

Bestenliste MU20



100m				
Timo Pasternak	1982	10,89 sek		17.06.2000 Bonn
Ingo Giesen	1978	11,00 sek		25.05.1997 Jena
Alexander Friedrich	1980	11,00 sek		01.05.1999 Wesel
Simon Hosten	1995	11,00 sek		11.04.2014 Düsseldorf
José Rodriguez	1991	11,10 sek		14.06.2009 Willich
200m				
José Rodriguez	1991	22,41 sek		14.06.2009 Willich
Clifford Opoku-Affari	1977	22,56 sek		25.05.1996 Zeven
Simon Hosten	1995	22,57 sek		11.04.2014 Düsseldorf
Alexander Friedrich	1980	22,79 sek		23.05.1999 Bruchköbel
Pascal Herzog	1981	23,02 sek		06.06.1999 Oberhausen
400m				
Simon Hosten	1995	50,10 sek		17.05.2013 Kreuztal
Florian Bergs	1994	50,71 sek		25.05.2013 Leverkusen
Alexander Friedrich	1980	51,54 sek		01.05.1999 Wesel
Bastian Kiesheyer	1992	52,36 sek		03.07.2010 Lage
Lennart Hosten	1995	52,43 sek		14.06.2014 Bernhausen
800m				
Daniel Laps	1993	1:58,95 min		15.09.2012 Lage
Christian Stoffel	1988	1:59,44 min		19.05.2006 Kaarst
<i>Caspar Spang</i>	2003	2:01,22 min		27.06.2021 Düsseldorf
Christian Nies	1989	2:02,92 min		20.05.2007 Kaarst
Leonhard Sinzig	1994	2:03,07 min		15.09.2012 Lage
Christian Kannengiesser	1985	2:03,32 min		13.06.2004 Wesel
1000m				
Christian Stoffel	1988	2:43,38 min		24.08.2006 Bergisch Gladbach
<i>Caspar Spang</i>	2003	2:46,82 min		04.12.2021 Fürth
1500m				
Daniel Laps	1993	4:19,99 min		07.06.2012 Düsseldorf
Christian Stoffel	1988	4:23,06 min		14.05.2006 Kaarst
<i>Yorck Linderhaus</i>	2003	4:23,68 min		12.06.2021 Dortmund
Christian Kannengiesser	1985	4:24,89 min		25.05.2003 Essen
<i>Michelangelo Buonarroti</i>	2003	4:24,93 min		25.09.2021 Münster
3000m				
Daniel Laps	1993	9:15,45 min		16.09.2012 Lage
Stefan Krämer	1988	9:40,60 min		29.04.2007 Kaarst
Evangelos Antoniou	1993	10:10,30 min		25.04.2012 Dormagen
Leonhard Sinzig	1994	10:21,44 min		16.09.2012 Lage
Felix Gattermann	1994	10:34,40 min		25.04.2012 Dormagen
5000m				
Cedric Stephan	1993	18:06,92 min		07.06.2012 Düsseldorf
Evangelos Antoniou	1993	18:13,57 min		07.06.2012 Düsseldorf
Felix Gattermann	1994	19:00,45 min		07.06.2012 Düsseldorf
10000m				
Evangelos Antoniou	1993	37:33,45 min		23.05.2012 Grefrath
5km Straßenlauf				
<i>Yorck Linderhaus</i>	2003	18:43 min		20.11.2021 Neuss
<i>Michelangelo Buonarroti</i>	2003	18:56 min		29.08.2021 Meerbusch
Marius Stoffel	1990	21:14 min		13.04.2008 Korschenbroich
Achim Schade	1989	21:33 min		13.04.2008 Korschenbroich
10km Straßenlauf				
Stefan Krämer	1988	35:05 min		02.09.2007 Düsseldorf
Evangelos Antoniou	1993	39:41 min		04.03.2012 Leverkusen
4x100m				
ASC Düsseldorf		43,51 sek		16.05.1999 Dormagen
Voortmann 81 – Friedrich 80 – Pasternak 82 – Herzog 81				
ASC Düsseldorf		44,30 sek		14.06.2009 Willich
Mayer 92 – Wehr 92 – Kreis 92 – Rodriguez 91				
STG Düsseldorf-Willich		44,70 sek		09.06.2013 Essen
Stülp 94 – Henkel 95 – Köpcke 95 – Jovanovic 94				
ASC Düsseldorf		45,02 sek		19.05.1996 Essen
Kegler 79 – Esser 77 – Hindrichs 77 – Opoku-Affari 77				
STG D-R-K		45,23 sek		13.05.2012 Duisburg
Jovanovic 94 – Dick 94 – Schilchka 93 – Sinzig 94				
4x400m				
STG D-R-K		3:23,65 min		17.06.2012 Bochum

Bestenliste MU20

Bergs 94 – Schlichka 93 – Hosten 95 – Laps 95 STG Düsseldorf-Willich		3:27,25 min	04.05.2010 Essen
Bergs 94 – Sinzig 94 – Knops 97 – Hayakawa 97			
3x1000m			
<i>STG Düsseldorf</i>		<i>8:13,80 min</i>	<i>17.09.2021 Bergisch Gladbach</i>
<i>Buonarrati - Linderhaus - Spang</i>			
110m Hürden			
Simon Hosten	1995	14,58 sek	18.05.2014 Duisburg
Bastian Kiesheyer	1992	15,32 sek	12.06.2010 Essen
Dennis Mieruch	1981	15,42 sek	04.06.2000 Duisburg
Bastian Grahn	1987	15,49 sek	29.05.2005 Kaarst
Florian Bergs	1994	15,76 sek	25.08.2013 Lage
400m Hürden			
Marc Schlichka	1993	56,94 sek	23.06.2012 Uerdingen
Dennis Mieruch	1981	61,38 sek	09.05.1999 Düsseldorf
Lennart Hosten	1995	61,64 sek	11.05.2013 Stuttgart
Hochsprung			
Alexander Friedrich	1980	1,93 m	16.05.1999 Dormagen
Simon Hosten	1995	1,92 m	03.05.2014 Düsseldorf
Florian Bergs	1994	1,91 m	24.08.2013 Lage
Nils Schulz	1989	1,90 m	20.05.2007 Kaarst
Stabhochsprung			
Simon Hosten	1995	4,81 m	01.05.2014 Wipperfürth
Maurice Wala	1988	4,40 m	10.06.2006 Dormagen
Lennart Hosten	1995	4,30 m	15.06.2014 Bernhausen
Luca Dick	1994	3,70 m	15.07.2012 Wesel
Florian Bergs	1994	3,70 m	25.08.2013 Lage
Weitsprung			
Simon Hosten	1995	7,18 m	24.05.2014 Ulm
Alexander Friedrich	1980	6,77 m	07.06.1998 Wesel
Bastian Kiesheyer	1992	6,62 m	12.06.2010 Essen
Marc Schlichka	1993	6,41 m	14.07.2012 Wesel
Florian Bergs	1994	6,40 m	25.05.2013 Leverkusen
Kugelstoßen 6,25kg			
Alexander Friedrich	1980	15,62 m	01.05.1999 Wesel
Simon Hosten	1995	14,35 m	18.05.2014 Duisburg
Marius Stoffel	1990	12,39 m	14.06.2008 Wesel
Bastian Kiesheyer	1992	12,32 m	03.07.2010 Lage
Lennart Hosten	1995	12,02 m	24.05.2014 Ulm
Diskuswurf 1,75kg			
Simon Hosten	1995	39,20 m	26.04.2014 Dormagen
Alexander Kreis	1992	37,58 m	17.04.2010 Düsseldorf
Bastian Kiesheyer	1992	36,38 m	04.07.2010 Lage
Marius Stoffel	1990	35,50 m	18.05.2008 Mönchengladbach
Philipp Mayer	1992	44,44 m	25.09.2010 Herten
Speerwurf 800g			
Thomas Smet	1988	71,11 m	01.07.2007 Gladbeck
Alexander Friedrich	1980	56,12 m	20.06.1999 Dortmund
Simon Hosten	1995	55,49 m	25.05.2014 Ulm
Marius Stoffel	1990	45,85 m	18.05.2008 Mönchengladbach
Philipp Mayer	1992	44,44 m	25.09.2010 Herten
Dreikampf			
Achim Schade	1989	1634 Punkte	08.06.2008 Düsseldorf
		12,61 – 5,91 – 10,76	
Fünfkampf			
Alexander Friedrich	1980	3790 Punkte	01.05.1999 Wesel
		11,00 – 6,72 – 15,62 – 1,84 – 51,54	
Florian Bergs	1994	3447 Punkte	25.05.2013 Leverkusen
		11,28 – 6,40 – 10,16 – 1,88 – 50,71	
Lennart Hosten	1995	3089 Punkte	14.06.2014 Bernhausen
		11,69 – 5,89 – 11,29 – 1,70 – 52,43	
Luca Dick	1994	3049 Punkte	14.07.2012 Wesel
		11,57 – 6,39 – 9,54 – 1,76 – 55,30	
Marc Schlichka	1993	2991 Punkte	14.07.2012 Wesel
		11,81 – 6,41 – 9,69 – 1,60 – 52,71	
Zehnkampf			
Simon Hosten	1995	7511 Punkte	24./25.05.2014 Ulm
		11,11 – 7,18 – 14,02 – 1,90 – 50,15 – 14,63 – 38,06 – 4,70 – 55,49 – 5:00,47	
Florian Bergs	1994	6270 Punkte	24./25.08.2013 Lage
		11,71 – 6,28 – 11,37 – 1,91 – 50,95 – 15,76 – 30,91 – 3,70 – 38,13 – 4:43,48	
Bastian Kiesheyer	1992	6211 Punkte	03./04.07.2010 Lage
		11,61 – 5,86 – 12,32 – 1,77 – 52,36 – 15,48 – 36,38 – 3,60 – 43,06 – 4:51,68	
Lennart Hosten	1995	6047 Punkte	14./15.06.2014 Bernhausen
		11,69 – 5,89 – 11,29 – 1,70 – 52,43 – 15,93 – 31,01 – 4,30 – 39,57 – 4:54,00	

Bestenliste MU20

Luca Dick	1994	5482 Punkte	14./15.07.2012 Wesel
		11,57 – 6,39 – 9,54 – 1,76 – 55,30 – 16,48 – 27,31 – 3,70 – 34,81 – 5:22,09	
Zehnkampf-Mannschaft			
ASC Düsseldorf		18885 Punkte	24./25.08.2013 Lage
Hosten 7060 – Bergs 6270 – Hosten 5555			
ASC Düsseldorf		16209 Punkte	14./15.07.2012 Wesel
Dick 5482 – Schlichka 5832 – Sinzig 5335			
DMM			
StG D-R-L		15246 Punkte	15./16.09.2012 Lage