

**Bestätigte Landesbestleistungen von Mecklenburg – Vorpommern  
im Straßenlauf sowie 10.000m Bahnlauf und Stundenlauf  
(Altersklassen – Bestleistungen, Stand 31.10.2016)**

Absolute Landesbestleistungen fett gedruckt

Die Zusammenstellung erfolgte durch Dr. Herbert Stromeyer,  
Straßenlauf-Statistiker von Mecklenburg-Vorpommern,  
Tel. privat: 038326 – 2784  
E-Mail-Adresse: Herbert.Stromeyer@t-online.de

**weibliche U16**

<b>W14</b>					
5 km	17:42	Stendel, Antje (73)	SC Traktor Schwerin	17.04.1987	Schwerin
7,5 km	28:37	Gentes, Silke (74)	SC Empor Rostock	16.04.1988	Schwerin
10 km	38:36	Czauer, Cornelia (72)	SC Traktor Schwerin	26.04.1986	Karl-Marx-Stadt

<b>W15</b>					
5 km	17:30	Splinter, Katharina (84)	1. LAV Rostock	24.10.1999	Anklam
7,5 km	28:20	Plessow, Claudia (76)	SC Empor Rostock	21.04.1991	Schwerin
10 km	38:00	Gentes, Silke (74)	SC Empor Rostock	23.04.1989	Schwerin

**männliche U16**

<b>M14</b>		<i>* kursiv gedruckt: Strecke gegenwärtig nicht für M14 zugelassen</i>			
5 km	16:21	Sönksen, Peer (98)	SC Neubrandenburg	21.10.2012	Lubmin
7,5 km	24:42	Richter, Maik (61)	Einheit Grevesmühlen	27.07.1975	Berlin
10 km	36:09	Weippert, Matthias (76)	SC Empor Rostock	29.04.1990	Bremen
15 km*	55:38	<i>Neumann, Chris (71)</i>	<i>SC Neubrandenburg</i>	<i>31.10.1985</i>	<i>Prenzlau</i>

<b>M15</b>		<i>* kursiv gedruckt: Strecken gegenwärtig nicht für M15 zugelassen</i>			
5.000 m	15:14,6	Kunze, Hansjörg (59)	TSG Bau Rostock	12.07.1974	Neubrandenburg
5 km	16:05	Sönksen, Peer (98)	SC Neubrandenburg	17.03.2013	Neubrandenburg
7,5 km	25:17	John, Alexander (71)	SC Neubrandenburg	20.04.1986	Oranienburg
<i>* 10.000 m</i>	<i>34:25,2</i>	<i>John, Alexander (71)</i>	<i>SC Neubrandenburg</i>	<i>16.04.1986</i>	<i>Berlin</i>
10 km	33:44	Bertel, Heiko (72)	SC Traktor Schwerin	30.05.1987	Karl-Marx-Stadt
<i>* 15 km</i>	<i>48:29</i>	<i>Kunze, Hansjörg (59)</i>	<i>TSG Bau Rostock</i>	<i>21.04.1974</i>	<i>Oranienburg</i>

**weibliche U18/20**

<b>weibliche U18</b>					
7,5 km	26:58	Splinter, Katharina (84)	1. LAV Rostock	25.03.2000	Freiburg
10.000 m	34:04,26	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	02.06.1990	Potsdam
10 km	34:44	Jerschabek, Birgit (69)	SC Traktor Schwerin	06.04.1986	Schwerin
15 km	58:37	Kahl, Claudia (84)	1. LAV Rostock	20.10.2001	Anklam
20 km	noch keine bestenlistenreife Leistung unter 1:30 h bekannt				
Halbmarathon	1:32:22	Michel, Laura (93)	1. LAV Rostock	24.10.2010	Dresden
25 km	1:55:26	Rosolski, Silva (75)	SSTV Greifswald	05.05.1991	Berlin

<b>weibliche U20</b>					
10.000 m	32:44,52	Schäning, Anke (70)	SC Empor Rostock	08.06.1988	Potsdam
<b>10 km</b>	<b>33:03</b>	<b>Schäning, Anke (70)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>23.04.1989</b>	<b>Schwerin</b>
15 km	53:31	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	18.04.1992	Dummerstorf
1 h	15.606 m	Splinter, Katharina (84)	1. LAV Rostock	11.09.2002	Warnemünde
20 km	1:14:26	Köster, Dörte (73)	SC Empor Rostock	05.04.1992	Warnemünde
Halbmarathon	noch keine bestenlistenreife Leistung unter 1:25 h bekannt				
25 km	1:43:54	Maisch, Ulrike (77)	SC Empor Rostock	23.09.1995	Schwaan
Marathon	2:51:02	Krull, Silke (66)	SC Traktor Schwerin	20.10.1985	Berlin

### **männliche U18/20**

<b>männliche U18</b>					
7,5 km	24:21	Kunze, Marcus (82)	1.LAV Rostock	27.03.1999	Xanten
10.000 m	33:10,2	Eichmann, Morris (73)	SC Neubrandenburg	12.04.1989	Berlin
10 km	31:32	Gröschel, Tom (91)	LAC Mühl-Rosin	12.10.2008	Lubmin
15 km	46:50	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	20.04.1975	Oranienburg
1 h	17.020 m	Berndt, Stefan (87)	Turb. Neubrandenburg	06.11.2004	Anklam
20 km	1:05:02	Hyzy, Torsten (62)	SC Traktor Schwerin	29.07.1979	Berlin
Halbmarathon	1:14:56	Fredrich, Sebastian (80)	SC Empor Rostock	06.09.1997	Wolgast
25 km	1:27:05	Schreiber, Gero (66)	SC Empor Rostock	06.11.1983	Rostock

<b>männliche U20</b>					
10.000 m	29:57,9	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	07.05.1978	Rostock
10 km	31:02	Scharff, Tom (85)	Schweriner SC	19.09.2004	Bad Liebenzell
15 km	46:12	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	23.04.1978	Oranienburg
1 h	18.108 m	Weiß, Jan-Peter (68)	SC Neubrandenburg	22.11.1987	Neubrandenburg
20 km	1:03:28	Schreiber, Gero (66)	SC Empor Rostock	21.04.1985	Oranienburg
Halbmarathon	1:13:41	Berndt, Stefan (87)	Turb. Neubrandenburg	23.10.2005	Dresden
25 km	1:22:45	Kührmann, Sven (70)	SC Empor Rostock	19.03.1988	Sanitz
Marathon	2:35:23	Kührmann, Sven (70)	SC Empor Rostock	15.10.1989	Rostock

## Frauen

<b>WHK (W20)</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
<b>10.000m</b>	<b>32:14,75</b>	<b>Jerschabek, Birgit (69)</b>	<b>Schweriner SC</b>	<b>27.06.1990</b>	<b>Helsinki</b>
10 km	33:32	Jerschabek, Birgit (69)	Schweriner SC	23.04.1989	Schwerin
<b>15 km</b>	<b>50:48</b>	<b>Jerschabek, Birgit (69)</b>	<b>Schweriner SC</b>	<b>22.04.1990</b>	<b>Schwerin</b>
1 h	15.550 m	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SC	15.11.1992	Neubrandenburg
<b>20 km</b>	<b>1:11:49 ZZ</b>	<b>Maisch, Ulrike (77)</b>	<b>1. LAV Rostock</b>	<b>31.08.2003</b>	<b>Paris</b>
<b>Halbmarath.</b>	<b>1:12:41</b>	<b>Maisch, Ulrike (77)</b>	<b>1. LAV Rostock</b>	<b>14.03.2004</b>	<b>Siegburg</b>
<b>25 Km</b>	<b>1:29:34 ZZ</b>	<b>Maisch, Ulrike (77)</b>	<b>1. LAV Rostock</b>	<b>31.08.2003</b>	<b>Paris</b>
<b>Marathon</b>	<b>2:30:01</b>	<b>Maisch, Ulrike (77)</b>	<b>1. LAV Rostock</b>	<b>12.08.2006</b>	<b>Göteborg</b>

<b>W30</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
10.000 m	34:39,4	Dittmer, Anja (75)	SC Neubrandenburg	22.04.2006	Saarbrücken
10 km	34:04	Siewert, Carmen (72)	Grün-Schw. Greifswald	14.09.2003	Troisdorf
15 km	53:13	Schuckmann, Birgit (60)	Schweriner SC	13.06.1993	Ratekau
<b>1 h</b>	<b>16.450 m</b>	<b>Siewert, Carmen (72)</b>	<b>Gr.-Schw. Greifswald</b>	<b>13.11.2002</b>	<b>Greifswald</b>
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:13:55	Siewert, Carmen (72)	Grün-Schw. Greifswald	06.04.2003	Berlin
25 km	1:34:42 ZZ	Siewert, Carmen (72)	Grün-Schw. Greifswald	29.09.2002	Berlin
Marathon	2:32:41	Maisch, Ulrike (77)	1. LAV Rostock	28.10.2007	Frankfurt/Main
100 km	9:52:41	Pawzik, Heike (63)	Warnow 90 Rostock	16.09.1995	Winschoten /Nied.
<b>24 h</b>	<b>190,710 km</b>	<b>Pawzik, Heike (63)</b>	<b>Warnow 90 Rostock</b>	<b>05.11.1995</b>	<b>Niort /Frankreich</b>

<b>W35</b>					
10.000 m	34:24,15	Dittmer, Anja (75)	SC Neubrandenburg	07.05.2011	Essen
10 km	35:07	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	17.05.2008	Berlin
15 km	53:55	Schuckmann, Birgit (60)	Schweriner SC	29.04.1995	Dummerstorf
1 h	16.150 m	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald e.V.	09.11.2011	Greifswald
20 km	1:13:45	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	11.03.2007	Celle
Halbmarathon	1:19:02	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	20.05.2007	Regensburg
25 km	1:36:12	Siewert, Carmen (72)	Greifswalder SV 04	06.05.2007	Berlin
Marathon	2:40:44	Schuckmann, Birgit (60)	Schweriner SC	15.10.1995	Lausanne
<b>100 km</b>	<b>8:51:02</b>	<b>Schulz, Britta (71)</b>	<b>HSG Greifswald</b>	<b>16.08.2008</b>	<b>Leipzig</b>

<b>W40</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
10.000 m	37:12,63	Dr. Krecklow, Beate (71)	Greifswalder SV 04	28.05.2011	Güstrow
10 km	36:12	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald e.V.	03.03.2012	Wittenburg
15 km	58:04	Siewert, Carmen (72)	SG Greifswald e.V.	17.06.2016	Hamburg
1 h	14.600 m	Dr.Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	02.12.2015	Greifswald
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:21:15	Dr. Krecklow, Beate (71)	Greifswalder SV 04	17.04.2011	Griesheim
25 km	1:52:28 ZZ	Dressler, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	12.10.2008	Eindhoven / Niederl.
Marathon	3:09:38	Schlender-Kamp,Angelika (72)	HSV Neubrandenburg	02.04.2016	Ueckermünde
100 km	9:59:55	Lemme, Bärbel (64)	Post Telek. Schwerin	14.06.2008	Biel / Schweiz

<b>W45</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
10.000 m	41:22,9	Schrapers, Sabine (58)	Post Telek. Schwerin	22.04.2006	Rostock
10 km	40:06	Dr. Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	26.02.2016	Sharjah (VAE)
15 km	1:03:28	Schrapers, Sabine (58)	Post Telek. Schwerin	08.04.2006	Schwerin
1 h	14.200 m	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	01.11.2014	Anklam
20 km	1:24:49 ZZ	Dr. Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	12.02.2016	Ras Al Khaimah (VAE)

Halbmarathon	1:29:21	Dr. Krecklow, Beate (71)	TC Fiko Rostock	12.02.2016	Ras Al Khaimah (VAE)
25 km	1:51:50	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	10.05.2015	Berlin
Marathon	3:15:26	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	13.04.2014	Wien
100 km	10:23:45	Michel, Petra (62)	Post Telek. Schwerin	16.08.2008	Leipzig

<b>W50</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
10.000 m	42:37,0	Weber, Inge (43)	TSV 90 Röbel	19.09.1993	Greifswald
10 km	41:26	Knospe, Katja (66)	Turb. Neubrandenburg	09.10.2016	Lubmin
15 km	1:04:08	Schrapers, Sabine (58)	Post Telek. Schwerin	12.04.2008	Schwerin
1 h	13.230 m	Weber, Inge (43)	TSV 90 Röbel	01.04.1994	Neustrelitz
20 km	1:30:22 ZZ	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	28.09.2003	Berlin
Halbmarathon	1:33:10	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	06.09.2003	Wolgast
25 km	1:53:15 ZZ	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	28.09.2003	Berlin
Marathon	3:19:26	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	28.09.2003	Berlin

<b>W55</b>					
10.000 m	46:10	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	26.05.1996	Schwerin
10 km	44:43	Dr.Engelmann, Sabine (57)	1. LAV Rostock	11.10.2015	Lubmin
15 km	1:09:36	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	08.04.2006	Schwerin
1 h	13.100 m	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	09.05.2006	Schwerin
20 km	1:37:12	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	13.05.2006	Perleberg
Halbmarathon	1:41:00	Jeewe, Edda (51)	Fschr. Neustadt-Glewe	06.05.2006	Neubrandenburg
25 km	2:06:51	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	24.09.1994	Schwaan
Marathon	3:41:28	Block, Beate (61)	HSV Neubrandenburg	16.10.2016	Amsterdam

<b>W60</b>					
5000 m	23:10,52	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	01.08.1998	Minden
5 km	25:02	Henke, Christiane (50)	HSG Uni Greifswald	22.07.2012	Steinhagen
10.000 m	Noch keine bestenlistenreife Leistung unter 52 min bekannt				
10 km	48:33	Zimdars, Waltraud (51)	LAV Waren/Müritz	14.05.2011	Berlin
15 km	1:16:35	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	11.10.1998	Waren/Müritz
1 h	12.300 m	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	05.09.2000	Schwerin
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:48:08	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	15.09.2002	Wachau / Österr.
25 km	2:12:53	Zengel, Ilse (38)	ESV 48 Hagenow	26.09.1998	Schwaan
Marathon	3:51:37	Zimdars, Waltraud (51)	LAV Waren/Müritz	22.04.2012	Wieck/Darß

<b>W65</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
5.000 m	23:50,90	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	28.05.2016	Güstrow
5 km	23:48	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	26.07.2015	Steinhagen
10.000m	49:13,27	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	23.05.2015	Güstrow
10 km	47:20	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	11.10.2015	Lubmin
15 km	1:18:14	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	20.03.2016	Neubrandenburg
1 h	12.125 m	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	25.03.2016	Neustrelitz
20 km	keine bessere Leistung als bei Halbmarathon bekannt				
Halbmarathon	1:47:45	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	07.05.2016	Neubrandenburg
25 km	2:19:25 ZZ	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	17.04.2016	Hamburg
Marathon	3:54:19	Bernhardt, Monika (49)	HSV Neubrandenburg	17.04.2016	Hamburg

<b>W70</b>					
5000 m	28:45,11	Unterberger, Gisela (45)	HSG Uni Greifswald	23.05.2015	Güstrow
5 km	29:51	Unterberger, Gisela (45)	HSG Uni Greifswald	28.03.2015	Ueckermünde

10 km	1:00:39	Unterberger, Gisela (45)	HSG Uni Greifswald	16.05.2015	Greifswald
15 km	1:39:55	Klemm, Gisela (42)	HSV Neubrandenburg	14.04.2012	Schwerin
1 h	9745 m	Klemm, Gisela (42)	HSV Neubrandenburg	06.04.2012	Neustrelitz
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

<b>W75</b>					
5000 m	31:59;69	Glander, Christel (36)	Motor Barth	28.05.2011	Güstrow
5 km	31:58	Glander, Christel (36)	Motor Barth	23.10.2011	Lubmin
10 km	1:10:26	Wolff, Barbara (41)	SV Warnemünde	09.10.2016	Lubmin
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

## Männer

<b>MHK (M20)</b>					
<b>10.000 m</b>	<b>27:26,00</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>02.07.1988</b>	<b>Oslo</b>
10 km	noch keine bestenlistenreife Leistung unter 29 min. bekannt				
<b>15 km</b>	<b>44:25</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>27.04.1980</b>	<b>Oranienburg</b>
1 h	19.825m	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	03.10.1980	Greifswald
20 km	59:24	Kunze, Hansjörg (59)	SC Empor Rostock	16.04.1988	Schwerin
Halbmarathon	1:04:49	Gröschel, Tom (91)	TC Fiko Rostock	02.10.2016	Köln
<b>25 km</b>	<b>1:17:12</b>	<b>Weippert, Kl.-Peter (54)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>30.09.1979</b>	<b>Waren/ Müritz</b>
Marathon	2:17:24	Lange, Gerhard (38)	SC Trakt. Schwerin	21.07.1966	Jena
100 km	7:53:02	Jacob, Gunter (56)	ASG Peenemünde	28.03.1981	Grünheide

<b>M30</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
10.000 m	29:37,78	Dr.Wrenger, Burkhard (64)	SC Empor Rostock	16.05.1996	Koblenz
10 km	29:17	Dr.Wrenger, Burkhard (64)	SC Empor Rostock	23.05.1998	Rostock
15 km	47:13	Timm, Jürgen (58)	ASG Burow	21.01.1990	Berlin
<b>1 h</b>	<b>20.525m</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>31.03.1990</b>	<b>La Fleche/Frankr</b>
<b>20 km ZZ</b>	<b>58:30,9 (B)</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>31.03.1990</b>	<b>La Fleche/Frankr</b>
<b>Halbmarath.</b>	<b>1:02:20</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>18.03.1990</b>	<b>Rom</b>
25 km	1:19:02	Hagen, Heinrich (35)	SC Empor Rostock	22.05.1966	Karl-Marx-Stadt
<b>Marathon</b>	<b>2:16:42</b>	<b>Kunze, Hansjörg (59)</b>	<b>SC Empor Rostock</b>	<b>06.05.1990</b>	<b>Paris</b>
100 km	7:45:00	Dr. Strübing, Hans-Uwe (51)	Lok Rostock	01.04.1984	Grünheide

<b>M35</b>					
10.000 m	31:49,0	Thiele, Jürgen (64)	Turb. Neubrandenbg	01.05.1999	Greifswald
10 km	30:33	Dr. Wrenger, Burkhard (64)	1. LAV Rostock	25.05.2002	Rostock
15 km	48:56	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Trollenhagen	21.04.1974	Oranienburg
1 h	17.928 m	Kuhardt, Lutz (57)	SC Empor Rostock	19.09.1993	Rostock
20 km	1:06:44	Schroeder, Rainer (50)	HSG Greifswald	17.04.1987	Schwerin
Halbmarathon	1:10:26	Thiele, Jürgen (64)	Turb. Neubrandenbg	08.05.1999	Neubrandenburg
25 km	1:21:42	Weippert, Klaus-Peter (54)	SC Empor Rostock	21.11.1990	Griesheim
Marathon	2:27:03	Weippert, Klaus-Peter (54)	SC Empor Rostock	28.10.1990	Frankfurt/ Main
100 km	7:32:40	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	01.04.1978	Grünheide
24 h	214,117 km	Reichelt, Mario (70)	TSG Wittenburg	13.07.2008	Berlin

<b>M40</b>					
10.000 m	32:28,0	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	12.09.1979	Karl-Marx-Stadt
10 km	33:08	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	02.03.1997	Wittenburg
15 km	50:34	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	22.04.1979	Oranienburg
1 h	17.650 m	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	05.06.1997	Neubrandenburg
20 km	1:08:19	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	30.09.1979	Sandersdorf
Halbmarathon	1:11:36	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	23.02.1997	La Valetta
25 km	1:26:02	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	12.04.1980	Berlin
Marathon	2:30:51	Kuhardt, Lutz (57)	LSV Güstrow	06.07.1997	Turku
<b>100 km</b>	<b>7:11:13</b>	<b>Dr. Stromeyer, Herbert (41)</b>	<b>Einheit Grimmen</b>	<b>03.04.1982</b>	<b>Grünheide</b>
<b>24 h</b>	<b>231,203 km</b>	<b>Reichelt, Mario (70)</b>	<b>TSG Wittenburg</b>	<b>20.06.2010</b>	<b>Rockenhausen</b>

<b>M45</b>					
10.000 m	34:06,0	Schroeder, Rainer (50)	Greifswalder SC	06.05.1995	Greifswald
10 km	34:26	Timm, Jürgen (58)	HSV Neubrandenburg	20.10.2007	Lubmin
15 km	51:15	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	30.05.1982	Doksy /Tschech.
1 h	17.350 m	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	02.10.1987	Greifswald
20 km	1:09:07	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	12.12.1982	Herzberg
Halbmarathon	1:15:53	Timm, Jürgen (58)	HV Altentreptow	10.05.2003	Neubrandenburg
25 km	1:27:34	Schwengbeck, Manfred (37)	ASG Burow	17.10.1982	Neuseddin
Marathon	2:36:23	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	29.03.1987	Potsdam
100 km	7:38:12	Dr. Lindner, Heinz (36)	Trakt. Dummerstorf	03.04.1982	Grünheide
24 h	168,726 km	Binsch, Rüdiger (51)	Lok Rostock	14.07.1996	Köln

<b>M50</b>					
10.000 m	34:39,41	Timm, Jürgen (58)	HSV Neubrandenburg	30.05.2009	Güstrow
10 km	35:33	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	07.03.1993	Wittenburg
15 km	53:48	Hoyer, Klaus (38)	Post Pasewalk	08.10.1989	Prenzlau
1 h	16.900 m	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	19.09.1993	Rostock
20 km	1:12:54	Hoyer, Klaus (38)	Post Pasewalk	17.09.1989	Templin
Halbmarathon	1:16:43	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	13.06.1992	Neubrandenburg
25 km	1:33:13	Hoyer, Klaus (38)	Post Pasewalk	13.11.1988	Schwedt
Marathon	2:44:08	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	03.05.1992	München
100 km	7:43:28	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Einheit Grimmen	17.10.1992	Kiel

<b>M55</b>					
10.000 m	37:06,59	Schütz, Frank (59)	LSV Güstrow	23.05.2015	Güstrow
10 km	36:50	Weippert, Klaus-Peter (54)	1. LAV Rostock	12.09.2009	Otterndorf
15 km	55:29	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	25.08.1996	Ückermünde
1 h	15.985 m	Wiesner, Peter /39)	Hydraulik Schwerin	05.09.1995	Schwerin
20 km	1:15:53	Urban, Günter (43)	Fortschr. Neust.-Glewe	03.06.2000	Güstrow
Halbmarathon	1:20:53	Schütz, Frank (59)	LSV Güstrow	02.05.2015	Neubrandenburg
25 km	1:37:08	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	21.09.1996	Schwaan
Marathon	2:54:31	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	03.11.1996	Berlin
100 km	8:03:52	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	Greifswalder SC	30.03.1996	Kienbaum

<b>M60</b>					
10.000 m	38:49,32	Sonntag, Horst (50)	1. LAV Rostock	29.05.2010	Güstrow
10 km	37:40	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	06.06.2004	Kühlungsborn
15 km	58:47	Zengel, Horst (34)	ESV 48 Hagenow	29.04.1995	Dummerstorf
1 h	15.772 m	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	30.05.2001	Warnemünde
20 km	1:18:13	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	26.05.2001	Güstrow
Halbmarathon	1:22:33	Wolff, Reinhard (41)	Warnow 90 Rostock	05.05.2001	Neubrandenburg
25 km	1:42:05	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	18.09.2004	Schwaan
Marathon	2:57:16	Wiesner, Peter (39)	Hydraulik Schwerin	25.04.1999	Hamburg
100 km	8:43:32	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	27.03.2004	Kienbaum

<b>M65</b>		ZZ = offizielle Zwischenzeit			
10.000 m	41:03,47	Sonntag, Horst (50)	FHSG Stralsund	23.05.2015	Güstrow
10 km	39:27	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	18.06.2006	Steinhagen
15 km	1:00:30	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	03.09.2006	Kühlungsborn
1 h	14.245 m	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	19.10.2006	Neubrandenburg
20 km	1:21:10	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	04.06.2006	Kühlungsborn

Halbmarathon	1:26:14	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	21.05.2006	Rostock
25 km	1:47:29	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	16.09.2006	Schwaan
Marathon	3:07:14 ZZ	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	25.03.2006	Kienbaum
50 km	3:44:19	Dr. Stromeyer, Herbert (41)	HSG Greifswald	25.03.2006	Kienbaum
100 km	11:07:15	Simon, Lothar (41)	5-Seen-LG Schwerin	05.04.2008	Kienbaum

<b>M70</b>					
10.000 m	42:13,94	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	20.07.1991	Turku
10 km	44:12	Raupach, Jürgen (42)	Post Telek. Schwerin	21.07.2012	Steinhagen
15 km	1:03:51	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	04.11.1990	Röbel
1 h	13.250 m	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	11.07.2012	Güstrow
20 km	1:28:59	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	21.04.1991	Schwerin
Halbmarathon	1:36:25	Fichtner, Rolf (27)	Blau-Weiß Parchim	19.10.1997	Berlin
25 km	1:52:52	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	15.06.1991	Neubrandenburg
Marathon	3:28:45	Baumann, Fritz (20)	Lok Waren	07.07.1990	Budapest

<b>M75</b>					
5.000 m	22:12,0	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	20.05.2016	Güstrow
5 km	22:20	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	17.07.2016	Steinhagen
10.000 m	45:50,28	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	28.05.2016	Güstrow
10 km	46:22	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	11.09.2016	Hamburg
15 km	1:18:58	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	20.02.1999	Waren /Müritz
1 h	12.725 m	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	20.07.2016	Güstrow
Halbmarathon	1:44:02	Wolf, Günter (41)	LSV Güstrow	07.05.2016	Neubrandenburg.
Marathon	4:04:50	Gubba, Horst (28)	Post Telek. Schwerin	27.04.2003	Hamburg
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

<b>M80</b>					
5.000 m	28:11,37	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	28.05.2011	Güstrow
5 km	25:52	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	22.07.2012	Steinhagen
10.000 m	noch keine bestenlistenreife Leistung unter 58 min. bekannt				
10 km	49:28	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	03.06.2000	Güstrow
15 km	1:17:58	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	01.07.2000	Schwerin
Halbmarathon.	1:57:03	Baumann, Fritz (20)	MSC Waren	14.05.2000	Valladolid/Spanien
bestenlistenreife Leistungen auf anderen Strecken nicht bekannt					

<b>M85</b>					
5.000 m	28:47,96	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	28.05.2016	Güstrow
5 km	28:29	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	02.04.2016	Ueckermünde
10 km	58:12	Dähne, Georg (31)	HSV Neubrandenburg	11.09.2016	Hamburg















