

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
Niclas Cosar	2007	23,01 sek	29.06.2024 Troisdorf
400m			
Nico Hörnke	2006	49,19 sek	04.05.2024 Dortmund
Simon Hosten	1995	50,10 sek	17.05.2013 Kreuztal
Florian Bergs	1994	50,71 sek	25.05.2013 Leverkusen
Niclas Cosar	2007	50,85 sek	27.07.2024 Koblenz
Alexander Friedrich	1980	51,54 sek	01.05.1999 Wesel
800m			
Nico Hörnke	2006	1:51,16 min	11.05.2024 Karlsruhe
Daniel Laps	1993	1:58,95 min	15.09.2012 Lage
Christian Stoffel	1988	1:59,44 min	19.05.2006 Kaarst
Caspar Spang	2003	2:01,22 min	27.06.2021 Düsseldorf
Christian Nies	1989	2:02,92 min	20.05.2007 Kaarst
1000m			
Christian Stoffel	1988	2:43,38 min	24.08.2006 Bergisch Gladbach
Caspar Spang	2003	2:46,82 min	04.12.2021 Fürth
Scott Mohammadian	2006	2:51,73 min	19.04.2024 Köln
1500m			
<i>Till Oke Weiß</i>	2007	4:12,88 min	21.06.2025 Duisburg
<i>Jakob Rauh</i>	2007	4:13,75 min	04.09.2025 Bergisch Gladbach
Michelangelo Buonarroti	2003	4:17,97 min	07.05.2022 Neuss
Daniel Laps	1993	4:19,99 min	07.06.2012 Düsseldorf
Christian Stoffel	1988	4:23,06 min	14.05.2006 Kaarst
3000m			
<i>Till Oke Weiß</i>	2007	8:47,25 min	12.07.2025 Bochum
<i>Jakob Rauh</i>	2007	9:00,41 min	13.09.2025 Leverkusen
Daniel Laps	1993	9:15,45 min	16.09.2012 Lage
Jakob Rauh	2007	9:17,37 min	21.09.2024 Lage
Till Oke Weiß	2007	9:26,89 min	21.09.2024 Lage
5000m			
<i>Till Oke Weiß</i>	2007	15:28,18 min	04.09.2025 Bergisch Gladbach
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>Till Oke Weiß</i>	2007	15:59 min	09.03.2025 Leverkusen
Michelangelo Buonarroti	2003	16:40 min	26.05.2022 Bergisch Gladbach
<i>Jakob Rauh</i>	2007	17:01 min	09.03.2025 Leverkusen
Yorck Linderhaus	2003	18:43 min	20.11.2021 Neuss
Scott Mohammadian	2006	19:42 min	10.02.2024 Mönchengladbach
10km Straßenlauf			
<i>Till Oke Weiß</i>	2007	33:55 min	06.04.2025 Korschenbroich
<i>Jakob Rauh</i>	2007	34:58 min	06.04.2025 Korschenbroich
Stefan Krämer	1988	35:05 min	02.09.2007 Düsseldorf
Evangelos Antoniou	1993	39:41 min	04.03.2012 Leverkusen
4×100m			
StG Düsseldorf		42,91 sek	09.05.2024 Düsseldorf
Maxwitat 2006 - Schädlich 2005 - Cosar 2007 - Männel 2006			
ASC Düsseldorf		43,51 sek	16.05.1999 Dormagen
Voortmann 81 – Friedrich 80 – Pasternak 82 – Herzog 81			
StG Düsseldorf		43,75 sek	16.09.2023 Berlin
Manassero 07 - Grünewald 04 - Schädlich 05 - Männel 06			
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			
4×400m			
StG Düsseldorf		3:22,66 min	29.04.2023 Bietigheim-Bissingen
Schädlich 05 - Männel 06 - Grünewald 04 - Hörnke 06			
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			
StG Düsseldorf		3:37,64 min	25.03.2023 Bottrop
Schädlich 05 - Männel 06 - Manassero 07 - Hörnke 06			
3x1000m			
StG Düsseldorf		8:13,80 min	17.09.2021 Bergisch Gladbach
Buonarroti - Linderhaus - Spang			
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
3000m Hindernis			
<i>Till Oke Weiß</i>	2007	9:37,52 min	11.07.2025 Bochum
<i>Jakob Rauh</i>	2007	9:56,32 min	11.07.2025 Bochum
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
Niclas Cosar	2007	1,72 m	21.09.2024 Lage
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
Alexander Manassero	2007	12,41 m	21.09.2024 Lage
Marius Stoffel	1990	12,39 m	14.06.2008 Wesel
Bastian Kiesheyer	1992	12,32 m	03.07.2010 Lage
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			
Simon Hosten	1995	3945 Punkte	24.05.2014 Ulm
		11,11 – 7,18 – 14,02 – 1,90 – 50,15	
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	
Bastian Kiesheyer	1992	3223 Punkte	03.07.2010 Lage
		11,61 – 5,86 – 12,32 – 1,77 – 52,36	
Lennart Hosten	1995	3089 Punkte	14.06.2014 Bernhausen
		11,69 – 5,89 – 11,29 – 1,70 – 52,43	
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

Bestenliste MU20

		11,69 – 5,89 – 11,29 – 1,70 – 52,43 – 15,93 – 31,01 – 4,30 – 39,57 – 4:54,00	
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 Düsseldorf-Ratingen-Lintorf		15246 Punkte	15./16.09.2012 Lage
Team DM			
StG Düsseldorf		14235 Punkte	16.09.2023 Berlin
Cosar 07 - Hörnke 06 - Manassero 07 - Mohammadian 06 - Weiß 07			
StG Düsseldorf-Moers		13909 Punkte	19.06.2025 Düsseldorf
Gruber 09 - Hanke 07 - Houf 09 - Kleine 08 - Rauh 07 - Weiß 07			
StG Düsseldorf		13501 Punkte	21.09.2024 Lage
Cosar 07 - Fehlberg 08 - Hanke 07 - Manassero 07 - Maxwitat 06 - Mohammadian 06 - Rauh 07 - Weiß 07			
StG Düsseldorf-Moers		12841 Punkte	13.09.2025 Leverkusen
Eggerstedt 09 - Gruber 09 - Hanke 07 - Kleine 08 - Koschel 08 - Mohammadian 06 - Rauh 07 - Schenck 09 - Weiß 07 - Wolfgang 09			