

Frauen Bahnrekorde Grefrath

AK	Strecke	Zeit	gelaufen am	von	Nat	Verein
Bahnrekorde Frauen über alle Altersklassen						
	100	11,00	13.12.2008	Katja Franzen	GER	ECG
	200	19,44	10.02.2007	Katja Franzen	GER	ECG
	300	26,61	23.02.2008	Katja Franzen	GER	ECG
	500	40,42	28.11.1998	Chris Witty	USA	-
	700	100,21	07.03.2015	Tamara Kapischke	GER	ECG
	1000	1.22,22	28.11.1998	Chris Witty	USA	-
	1500	2.09,19	06.11.2010	Alexandra Lipp	GER	ECG
	3000	4.36,78	21.01.2009	Britta Herlitz	GER	ECG
	5000	7.58,71	15.01.2011	Alexandra Lipp	GER	ECG
	10000	20.22,81	04.03.2011	Michaela Mewißen	GER	ECG
19 Jahre						
A 2	100	11,00	13.12.2008	Katja Franzen	GER	ECG
A 2	200	22,80	22.11.2009	Sandra Kapischke	GER	ECG
A 2	300	27,24	07.03.2015	Tamara Kapischke	GER	ECG
A 2	500	41,44	08.11.2008	Katja Franzen	GER	ECG
A 2	700	1.00,21	07.03.2015	Tamara Kapischke	GER	ECG
A 2	1000	1.25,44	18.02.2005	Elisa Michel	GER	ECG
A 2	1500	2.13,66	15.02.1992	Sabine Völker	GER	ECE
A 2	3000	4.50,65	16.02.1992	Sabine Völker	GER	ECE
A 2	5000	8.49,58	12.02.2005	Elisa Michel	GER	ECG
18 Jahre						
A 1	100	11,12	01.12.2007	Katja Franzen	GER	ECG
A 1	200	23,80	22.11.2009	Julia Prein	GER	ECG
A 1	300	26,61	23.02.2008	Katja Franzen	GER	ECG
A 1	500	41,70	17.11.2007	Katja Franzen	GER	ECG
A 1	700	1.05,33	07.03.2015	Gabriela Polok	GER	ECG
A 1	1000	1.26,32	01.12.2001	Alexandra Lipp	GER	ECG
A 1	1500	2.11,79	12.01.2002	Alexandra Lipp	GER	ECG
A 1	3000	4.54,5	16.02.1992	Marion Wohlrab	GER	ECP
A 1	5000	8.50,57	22.02.1987	Elke Huberta Dufter	FRG	DEC
17 Jahre						
B 2	100	11,20	10.02.2007	Katja Franzen	GER	ECG
B 2	200	19,44	10.02.2007	Katja Franzen	GER	ECG
B 2	300	27,06	10.02.2007	Katja Franzen	GER	ECG
B 2	500	42,02	07.03.2007	Katja Franzen	GER	ECG
B 2	700	1.10,47	07.03.2015	Inga Paulin Schwerke	GER	ECG
B 2	1000	1.26,53	30.11.2003	Jennifer Plate	GER	SCM

B 2	1500	2.14,22	04.12.1999	Anja Borst	NED	-
B 2	3000	4.52,4	05.12.1999	Anja Borst	NED	-
B 2	5000	8.35,73	10.03.1987	Stefanie Teeuwen	FRG	GEC
16 Jahre						
B 1	100	11,45	04.02.2006	Katja Franzen	GER	ECG
B 1	200	-	-	-	-	-
B 1	300	27,00	04.02.2006	Katja Franzen	GER	ECG
B 1	500	41,53	03.12.2005	Katja Franzen	GER	ECG
B 1	700	1.03,11	07.03.2015	Miriam Kapischke	GER	ECG
B 1	1000	124,70	04.12.2005	Brecht Kramer	NED	-
B 1	1500	2.09,48	03.12.2005	Brecht Kramer	NED	-
B 1	3000	4.36,99	04.12.2005	Brecht Kramer	NED	-
B 1	5000	-	-	-	-	-
15 Jahre						
C 2	100	11,44	09.02.2008	Hannah Davids	GER	ECG
C 2	200	-	-	-	-	-
C 2	300	27,57	29.01.2011	Tamara Kapischke	GER	ECG
C 2	500	43,10	08.01.2005	Katja Franzen	GER	ECG
C 2	700	1.07,26	07.03.2015	Miriam Ohlert	GER	ECG
C 2	1000	1.27,34	03.12.2005	Roxanne van Hemert	NED	-
C 2	1500	2.17,45	04.12.2005	Roxanne van Hemert	NED	-
C 2	3000	4.56,61	16.02.1992	Anni Friesinger	GER	DEC
14 Jahre						
C 1	100	11,26	02.12.2009	Tamara Kapischke	GER	ECG
C 1	200	-	-	-	-	-
C 1	300	27,83	19.02.2010	Tamara Kapischke	GER	ECG
C 1	500	43,78	01.12.2001	Rianne Stoppels	NED	-
C 1	700	1.10,70	31.01.2026	Melina Terstappen	GER	ECG
C 1	1000	1.28,88	01.12.2001	Rianne Stoppels	NED	-
C 1	1500	2.18,93	09.12.2006	Michele Metz	GER	ECE
C 1	3000	5.13,85	28.02.2004	Angela Langels	GER	ECG
13 Jahre						
D 2	100	11,62	13.12.2008	Tamara Kapischke	GER	ECG
D 2	200	21,74	23.11.1991	Sandra Drewenskus	GER	GEC
D 2	300	28,14	08.12.2012	Rachelle van de Griek	NED	-
D 2	500	44,64	08.12.2012	Rachelle van de Griek	NED	-
D 2	700	1.03,64	05.03.2006	Sindy Groß	GER	CEV
D 2	1000	1.33,92	02.03.2008	Josephine Freese	GER	TSC
D 2	1500	2.28,95	20.12.2008	Tamara Kapischke	GER	ECG

12 Jahre						
D 1	100	11,86	25.02.2017	Luna Driesch	GER	ECG
D 1	200	23,07	12.01.1992	Friederike Gehring	GER	GEC
D 1	300	28,57	01.03.2008	Vera Knapp	GER	ECE
D 1	500	46,17	25.02.2017	Luna Driesch	GER	ECG
D 1	700	1.06,05	05.03.2006	Doreen Lamb	GER	TSM
D 1	1000	1.37,48	02.03.2008	Vera Knapp	GER	ECE
D 1	1500	2.54,78	21.01.2009	Anika Domke	GER	ECG
11 Jahre						
E 2	100	12,10	15.11.1997	Jennifer Plate	GER	SCM
E 2	200	21,62	10.12.2006	Vera Knapp	GER	ECE
E 2	300	30,23	28.11.2009	Isa Jansen	NED	-
E 2	500	48,62	09.12.2006	Vera Knapp	GER	ECE
E 2	700	1.20,80	14.12.1984	Dunja Plate	FRG	ECS
E 2	1000	1.48,04	03.03.2007	Tamara Kapischke	GER	ECG

10 Jahre						
E 1	100	12,11	15.02.1997	Jennifer Plate	GER	SCM
E 1	200	22,66	11.12.2010	Antonia Mühle	GER	EVD
E 1	300	31,98	08.12.2012	Evelien Vijn	NED	-
E 1	500	51,63	06.02.2010	Esmeralda Wannink	NED	-
E 1	700	1.23,56	21.01.2009	Miriam Kapischke	GER	ECG
E 1	1000	152,40	11.03.1980	Stefanie Teeuwen	FRG	GEC
E 1	1500	3.16,99	16.01.2004	Eva Geerts	BEL	-
E 1	3000	7.05,38	17.01.2004	Eva Geerts	BEL	-
9 Jahre						
F 2	100	12,97	20.01.1996	Jennifer Plate	GER	SCM
F 2	200	25,37	21.01.1996	Jennifer Plate	GER	SCM
F 2	300	33,31	29.11.2008	Michelle de Jong	NED	-
F 2	500	53,52	29.11.2008	Michelle de Jong	NED	-
F 2	700	1.28,97	18.02.1989	Friederike Gehring	FRG	GEC
F 2	1000	2.02,59	18.01.2003	Eva Geerts	BEL	-
F 2	1500	3.18,72	17.01.2003	Eva Geerts	BEL	-
F 2	3000	6.59,77	18.01.2003	Eva Geerts	BEL	-
8 Jahre						
F 1	100	13,37	21.01.1995	Britta Herlitz	GER	ECG
F 1	200	27,78	21.01.1995	Jennifer Plate	GER	SCM
F 1	300	35,21	12.12.1992	Femke de Koning	NED	-
F 1	500	57,74	12.12.1992	Femke de Koning	NED	-

Stand 14.02.2026

Männer Bahnrekorde Grefrath

AK	Strecke	Zeit	gelaufen am	von	Nat	Verein
----	---------	------	-------------	-----	-----	--------

Bahnrekorde Männer über						
	100	9,97	15.11.2008	Nico Tsintzas	GER	ECG
	200	21,19	11.01.1992	Björn Bonnes	GER	GEC
	300	24,12	02.02.2005	Christian Breuer	GER	ECG
	500	37,50	12.12.1998	Christian Breuer	GER	ECG
	700	58,44	07.03.2015	Max Reder	GER	SCM
	1000	1.15,06	16.01.1998	Christian Breuer	GER	ECG
	1500	1.54,40	12.12.1998	Christian Breuer	GER	ECG
	3000	4.06,48	18.01.2002	Stefan Heythausen	GER	ECG
	5000	7.07,85	05.03.2004	Thorsten Oltmer	GER	ECG
	10000	15.29,43	22.02.1987	Hansjörg Baltes	FRG	MEV

19 Jahre						
A 2	100	10,25	06.03.1993	Kai Knauer	GER	ECD
A 2	200	-	-	-	-	-
A 2	300	24,75	06.03.1993	Markus Pastoors	GER	ECG
A 2	500	38,66	05.11.2005	Sjoerd Geraets	NED	ECG
A 2	700	-	-	-	-	-
A 2	1000	1.18,90	19.11.2005	Sjoerd Geraets	GER	ECG
A 2	1500	2.00,73	16.01.1999	Björn Oltmer	GER	ECG
A 2	3000	4.18,1	15.02.1992	Alexander Baumgärtel	GER	SCB
A 2	5000	7.29,03	16.02.1992	Alexander Baumgärtel	GER	SCB
A 2	10000	16.09,99	22.02.1987	Olav Kotva	FRG	BSV

18 Jahre						
A 1	100	10,51	06.03.1993	Michael Preiß	GER	ECD
A 1	100	10,51	27.11.2004	Sjoerd Geraets	NED	ECG
A 1	200	-	-	-	-	-
A 1	300	25,07	27.11.2004	Sjoerd Geraets	NED	ECG
A 1	500	39,29	21.01.1995	Christian Breuer	GER	ECG
A 1	700	-	-	-	-	-
A 1	1000	1.16,52	07.03.2015	Johannes Brunner	GER	ECG
A 1	1500	2.03,21	17.01.1998	Björn Oltmer	GER	ECG
A 1	3000	4.15,29	10.01.1998	Björn Oltmer	GER	ECG
A 1	5000	7.27,73	17.01.1998	Björn Oltmer	GER	ECG

17 Jahre						
B 2	100	10,25	17.12.2003	Sjoerd Geraets	NED	ECG
B 2	200	-	-	-	-	-
B 2	300	25,15	17.12.2003	Sjoerd Geraets	NED	ECG
B 2	500	38,49	03.12.2005	Jesper Hospes	NED	-
B 2	700	1.00,52	26.02.2005	Christian Langels	GER	ECG
B 2	1000	1.18,24	02.12.2001	Arjen van der Kieft	NED	-
B 2	1500	1.59,09	01.12.2001	Arjen van der Kieft	NED	-
B 2	3000	4.11,35	04.12.2005	Berden de Vries	NED	-
B 2	5000	7.41,15	19.12.1982	Georg Herda	FRG	GEC

16 Jahre						
B 1	100	10,18	06.11.2002	Sjoerd Geraets	NED	ECG
B 1	200	-	-	-	-	-
B 1	300	25,18	12.02.003	Sjoerd Geraets	NED	ECG
B 1	500	39,90	13.02.2016	Max Reder	GER	SCM
B 1	700	-	-	-	-	-
B 1	1000	1.19,61	05.12.1999	Remco olde Heuvel	NED	-
B 1	1500	1.58,74	04.12.1999	Remco olde Heuvel	NED	-
B 1	3000	4.14,80	04.12.2005	Kai Bloetjes	NED	-
B 1	5000	8.02,26	17.01.1993	Ralf Bekers	NED	-
15 Jahre						
C 2	100	11,00	07.03.2015	Max Reder	GER	SCM
C 2	200	27,18	05.12.2015	Lukas Junge	GER	ECG
C 2	300	25,80	07.03.2015	Max Reder	GER	SCM
C 2	500	39,82	03.12.2005	Hubert Hirschbichler	GER	DEC
C 2	700	58,44	07.03.2015	Max Reder	GER	SCM
C 2	1000	1.18,88	04.12.2005	Koen Verweij	NED	-
C 2	1500	2.00,18	03.12.2005	Koen Verweij	NED	-
C 2	3000	4.16,43	04.12.2005	Koen Verweij	NED	-
C 2	5000	7.59,70	22.12.1976	Rob Heeres	NED	-

14 Jahre						
C 1	100	11,11	20.02.2004	Philipp Stimberg	GER	ECG
C 1	200	-	-	-	-	-
C 1	300	26,14	12.12.2010	Andreas Hofer	GER	CEV
C 1	500	42,06	02.03.2001	Frederic Lambertz	GER	ECG
C 1	700	1.02,46	31.01.2026	Emil Prill	GER	ECG
C 1	1000	1.25,67	16.12.2000	Michael Bergmann	GER	ECC
C 1	1500	2.11,68	09.12.2006	Felix Rockstroh	GER	ECC
C 1	3000	4.43,33	15.01.2011	Christopher Peltzer	GER	ECG
13 Jahre						
D 2	100	11,49	08.02.2025	Emil Prill	GER	ECG
D 2	200	21,19	11.01.1992	Björn Bonnes	GER	GEC
D 2	300	27,49	02.03.2008	Maximilian Strübe	GER	ECE
D 2	500	43,12	14.02.2015	Tim Büschgens	GER	ECG
D 2	700	1.00,77	04.03.2006	David Sadlowski	GER	ECE
D 2	1000	1.29,6	02.01.2010	Christopher Peltzer	GER	ECG
D 2	1500	2.16,54	07.11.2009	Christopher Peltzer	GER	ECG
D 2	3000	4.44,48	19.02.2010	Christopher Peltzer	GER	ECG
12 Jahre						
D 1	100	11,62	02.12.2009	Joshua Anderson	GER	ECG
D 1	200	22,43	11.01.1992	Christian Fritsche	GER	GEC
D 1	300	28,87	01.03.2008	Tim Dommerich	GER	TSC
D 1	500	45,93	04.03.2009	Christopher Peltzer	GER	ECG
D 1	700	1.08,22	04.03.2006	Timo Tresp	GER	SCB
D 1	1000	1.36,6	22.11.2008	Christopher Peltzer	GER	ECG
D 1	1500	2.23,04	04.03.2009	Christopher Peltzer	GER	ECG

11 Jahre						
E 2	100	12,55	21.01.1995	Andre Kivitz	GER	ECG
E 2	200	21,42	12.12.2010	Bastian Vogelsang	GER	ECC
E 2	300	31,40	23.02.2008	Christopher Peltzer	GER	ECG
E 2	500	49,44	23.02.2008	Christopher Peltzer	GER	ECG
E 2	700	1.20,61	14.12.1984	Markus Pastoors	FRG	GEC
E 2	1000	1.47,63	11.03.1980	Guido Grün	FRG	GEC
E 2	1500	2.49,27	16.02.2008	Johannes Brunner	GER	ECG
10 Jahre						
E 1	100	13,03	27.02.2010	Max Reder	GER	SCM
E 1	200	23,01	06.02.2010	Max Reder	GER	SCM
E 1	300	31,46	16.12.2017	Philip Diniz	NED	-
E 1	500	51,51	16.12.2017	Philip Diniz	NED	-
E 1	700	1.19,22	23.02.2007	Chritopher Peltzer	GER	ECG
E 1	1000	2.00,18	09.12.2017	Johannes Sobottka	GER	ECG
E 1	1500	3.44,93	26.11.2016	Simon Richter	GER	ECG
9 Jahre						
F 2	100	13,38	16.01.2010	Alexander Pasch	GER	ECG
F 2	200	24,48	20.12.2008	Max Reder	GER	SCM
F 2	300	34,31	14.02.2009	Max Reder	GER	SCM
F 2	500	55,68	17.12.2011	Chris Fredriks	NED	-
F 2	700	1.42,75	14.01.1989	Christian Fritsche	FRG	GEC
F 2	1000	2.11,99	28.01.1979	Jürgen Bach	FRG	MER
8 Jahre						
F 1	100	13,74	24.11.2007	Max Reder	GER	SCM
F 1	200	27,23	15.12.2007	Max Reder	GER	SCM
F 1	300	36,90	13.12.2014	Nick Bontrop	NED	-
F 1	500	1.01,07	25.01.2008	Max Reder	GER	SCM
F 1	700	1.53,4	27.02.1988	Christian Fritsche	FRG	GEC
F 1	1000	2.57,32	23.01.1988	Christian Fritsche	FRG	GEC

Stand 14.02.2026