

Saisonbestenliste 2015 Abt. LA 1.VfL FORTUNA Marzahn (Stand: 25.10.2014)

**Freiluft**

<b>Männer und Junioren U23</b>			
<b>Disziplin</b>	<b>Leistung</b>	<b>Name</b>	<b>Datum, Ort</b>
<b>80 m</b>	9,51 s (-0,7)	Fabian Wagner	11.05.2014, Berlin
<b>100 m</b>	11,41 s (-0,4)	Fabian Wagner	06.08.2014, Berlin
	11,69 s (-0,4)	Erik Maaz	06.08.2014, Berlin
	11,71 s (+1,0)	Johannes Ihl	03.07.2014, Berlin
	11,94 s (+1,2)	Stefan Klug	04.05.2014, Berlin
<b>150 m</b>	17,28 s (+0,7)	Fabian Wagner	11.05.2014, Berlin
<b>200 m</b>	23,53 s (+0,0) (-1,5)	Stefan Klug	01.05.2014, Berlin
		Johannes Ihl	06.08.2014, Berlin
	23,65 s (+0,0)	Fabian Wagner	22.05.2014, Berlin
	23,86 s (-1,5)	Erik Maaz	06.08.2014, Berlin
<b>300 m</b>	35,24 s	Dennis Krüger (U23)	11.05.2014, Berlin
	37,34 s	Benjamin Einert (U23)	11.05.2014, Berlin
<b>400 m</b>	50,62 s	Benjamin Einert (U23)	28.05.2014, Berlin
<b>600 m</b>	1:18,79 min	Dennis Krüger (U23)	11.05.2014, Berlin
	1:21,25 min	Benjamin Einert (U23)	11.05.2014, Berlin
<b>800 m</b>	1:45,79 min	Dennis Krüger (U23)	17.07.2014, Mannheim
	1:52,61 min	Benjamin Einert (U23)	08.06.2014, Zeven
	1:55,35 min	Tobias Singer	27.06.2014, Oserode
	2:26,83 min	Mathias Köhler (M30)	28.05.2014, Berlin
	2:52,04 min	Heinz Nabrowsky (M60)	25.05.2014, Jüterbog
<b>1.000 m</b>	2:30,71 min	Nils Gerber (M30)	11.05.2014, Berlin
<b>1.500 m</b>	4:00,57 min	Tobias Singer	07.06.2014, Zeven
	4:42,90 min	Mathias Köhler (M30)	07.06.2014, Zeven
<b>1 Meile</b>	5:14,85 min	Mathias Köhler (M30)	11.05.2014, Berlin
<b>3.000 m</b>	10:08,40 min	Tobias Singer	09.04.2014, Berlin
<b>5.000 m</b>	15:41,85 min	Tobias Singer	28.05.2014, Koblenz
	17:24,81 min	Stephan Bahn	11.05.2014, Berlin
	17:38,52 min	Carsten Krüger (M30)	21.06.2014, Potsdam
	17:48,79 min	Mathias Köhler (M30)	22.06.2014, Berlin
	23:55,10 min	Heinz Nabrowsky (M60)	14.05.2014, Berlin
	31:30,60 min	Otto-Peter Tscheschlok	14.05.2014, Berlin
<b>30 Minuten-Lauf</b>	5.260 m	Heinz Nabrowsky (M60)	30.04.2014, Berlin
<b>10.000 m</b>	39:13,10 min	Denis Kikeben (M35)	15.10.2014, Berlin
	43:04,20 min	Jens Stiegler (M50)	14.05.2014, Berlin
	47:00,20 min	Michael Tok (M30)	09.04.2014, Berlin
	47:45,90 min	Tobias Oberländer (M30)	09.04.2014, Berlin
	50:42,60 min	Marcel Haubold	09.04.2014, Berlin
	52:59,20 min	Peter Krätschmar (M60)	14.05.2014, Berlin
<b>10km Straße</b>	33:05 min	Stephan Bahn	26.07.2014, Berlin
	34:03 min	Tobias Singer	12.10.2014, Berlin
	38:24 min	Mathias Köhler (M30)	12.10.2014, Berlin
<b>Stundenlauf</b>	14.850 m	Denis Kikeben (M35)	24.09.2014, Berlin
	13.900 m	Jens Stiegler (M50)	27.08.2014, Berlin
	12.950 m	Michael Tok (M30)	30.04.2014, Berlin
	12.100 m	Tobias Oberländer (M30)	30.04.2014, Berlin
	11.550 m	Peter Krätschmar (M60)	27.08.2014, Berlin
<b>25km Straße</b>	1:27:56 h	Tobias Singer	04.05.2014, Berlin
<b>Halbmarathon</b>	1:12:10 h	Stephan Bahn	31.08.2014, Berlin

	1:13:44 h	Nils Gerber (M30)	30.03.2014, Berlin
	1:15:44 h	Tobias Singer	31.08.2014, Berlin
	1:17:46 h	Philipp Reichert	30.03.2014, Berlin
	1:26:33 h	Mathias Köhler (M30)	31.08.2014, Berlin
<b>Halbmarathon-Mannschaft</b>	3:54:27 h	Stephan Bahn, Tobias Singer, Mathias Köhler	31.08.2014, Berlin
<b>Marathon</b>	2:41:40 h	Tobias Singer	28.09.2014, Berlin
	2:53:37 h	Stephan Bahn	26.10.2014, Frankfurt
	4:45:49 h	Peter Krätschmar (M60)	28.09.2014, Berlin
<b>4x100m-Staffel</b>	45,30 s	Johannes Ihl, Fabian Wagner, Jens Sukale, Stefan Klug	29.06.2014, Berlin

### **MJ U20**

Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
<b>5.000 m</b>	17:00,27 min	Moritz Milbradt	03.07.2014, Berlin
<b>10 km Straße</b>	35:09 min	Moritz Milbradt	12.10.2014, Berlin
<b>Speerwurf</b>	58,78 m	Maximilian Luttert	11.06.2014, Berlin

### **MJ U18**

Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
<b>100 m</b>	12,77 s (-0,8)	Lorenz Symann <sup>1</sup>	30.08.2014, Bernhausen
<b>200 m</b>	25,76 s (+1,8)	Lorenz Symann <sup>1</sup>	06.08.2014, Berlin
<b>400 m</b>	57,16 s	Lorenz Symann <sup>1</sup>	30.08.2014, Bernhausen
<b>600 m</b>	1:31,85 min	Jurek Odenbach	11.05.2014, Berlin
<b>800 m</b>	2:06,53 min	Jurek Odenbach	21.06.2014, Berlin
<b>1.500 m</b>	4:13,97 min	Jurek Odenbach	19.07.2014, Halle (Saale)
	5:00,63 min	Lorenz Symann <sup>1</sup>	06.07.2014, Berlin
<b>3.000 m</b>	9:13,46 min	Jurek Odenbach	21.06.2014, Potsdam
<b>10 km Straße</b>	33:50 min	Jurek Odenbach	12.10.2014, Berlin
<b>110m-Hürde (0,914)</b>	16,53 s (+0,0)	Lorenz Symann <sup>1</sup>	15.06.2014, Berlin
<b>Hochsprung</b>	1,69 m	Lorenz Symann <sup>1</sup>	30.08.2014, Bernhausen
<b>Weitsprung</b>	5,73 m (+1,1)	Lorenz Symann <sup>1</sup>	05.07.2014, Berlin
<b>Stabhochsprung</b>	3,40 m	Lorenz Symann <sup>1</sup>	06.07.2014, Berlin
<b>Kugelstoßen (5kg)</b>	13,14 m	Lorenz Symann <sup>1</sup>	30.08.2014, Bernhausen
<b>Diskuswurf (1,5kg)</b>	39,62 m	Lorenz Symann <sup>1</sup>	21.05.2014, Berlin
<b>Speerwurf (700g)</b>	56,53 m	Lorenz Symann <sup>1</sup>	14.09.2014, Löwenberg
<b>5-Kampf</b>	2.614 Punkte	Lorenz Symann <sup>1</sup>	05.07.2014, Berlin
<b>10-Kampf</b>	5.486 Punkte	Lorenz Symann <sup>1</sup>	05./06.07.2014, Berlin

<sup>1</sup> Startrecht liegt beim SV Preußen Berlin und trainiert bei Steve Uhseman

### **MJ U16**

Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
<b>100 m</b>	12,7 s (+0,0)	Raphael Sattler (M15)	24.05.2014, Berlin
<b>800 m</b>	2:33,6 min	Fabian Kuschnier (M15)	24.05.2014, Berlin
<b>Weitsprung</b>	5,37 m (+0,2)	Fabian Kuschnier (M15)	24.05.2014, Berlin
<b>Speerwurf (600g)</b>	34,77 m	Fabian Kuschnier (M15)	13.09.2014, Löwenberg
<b>Ballwurf (200g)</b>	55,00 m	Fabian Kuschnier (M15)	24.05.2014, Berlin

### **MJ U14**

Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
<b>75 m</b>	11,9 s	Tim Sajkow (M13)	24.05.2014, Berlin
<b>800 m</b>	2:54,70 min	Tim Sajkow (M13)	14.05.2014, Berlin
	2:58,5 min	Leon Amza (M12)	24.05.2014, Berlin
<b>Ballwurf (200 g)</b>	35,50 m	Tim Sajkow (M13)	24.05.2014, Berlin
	33,00 m	Leon Amza (M12)	24.05.2014, Berlin

### Frauen und Juniorinnen U23

Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
80 m	11,22 s (+0,2)	Silvia Ernst	11.05.2014, Berlin
100 m	13,24 s (-0,1)	Lara Schmitt (U23)	06.08.2014, Berlin
	13,45 s (+1,6)	Esther Kluba	21.06.2014, Potsdam
150 m	20,43 s (+0,0)	Silvia Ernst	11.05.2014, Berlin
200 m	27,30 s (+0,2)	Lara Schmitt (U23)	06.08.2014, Berlin
	27,86 s (-0,1)	Esther Kluba	22.06.2014, Potsdam
	28,52 s (+1,9)	Silvia Ernst	28.05.2014, Berlin
400 m	62,19 s	Doreen Ziegler	21.06.2014, Potsdam
	63,89 s	Lara Schmitt (U23)	23.08.2014, Berlin
	63,92 s	Caroline Noack	22.06.2014, Potsdam
600 m	1:46,19 min	Caroline Noack	11.05.2014, Berlin
800 m	2:29,04 min	Caroline Noack	22.06.2014, Potsdam
	2:29,42 min	Lara Schmitt (U23)	23.08.2014, Berlin
1.500 m	4:28,65 min	Mayada Al-Sayad (U23)	20.07.2014, Halle
	4:39,87 min	Fiona Supritz (U23)	13.07.2014, Hamburg
3.000 m	9:43,12 min	Mayada Al-Sayad (U23)	27.06.2014, Osterode
5.000 m	16:54,34 min	Fiona Supritz (U23)	26.07.2014, Ulm
	16:55,36 min	Mayada Al-Sayad (U23)	14.06.2014, Wesel
	28:42,80 min	Rita Herwig (W55)	24.09.2014, Berlin
30-Minuten-Lauf	5.200 m	Rita Herwig (W55)	24.09.2014, Berlin
10.000 m	35:54,66 min	Mayada Al-Sayad (U23)	12.04.2014, Berlin
10km Straße	36:28 min	Mayada Al-Sayad (U23)	12.10.2014, Berlin
	37:15 min	Fiona Supritz (U23)	12.10.2014, Berlin
	42:17 min	Franziska Greinke	12.10.2014, Berlin
Halbmarathon	1:22:11 h	Mayada Al-Sayad (U23)	26.10.2014, Frankfurt
Marathon	2:53:37 h	Mayada Al-Sayad (U23)	26.10.2014, Frankfurt
4x100m-Staffel	50,42 s	Silvia Ernst, Isabelle Cornelius, Esther Kluba, Lara Schmitt	12.07.2014, Hamburg
4x400m-Staffel	4:15,50 min	Doreen Ziegler, Lara Schmitt, Yasmin Hahnke, Caroline Noack	29.06.2014, Berlin
Weitsprung	5,09 m (+0,0)	Lara Schmitt (U23)	23.08.2014, Berlin
Hochsprung	1,52 m	Lara Schmitt (U23)	23.08.2014, Berlin
Kugelstoßen (4kg)	9,04 m	Lara Schmitt (U23)	23.08.2014, Berlin
5-Kampf (100m-Hoch-Kugel-Weit-800m)	3.061 Punkte	Lara Schmitt (U23)	23.08.2014, Berlin
<b>WJ U20</b>			
Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
80 m	10,71 s (+0,2)	Isabelle Cornelius	11.05.2014, Berlin
100 m	12,68 s (-0,3)	Isabelle Cornelius	21.06.2014, Potsdam
150 m	19,44 s (+0,0)	Isabelle Cornelius	11.05.2015, Potsdam
200 m	26,36 s (-0,3)	Isabelle Cornelius	06.06.2014, Berlin
300 m	47,73 s	Yasmin Hahnke	11.05.2014, Berlin
<b>WJ U18</b>			
Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
<b>WJ U16</b>			
Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort

## WJ U14

Disziplin	Leistung	Name	Datum, Ort
<b>75 m</b>	10,67 s	Antonia Zanger (W13)	24.05.2014, Berlin
	11,27 s (+0,8)	Sarah Gil Gems (W12)	13.09.2014, Berlin
	11,33 s	Elena Walter (W13)	06.09.2014, Berlin
	12,10 s	Janina Berger (W13)	08.09.2014, Berlin
	12,3 s	Elisa Prochnow (W12)	24.05.2014, Berlin
	12,4 s	Lena Hoppe (W12)	24.05.2014, Berlin
<b>800 m</b>	2:53,15 min	Sarah Gil Gems (W12)	24.05.2014, Berlin
	3:07,20 min	Selma Zoubairi (W13)	14.05.2014, Berlin
	3:17,40 min	Lena Hoppe (W12)	14.05.2014, Berlin
	3:18,30 min	Elisa Prochnow (W12)	09.04.2014, Berlin
	3:20,80 min	Melina Amboß (W12)	09.04.2014, Berlin
	3:23,50 min	Anita Kauerhof (W13)	09.04.2014, Berlin
		Dina Zoubairi (W12)	09.04.2014, Berlin
	3:37,30 min	Janina Berger (W13)	02.07.2014, Berlin
3:44,90 min	Emma Blanke (W12)	14.05.2014, Berlin	
<b>60m-Hürde (0,762 m)</b>	11,46 s	Antonia Zanger (W13)	24.05.2014, Berlin
	11,87 s	Sarah Gil Gems (W12)	24.05.2014, Berlin
<b>Weitsprung</b>	4,28 m	Elena Walter (W13)	06.09.2014, Berlin
	4,21 m	Sarah Gil Gems (W12)	06.09.2014, Berlin
	4,15 m	Antonia Zanger (W13)	24.05.2014, Berlin
	3,31 m	Lena Hoppe (W12)	24.05.2014, Berlin
	3,30 m	Elisa Prochnow (W12)	24.05.2014, Berlin
<b>Hochsprung</b>	1,36 m	Antonia Zanger (W13)	24.05.2014, Berlin
		Elena Walter (W13)	06.09.2014, Berlin
	1,34 m	Sarah Gil Gems (W12)	06.09.2014, Berlin
<b>Ballwurf (200 g)</b>	33,00 m	Sarah Gil Gems (W12)	13.09.2014, Löwenberg
	30,00 m	Elena Walter (W13)	13.09.2014, Löwenberg
	28,00 m	Janina Berger (W13)	28.09.2014, Berlin
	21,50 m	Antonia Zanger (W13)	06.09.2014, Berlin
<b>Blockwettkampf S/S</b>	2.099 Punkte	Antonia Zanger (W13)	24.05.2014, Berlin
<b>Blockwettkampf Lauf</b>	2.051 Punkte	Sarah Gil Gems (W12)	24.05.2014, Berlin
<b>4-Kampf</b>	1.654 Punkte	Elena Walter (W13)	06.09.2014, Berlin
	1.647 Punkte	Sarah Gil Gems (W12)	06.09.2014, Berlin
	1.552 Punkte	Antonia Zanger (W13)	06.09.2014, Berlin