

# Bestzeiten

## 1000 m –Schülerinnen

2003	Martina Müller	TSV Twiste	3:52
<b>2004</b>	<b>Nadine Götte</b>	<b>TuSpo Mengerlinghausen</b>	<b>3:49</b>
2005	Sonja Zimmer	SV 64 Immighausen	4:01
2006	Ina Placht	TSV Frankenberg	4:19
2007	Ina Placht	TSV Frankenberg	4:08
	Marlen Schäfer	SV Fürstenberg	4:08
2008	Karolina Schwechel	TSV Freienhagen	4:10
2009	Theresa Leipold	SC Willingen	4:29
2010	Nora Wilke	SC Usseln	4:19
2011	Henriette Schweizer	TSV Twiste	4:18
2012	Johanna Schwechel	TSV Twiste	4:23
2013	Lotta Kesper	SC Willingen	4:20
2014	Kristin Behle	SC Willingen	4:11
2015	Rika Schulze	SC Usseln	3:56
2016	Jette Engelhard	SC Willingen	4:14
2017	Lara Saure	SC Usseln	4:13
2018	Amelie Bergmann	SV 64 Immighausen	4:49
2019	Amelie Bergmann	SV 64 Immighausen	4:31

## 1000 m –Schüler

2003	Lars Vahland	TV Lelbach	3:55
2004	Lukas Markolf	SV Buchenberg	3:48
2005	Simon Schwechel	TSV Freienhagen	3:52
<b>2006</b>	<b>Simon Schwechel</b>	<b>TSV Twiste</b>	<b>3:38</b>
2007	Manuel Paland	SV Herzhausen	4:05
2008	Martin Mertens	TSV Twiste	3:48
2009	Lars-Erik Hellwig	SC Willingen	4:02
2010	Max-Till Saure	SC Usseln	3:55
2011	Marek Daume	TV Friedrichstein	4:01
2012	Ansgar Klein	VFL Bad Berleburg	4:01
2013	Elias Koch	Ellershausen	3:59
2014	Johannes Riebeling	VFL Bad Arolsen	4:05
2015	Sascha Hetzel	SC Usseln	3:55
2016	Phil Groß	SC Willingen	4:31
2017	Niklas Eberbach	SC Willingen	4:15
2018	Niklas Eberbach	SC Willingen	4:26
2019	Sönke Behle	TSV Korbach	4:10

## 1900 m –Schülerinnen

1989	Britta Schnatz	SV 64 Immighausen	7:53
1990	Britta Schnatz	SV 64 Immighausen	7:49
1991	Christina Priester	TSV Frankenberg	7:38
1992	Eva Maria Priester	TSV Frankenberg	7:47
1993	Diana Hartwig	LG Conti Waldeck	8:17
1994	Carolin Rummel	SV 64 Immighausen	8:52
1995	Corinna Höss	SC Usseln	7:59
<b>1996</b>	<b>Rebecca Hensel</b>	<b>SV Herzhausen</b>	<b>7:04</b>
1997	Melanie Priester	TSV Frankenberg	7:51
1998	Anja Richter	TSV Twiste	7:15
1999	Franziska Biedermann	SC Usseln	7:32
2000	Nina Backhaus	SV Herzhausen	7:32
	Franziska Biedermann	SC Usseln	7:32
2001	Franziska Biedermann	SC Usseln	7:28
2002	Franziska Biedermann	SC Usseln	7:45
2003	Johanna Eifert	TV Frischborn	7:32
2004	Isabell Mitze	SV Herzhausen	7:45
2005	Nadine Götte	TSV Twiste	7:33
2006	Nadine Götte	TSV Twiste	7:27
2007	Sophie Schäfer	TSV Korbach	7:32
2008	Nadine Götte	TSV Twiste	7:06
2009	Elisa Hühner	TSV Goddelsheim	7:58
2010	Dörte Ibing	TSV Goddelsheim	7:53
2011	Anabel Wilke	SC Usseln	7:29
2012	Linn Schwarz	SC Willingen	7:39
2013	Jaqueline Becker	TSV Korbach	7:54
2014	Marie Zeutschel	SC Willingen	7:20
2015	Nora Wilke	SC Usseln	7:25
2016	Louisa Martin	TSV Goddelsheim	7:57
2017	Louisa Martin	LG Eder	7:20
2018	Rika Schulze	SC Usseln	7:38
2019	Lea Breuksch	TSV Goddelsheim	8:52

## 1900 m –Schüler

1989	Sehmus Boga	TSV Goddelsheim	7:26
1990	Frank Göbel	SV 64 Immighausen	7:42
1991	Frank Göbel	SV 64 Immighausen	7:35
1992	Florian Bremmer	Rennmäuse Frankfurt	7:41
1993	Michael Bergmann	SV 64 Immighausen	7:25
1994	Markus Seebold	SV Fürstenberg	7:08
1995	Marc Sippel	SC Willingen	6:45
1996	Bernd Becker	LG Diemelsee	7:01
1997	Alexander Brüne	SC Usseln	6:46
1998	Michael Kräling	TSV Lengefeld	6:43
1999	Michael Kräling	TSV Lengefeld	6:37
2000	Alexander Mertens	TSV Twiste	6:55
2001	Mario König	TSV Korbach	6:33
2002	Alexander Mertens	TSV Twiste	6:48
2003	Marc Battefeld	TSV Goddelsheim	7:08
<b>2004</b>	<b>Benjamin Wendel</b>	<b>KSV Hessen Kassel</b>	<b>6:13</b>
2005	Yannik Leisner	TSV Altenlotheim	7:12
2006	Carsten Götte	TSV Twiste	6:37
2007	Robin Pletzinger	TSV Goddelsheim	7:34
2008	Carsten Götte	TSV Twiste	7:06
2009	Simon Schwechel	TSV Twiste	6:58
2010	Nils Vahland	TSV Korbach	7:05
2011	Lukas Ziegler	TSV Frankenberg	7:05
2012	Max-Till Saure	SC Usseln	7:25
2013	Lukas Ziegler	TSV Frankenberg	6:59
2014	Martin Mertens	TSV Twiste	6:25
2015	Max-Till Saure	SC Usseln	6:40
2016	Max-Till Saure	SC Usseln	6:33
2017	Elias Koch	LG Eder	6:56
2018	Jonathan Wagner	TSV Goddelsheim	7:41
2019	Elias Koch	LG Eder	6:56

### 4400 m – Frauen

1989	Maria Wolff	VFL Wolfsburg	20:37
1990	Dorothea Ambaum	LT Korbach	25:22
1991	Claudia Vorlicek	LT Korbach	20:51
1992	Elke Kubb	TV Lelbach	25:24
1993	Dorothea Ambaum	LT Korbach	21:51
1994	Janina Trotte	SV 64 Immighausen	21:10
1995	Rebecca Hensel	Herhausen	17:19
1996	Rebecca Hensel	Herhausen	18:09
1997	Tina Becker	TV Friedrichstein	18:21
1998	Rebecca Hensel	Herhausen	17:23
1999	Tina Becker	TV Friedrichstein	17:37
2000	Bärbel Kiel	TSV Korbach	18:21
2001	Bärbel Kiel	TSV Korbach	17:54
2002	Maria Rösner	SV Herzhausen	19:43
2003	Ilka Radke	TSV Korbach	20:02
2004	Maritta Ritter	LG Eder	20:15
2005	Sandra Kahl	TSV Frankenberg	19:34
2006	Lisa Horsel	LG Eder	18:20
2007	Alina Schiefelbein	LG Eder	17:29
2008	Anja Eigenbrodt-Lippe	TSV Sachsenhausen	17:46
2009	Anja Eigenbrodt-Lippe	TSV Sachsenhausen	17:43
2010	Andrea Beranek	TSV Obervorschütz	17:54
2011	Sabine Koppe	SV Buchenberg	18:59
2012	Sabine Koppe	SV Buchenberg	19:20
2013	Bilke Hartmann	TSV Goddelsheim	20:12
2014	Elisa Hühner	TSV Goddelsheim	20:38
2015	Anabel Wilke	SC Usseln	18:13
2016	Anabel Wilke	SC Usseln	18:19
2017	<b>Sophia Schrenk</b>	<b>SKG Gersfeld</b>	<b>17:13</b>
2018	Louisa Martin	LG Eder	18:26
2019	Elisa Köhler	TV 05 Wetter	17:46

### **4400 m – Männer**

1989	Gerd Knippschild	LG Conti Waldeck	17:57
1990	Hartmut Die	Buhlen	18:37
1991	Peter Hoffmann	TSV Strothe	18:21
1992	Hauke Hauthal	LTG Waldeck	15:28
1993	Michael Ullrich	TSV Arolsen	14:33
1994	Martin Rosenberg	TV Friedrichstein	15:29
1995	Volker Backhaus	TSV Altenlotheim	17:06
1996	Michael Ullrich	PSV Arolsen	15:30
1997	Marc Sippel	SC Willingen	15:14
1998	Marko Lovric	TSV Rosenthal	14:53
1999	Heinrich Stracke	TSV Goddelsheim	14:50
2000	Christian Becker	TV Friedrichstein	14:44
2001	Ingo Specht	LG Eder	15:04
2002	Dieter Motte	TSV Gilserberg	15:17
<b>2003</b>	<b>Michael Zekl</b>	<b>TSV Korbach</b>	<b>14:15</b>
2004	Wilhelm Hofmann	TSV Korbach	14:42
2005	Wilhelm Hofmann	Berndorf	15:05
2006	Joachim Peters	TSV Korbach	15:30
2007	Markus Lichte	Gold für Olympia	15:36
2008	Heinrich Stracke	TSV Goddelsheim	15:56
2009	Steffen Althaus	TSV Korbach	14:56
2010	Alexander Mertens	TSV Twiste	14:48
2011	Jan-Eike Kistner	TV Friedrichstein	14:48
2012	Felix Niemeier	TUS Usseln	15:59
2013	Holger Ponert	LC Bad Arolsen	17:06
2014	Dominic Gottier	CJD Oberurff	16:57
2015	Martin Herbold	TuSpo 1896 Borcken	15:16
2016	Uwe Alheid	TSV Bründersen	16:34
2017	Joachim Peters	TSV Korbach	16:36
2018	Dominik Daume	LG Eder	16:06
2019	Eike Stracke	TSV Goddelsheim	16:55

### 10000 m – Frauen

1989	Isolde Heinemann	Korbach	50:05
1990	Elisabeth Schnatz	SV 64 Immighausen	48:53
1991	Isolde Heinemann	LG Conti Waldeck	50:12
1992	Monika Westmeier	LT Korbach	49:04
1993	Britta Schnatz	SV 64 Immighausen	45:05
1994	Silke Vesper	TSV Münden	45:39
1995	Gabie Doert	TV Marienhagen	45:11
1996	Silke Vesper	TSV Münden	44:52
1997	Silke Vesper	TSV Münden	46:14
1998	Karin Fohmann	TV Friedrichstein	45:18
1999	Katja Brocke	LT Korbach	44:35
<b>2000</b>	<b>Silvia Vaupel</b>	<b>LG Eder</b>	<b>41:36</b>
2001	Petra Hellwig	LC Bad Arolsen	41:45
2002	Ursula Briel	LG Eder	45:13
2003	Andrea Beranek	TV Marienhagen	44:45
2004	Daniela Hildebrand	TUS Fritzlar	41:53
2005	Rebecca Vogt	Herzdamen Edertal	46:13
2006	Sandra Ricke	TSV Korbach	45:00
2007	Sandra Ricke	TSV Korbach	43:32
2008	Sandra Ricke	TSV Korbach	43:47
2009	Birgit Dauber	SC Willingen	42:50
2010	Sandra Ricke	TSV Korbach	44:54
2011	Sandra Ricke	TSV Korbach	46:13
2012	Suse Lindenberg	Lokomotive Korbach	49:03
2013	Bärbel Kiel	TSV Korbach	47:36
2014	Beate Wrede	TSV Korbach	47:21
2015	Petra Hellwig	LT Bad Arolsen	42:04 *
2016	Jean Lamperski	TSV Korbach	52:26
2017	Johanna Stender	TSV Korbach	45:35
2018	Vanessa Isaak	Laufen gegen Krebs	47:19
2019	Jennifer Kiel	SC Willingen	47:06

\* Strecke verkürzt auf 8,8 km !

### 10000 m –Männer

1989	H.-Günter Wolff	VFL Wolfsburg	34:59
1990	Wilhelm Hofmann	TSV Berndorf	36:29
1991	Wilhelm Hofmann	TSV Berndorf	34:56
1992	Hermann Waßmut	LG Burgwald	34:38
1993	Fred Grusel	Triathlon Waldeck	33:44
1994	Bernd Jochem	PSV Grün Weiß Kassel	33:34
1995	Thorsten Cramer	LG Eder	33:20
<b>1996</b>	<b>Thomas Braukmann</b>	<b>LAG Siegen</b>	<b>32:26</b>
1997	Peter Groß	TSV Odershausen	36:10
1998	Knut Holzapfel	LG Eder	35:05
1999	Peter Groß	TSV Odershausen	35:07
2000	Horst Gruber	LG Burgwald	33:45
2001	Hubertus Henning	LT Medebach	35:59
2002	Peter Groß	TSV Odershausen	35:39
2003	Lars-Erik Schinze	SC Krün	34:10
2004	Michael Ersfeld	SF Blau-Gelb Marburg	35:49
2005	Tim-Henning Förster	Saunaclub 180°	37:22
2006	Wilhelm Hofmann	TSV Korbach	36:15
2007	Wilhelm Hofmann	TSV Korbach	36:03
2008	Lars Siegmund	SF Blau-Gelb Marburg	34:19
2009	Herbert Wilke	TV Bergheim	37:14
2010	Tim-Henning Förster	TSV Korbach	36:45
2011	Tim-Henning Förster	TSV Korbach	37:14
2012	Tim-Henning Förster	TSV Korbach	35:49
2013	Lars Siegmund	SF Blau-Gelb Marburg	35:29
2014	Micha Thomas	LG Eder	38:35
2015	Micha Thomas	LG Eder	32:38 *
2016	Micha Thomas	LG Eder	35:15
2017	Micha Thomas	SF Blau-Gelb Marburg	34:47
2018	Micha Thomas	LG Eder	33:53
2019	Thomas Hasenauer	LG Eder	40:28

\* Strecke verkürzt auf 8,8 km !