bärbel 82:39 – Sombray, Christa 86:35)

Ewige Bestenliste:

6:00:00 Std.

4:10:50	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 81:36 – Wendland, Bärbel 82:39 – Sombray, Christa 86:35		
4:21:46	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Rottschäfer, G. 75:11 – Osper, G. 91:30 – Alteheld, U. 95:05		
4:27:58	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 87:08 - Boekstegers, Silke 87:20 - Deter, Marion 93:30		
5:13:46	LG Lemgo	20.09.2015	Stukenbrock
	David, Kerstin 92:41 - Sgorzaly, Martina 109:21 - Tegeler, Martina 111:44		

20 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Bessere Bruttoendzeit über die Halbmarathonstrecke:

1:31:02 Std. Bärbel Büschemann 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.03.2016 Braunschweig

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:26:18 Std. Bärbel Büschemann 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.03.2016 Braunschweig

Ewige Bestenliste:

2:12:00 Std.

1:26:18	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:29:56	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
1:35:02	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
1:39:27	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:40:08	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
1:40:14	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:40:24	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:41:20	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
1:41:29	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	26.03.2017	Venlo (NL)
1:41:34	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:41:56	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
1:42:17	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:42:32	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
1:43:56	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:44:27	Körner-Downes, Monika	55 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
1:44:38	Tegeler, Martina	65 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
1:47:00	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
1:47:55	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:47:59	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:48:31	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2013	Paderborn
1:49:44	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	18.09.2005	Stukenbrock
1:50:11	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
1:51:47	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
1:52:51	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen

Frauen W 50

20 km

Fortsetzung

1:53:00	Bünthe, Silke	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:53:10	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:53:37	Brand, Stefanie	67 TuS Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:54:05	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
1:54:13	Pott-Papenkordt, Nicole	71 LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
1:54:16	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2012	Holzhausen
1:55:26	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
1:56:10	Säfken, Michaela	64 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
1:56:26	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
1:56:27	Diekmann, Anja	69 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
1:57:42	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
1:58:01	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
1:58:29	Pradel, Martina	55 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	24.09.2005	Holzhausen
1:58:38	Winter, Heidrun	64 TG Lage	12.09.2015	Holzhausen
1:59:04	Wippler, Karin	LG Oerlinghausen	15.04.2006	Paderborn
1:59:36	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
2:00:05	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:01:59	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
2:02:40	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:03:35	David, Kerstin	62 LG Lemgo	20.09.2015	Stukenbrock
2:03:39	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
2:05:47	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
2:05:58	Hagemeier, Petra	TG Lage	05.10.2014	Bremen
2:06:13	Reckziegel, Bärbel	TSV 1860 Detmold	03.04.2010	Paderborn
2:06:13	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh
2:06:33	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
2:06:36	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:06:42	Freye, Sabine	60 TuS Leopoldshöhe	16.09.2012	Stukenbrock
2:06:46	Alteheld, Ute	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
2:07:12	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
2:08:08	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2019	Berlin
2:08:59	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
2:09:15	Probst, Siegrun	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
2:10:08	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
2:11:16	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:11:51	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:31:02 Std. Bärbel Büschemann 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.03.2016 Braunschweig

Ewige Bestenliste:

2:22:00 Std.

1:31:02	Büschemann, Bärbel	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.03.2016	Braunschweig
1:34:51	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
1:40:31	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:44:54	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:45:37	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
1:45:43	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
1:45:54	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:46:53	Althof, Elke	61 Lauffrende Ehberg 02	15.09.2012	Stukenbrock
1:47:02	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	26.03.2017	Venlo (NL)
1:47:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:47:31	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
1:47:53	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:48:09	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	04.11.2007	Verl
1:49:38	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	31.03.2018	Paderborn
1:50:10	Körner-Downes, Monika	55 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
1:51:48	Schäper, Hedwig	Currimus Schlangen	22.03.2008	Paderborn
1:53:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:56:13	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
1:53:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:54:28	Vetter, Helga	LG Oerlinghausen	19.04.2013	Paderborn

Frauen W 50

Halbmarathon

Fortsetzung

1:55:45	Sharifi, Sabine	55 LC 92 Bad Salzuflen	18.09.2005	Stukenbrock
1:55:51	Tegeler, Martina	65 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
1:57:54	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
1:59:02	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:59:11	Bünthe, Silke	67 TSV Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:59:22	Merkel, Elisabeth	50 LC 92 Bad Salzuflen	25.09.2004	Holzhausen
1:59:50	Brand, Stefanie	67 TSV Bentrup-Loßbruch	15.04.2017	Paderborn
1:59:57	Wippich, Anke	66 LG Lemgo	04.11.2018	Gütersloh
2:00:15	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
2:00:29	Pott-Papenkordt, Nicole	71 LG Oerlinghausen	06.11.2022	Gütersloh
2:00:32	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2012	Holzhausen
2:01:45	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:02:07	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
2:02:32	Säfken, Michaela	64 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
2:02:49	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
2:02:50	Dickmann, Anja	69 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
2:04:30	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
2:04:58	Pradel, Martina	55 LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	24.09.2005	Holzhausen
2:05:08	Winter, Heidrun	64 TG Lage	12.09.2015	Holzhausen
2:05:35	Wippler, Karin	LG Oerlinghausen	15.04.2006	Paderborn
2:06:40	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:08:40	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
2:09:23	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:10:09	Brockmann, Petra	60 TuS Lügde	31.07.2010	Bad Pyrmont
2:10:21	David, Kerstin	62 LG Lemgo	20.09.2015	Stukenbrock
2:10:25	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
2:11:49	Hagemeier, Petra	TG Lage	05.10.2014	Bremen
2:12:40	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
2:13:08	Reckziegel, Bärbel	TSV 1860 Detmold	03.04.2010	Paderborn
2:13:18	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh
2:13:30	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
2:13:32	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:13:38	Freye, Sabine	60 TuS Leopoldshöhe	16.09.2012	Stukenbrock
2:13:43	Alteheld, Ute	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
2:14:07	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
2:14:10	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
2:16:20	Probst, Siegrun	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
2:17:17	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
2:18:28	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:19:04	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
2:20:10	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
2:20:13	Schütte, Ursula	49 LG Oerlinghausen	16.09.2007	Stukenbrock
2:20:16	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
2:20:45	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
2:21:10	Kröker, Maria	LT Di-Do-Sa Lage-Müssen	22.03.2008	Paderborn
2:21:36	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg

Halbmarathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

6:08:06 min LC 92 Bad Salzuflen 15.09.2002 Stukenbrock
(Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40 – Alteheld, U. 2:13:43)

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

5:52:43 min LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig
(Wind, Sieglinde 1:54:45 – Wendland, Bärbel 1:56:13 – Sombray, Christa 2:01:45)

Ewige Bestenliste:

5:52:43	LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
	Wind, Sieglinde 1:54:45 – Wendland, Bärbel 1:56:13 – Sombray, Christa 2:01:45		
6:08:06	LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2002	Stukenbrock
	Rottschäfer, G. 1:45:43 – Osper, G. 2:08:40 – Alteheld, U. 2:13:43		
6:15:46	TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
	Säfken, Michaela 2:02:32 - Boekstegers, Silke 2:02:49 - Deter, Marion 2:10:25		

Frauen W 50

Halbmarathon Mannschaft

Fortsetzung

7:21:17 LG Lemgo

20.09.2015

Stukenbrock

David, Kerstin 2:10:21 - Sgorzaly, Martina 2:33:47 - Tegeler, Martina 2:37:09

25 km Straße**Lippische Bestleistung:**

1:54:12 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 27.10.1990 Schieder

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:52:24 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 09.10.1988 Berlin

Ewige Bestenliste:

1:52:24	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:05:09	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
2:07:25	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
2:10:10	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:11:50	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
2:14:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:16:14	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:17:43	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:20:47	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:22:09	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:22:50	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
2:23:04	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:24:16	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:25:18	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
2:25:50	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
2:26:49	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
2:27:32	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
2:30:05	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:30:26	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
2:31:38	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
2:33:19	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:33:41	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	27.09.2009	Berlin
2:34:40	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:37:12	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
2:37:17	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
2:37:54	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
2:38:11	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
2:38:15	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:38:50	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:39:14	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
2:41:19	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
2:42:00	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
2:42:41	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
2:43:26	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	04.10.2015	Köln
2:44:47	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
2:46:06	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
2:47:47	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
2:48:46	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:49:40	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
2:51:33	Dahlmeier, Monika	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
2:52:05	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
2:52:53	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	13.10.2002	Essen
2:57:20	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:57:55	Krumme, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2006	Berlin
2:58:53	Wigand-Celik, Petra	TV Horn	28.09.2014	Berlin
2:59:52	Meierkord, Mira	47 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
3:06:20	Pradel, Martina	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	24.09.2006	Berlin

Frauen W 50**25 km Mannschaft****Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

6:57:59 Std. LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
 (Wind, Sieglinde 2:15:59 – Wendland, Bärbel 2:17:43 – Sombray, Christa 2:24:17)

Ewige Bestenliste:

6:00:00 Std.

6:57:59 LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
 Wind, Sieglinde 2:15:59 – Wendland, Bärbel 2:17:43 – Sombray, Christa 2:24:17
 7:52:08 LC 92 Bad Salzuflen 11.09.2005 Münster
 Rottschäfer, G. 2:22:09 – Körner, U. 2:38:51 – Lindemann, G. 2:51:08

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:42:15 Std. Heike Stille 59 TV Lemgo 01.10.2017 Köln

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:14:53 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 09.10.1988 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:14:53	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:30:11	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
2:32:54	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
2:38:50	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:38:50	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:43:29	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
2:44:45	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:49:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
2:50:35	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:50:54	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
2:52:37	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
2:59:36	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
2:51:41	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:54:21	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
2:55:00	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
2:56:03	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
2:57:02	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
3:00:01	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
3:03:17	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:03:59	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
3:04:18	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
3:04:55	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	27.09.2009	Berlin
3:08:43	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
3:09:08	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
3:09:28	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
3:09:50	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
3:09:53	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
3:11:06	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:11:17	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
3:13:35	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
3:15:13	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
3:16:07	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	04.10.2015	Köln
3:17:02	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
3:18:15	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
3:19:48	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
3:21:50	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
3:23:01	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:26:21	Dahlmeier, Monika	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
3:26:30	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
3:27:57	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	13.10.2002	Essen
3:29:59	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
3:32:48	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
3:34:00	Krumme, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2006	Berlin

Frauen W 50

30 km

Fortsetzung

3:36:20	Meierkord, Mira	47 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
3:39:59	Wigand-Celik, Petra	TV Horn	28.09.2014	Berlin
3:44:05	Pradel, Martina	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	24.09.2006	Berlin

35 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

3:09:42 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 09.10.1988 Berlin

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:37:22 Std. Anne Klauck 38 LG Lage-Detmold 09.10.1988 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:37:22	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
2:55:13	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
2:58:22	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
3:06:08	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
3:07:23	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:08:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:10:46	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:12:48	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:18:08	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:19:01	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:19:59	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
3:20:17	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:21:59	Sombay, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:23:25	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
3:24:10	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
3:24:16	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
3:26:32	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
3:30:08	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
3:30:37	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
3:34:31	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
3:35:10	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	27.09.2009	Berlin
3:39:47	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
3:40:05	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
3:41:24	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
3:41:28	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
3:41:54	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:42:23	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:42:35	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
3:43:28	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
3:44:06	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
3:45:43	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
3:47:45	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
3:50:43	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
3:52:32	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
3:53:58	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
3:54:28	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	04.10.2015	Köln
3:54:54	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
3:56:16	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:00:10	Dahlmeier, Monika	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:00:55	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
4:02:02	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	13.10.2002	Essen
4:08:16	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
4:09:05	Krumme, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2006	Berlin
4:11:49	Meierkord, Mira	47 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
4:12:26	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
4:20:51	Pradel, Martina	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	24.09.2006	Berlin
4:22:10	Wigand-Celik, Petra	TV Horn	28.09.2014	Berlin

Frauen W 50**40 km****Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

3:09:42 Std.	Anne Klauck	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
--------------	-------------	--------------------	------------	--------

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:59:50 Std.	Anne Klauck	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
--------------	-------------	--------------------	------------	--------

Ewige Bestenliste:

2:59:50	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:20:14	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin
3:23:51	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
3:35:49	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:36:04	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
3:37:15	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:38:02	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Essen
3:40:21	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:46:28	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:47:27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:48:33	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
3:48:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:50:50	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:52:08	Kleß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
3:52:23	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
3:52:28	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
3:56:02	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
4:00:09	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
4:00:42	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
4:05:19	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:05:54	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	27.09.2009	Berlin
4:09:02	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
4:11:31	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
4:13:06	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
4:13:11	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
4:14:09	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:14:23	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
4:16:07	Säfken, Michaela	64 TG Lage	11.10.2015	München
4:16:57	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
4:18:07	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
4:18:13	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
4:20:17	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
4:23:40	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:25:45	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
4:27:58	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	04.10.2015	Köln
4:28:28	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
4:29:33	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
4:30:01	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:34:29	Dahlmeier, Monika	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:35:20	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
4:36:37	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	13.10.2002	Essen
4:43:44	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
4:44:40	Krumme, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2006	Berlin
4:47:47	Meierkord, Mira	47 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
4:53:59	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
4:58:07	Pradel, Martina	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	24.09.2006	Berlin
5:06:09	Wigand-Celik, Petra	TV Horn	28.09.2014	Berlin

Marathon**Lippischer Rekord:**

3:09:42 Std.	Anne Klauck	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
--------------	-------------	--------------------	------------	--------

Ewige Bestenliste:

3:09:42	Klauck, Anne	38 LG Lage-Detmold	09.10.1988	Berlin
3:31:13	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	28.09.1986	Berlin

<u>Frauen W 50</u>	Marathon	Fortsetzung		
3:35:02	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	20.10.1991	Essen
3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:48:12	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
3:49:30	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:49:56	Althof, Elke	LF Ehberg 02	12.10.2014	Bremen
3:52:26	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
3:58:44	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	29.04.2018	Hamburg
3:59:55	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:01:05	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	02.11.2011	Köln
4:01:27	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
4:03:30	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.10.1996	Venedig (I)
4:04:13	Kleiß-Grün, Monika	LG Oerlinghausen	30.09.2012	Berlin
4:05:13	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	09.09.2018	Münster
4:06:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
4:08	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	09.10.1988	Berlin
4:13:19	Klapper, Petra	LG Oerlinghausen	22.05.2011	Hamburg
4:13:54	Merkel, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	16.04.2000	Hamburg
4:18:46	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:19:23	Körner-Downes, Monika	58 LG Lage-Detmold	27.09.2009	Berlin
4:23:12	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
4:25:19	Schindler, Renate	52 LG Oerlinghausen	02.06.2002	Minden
4:26:59	Firnhaber, Ingrid	37 TV Lemgo	09.10.1988	Berlin
4:27:04	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
4:28:05	Körner, Ursula	51 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:28:20	Frevert, Manuela	50 TSV Bösingfeld	05.05.2013	Hannover
4:30:16	Säfken, Michaela	64 TG Lage	09.10.2016	Essen
4:31:54	Meyer, Anja	73 VfL Hiddesen	25.03.2023	Hannover
4:32:16	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
4:33:31	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
4:34:33	Ahrens, Michaela	70 TV Großenmarpe	08.10.2023	München
4:38:08	Meise, Monika	56 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:40:19	Schüring, Brigitte	59 Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	04.10.2009	Köln
4:42:40	Boekstegers, Silke	64 TG Lage	04.10.2015	Köln
4:43:11	Bieber, Elisabeth	51 LG Lage-Detmold	21.04.2002	Hamburg
4:44:34	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
4:44:50	Lindemann, Gisela	52 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:49:32	Dahlmeier, Monika	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	30.09.2007	Berlin
4:50:26	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
4:51:47	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	13.10.2002	Essen
4:59:18	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
5:00:17	Krumme, Elisabeth	LC 92 Bad Salzuflen	24.09.2006	Berlin
5:03:34	Meierkord, Mira	47 LC 92 Bad Salzuflen	20.09.1998	Berlin
5:10:02	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
5:14:28	Pradel, Martina	Di-Do-Sa LT Lage-Müssen	24.09.2006	Berlin
5:23:03	Wigand-Celik, Petra	TV Horn	28.09.2014	Berlin

Marathon Mannschaft**Lippischer Rekord:**

11:45:26 Std. LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
 (Wind, Sieglinde 3:49:30 – Wendland, Bärbel 3:52:26 – Sombray, Christa 4:03:30)

Ewige Bestenliste:

11:45:26 LG Oerlinghausen 27.10.1996 Venedig (I)
 Wind, Sieglinde 3:49:30 – Wendland, Bärbel 3:52:26 – Sombray, Christa 4:03:30
 13:12:50 LC 92 Bad Salzuflen 11.09.2005 Münster
 Rottschäfer, G. 3:59:55 – Körner, U. 4:28:05 – Lindemann, G. 4:44:50

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

10.985 m Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

Frauen W 50 Stundenlauf Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

10985 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

Hochsprung**Lippischer Rekord:**

1,29 m Anja Kanne 68 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 13.08.2023 Mönchengladbach

Ewige Bestenliste:

1,29 Kanne, Anja 68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.08.2023 Mönchengladbach

0,96 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 27.09.2008 Lemgo

Weitsprung**Lippischer Rekord:**

4,40 m Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 26.05.2019 Gladbeck

4,40 m Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 21.08.2022 Blomberg

Ewige Bestenliste:

4,40 * Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.05.2019 Gladbeck

3,78 Fischer, Gundula 40 SV Cappel 06.09.1991 Blomberg

3,27 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn

3,21 * Husemann, Dagmar 61 LG Lippe-Süd 13.07.2012 Lemgo

3,20 * Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 29.09.2023 Lage

3,02 * Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 27.09.2008 Lemgo

2,90 Köller, Lisa 36 TuS Humfeld 20.07.1986 Humfeld

2,64 Nolte, Annelore 32 TuS Humfeld 12.09.1987 Humfeld

Kugelstoß - 3 kg -**Lippischer Rekord:**

9,16 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 25.07.2014 Minden

Ewige Bestenliste:

9,16 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 25.07.2014 Minden

9,15 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 21.04.2001 Lemgo

8,43 Rudnik, Carola 65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.09.2015 Bad Salzuflen

7,95 Parlow, Bärbel 43 LG Lippe-Süd 10.09.1993 Horn

7,24 Fischer, Gudula 40 SV Cappel 02.09.1995 Blomberg

6,54 Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage

6,90 Husemann, Dagmar 61 LG Lippe-Süd 13.07.2012 Lemgo

6,87 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 27.09.2008 Lemgo

6,83 Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 29.09.2023 Lage

6,71 Fischer, Frauke 34 TV Großenmarpe 03.09.1994 Blomberg

6,60 Kanne, Anja 68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

6,54 Fischer, Judula 40 SV Cappel 03.09.1994 Blomberg

6,40 Offel, Erika 44 LG Lemgo 29.09.2001 Lemgo

6,32 Räke, Eva 26 LG Lippe-Süd 17.08.1989 Horn

6,08 Nolte, Annelore 32 TuS Humfeld 12.09.1987 Humfeld

5,82 Offel, Irma 40 LG Lemgo 25.05.2007 Lemgo

5,66 Jösting, Lore 43 TV Großenmarpe 02.09.1995 Blomberg

5,45 Chwalek, Else 35 LC 92 Bad Salzuflen 28.05.1997 Lemgo

4,86 Köller, Lisa 36 TuS Humfeld 20.07.1986 Humfeld

Kugelstoß - 4 kg -**Lippische Bestleistung:**

8,13 m Gerhild Rottschäfer 49 LC 92 Bad Salzuflen 27.07.2003 Minden

Ewige Bestenliste:

8,13 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 27.07.2003 Minden

6,60 Kanne, Anja 68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

6,38 Kaske-Mehlich, Daniela 69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 26.06.2019 Bad Salzuflen

Frauen W 50**Diskuswerfen** 1,00 kg**Lippischer Rekord:**

26,03 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 28.06.2013 Minden

Ewige Bestenliste:

26,03	Szrama, Angelika	62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.06.2013	Minden
19,82	Rudnik, Carola	65 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	18.09.2016	Bad Salzuflen
14,40	Kanne, Anja	68 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.06.2019	Bad Salzuflen

Hammerwerfen 3,00 kg**Lippischer Rekord:**

34,14 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 28.04.2012 Nammen

Ewige Bestenliste:

34,14 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 28.04.2012 Porta-Nammen

Hammerwerfen 4,00 kg**Lippische Bestleistung:**

27,57 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 14.07.2017 Minden

Ewige Bestenliste:

27,57 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 14.07.2017 Minden

Speerwerfen 500 g**Lippischer Rekord:**

24,64 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 25.08.2013 Zella-Mehlis

Ewige Bestenliste:

24,64 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 25.08.2013 Zella-Mehlis

Gewichtwerfen**Lippischer Rekord:**

10,83 m Angelika Szrama 62 LG Bad Salzuflen 23.09.2012 Nammen

Ewige Bestenliste:

10,83 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzuflen 23.09.2012 Porta-Nammen

Dreikampf (100 m - Weit - Kugel)**Lippischer Rekord:**1669 Punkte Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(15,31* - 4,05* - 6,54)

Ewige Bestenliste:

1669	1040	Kaske-Mehlich, Daniela	69 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	24.09.2021	Lage
		(15,31* - 4,05* - 6,54)			
1101		Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	29.09.2023	Lage
		(16,71 (-0,6) - 3,20 (+1,0) - 6,83)			
1056	580	Reineke-Zöllner, Sabine	57 LG Lemgo	27.09.2008	Lemgo
		(17,84* - 3,02* - 6,87)			
913	480	Husemann, Dagmar	61 LG Lippe-Süd	08.10.2011	Lemgo
		(17,69* - 2,72* - 5,86)			

Fünfkampf (100 m - Hoch - Kugel - Weit - 800 m)**Lippische Bestleistung:****Bessere Leistung eines Dreikampfes:**1669 Punkte Daniela Kaske-Mehlich 69 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 24.09.2021 Lage
(15,31* - o. L. - 6,54 - 4,05* - o. L.)

Ewige Bestenliste:

1603 774 Reineke-Zöllner, Sabine 57 LG Lemgo 27.09.2008 Lemgo
(17,84* - 0,96 - 6,87 - 3,02* - 3:40,36)

Frauen W 50

Werferfünfkampf (Diskus – Kugel – Hammer – Speer – Gewicht)

Lippischer Rekord:

2947 Punkte Angelika Szrama 62 LG Bad Salzufen
(24,86 - 8,38 – 25,33 – 23,48 – 8,18)

23.09.2012 Nammen

Ewige Bestenliste:

2947 2367 Szrama, Angelika 62 LG Bad Salzufen
(30,46 – 9,00 – 23,94 – 23,13 – 10,83)

23.09.2012 Porta-Nammen

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 55

100 m

Lippischer Rekord:

16,68 sec Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2022 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

16,68 * Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2022 Bad Salzuflen

200 m

Lippischer Rekord:

33,26 sec Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 03.09.2023 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

33,26 * Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 03.09.2023 Bad Salzuflen

400 m

Lippischer Rekord:

72,67 sec Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2023 Bad Salzuflen

Ewige Bestenliste:

72,67 Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 01.05.2023 Bad Salzuflen

800 m

Lippischer Rekord:

2:39,43 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.07.2004 Lage

Ewige Bestenliste:

4:30,0 min

2:39,43	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	10.06.2023	Lage
3:20,27	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.07.2005	Vaterstetten
3:25,6	Jungnitsch, Rosa	34 LG Bad Salzuflen	23.06.1990	Bad Salzuflen
3:31,16	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	06.07.2011	Minden
3:53,8	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	20.07.1991	Bad Salzuflen

1000 m

Lippischer Rekord:

4:31,12 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

4:31,12	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	18.06.2005	Minden
4:33,5	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
4:54,7	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
5:22,4	Hampe, Renate	39 TG Schötmar	09.09.1997	Bad Salzuflen

1500 m

Lippischer Rekord:

5:38,95 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.09.2021 Baunatal

Ewige Bestenliste:

8:00,0 min

5:38,95	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	11.09.2021	Baunatal
6:12,70	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.2004	Minden
6:29,69	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	19.08.2001	Potsdam
6:42,06	Hampe, Ursula	42 LG Lage-Detmold	08.08.2001	Minden
8:25,79	Kracht, Inge	39 LG Bad Salzuflen	25.06.1999	Bad Salzuflen
8:37,51	Lange, Ingrid	43 LG Bad Salzuflen	25.06.1999	Bad Salzuflen

Frauen W 55**2000 m****Lippischer Rekord:**

9:22,1 min	Erika Liers	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
------------	-------------	------------------------	------------	---------------

Ewige Bestenliste:

9:22,1	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.1997	Bad Salzuflen
10:03,9	Walter, Christel	40 SC Donop	02.09.1995	Blomberg
10:19,0	Braun, Ruth	33 LG Bad Salzuflen	15.07.1989	Bad Salzuflen
10:48,5	Brömmelmeier, Doris	41 LG Lippe-Süd	01.10.1997	Bad Meinberg
11:08,75	Offel, Erika	44 LG Lemgo	29.09.2001	Lemgo

3000 m**Lippischer Rekord:**

12:04,32 min	Katjana Quest-Altrogge	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.05.2022	Bielefeld
--------------	------------------------	----------------------------------	------------	-----------

Ewige Bestenliste:

12:04,32	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	28.05.2022	Bielefeld
13:37,4	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	12.05.1999	Minden
13:47,30	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	29.06.2002	Minden
13:54,4	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	17.04.2004	Lemgo
14:14,6	Timm, Bärbel	35 LG Bad Salzuflen	12.09.1990	Bad Salzuflen
14:24,1	Schröder, Ingrid	41 LG Lippe-Süd	02.10.1996	Bad Meinberg
15:18,9	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	05.09.1995	Bad Salzuflen
15:22,5	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	13.09.1995	Bad Meinberg
19:36,0	Räke, Eva	26 LG Lippe-Süd	19.09.1990	Blomberg

5000 m**Lippischer Rekord:**

20:16,53 min	Katjana Quest-Altrogge	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	06.05.2023	Mittweida
--------------	------------------------	----------------------------------	------------	-----------

Ewige Bestenliste:

20:16,53	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	06.05.2023	Mittweida
22:59,92	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	02.06.2006	Lemgo
23:02,01	Hampe, Ulla	43 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:05,61	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	17.06.1998	Lemgo
23:12,86	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	15.05.2004	Lemgo
23:28,07	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	10.06.1998	Bad Salzuflen
24:25,6	Fröse, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
25:06,0	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	27.09.1994	Oerlinghausen
26:06,4	Balzer, Gerda	38 LG Lippe-Süd	02.10.1996	Bad Meinberg
29:08,7	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	21.09.1991	Bad Salzuflen

10000 m**Lippischer Rekord:**

42:24,42 min	Katjana Quest-Altrogge	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.06.2019	Essen
--------------	------------------------	----------------------------------	------------	-------

Ewige Bestenliste:

42:24,42	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	08.06.2019	Essen
47:10,64	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	09.08.1995	Minden
50:14,0	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	31.08.2005	Melle

5 km Straße**Lippischer Rekord:**

20:27 min	Katjana Quest-Altrogge	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.07.2019	Lage
-----------	------------------------	----------------------------------	------------	------

Ewige Bestenliste:

		31:00 min		
20:27	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	03.07.2019	Lage
23:23	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
23:50	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	30.03.2013	Paderborn
23:54	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	05.04.1995	Paderborn
23:57	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	25.10.1997	Schieder
24:01	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	21.03.1998	Salzkotten

<u>Frauen W 55</u>	5 km	Fortsetzung		
24:01	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	20.05.2006	Wiedenbrück
24:05	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
24:20	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	16.10.2004	Brockhagen
24:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
24:52	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
24:57	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
24:59	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	30.05.2014	Bentfeld
25:08	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	23.09.2001	Troisdorf
25:16	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
25:23	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	12.05.2017	Schloß Neuhaus
25:24	Rakete, Petra	65 Currimus Schlangen	12.05.2023	Paderborn
25:28	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
25:34	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
25:35	Liebrecht, Heike	64 TG Lage	03.07.2019	Lage
25:50	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.2017	Holzhausen
26:03	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	26.10.2019	Schieder
26:10	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	28.10.1995	Paderborn
26:12	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
26:13	Döking-Görke, Monika	66 Teuto Runner Detmold	08.04.2023	Paderborn
26:19	Pukropski, Elisabeth	53 TuS Wöbbel	25.10.2008	Schieder
26:24	Wende, Christel	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2006	Schieder
26:53	Funke, Sybille	57 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	30.03.2013	Paderborn
27:07	Brinkmann, Helga	62 TV Bad Meinberg	26.10.2019	Schieder
27:34	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
27:36	Therolf, Hannelore	49 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2005	Schieder
28:08	Daum, Marlies	45 TSV Belle	25.09.2004	Holzhausen
28:11	Pfitzenmeier, Barbara	58 TSV Oerlinghausen	21.09.2014	Stukenbrock
28:15	Noltekuhlmann, Regina	61 TV Lemgo	02.12.2016	Wiedenbrück
28:22	Pieger, Elke	47 LC 92 Bad Salzuflen	17.09.2011	Holzhausen
28:34	Harig, Marion	52 LG Oerlinghausen	27.10.2007	Schieder
28:51	Kastrup, Ursula	44 TSV Bösingfeld	28.10.2006	Schieder
29:09	Zappini, Gisela	57 LG Oerlinghausen	13.09.2015	Bielefeld
29:10	Schwarzrock, Beate	50 TV Lemgo	31.10.2009	Schieder
29:17	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
29:25	Schling, Friedel	TV Horn-Bad Meinberg	15.04.2006	Paderborn
29:32	Körner, Ursula	50 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2012	Holzhausen
29:38	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	14.05.1999	Schloß Neuhaus
29:41	Hainke, Britta	67 LC Lage	01.12.2023	Wiedenbrück
29:46	Gröschl, Manuela	66 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
29:46	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
29:47	Offel, Erika	44 LG Lemgo/TuS Humfeld	30.10.1999	Schieder
29:47	Osper, Gabriele	LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2007	Paderborn
29:47	Schüler, Helga	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2017	Schieder
29:50	Winter, Edith	32 LG Lage-Detmold	09.06.2000	Vinsebeck
30:12	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
30:15	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
30:18	Chwalek, Else	35 LC 92 Bad Salzuflen	29.10.1994	Schieder
30:21	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
30:23	Schotte, Brigitte	59 TG Lage	24.10.2015	Schieder
30:24	Hofbrücker, Sabine	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
30:25	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld (LG Lemgo)	31.10.1998	Schieder
30:25	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	28.10.2000	Schieder
30:29	Schütte, Ursula	49 LG Oerlinghausen	06.08.2004	Verne
30:30	Klapper, Petra	59 LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
30:40	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
30:55	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
30:57	Schindler, Renate	51 LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
30:57	Grawe, Magdalena	TV Lemgo	26.03.2016	Paderborn

Frauen W 55**5 km Mannschaft****Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:28:43 Std. Currimus Schlangen 19.04.2014 Paderborn
(Schäper, Hedwig 25:21 - Hofbrücker, Sabine 30:24 - Daniel, Renate 32:58)

Ewige Bestenliste:

88:43	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Hedwig 25:21 - Hofbrücker, Sabine 30:24 - Daniel, Renate 32:58		
94:15	Currimus Schlangen	26.03.2016	Paderborn
	Ellmann, Regina 25:58 - Schultz, Angela 31:02 - Schmidt, Brigitte 37:15		
110:42	LC 92 Bad Salzuflen	09.09.2017	Holzhausen
	Elsner, Heike 25:50 - Rottschäfer, Gerhild 41:49 - Liers, Erika 43:03		
113:26	LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
	Krumme, Elisabeth 32:45 - Körner, Ursula 38:37 - Pannhorst, Hannelore 42:04		
129:36	LC 92 Bad Salzuflen	12.09.2015	Holzhausen
	Liers, Erika 42:17 - Rottschäfer, Gerhild 42:45 - Lindemann, Gisela 44:34		

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

42:24 min Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 20.04.2019 Paderborn

Ewige Bestenliste:

64:00 min

42:19	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.04.2019	Paderborn
46:45	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
47:39	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	30.03.2013	Paderborn
47:48	Schröder, Ingrid	40 LG Lippe-Süd	05.04.1995	Paderborn
47:54	Heilmann, Ingrid	45 LG Lage-Detmold	25.10.1997	Schieder
48:02	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	21.03.1998	Salzkotten
48:02	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	20.05.2006	Wiedenbrück
48:09	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
48:39	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	16.10.2004	Brockhagen
49:03	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
49:44	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
49:54	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
49:58	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	30.05.2014	Bentfeld
50:15	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	23.09.2001	Troisdorf
50:31	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
50:46	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	12.05.2017	Schloß Neuhaus
50:48	Rakete, Petra	65 Currimus Schlangen	12.05.2023	Paderborn
50:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
51:07	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
51:40	Elsner, Heike	62 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.2017	Holzhausen
52:06	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	26.10.2019	Schieder
52:11	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
52:19	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	28.10.1995	Paderborn
52:38	Pukropski, Elisabeth	53 TuS Wöbbel	25.10.2008	Schieder
52:47	Wende, Christel	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2006	Schieder
53:25	Döking-Görke, Monika	66 Teuto Runner Detmold	08.04.2023	Paderborn
53:46	Funke, Sybille	57 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	30.03.2013	Paderborn
54:13	Brinkmann, Helga	62 TV Bad Meinberg	26.10.2019	Schieder
55:12	Therolf, Hannelore	49 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2005	Schieder
56:16	Daum, Marlies	45 TSV Belle	25.09.2004	Holzhausen
56:22	Pfitzenmeier, Barbara	58 TSV Oerlinghausen	21.09.2014	Stukenbrock
56:44	Pieger, Elke	47 LC 92 Bad Salzuflen	17.09.2011	Holzhausen
56:56	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
57:07	Harig, Marion	52 LG Oerlinghausen	27.10.2007	Schieder
57:41	Kastrup, Ursula	44 TSV Bösingfeld	28.10.2006	Schieder
57:29	Noltekuhlmann, Regina	__ TV Lemgo	02.12.2016	Wiedenbrück
58:17	Zappini, Gisela	57 LG Oerlinghausen	13.09.2015	Bielefeld
58:20	Schwarzrock, Beate	50 TV Lemgo	31.10.2009	Schieder
58:50	Schling, Friedel	TV Horn-Bad Meinberg	15.04.2006	Paderborn
58:50	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin

Frauen W 55

10 km

Fortsetzung

59:16	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	14.05.1999	Schloß Neuhaus
59:29	Hainke, Britta	67 LC Lage	01.12.2023	Wiedenbrück
59:32	Gröschl, Manuela	66 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
59:33	Offel, Erika	44 LG Lemgo/TuS Humfeld	30.10.1999	Schieder
59:33	Schüler, Helga	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2017	Schieder
59:34	Osper, Gabriele	LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2007	Paderborn
59:34	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
59:39	Winter, Edith	32 LG Lage-Detmold	09.06.2000	Vinsebeck
60:23	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
60:30	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
60:36	Chwalek, Else	35 LC 92 Bad Salzuflen	29.10.1994	Schieder
60:46	Schotte, Brigitte	59 TG Lage	24.10.2015	Schieder
60:48	Hofbrücker, Sabine	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
60:50	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld (LG Lemgo)	31.10.1998	Schieder
60:50	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	28.10.2000	Schieder
60:58	Schütte, Ursula	49 LG Oerlinghausen	06.08.2004	Verne
61:00	Klapper, Petra	59 LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
61:20	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
61:50	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
61:53	Grawe, Magdalena	__ TV Lemgo	26.03.2016	Paderborn
61:54	Schindler, Renate	51 LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
62:03	Schultz, Angela	__ Currimus Schlangen	26.03.2016	Paderborn
62:12	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	07.04.2007	Paderborn
62:32	Steeb, Beatrix	66 LC 92 Bad Salzuflen	26.09.2021	Berlin
62:36	Daniel, Renate	Currimus Schlangen	30.03.2013	Paderborn
62:37	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
63:11	Offel, Irma	40 TuS Humfeld (LG Lemgo)	28.10.1995	Schieder
63:26	Strüßmann, Elfriede	53 LG Oerlinghausen	15.09.2013	Stukenbrock
63:34	Schwarzbrock, Beate	50 TV Lemgo	28.10.2006	Schieder
63:48	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	15.09.2012	Holzhausen
64:00	Maas, Anita	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold

10 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

2:57:26 Std. Currimus Schlangen 19.04.2014 Paderborn
(Schäper, Hedwig 50:42 - Hofbrücker, Sabine 60:48 - Daniel, Renate 65:56)

Ewige Bestenliste:

2:57:26	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
	Schäper, Hedwig 50:42 - Hofbrücker, Sabine 60:48 - Daniel, Renate 65:56		
3:28:29	Currimus Schlangen	26.03.2016	Paderborn
	Ellmann, Regina 51:56 - Schultz, Angela 62:03 - Schmidt, Brigitte 74:30		
3:41:23	LC 92 Bad Salzuflen	09.09.2017	Holzhausen
	Elsner, Heike 51:40 - Rottschäfer, Gerhild 83:37 - Liers, Erika 86:06		
3:46:52	LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
	Krumme, Elisabeth 65:30 - Körner, Ursula 77:14 - Pannhorst, Hannelore 84:08		

15 km Straße**Lippische Bestleistung:****Gemessene Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

79:14 min Christiane Pempelforth 59 LG Oerlinghausen 15.04.2017 Paderborn

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

70:58 min Heike Stille 59 TV Lemgo 09.04.2017 Hannover

Ewige Bestenliste:

70:58	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
74:50	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
76:11	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
76:13	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
76:43	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
76:46	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
78:20	Körner-Downes, Monika	55 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
78:32	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln

Frauen W 55

15 km

Fortsetzung

79:00	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
80:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
80:59	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
80:59	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
81:02	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
83:29	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	04.04.2015	Paderborn
83:50	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
84:10	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
85:03	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
86:24	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
87:01	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
88:27	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
88:54	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
89:21	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
91:24	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
91:48	Klapper, Petra	59 LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
92:19	Chwalek, Else	35 LG Bad Salzuflen	16.06.1991	Bexterhagen
92:44	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
94:04	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
94:29	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
94:47	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh
98:27	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
99:42	Schütte, Ursula	49 LG Oerlinghausen	16.09.2007	Stukenbrock
99:44	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
102:16	Klemp, Claudia	62 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
103:15	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
106:24	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
107:32	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

20 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Halbmarathonstrecke:**

1:40:55 min Heike Stille 59 TV Lemgo 09.04.2017 Hannover

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:34:11 min Heike Stille 59 TV Lemgo 09.04.2017 Hannover

Ewige Bestenliste:

1:34:11	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:39:27	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:39:47	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
1:41:34	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:42:17	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:42:21	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:44:27	Körner-Downes, Monika	55 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
1:45:20	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
1:45:38	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
1:47:55	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:47:59	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:48:03	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
1:48:54	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
1:51:18	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	04.04.2015	Paderborn
1:51:47	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
1:52:13	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
1:54:05	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
1:55:53	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
1:59:07	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
1:59:36	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
2:02:40	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:03:01	Klapper, Petra	59 LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
2:03:39	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
2:05:59	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
2:06:20	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh

Frauen W 55

20 km

Fortsetzung

2:06:36	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:08:08	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.09.2019	Berlin
2:08:52	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
2:10:09	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
2:11:16	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:12:56	Schütte, Ursula	49 LG Oerlinghausen	16.09.2007	Stukenbrock
2:12:59	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
2:16:22	Klemp, Claudia	62 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
2:17:40	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
2:21:52	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:23:23	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:40:55 min Heike Stille 59 TV Lemgo 09.04.2017 Hannover

Ewige Bestenliste:

64:00 min

1:40:31	Stille, Heike	59 TV Lemgo	09.04.2017	Hannover
1:44:54	Pempelforth, Christiane	59 LG Oerlinghausen	15.04.2017	Paderborn
1:45:15	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
1:47:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	30.11.1997	Herten-Bertlich
1:47:53	Hampe, Ursula	43 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:47:57	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:50:10	Körner-Downes, Monika	55 TG Lage	15.04.2017	Paderborn
1:51:00	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
1:51:06	Kruse, Heidi	65 TV Lemgo	03.04.2022	Hannover
1:53:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:53:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:53:58	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	07.11.2004	Verl
1:55:15	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
1:57:24	Schäper, Hedwig	56 Currimus Schlangen	04.04.2015	Paderborn
1:57:54	Wende, Christel	Lauffreunde Ehberg 02	07.04.2007	Paderborn
1:58:22	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	16.09.2001	Stukenbrock
2:00:15	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
2:02:32	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
2:05:40	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	05.11.2023	Gütersloh
2:06:21	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
2:09:23	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:09:46	Klapper, Petra	59 LG Oerlinghausen	02.04.2017	Berlin
2:10:25	Deter, Marion	55 TG Lage	13.09.2014	Holzhausen
2:12:53	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
2:13:18	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	03.11.2019	Gütersloh
2:13:32	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:15:56	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
2:17:18	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
2:18:28	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:20:13	Schütte, Ursula	49 LG Oerlinghausen	16.09.2007	Stukenbrock
2:20:16	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
2:23:50	Klemp, Claudia	62 LG Lemgo	15.04.2017	Paderborn
2:25:13	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
2:29:39	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:31:14	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

25 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:13:35 min Heike Stille 59 TV Lemgo 01.10.2017 Köln

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:04:44 min Anne Klauck 37 LG Lage-Detmold 26.09.1993 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:04:44	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
2:10:10	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln

<u>Frauen W 55</u>	25 km	Fortsetzung		
2:11:50	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
2:14:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:16:53	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
2:22:09	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:23:04	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:24:58	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
2:25:50	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
2:27:50	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	14.10.2001	Essen
2:30:57	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
2:31:38	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
2:33:19	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
2:34:40	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
2:38:15	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
2:41:19	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
2:42:00	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
2:42:42	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
2:47:17	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
2:52:05	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
2:57:20	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

2:42:15 min	Heike Stille	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
2:29:40 min	Anne Klauck	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin

Ewige Bestenliste:

2:29:40	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
2:38:50	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
2:38:50	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:45:03	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
2:50:35	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
2:51:41	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:54:31	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
2:55:00	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
2:57:24	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	14.10.2001	Essen
3:01:09	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
3:03:17	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:03:59	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
3:04:18	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
3:09:53	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
3:13:35	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
3:15:13	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
3:17:02	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
3:20:45	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
3:26:30	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
3:32:48	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

35 km Straße**Lippische Bestleistung:**

3:09:57 min	Elvira Kuhfuß	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:				
2:54:37 min	Anne Klauck	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin

Ewige Bestenliste:

2:54:37	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
3:06:08	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
3:07:23	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:08:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:13:52	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
3:19:01	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster

<u>Frauen W 55</u>	35 km	Fortsetzung		
3:20:17	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:23:37	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
3:24:10	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
3:26:50	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	14.10.2001	Essen
3:31:12	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
3:34:31	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
3:39:47	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
3:41:24	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
3:41:54	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
3:45:43	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
3:47:38	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
3:53:58	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
3:54:12	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
4:00:55	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
4:08.16	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

40 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Marathonstrecke:**

3:30:30 min Anne Klauck 37 LG Lage-Detmold 26.09.1993 Berlin

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:19:33 min Anne Klauck 37 LG Lage-Detmold 26.09.1993 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:19:33	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
3:35:49	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:36:04	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
3:37:15	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:42:51	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	29.10.2017	Frankfurt
3:47:27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
3:48:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:52:23	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
3:54:09	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
3:55:35	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	14.10.2001	Essen
4:01:31	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin
4:05:19	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:09:02	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
4:13:11	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
4:18:07	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
4:18:13	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
4:20:18	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
4:27:39	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
4:29:33	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
4:35:20	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
4:43.44	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

Marathon**Lippischer Rekord:**

3:30:30 min Anne Klauck 37 LG Lage-Detmold 26.09.1993 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:30:30	Klauck, Anne	37 LG Lage-Detmold	26.09.1993	Berlin
3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:48:12	Kuhfuß, Elvira	63 TSV Bösingfeld	07.10.2018	Köln
3:49:30	Stille, Heike	59 TV Lemgo	01.10.2017	Köln
3:55:21	Althof, Elke	61 Lauffreunde Ehberg 02	21.05.2017	Gelsenkirchen
3:59:55	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.09.2005	Münster
4:01:27	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
4:06:08	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	18.03.1995	Steinfurt
4:07:04	Ellmann, Regina	Currimus Schlangen	27.10.2013	Frankfurt
4:09:30	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	14.10.2001	Essen
4:14:46	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	24.09.1995	Berlin

Frauen W 55

Marathon

Fortsetzung

4:18:46	van de Wetering, Elke	47 LG Lippe-Süd	02.06.2002	Minden
4:23:12	Sinnerbrink, Marion	65 LG Oerlinghausen	11.09.2021	Hamburg
4:27:04	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	30.09.1990	Berlin
4:32:16	Deter, Marion	55 LG Lage-Detmold	02.05.2010	Düsseldorf
4:33:31	Wippich, Anke	66 LG (TV) Lemgo	24.09.2023	Berlin
4:34:35	Risse, Gertrud	36 LG Oerlinghausen	29.09.1991	Berlin
4:42:20	Säfken, Michaela	64 TG Lage	07.04.2019	Hannover
4:44:34	Steeb, Beatrix	64 LC 92 Bad Salzuflen	29.05.2019	Berlin
4:50:26	Birne, Brunhilde	35 LG Oerlinghausen	26.09.1993	Berlin
4:59:18	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

10.985 m Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

Ewige Bestenliste:

10985 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

Hochsprung**Lippischer Rekord:**

1,29 m Anja Kanne 68 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 13.08.2023 Mönchengladbach

Ewige Bestenliste:

1,29 Kanne, Anja 68 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 13.08.2023 Mönchengladbach

Weitsprung**Lippischer Rekord:**

3,27 m Gerhild Rottschäfer 49 LC 92 Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn

Ewige Bestenliste:

3,27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
3,20 *	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	29.09.2023	Lage
2,64	Nolte, Annelore	32 TuS Humfeld	12.09.1987	Humfeld

Kugelstoß - 3 kg -**Lippischer Rekord:**

8,93 m Gerhild Rottschäfer 49 LC 92 Bad Salzuflen 24.06.2006 Bad Oeynhausen

Ewige Bestenliste:

8,93	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	24.06.2006	Bad Oeynhausen
8,00	Szrama, Angelika	62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	13.05.2017	Porta-Nammen
7,24	Fischer, Gudula	40 SV Cappel	02.09.1995	Blomberg
6,83	Quest-Altrogge, Katjana	64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	29.09.2023	Lage
6,71	Fischer, Frauke	34 TV Großenmarpe	03.09.1994	Blomberg
6,40	Offel, Erika	44 LG Lemgo	29.09.2001	Lemgo
6,32	Räke, Eva	26 LG Lippe-Süd	17.08.1989	Horn
6,08	Nolte, Annelore	32 TuS Humfeld	12.09.1987	Humfeld
5,82	Offel, Irma	40 LG Lemgo	25.05.2007	Lemgo
5,45	Chwalek, Else	35 LC 92 Bad Salzuflen	28.05.1997	Lemgo

Diskuswerfen

1,00 kg

Lippischer Rekord:

22,99 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 25.05.2017 Paderborn

Ewige Bestenliste:

22,99 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 25.05.2017 Paderborn

Hammerwerfen

3,00 kg

Lippischer Rekord:

30,43 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 13.05.2017 Nammen

Frauen W 55 Hammerwerfen Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

30,43 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.05.2017 Porta-Nammen

Hammerwerfen 4,00 kg**Lippische Bestleistung:**

27,57 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 14.07.2017 Minden

Ewige Bestenliste:

27,57 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 14.07.2017 Minden

Speerwerfen 500 g**Lippischer Rekord:**

20,94 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 13.05.2017 Nammen

Ewige Bestenliste:

20,94 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 13.05.2017 Porta-Nammen

Gewichtwerfen**Lippischer Rekord:**

9,70 m Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 11.06.2017 Nammen

Ewige Bestenliste:

9,70 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.06.2017 Porta-Nammen

Dreikampf (100 m - Weit - Kugel)**Lippischer Rekord:**1285 Pkt. Katjana Quest-Altrogge 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 29.09.2023 Lage
(16,71 (-0,6) - 3,20 (+1,0) - 6,83)

Ewige Bestenliste:

1285 Quest-Altrogge, Katjana 64 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 29.09.2023 Lage
(16,71 (-0,6) - 3,20 (+1,0) - 6,83)**Werferfünfkampf** (Diskus – Kugel – Hammer - Speer – Gewicht)**Lippischer Rekord:**2812 Punkte Angelika Szrama 62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen 11.06.2017 Nammen
(27,69 - 7,92 – 21,37 – 18,62 – 9,70)

Ewige Bestenliste:

2812 Szrama, Angelika 62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen 11.06.2017 Porta-Nammen
27,69 - 7,92 - 21,37 - 18,62 - 9,70

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 60

800 m

Lippischer Rekord:

3:20,27 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.07.2005 Vaterstetten

Ewige Bestenliste:

3:20,27 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 15.07.2005 Vaterstetten
3:29,82 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 29.07.2011 Minden

1000 m

Lippischer Rekord:

4:31,12 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

4:31,12 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden
4:54,7 Jungnitsch, Rosa 34 LC 92 Bad Salzuflen 09.09.1997 Bad Salzuflen

1500 m

Lippischer Rekord:

6:29,69 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 19.08.2001 Paderborn

Ewige Bestenliste:

6:29,69 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 19.08.2001 Potsdam
6:37,02 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn
8:25,79 Kracht, Inge 39 LG Bad Salzuflen 25.06.1999 Bad Salzuflen

3000 m

Lippischer Rekord:

13:37,4 min Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 12.05.1999 Minden

Ewige Bestenliste:

13:37,4 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 12.05.1999 Minden
13:47,30 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 29.06.2002 Minden
14:15,18 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn
15:18,9 Jungnitsch, Rosa 34 LC 92 Bad Salzuflen 05.09.1995 Bad Salzuflen
19:36,0 Räke, Eva 26 LG Lippe-Süd 19.09.1990 Blomberg

5000 m

Lippischer Rekord:

23:05,61 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 17.06.1998 Lemgo

Ewige Bestenliste:

23:05,61 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 17.06.1998 Lemgo
23:59,6 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 17.04.1999 Lemgo
24:41,7 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 18.04.2009 Lemgo
25:19,4 Fröse, Ingrid 35 LG Oerlinghausen 24.09.1995 Rheine

5 km Straße

35:00 min

Lippischer Rekord:

28:24 min Regina Ellmann 57 Currimus e. V. 31.08.2018 Paderborn

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

24:05 min Marianne Deppe 43 LG Lage-Detmold 14.09.2003 Troisdorf

Frauen W 60

5 km

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

24:05	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
24:32	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
24:42	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	11.06.1999	Vinsebeck
24:50	Stille, Heike	59 LG Lemgo	07.04.2019	Freiburg
25:17	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	15.11.2009	Verl
25:28	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
25:40	Ellmann, Regina	57 Currimus Schlangen	31.03.2018	Paderborn
25:45	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	27.10.2018	Schieder
26:10	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	28.10.1995	Paderborn
26:16	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	31.10.2009	Schieder
27:34	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
28:22	Pieger, Elke	47 LC 92 Bad Salzuflen	17.09.2011	Holzhausen
28:51	Kastrup, Ursula	44 TSV Bösingfeld	28.10.2006	Schieder
28:54	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	27.10.2007	Schieder
29:32	Körner, Ursula	50 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2012	Holzhausen
29:34	Hampe, Ursula	LG Lage-Detmold	13.05.2005	Schloß Neuhaus
29:38	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	14.05.1999	Schloß Neuhaus
29:39	Funke, Sybille	57 TuS Bexterhagen	15.04.2017	Paderborn
29:47	Schüler, Helga	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2017	Schieder
29:50	Winter, Edith	32 LG Lage-Detmold	09.06.2000	Vinsebeck
30:15	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
30:25	Chwalek, Else	35 LC 92 Bad Salzuflen	28.05.1995	Schieder
30:25	Köller, Lisa	36 TuS Humfeld (LG Lemgo)	31.10.1998	Schieder
30:36	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
30:52	Funke, Sybille	57 TuS Bexterhagen	02.04.2017	Berlin
30:57	Grawe, Magdalena	— TV Lemgo	26.03.2016	Paderborn
31:06	Schmidt, Brigitte	— Currimus Schlangen	07.04.2007	Paderborn
31:30	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	02.08.1997	Bünnen
31:43	Strüßmann, Elfriede	53 LG Oerlinghausen	15.09.2013	Stukenbrock
31:46	Zappini, Gisela	57 LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
32:27	Wippler, Karin	52 LG Oerlinghausen	15.09.2012	Holzhausen
32:30	Maas, Anita	LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
32:44	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2012	Holzhausen
32:45	Krumme, Elisabeth	54 LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
33:32	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	30.10.2004	Schieder

5 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:53:26 Std. LC 92 Bad Salzuflen

22.05.2015 Bad Oeynhausen

(Krumme, Elisabeth 32:45 - Körner, Ursula 38:37 - Pannhorst, Hannelore 42:04)

Ewige Bestenliste:

113:26	LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
	Krumme, Elisabeth 32:45 - Körner, Ursula 38:37 - Pannhorst, Hannelore 42:04		
129:36	LC 92 Bad Salzuflen	12.09.2015	Holzhausen
	Liers, Erika 42:17 - Rottschäfer, Gerhild 42:45 - Lindemann, Gisela 44:34		

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

48:09 min Marianne Deppe

43 LG Lage-Detmold

14.09.2003 Troisdorf

Ewige Bestenliste:

48:09	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	14.09.2003	Troisdorf
49:03	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
49:23	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	11.06.1999	Vinsebeck
49:40	Stille, Heike	59 LG Lemgo	07.04.2019	Freiburg
50:33	Pankoke, Brigitte	49 LG Oerlinghausen	15.11.2009	Verl
50:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
51:29	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	27.10.2018	Schieder
52:19	Froese, Ingrid	35 LG Oerlinghausen	28.10.1995	Paderborn

Frauen W 60		10 km	Fortsetzung		
52:19	Ellmann, Regina		Currimus Schlangen	31.03.2018	Paderborn
52:32	Rottschäfer, Gerhild		49 LC 92 Bad Salzuflen	31.10.2009	Schieder
56:44	Pieger, Elke		47 LC 92 Bad Salzuflen	17.09.2011	Holzhausen
56:56	Kenkenberg, Maria		58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
57:41	Kastrup, Ursula		44 TSV Bösingfeld	28.10.2006	Schieder
57:47	Wendland, Bärbel		44 LG Oerlinghausen	27.10.2007	Schieder
59:08	Hampe, Ursula		LG Lage-Detmold	13.05.2005	Schloß Neuhaus
59:16	Jungnitsch, Rosa		34 LC 92 Bad Salzuflen	14.05.1999	Schloß Neuhaus
59:17	Funke, Sybille		57 TuS Bexterhagen	15.04.2017	Paderborn
59:33	Schüler, Helga		51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2017	Schieder
59:39	Winter, Edith		32 LG Lage-Detmold	09.06.2000	Vinsebeck
60:30	Kronshage, Rosi		44 LG Oerlinghausen	25.10.2008	Schieder
60:50	Chwalek, Else		35 LC 92 Bad Salzuflen	28.05.1995	Schieder
60:50	Köller, Lisa		36 TuS Humfeld (LG Lemgo)	31.10.1998	Schieder
61:12	Sombray, Christa		39 LG Oerlinghausen	30.10.1999	Schieder
61:43	Funke, Sybille		57 TuS Bexterhagen	02.04.2017	Berlin
61:53	Grawe, Magdalena		TV Lemgo	26.03.2016	Paderborn
62:12	Schmidt, Brigitte		Currimus Schlangen	07.04.2007	Paderborn
63:00	Jungnitsch, Rosa		34 LC 92 Bad Salzuflen	02.08.1997	Bünnen
63:26	Strußmann, Elfriede		53 LG Oerlinghausen	15.09.2013	Stukenbrock
63:32	Zappini, Gisela		57 LG Oerlinghausen	03.07.2019	Lage
63:48	Wippler, Karin		52 LG Oerlinghausen	15.09.2012	Holzhausen
64:00	Maas, Anita		LG Lage-Detmold	26.08.2005	Detmold
65:28	Osper, Gabriele		52 LC 92 Bad Salzuflen	15.09.2012	Holzhausen
65:29	Krumme, Elisabeth		54 LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
67:03	Kronshage, Rosi		44 LG Oerlinghausen	30.10.2004	Schieder
71:24	Hausmann, Christine		45 LG Lippe-Süd	29.10.2005	Schieder
72:03	Höflich, Karin		62 LG Istrup-Großenmarpe	16.04.2022	Paderborn
73:29	Ebbinghaus, Resi		51 LG Oerlinghausen	14.09.2013	Holzhausen
76:24	Körner, Ursula		51 LC 92 Bad Salzuflen	12.09.2015	Holzhausen
80:20	Pannhorst, Hannelore		49 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2013	Schieder

10 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:46:50 Std. LC 92 Bad Salzuflen 22.05.2015 Bad Oeynhausen
 (Krumme, Elisabeth 32:45 - Körner, Ursula 38:37 - Pannhorst, Hannelore 42:04)

Ewige Bestenliste:

3:46:50 LC 92 Bad Salzuflen 22.05.2015 Bad Oeynhausen
 Krumme, Elisabeth 65:29 - Körner, Ursula 77:14 - Pannhorst, Hannelore 84:07
 4:19:09 LC 92 Bad Salzuflen 12.09.2015 Holzhausen
 Liers, Erika 84:33 - Rottschäfer, Gerhild 85:29 - Lindemann, Gisela 89:07

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

80:53 min Monika Körner-Downes 58 TG Lage 09.02.2020 Hamm

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

73:33 min Heike Stille 59 LG Lemgo 07.04.2019 Freiburg

Ewige Bestenliste:

73:33 Stille, Heike 59 LG Lemgo 07.04.2019 Freiburg
 76:46 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 16.05.1999 Hannover
 80:53 Körner-Downes, Monika 58 TG Lage 09.02.2020 Hamm
 80:56 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin
 80:59 Deppe, Marianne 43 LG Lage-Detmold 19.04.2003 Paderborn
 85:03 Kenkenberg, Maria 58 < Detmold > 07.10.2018 Köln
 88:07 Wendland, Bärbel 44 LG Oerlinghausen 18.10.2009 Dresden
 88:56 Funke, Sybille 57 TuS Bexterhagen 15.04.2017 Paderborn
 95:30 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 11.10.2009 Essen
 96:39 Sombray, Christa 39 LG Oerlinghausen 25.04.1999 Hamburg
 98:27 Schüler, Helga 51 LF Ehberg 02 03.11.2019 Gütersloh

Frauen W 60

15 km

Fortsetzung

99:44	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
101:39	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden
106:24	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
107:32	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

20 km**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Halbmarathonstrecke:**

1:43:48 Std. Heike Stille 59 LG Lemgo 07.04.2019 Freiburg

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:38:04 Std. Heike Stille 59 LG Lemgo 07.04.2019 Freiburg

Ewige Bestenliste:

1:38:04	Stille, Heike	59 LG Lemgo	07.04.2019	Freiburg
1:42:21	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:47:55	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:47:59	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:49:45	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	07.04.2019	Hannover
1:54:05	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
1:57:30	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
1:58:34	Funke, Sybille	57 TuS Bexterhagen	15.04.2017	Paderborn
2:07:20	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
2:08:52	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
2:11:16	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:12:59	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
2:15:32	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden
2:21:52	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:23:23	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:43:48 Std. Heike Stille 59 LG Lemgo 07.04.2019 Freiburg

Ewige Bestenliste:

1:43:26	Stille, Heike	59 LG Lemgo	07.04.2019	Freiburg
1:47:57	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.05.1999	Hannover
1:53:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:53:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	19.04.2003	Paderborn
1:55:46	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	07.04.2019	Hannover
2:00:15	Kenkenberg, Maria	58 < Detmold >	07.10.2018	Köln
2:03:56	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
2:05:04	Funke, Sybille	57 TuS Bexterhagen	15.04.2017	Paderborn
2:14:19	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
2:15:56	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
2:18:28	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:20:16	Maass, Anita	45 LG Lage-Detmold	23.09.2006	Holzhausen
2:22:57	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden
2:29:39	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:31:14	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

25 km Straße**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

2:14:53 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:14:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:23:04	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
2:39:10	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
2:41:05	Sombroy, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
2:57:20	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
3:09:19	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden

Frauen W 60**30 km****Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

2:41:52 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:51:41	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:11:00	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
3:13:18	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
3:32:48	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	30.09.2012	Berlin
3:47:11	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden

35 km**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

3:08:50 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:08:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:20:17	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
3:42:50	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
3:45:31	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
4:08:16	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
4:25:01	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden

40 km**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

3:35:49 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:35:49	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:48:54	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
4:14:40	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
4:17:44	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
4:43:44	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
5:02:54	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden

Marathon**Lippischer Rekord:**

3:47:39 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
4:01:27	Deppe, Marianne	43 LG Lage-Detmold	28.09.2003	Berlin
4:28:38	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	11.10.2009	Essen
4:31:52	Sombray, Christa	39 LG Oerlinghausen	25.04.1999	Hamburg
4:59:18	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
5:19:31	Deter, Marion	55 TG Lage	30.04.2017	Dresden

Stundenlauf**Lippische Bestleistung:**

10.985 m Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

Ewige Bestenliste:

10985 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 02.10.2002 Warburg

Weitsprung**Lippischer Rekord:**

3,27 m Gerhild Rottschäfer 49 LC 92 Bad Salzuflen 30.05.2009 Paderborn

Frauen W 60

Weitsprung

Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

3,27	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
------	----------------------	------------------------	------------	-----------

Kugelstoß - 3 kg -**Lippischer Rekord:**

8,43 m	Gerhild Rottschäfer	49 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
--------	---------------------	------------------------	------------	-----------

Ewige Bestenliste:

8,43	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	30.05.2009	Paderborn
7,50	Szrama, Angelika	62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	15.10.2022	Porta-Nammen
6,71	Fischer, Frauke	34 TV Großenmarpe	03.09.1994	Blomberg
6,32	Räke, Eva	26 LG Lippe-Süd	17.08.1989	Horn
6,20	Offel, Erika	44 LG Lemgo	24.06.2005	Lemgo
5,82	Offel, Irma	40 LG Lemgo	25.05.2007	Lemgo
5,45	Chwalek, Else	35 LC 92 Bad Salzuflen	28.05.1997	Lemgo

Diskuswerfen

1,00 kg

Lippischer Rekord:

22,89 m	Angelika Szrama	62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	26.05.2022	Reken
---------	-----------------	----------------------------------	------------	-------

Ewige Bestenliste:

22,89	Szrama, Angelika	62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	26.05.2022	Reken
-------	------------------	----------------------------------	------------	-------

Hammerwerfen

3,00 kg

Lippischer Rekord:

28,43 m	Angelika Szrama	62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	02.07.2022	Soest
---------	-----------------	----------------------------------	------------	-------

Ewige Bestenliste:

28,43	Szrama, Angelika	62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	02.07.2022	Soest
-------	------------------	----------------------------------	------------	-------

Speerwerfen

500 g

Lippischer Rekord:

18,43 m	Angelika Szrama	62 LG Lage Detmold Bad Salzuflen	20.08.2022	Rheine
---------	-----------------	----------------------------------	------------	--------

Ewige Bestenliste:

18,43	Szrama, Angelika	62 LG Lage-Detmold-Bad Salzuflen	20.08.2022	Rheine
-------	------------------	----------------------------------	------------	--------

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 65

800 m

Lippischer Rekord:

3:20,27 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.07.2005 Vaterstetten

Ewige Bestenliste:

3:20,27 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 15.07.2005 Vaterstetten

1000 m

Lippischer Rekord:

4:31,12 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

4:31,12 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

1500 m

Lippischer Rekord:

6:29,69 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 19.08.2001 Paderborn

Ewige Bestenliste:

6:29,69 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 19.08.2001 Potsdam

2000 m

Lippische Bestleistung:

Endzeit einer längeren Strecke:

13:47,30 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.06.2002 Menden

Ewige Bestenliste:

14:16,8 Räke, Eva 26 LG Lippe-Süd 07.09.1994 Bad Meinberg

3000 m

Lippischer Rekord:

13:47,30 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.06.2002 Menden

Ewige Bestenliste:

13:47,30 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 29.06.2002 Minden

5000 m

Lippischer Rekord:

23:17,21 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 02.08.2003 Schweinfurt

Ewige Bestenliste:

23:17,21 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 02.08.2003 Schweinfurt

5 km Straße

Lippische Bestleistung:

40:37 min Gerhild Rottschäfer 49 LC 92 Bad Salzuflen 31.03.2018 Paderborn

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

24:32 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 16.09.2000 Wegberg

Ewige Bestenliste:

24:32 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 16.09.2000 Wegberg
 25:28 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 25.10.1997 Schieder
 26:57 Körner-Downes, Monika 58 TG Lage 31.05.2023 Lage
 28:08 Deppe, Marianne 39 LG Lage-Detmold 23.03.2002 Dresden

<u>Frauen W 65</u>	5 km	Fortsetzung		
29:23	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
29:38	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	14.05.1999	Schloß Neuhaus
29:47	Schüler, Helga	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2017	Schieder
29:50	Winter, Edith	32 LG Lage-Detmold	09.06.2000	Vinsebeck
30:18	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	31.10.2009	Schieder
32:41	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	14.05.2010	Schloß Neuhaus
36:33	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
39:32	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	31.03.2018	Paderborn
42:04	Pannhorst, Hannelore	49 LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
43:27	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
43:35	Ebbinghaus, Resi	LG Oerlinghausen	08.04.2018	Berlin
43:40	Bollhorst, Gudrun	50 LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
44:15	Kroll, Lieselotte	41 TSG Holzhausen/Sylbach	14.05.2010	Schloß Neuhaus

5 km Mannschaft**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:10:07 Std. LC 92 Bad Salzuflen 09.09.2017 Holzhausen
 (Rottschäfer, Gerhild 41:49 - Liers, Erika 43:03 - Pannhorst, Hannelore 45:15)

Ewige Bestenliste:

2:10:07 LC 92 Bad Salzuflen 09.09.2017 Holzhausen
 Rottschäfer, Gerhild 41:49 - Liers, Erika 43:03 - Pannhorst, Hannelore 45:15

10 km Straße**Lippischer Rekord:**

49:03 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 16.09.2000 Wegberg

Ewige Bestenliste:

49:03	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	16.09.2000	Wegberg
50:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	25.10.1997	Schieder
53:53	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	31.05.2023	Lage
56:16	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Dresden
58:45	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
59:16	Jungnitsch, Rosa	34 LC 92 Bad Salzuflen	14.05.1999	Schloß Neuhaus
59:33	Schüler, Helga	51 Lauffreunde Ehberg 02	28.10.2017	Schieder
59:39	Winter, Edith	32 LG Lage-Detmold	09.06.2000	Vinsebeck
60:35	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	31.10.2009	Schieder
65:22	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	14.05.2010	Schloß Neuhaus
73:05	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
79:33	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	24.10.2015	Schieder
84:07	Pannhorst, Hannelore	49 LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
86:53	Osper, Gabriele	52 LC 92 Bad Salzuflen	07.04.2019	Hannover
87:20	Bollhorst, Gudrun	50 LC 92 Bad Salzuflen	22.05.2015	Bad Oeynhausen
89:27	Ebbinghaus, Resi	LG Oerlinghausen	08.04.2018	Berlin

10 km Mannschaft**Lippischer Rekord:**

4:20:12 Std. LC 92 Bad Salzuflen 09.09.2017 Holzhausen
 (Rottschäfer, Gerhild 83:37 - Liers, Erika 96:06 - Pannhorst, Hannelore 90:29)

Ewige Bestenliste:

4:20:12 LC 92 Bad Salzuflen 09.09.2017 Holzhausen
 Rottschäfer, Gerhild 83:37 - Liers, Erika 86:06 - Pannhorst, Hannelore 90:29

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

81:44 min Monika Körner-Downes 58 TG Lage 12.02.2023 Hamm

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

79:22 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 23.03.2002 Schotten

Frauen W 65 15 km Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

1:19:22	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:20:56	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:21:35	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	12.02.2023	Hamm
1:24:24	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Dresden
1:28:07	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
1:38:27	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
1:46:24	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
1:47:32	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

20 km Straße**Lippische Bestleistung:****Bessere Bruttoendzeit über die Halbmarathonstrecke:**

1:51:37 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 23.03.2002 Schotten

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:45:49 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 23.03.2002 Schotten

Ewige Bestenliste:

1:45:49	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:47:55	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:50:55	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	26.02.2023	Hamm
1:52:31	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Dresden
1:57:30	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
2:11:16	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:21:52	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:23:23	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

Halbmarathon**Lippischer Rekord:**

1:51:37 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 23.03.2002 Schotten

Ewige Bestenliste:

1:51:37	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Schotten
1:53:50	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
1:56:59	Körner-Downes, Monika	58 TG Lage	26.02.2023	Hamm
1:58:41	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.03.2002	Dresden
2:03:56	Wendland, Bärbel	44 LG Oerlinghausen	18.10.2009	Dresden
2:18:28	Schüler, Helga	51 LF Ehberg 02	03.11.2019	Gütersloh
2:29:39	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin
2:31:14	Kronshage, Rosi	44 LG Oerlinghausen	21.03.2010	Palma de Mallorca (E)

25 km Straße**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

2:14:53 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:14:53	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:26:40	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.10.2005	Magdeburg
2:57:20	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

30 km Straße**Lippische Bestleistung:****Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:**

2:51:52 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:41:52	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
2:55:59	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.10.2005	Magdeburg
3:32:48	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

Frauen W 65**35 km Straße****Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:19:04 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:19:04	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:25:19	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.10.2005	Magdeburg
4:08.16	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

40 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:35:49 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:35:49	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
3:54:39	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.10.2005	Magdeburg
4:43.44	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

Marathon**Lippischer Rekord:**

3:47:39 min Sieglinde Wind 32 LG Oerlinghausen 29.09.1996 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:47:39	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.1996	Berlin
4:07:31	Deppe, Marianne	39 LG Lage-Detmold	23.10.2005	Magdeburg
4:59.18	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	26.09.2010	Berlin

Kugelstoß - 3 kg -**Lippischer Rekord:**

6,10 m Eva Räke 26 LG Lippe-Süd 26.06.1991 Horn

Ewige Bestenliste:

6,10	Räke, Eva	26 LG Lippe-Süd	26.06.1991	Horn
5,82	Offel, Irma	40 LG Lemgo	25.05.2007	Lemgo

Ewige Lippische Seniorenbestenliste

Frauen W 70

800 m

Lippischer Rekord:

3:20,27 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.07.2005 Vaterstetten

Ewige Bestenliste:

3:20,27 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 15.07.2005 Vaterstetten

1000 m

Lippischer Rekord:

4:31,12 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

4:31,12 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

1500 m

Lippischer Rekord:

6:49,14 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 17.07.2005 Vaterstetten

Ewige Bestenliste:

6:49,34 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 17.07.2005 Vaterstetten

3000 m

Lippischer Rekord:

14:36,82 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 28.06.2005 Minden

Ewige Bestenliste:

14:36,82 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 18.06.2005 Minden

5000 m

Lippischer Rekord:

24:41,87 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 06.08.2006 Ahlen

Ewige Bestenliste:

24:41,87 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 06.08.2006 Aachen

5 km Straße

Lippische Bestleistung:

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

25:52 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.04.2006 Paderborn

Ewige Bestenliste:

25:52 Stiegmann, Annemarie 35 LG Lage-Detmold 15.04.2006 Paderborn

29:51 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

34:57 Schmidt, Brigitte Currimus Schlangen 19.04.2014 Paderborn

36:33 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 14.09.2013 Holzhausen

43:43 Pannhorst, Hannelore 49 LC 92 Bad Salzuflen 26.10.2019 Schieder

43:46 Rottschäfer, Gerhild 49 LC 92 Bad Salzuflen 26.10.2019 Schieder

45:15 Meierkord, Mira 47 LC 92 Bad Salzuflen 09.09.2017 Holzhausen

50:28 Offel, Irma 40 LG Lemgo 29.10.2011 Schieder

52:03 Rierks, Eta 45 TV Blomberg 24.10.2015 Schieder

10 km Straße

Lippischer Rekord:

51:43 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 15.04.2006 Paderborn

Frauen W 70 10 km Fortsetzung

Ewige Bestenliste:

51:43	Stiegmann, Annemarie	35 LG Lage-Detmold	15.04.2006	Paderborn
59:41	Wind, Sieglinde	32 LG Oerlinghausen	29.09.2002	Berlin
69:54	Schmidt, Brigitte	Currimus Schlangen	19.04.2014	Paderborn
73:05	Liers, Erika	39 LC 92 Bad Salzuflen	14.09.2013	Holzhausen
87:25	Pannhorst, Hannelore	49 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2019	Schieder
87:31	Rottschäfer, Gerhild	49 LC 92 Bad Salzuflen	26.10.2019	Schieder
90:30	Meierkord, Mira	47 LC 92 Bad Salzuflen	09.09.2017	Holzhausen
100:56	Offel, Irma	40 LG Lemgo	29.10.2011	Schieder
104:05	Rierks, Eta	45 TV Blomberg	24.10.2015	Schieder

15 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

89:31 min Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

1:29:31 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

20 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

1:59:21 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

1:59:21 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

Halbmarathon**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:05:54 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:05:54 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

25 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:29:11 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:29:11 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

30 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

2:59:01 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

2:59:01 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

35 km Straße**Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:28:51 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:28:51 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

Frauen W 70**40 km Straße****Lippische Bestleistung:**

Errechnete Zwischenzeit einer längeren Strecke:

3:58:42 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

3:58:42 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

Marathon**Lippischer Rekord:**

4:11:47 Std. Annemarie Stiegmann 35 LG Lage-Detmold 29.09.2002 Berlin

Ewige Bestenliste:

4:11:47 Wind, Sieglinde 32 LG Oerlinghausen 29.09.2002 Berlin

Kugelstoß - 3 kg -**Lippischer Rekord:**

5,30 m Irma Offel 40 LG Lemgo 10.06.2011 Lemgo

Ewige Bestenliste:

5,30 Offel, Irma 40 LG Lemgo 10.06.2011 Lemgo

5,24 Chwalek, Else 35 LT Schwelentrup 16.04.2005 Lemgo

Frauen W 75**10 km Straße****Lippischer Rekord:**

84:33 min Erika Liers 39 LC 92 Bad Salzuflen 12.09.2015 Holzhausen

Ewige Bestenliste:

84:33 Liers, Erika 39 LC 92 Bad Salzuflen 12.09.2015 Holzhausen