

	W50			W55		
Disziplin	Leistung	Name	Datum	Leistung	Name	Datum
60 m						
100 m	15,81	Nicola Iwanowski	25.09.20			
200 m	34,06	Nicola Iwanowski	05.09.20			
400 m	83,35	Nicola Iwanowski	01.08.20			
800 m	03:21,52	Nicola Iwanowski	26.06.21			
3000 m	16:51,70	Nicola Iwanowski	11.09.20			
5000 m						
10 km Straße						
Halbmarathon						
Marathon						
60 mHü (0,762)	13,66	Nicola Iwanowski	16.02.20			
80 mHü (0,762)						
300 mHü (0,762)	64,06	Nicola Iwanowski	26.08.20			
Weit	3,94	Nicola Iwanowski	19.09.20			
Hoch	1,23	Nicola Iwanowski	29.08.20			
Stabhoch	2,10	Nicola Iwanowski	12.08.20			
Kugel (3kg)	6,77	Nicola Iwanowski	26.06.21			
Diskus (1kg)						
Hammer (3kg)						
Speer (500g)						
3-Kampf	1473 Pkt	Nicola Iwanowski	25.09.20			
5-Kampf	2406 Pkt	Nicola Iwanowski	26.06.21			
7-Kampf						
4 x 100 m						
4 x 200 m	02:30,69	N.Iwanowski-K.Liebenow(TF)-C.Heise(TF)-G.Edzards(TF)			19.01.20	
4 x 400 m	05:59,56	N.Iwanowski-K.Liebenow(TF)-G.Edzards(TF)-C.Heise(TF)			10.09.20	
3 x 800 m						

**Stand: 30.06.2021**