

Disziplin	Leistung	Name	Datum	Ort
100 m	11,54 sec	Pähler, Stefanie	03.07.2010	Mannheim
200 m	24,13 sec	Grompe, Katharina	08.08.2010	Ulm
300 m	39,81 sec	Kindler, Jennifer	14.05.1998	Dortmund
400 m	56,72 sec	Käppler, Franziska	29.07.2016	Mönchengladbach
800 m	2:11,51 min	de Graat, Patricia	19.06.2015	Osterode
1500 m	4:26,86 min	de Graat, Patricia	27.06.2015	Mannheim
3000 m	9:48,67 min	Nußbeck, Sylvia	09.07.1994	Oldenburg
5000 m	16:54,56 min	Nußbeck, Sylvia	05.08.1994	Troisdorf
5 km	18:13 min	de Graat, Patricia	06.12.2015	Hamm
7,5 km	26:34 min	Nußbeck, Sylvia	10.04.1994	Melle
7,5 km Mannschaft	1:29:16 h	Hanstein 29:12 - Esser 29:33 - Lenfert 30:31	15.04.1989	Maximiliansau
10 km	38:49 min	Wrede, Marina	10.11.2013	Herne
15 km	58:35 min	Kraus, Kerstin	15.04.1989	Maximiliansau
100 m Hürden	13,90 sec	Oefner, Esther	20.06.2010	Gladbeck
300 m Hürden	44,69 sec	Kindler, Jennifer	06.09.1998	Dortmund
400 m Hürden	61,93 sec	Köhler, Sonja	21.07.1989	Dortmund
1500 m Hindernis	4:55,84 min	Wrede, Marina	27.07.2013	Rostock
4 x 100 m	47,34 sec	Penning - Dessel - Wolter - Brennecke	20.07.1991	Berlin
3 x 800 m	7:00,62 min	Jensen - Lange S - Springer	23.06.1991	Dortmund
5000 m Bahngehen	28:28,73 min	Kämper, Andrea	18.07.1998	Rhede
5 km Straßengehen	29:20 min	Kämper, Andrea	23.05.1998	Naumburg
Hochsprung	1,76 m	Wolter, Pia	19.08.1990	Bad Oeynhausen
Stabhochsprung	3,60 m	Jakob, Zoe	17.06.2016	Dortmund
Weitsprung	6,10 m	Kurschilgen, Lisa	24.08.2008	Düsseldorf
Dreisprung	11,51 m	Michalski, Anja	04.06.2006	Zeven
Kugelstoß 3 kg (seit 2012)	14,10 m	Ahmetaj, Leonora	14.05.2016	Gladbeck
<i>Kugelstoß 4 kg (bis 2011)</i>	<i>13,31 m</i>	<i>Weller, Anna-Katharina</i>	<i>29.04.2006</i>	<i>Mönchengladbach</i>
Diskuswurf 1 kg	52,16 m	Weller, Anna-Katharina	14.06.2006	Oberhausen
Hammerwurf 3 kg (bis 1999 / seit 2012)	35,53 m	Fuhrmann, Katja	09.10.1999	Hagen
<i>Hammerwurf 4 kg (2000-2011)</i>	<i>19,89 m</i>	<i>Alderath, Lena</i>	<i>01.10.2000</i>	<i>Haltern</i>
Speerwurf 500 g (seit 2013)	23,13 m	Gebauer, Jana	01.09.2016	Dortmund
<i>Speerwurf 600 g (bis 2012)</i>	<i>50,38 m</i>	<i>Schilling, Svenja</i>	<i>08.07.1995</i>	<i>Rhede</i>
Vierkampf	2655 Pkt	Neitzel, Nicole (15,08 - 1,50 - 9,27 - 13,28)	15.05.1999	Dortmund
	2655 Pkt	Lienkamp, Jennifer (16,15 - 1,56 - 11,18 - 13,63)	20.05.2000	Dortmund
Siebenkampf (seit 2012)	4154 Pkt	Dunkel, Marsha (17,71 (+0,3) - 1,52 - 10,68 - 13,33 (-1,2) - 4,74 (-0,6) - 29,74 - 2:26,15)	30.06./01.07.	Bad Oeynhausen
<i>Siebenkampf (bis 2011/ Kugel 4kg)</i>	<i>5378 Pkt</i>	<i>Oefner, Esther (14,30 (-0,2) - 1,66 - 10,35 - 12,52 (+0,2) - 5,89 (+0,8) - 37,18 - 2:21,72)</i>	<i>24./25.04.10</i>	<i>Krefeld-Uerdingen</i>
Siebenkampf Man.	13645 Pkt	Andres 4670 - Dworak 4557 - Riegger 4418	29./30.08.97	Wesel