

**Bestätigte Landesbestleistungen von Mecklenburg-Vorpommern  
im Straßenlauf zuzüglich Stundenlauf  
(Altersklassen-Bestleistungen, Stand 31.10.2022)  
Absolute Landesbestleistungen fett gedruckt**

Die aufgeführten 5.000m- bzw. 10.000m-Landesbestleistungen wurden den auf der LVMV-Homepage veröffentlichten Übersichten „Rekorde und Bestleistungen des LVMV“ und „Senioren-Landesbestleistungen“ entnommen

Die Liste wird geführt durch den Straßenlaufstatistiker des LVMV Jan-Henrik Lange (von 1990 bis 2017 durch seinen Vorgänger Herbert Stromeyer). Neue Einträge des jeweiligen Jahres sind gelb hervorgehoben. Ergänzende Hinweise bitte an [janlange81@web.de](mailto:janlange81@web.de)

## Frauen

<b>W14</b>					
5 km	17:42	Stendel, Antje (73)	SC Traktor Schwerin	17.04.1987	Schwerin
7,5 km	28:37	Gentes, Silke (74)	SC Empor Rostock	16.04.1988	Schwerin
10 km	38:36	Czauer, Cornelia (72)	SC Traktor Schwerin	26.04.1986	Karl-Marx-Stadt

<b>W15</b>					
5 km	17:30	Splinter, Katharina (84)	1. LAV Rostock	24.10.1999	Anklam
7,5 km	28:20	Plessow, Claudia (76)	SC Empor Rostock	21.04.1991	Schwerin
10 km	38:00	Gentes, Silke (74)	SC Empor Rostock	23.04.1989	Schwerin

<b>wJ U18</b>					
5000 m	17:00,6	Haupt, Isa (68)	Schweriner SC	11.05.1985	Halle/Saale
5 km	18:08	Ahrens, Charlotte (97)	SC Neubrandenburg	12.10.2014	Lubmin
7,5 km	26:58	Splinter, Katharina (84)	1. LAV Rostock	25.03.2000	Freiburg
10.000 m	34:04,26	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	02.06.1990	Potsdam
10 km	34:44	Jerschabek, Birgit (69)	SC Traktor Schwerin	06.04.1986	Schwerin
15 km	58:37	Kahl, Claudia (84)	1. LAV Rostock	20.10.2001	Anklam
20 km	noch keine bestenlistenreife Leistung unter 1:30 h bekannt				
Halbmarathon	1:32:22	Michel, Laura (93)	1. LAV Rostock	24.10.2010	Dresden
25 km	1:55:26	Rosolski, Silva (75)	SSTV Greifswald	05.05.1991	Berlin

<b>wJ U20</b>					
5000 m	16:22,2	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	01.06.1991	Jena
5 km	17:26	Maisch, Ulrike (77)	SC Empor Rostock	04.05.1996	Binz
10.000 m	32:44,52	Schäning, Anke (70)	SC Empor Rostock	08.06.1988	Potsdam
<b>10 km</b>	<b>33:03</b>	<b>Schäning, Anke (70)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>23.04.1989</b>	<b>Schwerin</b>
15 km	53:31	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	18.04.1992	Dummerstorf
1 h	15.606 m	Splinter, Katharina (84)	1. LAV Rostock	11.09.2002	Warnemünde
20 km	1:14:26	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	05.04.1992	Warnemünde
Halbmarathon	noch keine bestenlistenreife Leistung unter 1:25 h bekannt				
25 km	1:43:54	Maisch, Ulrike (77)	SC Empor Rostock	23.09.1995	Schwaan
Marathon	2:51:02	Krull, Silke (66)	SC Traktor Schwerin	20.10.1985	Berlin

<b>WHK (W20)</b>					
ZZ = offizielle Zwischenzeit					
5000 m	15:16,32	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	16.08.1996	Köln
5 km	16:54	Spitzmüller, Romy (81)	1. LAV Rostock	26.04.2009	Korschenbroich
10.000m	32:14,75	Jerschabek, Birgit (69)	Schweriner SC	27.06.1990	Helsinki/Finnland
10 km	33:32	Jerschabek, Birgit (69)	Schweriner SC	23.04.1989	Schwerin
15 km	50:48	Jerschabek, Birgit (69)	Schweriner SC	22.04.1990	Schwerin
1 h	15.550 m	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SC	15.11.1992	Neubrandenburg
20 km	1:11:49 ZZ	Maisch, Ulrike (77)	1. LAV Rostock	31.08.2003	Paris/Frankreich
Halbmarath.	1:12:41	Maisch, Ulrike (77)	1. LAV Rostock	14.03.2004	Siegburg
25 Km	1:29:34 ZZ	Maisch, Ulrike (77)	1. LAV Rostock	31.08.2003	Paris/Frankreich
Marathon	2:30:01	Maisch, Ulrike (77)	1. LAV Rostock	12.08.2006	Göteborg/Schweden

<b>W30</b>					
ZZ = offizielle Zwischenzeit					
5000 m	16:28,23	Maisch, Ulrike (77)	LG Vorpommern	04.07.2009	Ulm
5 km	17:17 ZZ	Siewert, Carmen (72)	LG Vorpommern	25.05.2002	Berlin

10.000 m	34:39,4	Dittmer, Anja (75)	SC Neubrandenburg	22.04.2006	Saarbrücken
10 km	34:04	Siewert, Carmen (72)	Grün-Schw. Greifswald	14.09.2003	Troisdorf
15 km	53:13	Schuckmann, Birgit (60)	Schweriner SC	13.06.1993	Ratekau
<b>1 h</b>	<b>16.450 m</b>	<b>Siewert, Carmen (72)</b>	<b>Grün-Schw. Greifswald</b>	<b>13.11.2002</b>	<b>Greifswald</b>
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:13:55	Siewert, Carmen (72)	Grün-Schw. Greifswald	06.04.2003	Berlin
25 km	1:34:42 ZZ	Siewert, Carmen (72)	Grün-Schw. Greifswald	29.09.2002	Berlin
Marathon	2:32:41	Maisch, Ulrike (77)	1. LAV Rostock	28.10.2007	Frankfurt/Main
100 km	9:52:41	Pawzik, Heike (63)	Warnow 90 Rostock	16.09.1995	Winschoten/NL
<b>24 h</b>	<b>190,710 km</b>	<b>Pawzik, Heike (63)</b>	<b>Warnow 90 Rostock</b>	<b>05.11.1995</b>	<b>Niort/Frankreich</b>

<b>W35</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	16:42,60	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	21.06.2008	Rostock
5 km	18:11 ZZ	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald	23.10.2011	Lubmin
10.000 m	34:24,15	Dittmer, Anja (75)	SC Neubrandenburg	07.05.2011	Essen
10 km	35:07	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	17.05.2008	Berlin
15 km	53:55	Schuckmann, Birgit (60)	Schweriner SC	29.04.1995	Dummerstorf
1 h	16.150 m	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald e.V.	09.11.2011	Greifswald
20 km	1:13:45	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	11.03.2007	Celle
Halbmarathon	1:19:02	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	20.05.2007	Regensburg
25 km	1:36:12	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	06.05.2007	Berlin
Marathon	2:40:44	Schuckmann, Birgit (60)	Schweriner SC	15.10.1995	Lausanne/Schweiz
50 km	4:18:56 ZZ	Schulz, Britta (71)	HSG Uni Greifswald	16.08.2008	Leipzig
<b>100 km</b>	<b>8:51:02</b>	<b>Schulz, Britta (71)</b>	<b>HSG Uni Greifswald</b>	<b>16.08.2008</b>	<b>Leipzig</b>

<b>W40</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	18:20,19	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald	14.06.2015	Rostock
5 km	18:36 ZZ	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald	11.10.2015	Lubmin
10.000 m	37:12,63	Krecklow, Beate (71)	Greifswalder SV 04	28.05.2011	Güstrow
10 km	36:12	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald e.V.	03.03.2012	Wittenburg
15 km	58:04	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald e.V.	17.06.2016	Hamburg
1 h	14.600 m	Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	02.12.2015	Greifswald
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:21:15	Krecklow, Beate (71)	Greifswalder SV 04	17.04.2011	Griesheim
25 km	1:52:28 ZZ	Dressler, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	12.10.2008	Eindhoven/NL
Marathon	3:00:44	Pilz, Christiane (75)	TC Fiko Rostock	06.10.2019	Bremen
100 km	9:59:55	Lemme, Bärbel (64)	Post Telek. Schwerin	14.06.2008	Biel/Schweiz

<b>W45</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	20:00,2	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	15.10.2014	Marzahn
5 km	20:25 ZZ	Nehring, Madlen (76)	HSV Neubrandenburg	10.10.2021	Lubmin
10.000 m	41:22,9	Schrapers, Sabine (58)	Post Telek. Schwerin	22.04.2006	Rostock
10 km	40:06	Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	26.02.2016	Sharjah/VAE
15 km	1:02:22	Schlender-Kamp, Angelika (72)	HSV Neubrandenburg	21.09.2019	Baabe
1 h	14.200 m	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	01.11.2014	Anklam
20 km	1:24:49 ZZ	Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	12.02.2016	Ras Al Khaimah/VAE
<b>Halbmarathon</b>	<b>1:28:30</b>	<b>Nehring, Madlen (76)</b>	<b>HSV Neubrandenburg</b>	<b>03.04.2022</b>	<b>Berlin</b>
25 km	1:51:50	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	10.05.2015	Berlin
Marathon	3:06:06	Schlender-Kamp, Angelika (72)	HSV Neubrandenburg	27.10.2019	Dresden
100 km	10:23:45	Michel, Petra (62)	Post Telek. Schwerin	16.08.2008	Leipzig

<b>W50</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
------------	--	------------------------------	--	--	--

5000 m	20:15,35	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	30.06.2017	Zittau
5 km	20:28	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	06.05.2017	Neubrandenburg
10.000 m	42:12,81	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	13.05.2017	Bautzen
10 km	41:26	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	09.10.2016	Lubmin
15 km	1:04:08	Schrapers, Sabine (58)	Post Telek. Schwerin	12.04.2008	Schwerin
1 h	13.620 m	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	08.09.2020	Neubrandenburg
20 km	1:30:22 ZZ	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	28.09.2003	Berlin
Halbmarathon	1:33:10	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	06.09.2003	Wolgast
25 km	1:53:15 ZZ	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	28.09.2003	Berlin
Marathon	3:19:26	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	28.09.2003	Berlin

<b>W55</b>					
5000 m	20:39,42	Knospe, Katja (66)	1. LAV Rostock	26.06.2021	Bad Doberan
5 km	20:50	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	02.04.2022	Ueckermünde
10.000 m	42:49,97	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	29.05.2021	Braunschweig
10 km	43:48	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	09.10.2022	Lubmin
15 km	1:09:36	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	08.04.2006	Schwerin
1 h	13.260 m	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	06.04.2022	Berlin
20 km	1:37:12	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	13.05.2006	Perleberg
Halbmarathon	1:41:00	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	06.05.2006	Neubrandenburg
25 km	2:06:51	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	24.09.1994	Schwaan
Marathon	3:41:28	Block, Beate (61)	HSV Neubrandenburg	16.10.2016	Amsterdam/NL

<b>W60</b>					
ZZ = offizielle Zwischenzeit					
5000 m	23:02,43	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	02.06.2018	Rostock
5 km	22:52 ZZ	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	13.10.2019	Lubmin
10.000 m	Noch keine bestenlistenreife Leistung unter 52 min bekannt				
10 km	46:18	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	13.10.2019	Lubmin
15 km	1:13:50 ZZ	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	07.04.2019	Berlin
1 h	12.300 m	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	05.09.2000	Schwerin
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:44:08	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	02.09.2017	Wolgast
25 km	2:12:53	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	26.09.1998	Schwaan
Marathon	3:51:37	Zimdars, Waltraud (51)	LAV Waren/Müritz	22.04.2012	Wieck/Darß

<b>W65</b>					
ZZ = offizielle Zwischenzeit					
5.000 m	23:50,90	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	28.05.2016	Güstrow
5 km	23:18	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	09.10.2022	Lubmin
10.000m	49:13,27	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	23.05.2015	Güstrow
10 km	47:19	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	09.10.2022	Lubmin
15 km	1:13:18 ZZ	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	03.04.2022	Berlin
1 h	12.125 m	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	25.03.2016	Neustrelitz
20 km	1:41:09 ZZ	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	24.04.2022	Wien/Österreich
Halbmarathon	1:43:35	Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	03.04.2022	Berlin
25 km	2:12:45 ZZ	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	29.10.2017	Frankfurt/Main
Marathon	3:47:38	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	29.10.2017	Frankfurt/Main

<b>W70</b>					
ZZ = offizielle Zwischenzeit					
5000 m	25:03,78	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	30.06.2019	Wismar
5 km	23:22	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	30.03.2019	Ueckermünde
10 km	49:37	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	13.10.2019	Lubmin
15 km	1:21:08 ZZ	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	28.04.2019	Düsseldorf

1 h	11.230 m	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	08.09.2020	Neubrandenburg
Halbmarathon	1:50:30	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	07.09.2019	Wolgast
Marathon	3:49:19	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	28.04.2019	Düsseldorf
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

<b>W75</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	31:59,69	Glander, Christel (36)	Motor Barth	28.05.2011	Güstrow
5 km	31:58	Glander, Christel (36)	Motor Barth	23.10.2011	Lubmin
10 km	54:42 ZZ	Kortus, Karin (39)	1. LAV Rostock	06.08.2017	Aarhus/Dänemark
Halbmarathon	1:59:36	Kortus, Karin (39)	1. LAV Rostock	06.08.2017	Aarhus/Dänemark
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

<b>W80</b>					
5000 m	41:05,26	Wolff, Barbara (41)	SV Warnemünde	26.06.2021	Bad Doberan
5 km	37:08	Garnitz, Waltraud (39)	Laufgruppe Schwerin	30.03.2019	Ueckermünde
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

## Männer

<b>M14</b>		<i>* kursiv gedruckt: Strecke gegenwärtig nicht für M14 zugelassen</i>			
5 km	16:21	Sönksen, Peer (98)	SC Neubrandenburg	21.10.2012	Lubmin
7,5 km	24:42	Richter, Maik (61)	Einheit Grevesmühlen	27.07.1975	Berlin
10 km	36:09	Weippert, Matthias (76)	SC Empor Rostock	29.04.1990	Bremen
15 km*	55:38	<i>Neumann, Chris (71)</i>	<i>SC Neubrandenburg</i>	<i>31.10.1985</i>	<i>Prenzlau</i>

<b>M15</b>		<i>* kursiv gedruckt: Strecken gegenwärtig nicht für M15 zugelassen</i>			
5.000 m	15:14,6	Kunze, Hansjörg (59)	TSG Bau Rostock	12.07.1974	Neubrandenburg
5 km	16:05	Sönksen, Peer (98)	SC Neubrandenburg	17.03.2013	Neubrandenburg
7,5 km	25:17	John, Alexander (71)	SC Neubrandenburg	20.04.1986	Oranienburg
* 10.000 m	34:25,2	<i>John, Alexander (71)</i>	<i>SC Neubrandenburg</i>	<i>16.04.1986</i>	<i>Berlin</i>
10 km	33:44	Bertel, Heiko (72)	SC Traktor Schwerin	30.05.1987	Karl-Marx-Stadt
* 15 km	48:29	<i>Kunze, Hansjörg (59)</i>	<i>TSG Bau Rostock</i>	<i>21.04.1974</i>	<i>Oranienburg</i>

<b>mJ U18</b>					
5000 m	14:20,2	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	08.08.1975	Banska Bystrica/CSSR
5 km	15:33	Gerdel, Chris (89)	SC Neubrandenburg	14.10.2006	Waren/Müritz
7,5 km	24:21	Kunze, Marcus (82)	1.LAV Rostock	27.03.1999	Xanten
10.000 m	33:10,2	Eichmann, Morris (73)	SC Neubrandenburg	12.04.1989	Berlin
10 km	31:32	Gröschel, Tom (91)	LAC Mühl-Rosin	12.10.2008	Lubmin
15 km	46:50	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	20.04.1975	Oranienburg
1 h	17.020 m	Berndt, Stefan (87)	Turb. Neubrandenburg	06.11.2004	Anklam
20 km	1:05:02	Hyzy, Torsten (62)	SC Traktor Schwerin	29.07.1979	Berlin
Halbmarathon	1:14:56	Fredrich, Sebastian (80)	SC Empor Rostock	06.09.1997	Wolgast
25 km	1:27:05	Schreiber, Gero (66)	SC Empor Rostock	06.11.1983	Rostock

<b>mJ U20</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	13:42,2	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	27.05.1978	Erfurt
5 km	16:10 ZZ	Vogel, Johannes (96)	TC Fiko Rostock	11.10.2015	Lubmin
10.000 m	29:57,9	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	07.05.1978	Rostock
10 km	31:02	Scharff, Tom (85)	Schweriner SC	19.09.2004	Bad Liebenzell
15 km	46:12	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	23.04.1978	Oranienburg
1 h	18.108 m	Weiß, Jan-Peter (68)	SC Neubrandenburg	22.11.1987	Neubrandenburg
20 km	1:03:28	Schreiber, Gero (66)	SC Empor Rostock	21.04.1985	Oranienburg
Halbmarathon	1:13:41	Berndt, Stefan (87)	Turb. Neubrandenburg	23.10.2005	Dresden
25 km	1:22:45	Kührmann, Sven (70)	SC Empor Rostock	19.03.1988	Sanitz
Marathon	2:35:23	Kührmann, Sven (70)	SC Empor Rostock	15.10.1989	Rostock

<b>MHK (M20)</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	<b>13:10,40</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>09.09.1981</b>	<b>Rieti/Italien</b>
5 km	14:45 ZZ	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	09.10.2016	Berlin
<b>10.000 m</b>	<b>27:26,00</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>02.07.1988</b>	<b>Oslo/Norwegen</b>
10 km	29:33	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	09.10.2016	Berlin
<b>15 km</b>	<b>44:25</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>27.04.1980</b>	<b>Oranienburg</b>
1 h	19.825m	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	03.10.1980	Greifswald
<b>20 km</b>	<b>59:24</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>16.04.1988</b>	<b>Schwerin</b>
Halbmarathon	1:04:08	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	16.02.2020	Barcelona/Spanien
<b>25 km</b>	<b>1:17:12</b>	<b>Weippert, Klaus-Peter (54)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>30.09.1979</b>	<b>Waren/Müritz</b>
Marathon	2:13:49	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	28.04.2019	Düsseldorf
100 km	7:53:02	Jacob, Gunter (56)	ASG Peenemünde	28.03.1981	Grünheide

<b>M30</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	14:05,24	Wrenger, Burkhard (64)	SC Empor Rostock	21.06.1996	Köln
5 km	15:02 ZZ	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	22.08.2021	Berlin
10.000 m	29:37,78	Wrenger, Burkhard (64)	SC Empor Rostock	16.05.1996	Koblenz
<b>10 km</b>	<b>29:17</b>	<b>Wrenger, Burkhard (64)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>23.05.1998</b>	<b>Rostock</b>
<b>15 km</b>	<b>45:22 ZZ</b>	<b>Gröschel, Tom (91)</b>	<b>TC Fiko Rostock</b>	<b>03.04.2022</b>	<b>Berlin</b>
<b>1 h</b>	<b>20.525m</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>31.03.1990</b>	<b>La Fleche/Frankreich</b>
20 km	1:01:54 ZZ	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	05.12.2021	Valencia/Spanien
<b>Halbmarathon</b>	<b>1:02:20</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>18.03.1990</b>	<b>Rom/Italien</b>
25 Km	1:17:22 ZZ	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	05.12.2021	Valencia/Spanien
<b>Marathon</b>	<b>2:11:02</b>	<b>Gröschel, Tom (91)</b>	<b>TC Fiko Rostock</b>	<b>05.12.2021</b>	<b>Valencia/Spanien</b>
50 km *	3:24:31 ZZ	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	29.03.1980	Grünheide
100 km	7:45:00	Strübing, Hans-Uwe (51)	Lok Rostock	01.04.1984	Grünheide
100 km *	6:55:28	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	29.03.1980	Grünheide
* bis 1990 zugehörig zum Leichtathletikverband des Bezirkes Neubrandenburg					

<b>M35</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	15:20,0	Zinzow, Karl-Friedrich (24)	SC Empor Rostock	20.09.1959	Rathenow
5 km	16:49 ZZ	Bergmann, Hannes (84)	HSG Uni Greifswald	10.10.2021	Lubmin
10.000 m	31:49,0	Thiele, Jürgen (64)	Turb. Neubrandenburg	01.05.1999	Greifswald
10 km	30:33	Wrenger, Burkhard (64)	1. LAV Rostock	25.05.2002	Rostock
15 km	48:56	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Trollenhagen	21.04.1974	Oranienburg
15 km *	46:32	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	11.05.1985	Kleinmachnow
1 h	17.928 m	Kuhardt, Lutz (57)	SC Empor Rostock	19.09.1993	Rostock
1 h *	18590 m	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	23.11.1986	Neubrandenburg
20 km	1:06:44	Schroeder, Rainer (50)	HSG Uni Greifswald	17.04.1987	Schwerin
20 km *	1:03:21	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	26.04.1987	Oranienburg
Halbmarathon	1:10:26	Thiele, Jürgen (64)	Turb. Neubrandenburg	08.05.1999	Neubrandenburg
Halbmarath. *	1:09:34	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	20.09.1987	Templin
25 km	1:21:42	Weippert, Klaus-Peter (54)	SC Empor Rostock	21.11.1990	Griesheim
25 km *	1:20:17	Wegner, Detlef (50)	Motor Prenzlau	29.10.1989	Schwedt
Marathon	2:27:03	Weippert, Klaus-Peter (54)	SC Empor Rostock	28.10.1990	Frankfurt/Main
50 km	3:29:45 ZZ	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	01.04.1978	Grünheide
100 km	7:32:40	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	01.04.1978	Grünheide
24 h	214,117 km	Reichelt, Mario (70)	TSG Wittenburg	13.07.2008	Berlin
* bis 1990 zugehörig zum Leichtathletikverband des Bezirkes Neubrandenburg					

<b>M40</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	15:53,43	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	12.09.2018	Malaga/Spanien
5 km	16:52 ZZ	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	07.10.2018	Lubmin
10.000 m	32:19,89	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	27.07.2017	Aarhus/Dänemark
10 km	32:23	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	29.04.2017	Warnemünde
15 km	50:34	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	22.04.1979	Oranienburg
15 km *	48:10	Wegner, Detlef (50)	TSV 62 Prenzlau	25.03.1990	Berlin
1 h	17.650 m	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	05.06.1997	Neubrandenburg
1 h *	17.920 m	Wegner, Detlef (50)	TSV 62 Prenzlau	25.02.1990	Berlin
20 km	1:08:19	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	30.09.1979	Sandersdorf
Halbmarathon	1:11:36	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	23.02.1997	Valetta/Malta
Halbmarath. *	1:09:42	Wegner, Detlef (50)	TSV 62 Prenzlau	01.09.1990	Berlin
25 km	1:26:02	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	12.04.1980	Berlin
Marathon	2:30:51	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	06.07.1997	Turku/Finnland
Marathon *	2:28:17	Wegner, Detlef (50)	TSV 62 Prenzlau	29.04.1990	Bremen

50 km	3:18:44 ZZ	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	12.04.1997	Hanau-Rodenbach
100 km	7:11:13	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	03.04.1982	Grünheide
24 h	231,203 km	Reichelt, Mario (70)	TSG Wittenburg	20.06.2010	Rockenhausen
* bis 1990 zugehörig zum Leichtathletikverband des Bezirkes Neubrandenburg					

<b>M45</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	16:44,90	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	23.07.1989	Neubrandenburg
5 km	16:41 ZZ	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	09.10.2022	Lubmin
10.000 m	33:39,22	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	13.08.2022	Hamburg
10 km	33:51	Weippert, Matthias (76)	TC Fiko Rostock	09.10.2022	Lubmin
15 km	51:15	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	30.05.1982	Doksy /CSSR
1 h	17.350 m	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	02.10.1987	Greifswald
20 km	1:09:07	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	12.12.1982	Herzberg
Halbmarathon	1:15:53	Timm, Jürgen (58)	HV Altentreptow	10.05.2003	Neubrandenburg
25 km	1:27:34	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	17.10.1982	Neuseddin
Marathon	2:36:23	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	29.03.1987	Potsdam
50 km	3:35:00 ZZ	Lindner, Heinz (36)	Trakt. Dummerstorf	03.04.1982	Grünheide
100 km	7:38:12	Lindner, Heinz (36)	Trakt. Dummerstorf	03.04.1982	Grünheide
24 h	168,726 km	Binsch, Rüdiger (51)	Lok Rostock	14.07.1996	Köln

<b>M50</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	17:08,75	Wiesner, Peter (39)	Hydraulik Schwerin	23.07.1989	Neubrandenburg
5 km	17:57 ZZ	Schmiedeberg, Nils (67)	Tri Fun Güstrow	07.10.2018	Lubmin
10.000 m	34:39,41	Timm, Jürgen (58)	HSV Neubrandenburg	30.05.2009	Güstrow
10 km	35:33	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	07.03.1993	Wittenburg
15 km	53:48	Hoyer, Klaus (38)	Post Pasewalk	08.10.1989	Prenzlau
1 h	16.900 m	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	19.09.1993	Rostock
20 km	1:12:54	Hoyer, Klaus (38)	Post Pasewalk	17.09.1989	Templin
Halbmarathon	1:16:43	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	13.06.1992	Neubrandenburg
25 km	1:33:13	Hoyer, Klaus (38)	Post Pasewalk	13.11.1988	Schwedt
Marathon	2:44:08	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	03.05.1992	München
50 km	3:38:21 ZZ	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	17.10.1992	Kiel
100 km	7:43:28	Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	17.10.1992	Kiel

<b>M55</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	17:32,0	Zengel, Horst (34)	Lok Hagenow	03.06.1989	Parchim
5 km	18:24 ZZ	Schütz, Frank (59)	LSV Güstrow	11.10.2015	Lubmin
10.000 m	37:06,59	Schütz, Frank (59)	LSV Güstrow	23.05.2015	Güstrow
10 km	36:50	Weippert, Klaus-Peter (54)	1. LAV Rostock	12.09.2009	Otterndorf
15 km	55:29	Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	25.08.1996	Ueckermünde
1 h	15.985 m	Wiesner, Peter /39)	Hydraulik Schwerin	05.09.1995	Schwerin
20 km	1:15:53	Urban, Günter (43)	Fortschr. Neust.-Glewe	03.06.2000	Güstrow
Halbmarathon	1:20:53	Schütz, Frank (59)	LSV Güstrow	02.05.2015	Neubrandenburg
25 km	1:37:08	Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	21.09.1996	Schwaan
Marathon	2:54:31	Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	03.11.1996	Berlin
50 km	3:45:47 ZZ	Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	30.03.1996	Kienbaum
100 km	8:03:52	Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	30.03.1996	Kienbaum

<b>M60</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	18:27,70	Zengel, Horst (34)	ESV 48 Hagenow	17.08.1996	Leinfeldern
5 km	19:23 ZZ	Schütz, Frank (59)	LSV Güstrow	10.10.2021	Lubmin
10.000 m	38:49,32	Sonntag, Horst (50)	1. LAV Rostock	29.05.2010	Güstrow



10 km	37:40	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	06.06.2004	Kühlungsborn
15 km	58:47	Zengel, Horst (34)	ESV 48 Hagenow	29.04.1995	Dummerstorf
1 h	15.772 m	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	30.05.2001	Warnemünde
20 km	1:18:13	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	26.05.2001	Güstrow
Halbmarathon	1:22:33	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	05.05.2001	Neubrandenburg
25 km	1:42:05	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	18.09.2004	Schwaan
Marathon	2:57:16	Wiesner, Peter (39)	Hydraulik Schwerin	25.04.1999	Hamburg
50 km	3:53:42 ZZ	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	27.03.2004	Kienbaum
100 km	8:43:32	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	27.03.2004	Kienbaum

<b>M65</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5000 m	19:25,76	Zengel, Horst (34)	ESV 48 Hagenow	03.06.2000	Neubrandenburg
5 km	20:14 ZZ	Sonntag, Horst (50)	SV Pastow	09.10.2016	Lubmin
10.000 m	41:03,47	Sonntag, Horst (50)	FHSG Stralsund	23.05.2015	Güstrow
10 km	39:27	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	18.06.2006	Steinhagen
15 km	1:00:30	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	03.09.2006	Kühlungsborn
1 h	14.245 m	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	19.10.2006	Neubrandenburg
20 km	1:21:10	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	04.06.2006	Kühlungsborn
Halbmarathon	1:26:14	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	21.05.2006	Rostock
25 km	1:47:29	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	16.09.2006	Schwaan
Marathon	3:07:14 ZZ	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	25.03.2006	Kienbaum
50 km	3:44:19	Stromeyer, Herbert (41)	HSG Uni Greifswald	25.03.2006	Kienbaum
100 km	11:07:15	Simon, Lothar (41)	5-Seen-LG Schwerin	05.04.2008	Kienbaum

<b>M70</b>					
5000 m	21:38,71	Baumann, Fritz (20)	ESV Waren	05.09.1992	Halle/Saale
5 km	21:57	Zabel, Edgar (51)	Turb. Neubrandenburg	11.07.2021	Steinhagen
10.000 m	42:13,94	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	20.07.1991	Turku/Finnland
10 km	44:12	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	21.07.2012	Steinhagen
15 km	1:03:51	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	04.11.1990	Röbel
1 h	13.250 m	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	11.07.2012	Güstrow
20 km	1:28:59	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	21.04.1991	Schwerin
Halbmarathon	1:36:25	Fichtner, Rolf (27)	Blau-Weiß Parchim	19.10.1997	Berlin
25 km	1:52:52	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	15.06.1991	Neubrandenburg
Marathon	3:28:45	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	07.07.1990	Budapest/Ungarn

<b>M75</b>					
5.000 m	22:12,0	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	20.05.2016	Güstrow
5 km	22:20	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	17.07.2016	Steinhagen
10.000 m	45:50,28	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	28.05.2016	Güstrow
10 km	45:55	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	03.09.2017	Bad Liebenzell
15 km	1:13:54	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	23.09.2017	Baabe
1 h	12.725 m	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	20.07.2016	Güstrow
Halbmarathon	1:44:02	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	07.05.2016	Neubrandenburg.
Marathon	4:04:50	Gubba, Horst (28)	Post Telek. Schwerin	27.04.2003	Hamburg
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

<b>M80</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5.000 m	25:04,90	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	26.06.2021	Bad Doberan
5 km	25:14	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	11.07.2021	Steinhagen
10.000 m	56:15,0 ZZ	Wiesner, Peter (39)	Laufgruppe Schwerin	07.05.2019	Schwerin
10 km	49:28	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	03.06.2000	Güstrow

15 km	1:17:58	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	01.07.2000	Schwerin
1 h	10.675 m	Wiesner, Peter (39)	Laufgruppe Schwerin	07.05.2019	Schwerin
Halbmarathon	1:57:03	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	14.05.2000	Valladolid/Spanien
Marathon	4:49:52	Wiesner, Peter (39)	Laufgruppe Schwerin	21.09.2020	Wieck/Darß

<b>M85</b>					
5.000 m	28:47,95	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	28.05.2016	Güstrow
5 km	28:29	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	02.04.2016	Ueckermünde
10.000 m	59:47,32	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	27.07.2017	Aarhus/Dän.
10 km	58:12	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	11.09.2016	Hamburg
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					