

Bestenliste M30



100m			
Michael Henschke	1980	16,93 sek	22.06.2013 Köln
10km Straßenlauf			
Henrik Reifenrath	1985	46:11 min	19.04.2015 Korschenbroich
Kugelstoßen 7,26kg			
Farid Soliman	1986	12,52 m	24.09.2016 Düsseldorf
Michael Henschke	1980	6,73 m	22.06.2013 Köln