

Männer M30

Jahrgang 1983 bis 1987

100m Männer M30

Bestleistung 2015:		11,45	Lüsse Johannes		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
12,63 (-0,1)	Nilles, Daniel	1986	TSG Heidesheim	13.07.2016	Wiesbaden

200m Männer M30

Bestleistung 2015:		23,64	Montenegro Luis		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
26,18 (-1,6)	Nilles, Daniel	1986	TSG Heidesheim	26.05.2016	Ingelheim

1500m Männer M30

Bestleistung 2015:		5:02,32	Rodriguez Marcos		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
4:21,62	Mc Swiney, Aidan	1984	TSV SCHOTT Mainz	13.07.2016	Wiesbaden

5000m Männer M30

Bestleistung 2015:		17:05,11	Koppenhöfer Daniel		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
16:22,57	Taplan, Janek	1985	LC Bingen	18.06.2016	Ingelheim
16:43,85	Mc Swiney, Aidan	1984	TSV SCHOTT Mainz	24.04.2016	Bingen

5 km - Straßenlauf Männer M30

Bestleistung 2015:		17:24	Koppenhöfer Daniel		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
17:41	Mc Swiney, Aidan	1984	TSV SCHOTT Mainz	18.09.2016	Gau-Algesheim

10000m Männer M30

Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
36:13,76	Zimmer, Markus	1986	Stimmel Sports e.V.	11.05.2016	Kirchheimbolanden

10 km - Straßenlauf Männer M30

Bestleistung 2015:		1:01:34	Schmittinger Oliver		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
36:26	Mc Swiney, Aidan	1984	TSV SCHOTT Mainz	11.12.2016	Rheinzabern
38:40	Maurer, Marco	1984	LLG Wonnegau	11.01.2016	Rheinzabern

15 km - Straßenlauf Männer M30

Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
53:16	Zimmer, Markus	1986	Stimmel Sports e.V.	10.01.2016	Rheinzabern
53:47	Koppenhöfer, Daniel	1982	Stimmel Sports e.V.	10.01.2016	Rheinzabern

20 km - Straßenlauf Männer M30

Bestleistung 2015:		1:15:41	Koppenhöfer Daniel		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:12:46	Zimmer, Markus	1986	Stimmel Sports e.V.	07.02.2016	Rheinzabern
1:16:07	Koppenhöfer, Daniel	1982	Stimmel Sports e.V.	07.02.2016	Rheinzabern

Halbmarathon - Straßenlauf Männer M30

Bestleistung 2015:		1:17:56	Koppenhöfer Daniel		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
1:16:34	Zimmer, Markus	1986	Stimmel Sports e.V.	13.03.2016	Kandel

1:16:38	Koppenhöfer, Daniel	1982	Stimmel Sports e.V.	13.03.2016	Kandel
1:16:53	Taplan, Janek	1985	LC Bingen	10.04.2016	Bockenheim
1:33:19	Hinkel, Daniel	1982	LLG Wonnegau	11.09.2016	Worms
2:21:54	Schmittinger, Oliver	1985	LLG Wonnegau	25.09.2016	Lindau

Stabhochsprung

Männer M30

Bestleistung 2015:		4,30	Lüsse Johannes		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
4,50	Lüsse, Johannes	1985	TSV SCHOTT Mainz	15.05.2016	Heidelberg

Weitsprung

Männer M30

Bestleistung 2015:		6,04	Lüsse Johannes		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
6,80 (0,0)	Thede, Torben	1986	USC Mainz	20.07.2016	Trebur

Kugelstoßen: 7260g

Männer M30

Bestleistung 2015:		12,84	Lüsse Johannes		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
11,29	Stieber, Philipp	1982	TSV SCHOTT Mainz	09.01.2016	Bingen

Diskuswurf: 2000g

Männer M30

Bestleistung 2015:		55,09	Ruckpaul Uli		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
52,72	Ruckpaul, Uli	1982	TV Alzey	28.04.2016	Singapore/SIN
34,16	Stieber, Philipp	1982	TSV SCHOTT Mainz	18.06.2016	Ingelheim

Gewichtswurf: 15880g

Männer M30

Bestleistung 2015:		13,71	Zil Jurij		
Leistung	Name	JG.	Verein	Datum	Ort
13,31	Zil, Jurij	1992	TV Alzey	12.03.2016	Alzey