

# LTF - Bestenliste - 2011 - Männer

## 100m - LTF

VR	BECKER, Frank	12,08 sec	18.09.2004	Püttlingen
BL 10	HESEDENZ, Stephan	13,25 sec	27.07.2010	Rehlingen
1.	HESEDENZ, Stephan	00:00:13,12	05.07.2011	Rehlingen
2.	WIELAND, Klaus	00:00:13,15	21.05.2011	Friedrichsthal
3.	TRENZ, Michael	00:00:13,45	21.05.2011	Friedrichsthal
4.	MAAS, Heiko	00:00:14,32	13.08.2011	Friedrichsthal
5.	SCHARIO, Felix	00:00:14,65	27.07.2011	Friedrichsthal
6.	REIMANN, Hans	00:00:16,13	21.05.2011	Friedrichsthal

## 200m - LTF

VR	HESEDENZ, Stephan	26,48 sec	12.09.2009	Ludweiler
BL 10	HESEDENZ, Stephan	26,78 sec	07.07.2010	Friedrichsthal
1.	HESEDENZ, Stephan	00:00:26,85	10.07.2011	Dillingen
2.	TRENZ, Michael	00:00:28,16	17.05.2011	Rehlingen
3.	SAUER, Stephen	00:00:28,85	17.05.2011	Rehlingen
4.	MAAS, Heiko	00:00:29,24	13.08.2011	Friedrichsthal
5.	SCHARIO, Felix	00:00:29,94	13.08.2011	Friedrichsthal
6.	REIMANN, Hans	00:00:31,41	13.08.2011	Friedrichsthal
7.	DERNBECHER, Kurt	00:00:35,99	17.05.2011	Rehlingen
8.	NEURATH, Wolfgang	00:00:39,93	13.08.2011	Friedrichsthal

## 400m - LTF

VR	DEL FABRO, Carlo	56,59 sec	30.05.1991	Rehlingen
BL 10	HESEDENZ, Stephan	58,95 sec	03.06.2010	Friedrichsthal
1.	HESEDENZ, Stephan	00:00:58,67	13.05.2011	Saarbrücken
2.	WIELAND, Klaus	00:01:02,57	21.05.2011	Friedrichsthal
3.	MAAS, Heiko	00:01:05,95	21.05.2011	Friedrichsthal
4.	REIMANN, Hans	00:01:11,71	21.05.2011	Friedrichsthal

## 800m - LTF

VR	LÄNGER, Roman	1:57,28 min	05.08.1987	Saarbrücken
BL 10	ZENDER, Reiner	2:07,82 min	26.06.2010	Kaiserslautern
1.	HESEDENZ, Stephan	00:02:11,96	05.06.2011	St. Wendel
2.	MAAS, Heiko	00:02:31,83	30.06.2011	Saarbrücken
3.	REIMANN, Hans	00:02:39,30	13.08.2011	Friedrichsthal
4.	NEURATH, Wolfgang	00:03:16,19	30.06.2011	Saarbrücken

## 1000m - LTF

VR	LÄNGER, Roman	2:31,29 min	02.09.1987	Saarbrücken
BL 10	ZENDER, Reiner	2:38,75 min	22.07.2009	Saarbrücken

1.	MAAS, Heiko	00:03:19,04	06.08.2011	Merzig
2.	TRENZ, Michael	00:03:34,24	07.07.2011	Saarbrücken
3.	NEURATH, Wolfgang	00:04:01,62	07.07.2011	Saarbrücken

### 1500m - LTF

VR	LÄNGER, Roman	4:03,12 min	21.07.1987	Rehlingen
BL 10	ZENDER, Reiner	4:13,92 min	10.07.2010	Yutz

1.	HESEDENZ, Stephan	00:04:48,35	19.06.2011	Saarbrücken
2.	SAUER, Stephen	00:05:08,02	27.07.2011	Friedrichsthal
3.	TRENZ, Michael	00:05:10,83	17.05.2011	Rehlingen
4.	MAAS, Heiko	00:05:18,13	17.05.2011	Rehlingen
5.	REIMANN, Hans	00:05:48,80	14.07.2011	Saarbrücken
6.	DERNBECHER, Kurt	00:06:14,06	17.05.2011	Rehlingen
7.	NEURATH, Wolfgang	00:06:18,00	30.06.2011	Saarbrücken

### 3000m - LTF

VR	SCHNEIDER, Kai	8:47,35 min	15.09.1996	Weinheim
BL 10	ZENDER, Reiner	9:12,52 min	29.07.2010	Saarbrücken

1.	MAAS, Heiko	00:11:23,32	14.07.2011	Saarbrücken
2.	TRENZ, Michael	00:11:31,80	13.05.2011	Saarbrücken
3.	BOUDIER, Stephan	00:12:10,00	30.04.2011	Fraulautern
4.	DERNBECHER, Kurt	00:12:10,09	14.07.2011	Saarbrücken
5.	NEURATH, Wolfgang	00:12:58,02	14.07.2011	Saarbrücken

### 5000m - LTF

VR	KOCH, Wolfgang	15:33,51 min	06.09.1989	Saarbrücken
BL 10	ZENDER, Reiner	16:19,06 min	06.06.2010	Rehlingen

1.	TRENZ, Michael	00:19:43,59	21.05.2011	Friedrichsthal
2.	MAAS, Heiko	00:19:54,50	07.07.2011	Saarbrücken
3.	DERNBECHER, Kurt	00:20:38,29	21.05.2011	Friedrichsthal
4.	BOUDIER, Stephan	00:20:58,38	21.05.2011	Friedrichsthal
5.	NEURATH, Wolfgang	00:22:11,45	21.05.2011	Friedrichsthal

### 10 km - LTF

VR	SCHNEIDER, Kai	33:39 min	06.09.1989	Püttlingen
BL 10	ZENDER, Reiner	34:19,1 min	25.09.2010	Luisenthal

1.	KLEIN, Michael	00:37:10,00	27.11.2011	Saarbrücken
2.	DEUTSCH, Stephan	00:38:27,00	23.10.2011	Germering
3.	SPEICHER, Till	00:39:12,80	09.06.2011	Saarbrücken
4.	DAUB, Christian	00:39:22,00	27.11.2011	Saarbrücken
5.	SCHNEIDER, Kai	00:39:50,20	25.09.2011	Hilbringen

6.	KIEFER, Gernot	00:40:18,00	27.11.2011	Saarbrücken
7.	SPEICHER, Thomas	00:40:35,00	21.08.2011	Homburg
8.	SCHERER, Sascha G.	00:40:43,40	02.06.2011	Schmelz
9.	GILLET, Holger	00:40:42,00	21.08.2011	Homburg
10.	MAAS, Heiko	00:40:47,00	27.11.2011	Saarbrücken
11.	MÜLLER, Bernd	00:41:02,00	27.11.2011	Saarbrücken

### 21,0975 km - LTF

VR	DEL FABRO, Carlo	01:13:18,0 Std	28.03.1993	Saarbrücken
BL 10	ZENDER, Reiner	01:13:38,0 Std	28.03.2011	Berlin
1.	VON DEM BROCH, Thorsten	01:21:14,40	27.03.2011	Saarbrücken
2.	KLEIN, Michael	01:24:57,90	27.03.2011	Saarbrücken
3.	KIEFER, Gernot	01:28:56,00	29.05.2011	Saarlouis
4.	SCHERER, Sascha	01:30:33,00	01.05.2011	St. Wendel
5.	TRENZ, Michael	01:31:19,00	29.05.2011	Saarlouis
6.	SCHMELZER, Martin	01:31:34,00	18.09.2011	Saarbrücken
7.	GEBER, Thomas	01:32:02,00	29.05.2011	Saarlouis
8.	DAUB, Christian	01:34:25,80	01.05.2011	St. Wendel
9.	ZAHLER, Horst	01:34:28,00	29.05.2011	Saarlouis
10.	DIETZ, Manfred	01:34:38,40	27.03.2011	Saarbrücken

### 42,195 km - LTF

VR	KOCH, Wolfgang	02:30:09,0 Std	15.10.1989	Kandel
BL 10	GILLET, Bernd	03:05:34,2 Std	05.09.2010	Merzig
1.	KLEIN, Michael	02:55:22,00	30.10.2011	Frankfurt
2.	GILLET, Bernd	03:08:05,00	03.06.2011	Kassel
3.	TRENZ, Michael	03:18:36,00	30.10.2011	Frankfurt
4.	WIELAND, Klaus	03:21:31,00	30.10.2011	Frankfurt
5.	BLAß, Oli	03:23:47,00	30.10.2011	Frankfurt
6.	ZAHLER, Horst	03:26:44,00	22.05.2011	Hamburg
7.	GEBER, Thomas	03:28:59,00	30.10.2011	Frankfurt
8.	DIETZ, Manfred	03:36:22,00	25.09.2011	Berlin
9.	FÖLLMER, Hans	03:38:37,90	01.05.2011	St. Wendel
10.	DERNBECHER, Kurt	03:39:50,00	30.10.2011	Frankfurt
11.	NEURATH, Wolfgang	03:41:42,00	13.03.2011	Kandel

### 100 km - LTF

VR	NEURATH, Wolfgang	07:57:32 Std.	28.04.1990	Rodenbach
BL 10	LANG, Jakob	10:47:53 Std.	15.08.2010	Leipzig
1.	MOOTZ, Werner	12:11:44 Std.	30.04.2011	Jüteborg
2.	DIETZ, Martin	12:24:13 Std.	30.04.2011	Jüteborg

### 4x100m - LTF

VR	TRENZ/ HESSEDENZ/ WIELAND/ SUCK	51,53 sec	03.06.2010	Friedrichsthal
----	------------------------------------	-----------	------------	----------------

BL 10	TRENZ/ HESSEDENZ/ WIELAND/ SUCK	51,53 sec	03.06.2010	Friedrichsthal
1.	TRENZ/ WIELAND/ MAAS/ HESSEDENZ	00:00:53,25	21.05.2011	Friedrichsthal
2.	SCHNEIDER/ SCHARIO/ REIMANN/ MAAS	00:00:56,68	13.08.2011	Friedrichsthal

### 3x1000m - LTF

VR	LÖW/ DECKER/ DECKER	8:38,11 min	03.06.2010	Friedrichsthal
BL 10	HESSED./ TRENZ/ ZENDER	8:53,64 min	03.06.2010	Friedrichsthal
1.	SCHNEIDER/ GEBER/ MAAS	00:09:29,10	17.09.2011	Friedrichsthal

## LTF - Bestenliste - 2011 - Frauen

### 100m - LTF

VR	BINDEL, Christine	14,71 sec	18.09.2004	Püttlingen
BL 10	THEIS, Daniela	15,72 sec	15.05.2010	Friedrichsthal
1.	LAßOTTA, Anja	00:00:15,12	05.07.2011	Rehlingen
2.	MAAS, Claudia	00:00:15,73	13.08.2011	Friedrichsthal
3.	BLUG, Katja	00:00:16,88	05.07.2011	Rehlingen

### 200m - LTF

VR	BINDEL, Christine	30,45 sec	18.09.2004	Püttlingen
BL 10	THEIS, Daniela	32,50 sec	15.05.2010	Friedrichsthal
1.	THEIS, Daniela	00:00:32,23	21.05.2011	Friedrichsthal
2.	LAßOTTA, Anja	00:00:33,18	05.07.2011	Rehlingen
3.	MAAS, Claudia	00:00:34,53	13.08.2011	Friedrichsthal
4.	BLUG, Katja	00:00:34,58	05.07.2011	Rehlingen
5.	FABER, Ursula	00:00:38,16	21.05.2011	Friedrichsthal

### 400m - LTF

VR	BLUG, Katja	1:11,12 min	20.07.2010	Saarbrücken
BL 10	BLUG, Katja	1:11,12 min	20.07.2010	Saarbrücken
1.	FABER, Ursula	00:01:23,51	07.07.2011	Saarbrücken

### 800m - LTF

VR	JAHR, Kerstin	2:27,21 min	12.06.2000	Rehlingen
BL 10	THEIS, Daniela	2:50,25 min	15.05.2010	Friedrichsthal
1.	THEIS, Daniela	00:02:46,66	21.05.2011	Friedrichsthal

2.	MAAS, Claudia	00:02:54,64	13.08.2011	Friedrichsthal
3.	FABER, Ursula	00:03:10,90	21.05.2011	Friedrichsthal

### 1500m - LTF

VR	DEL FABRO, Bärbel	5:04,12 min	18.06.1992	Rehlingen
BL 10	-	-		
1.	BLUG, Katja	00:05:50,62	30.06.2011	Saarbrücken
2.	MAAS, Claudia	00:05:54,99	27.07.2011	Friedrichsthal
3.	FABER, Ursula	00:06:20,17	30.06.2011	Saarbrücken

### 3000m - LTF

VR	RUPPERT, Magret	10:24,96 min	26.01.1997	Mannheim
BL 10	BLUG, Katja	12:18,27 min	29.07.2010	Saarbrücken
1.	BLUG, Katja	00:12:18,26	14.07.2011	Saarbrücken
2.	FABER, Ursula	00:13:46,87	14.07.2011	Saarbrücken

### 5000m - LTF

VR	RUPPERT, Magret	17:45,80 min	04.07.1996	Saarbrücken
BL 10	BLUG, Katja	22:04,65 min	22.07.2010	Saarbrücken
1.	RAUBUCH, Juliane	00:20:44,07	21.05.2011	Friedrichsthal

### 10 km - LTF

VR	RUPPERT, Magret	36:39 min	25.07.1998	Ralingen
BL 10	BLUG, Katja	42:36 min	08.05.2010	Saarbrücken
1.	RAUBUCH, Juliane	00:44:11,20	30.04.2011	St. Ingbert
2.	THEIS- WIELAND, Daniela	00:44:44,30	21.08.2011	Homburg
3.	MAAS, Claudia	00:45:24,00	09.10.2011	Saarbrücken
4.	BLUG, Katja	00:45:29,10	09.06.2011	Saarbrücken
5.	ROOS, Susanne	00:46:20,00	02.10.2011	Saarlouis
6.	FABER-BUCHWALD, Ursula	00:46:24,00	30.07.2011	Ralingen
7.	PAUL, Anneli	00:47:56,00	09.06.2011	Saarbrücken
8.	FRENZEL, Carola	00:48:06,00	27.11.2011	Saarbrücken
9.	HESSEDENZ, Sabine	00:48:36,00	21.08.2011	Homburg
10.	TRENTZ, Sarah	00:49:26,00	02.10.2011	Saarlouis

### 21,0975 km - LTF

VR	RUPPERT, Magret	01:17:59,0 Std	21.09.1997	Karlsruhe
BL 10	BLUG, Katja	01:36:11,9 Std	02.05.2010	St. Wendel
1.	RAUBUCH, Juliane	01:34:12,00	13.03.2011	Kandel
2.	THEIS, Daniela	01:35:24,00	18.09.2011	Saarbrücken
3.	BLUG, Katja	01:41:05,00	20.02.2011	Saarbrücken

4.	PAUL, Anneli	01:42:15,30	27.03.2011	Saarbrücken
5.	ROOS, Susanne	01:44:25,00	27.08.2011	Limbach
6.	OULERICH, Katie	01:48:26,60	01.05.2011	St. Wendel
7.	TRENZ, Sarah	01:49:47,00	18.09.2011	Saarbrücken
8.	FABER-BUCHWALD, Ursula	01:52:54,00	04.09.2011	Merzig
9.	FRENZEL, Carola	01:54:04,00	18.09.2011	Saarbrücken
10.	HESEDENZ, Sabine	01:56:37,00	29.05.2011	Saarlouis

#### 42,195 km - LTF

VR	RUPPERT, Magret	02:46:38,0 Std	03.10.1999	Köln
BL 10	RAUBUCH, Juliane	03:21:30,8 Std	05.09.2010	Merzig
1.	THEIS, Daniela	03:23:04,00	30.10.2011	Frankfurt
2.	RAUBUCH, Juliane	03:24:51,00	13.03.2011	Kandel
3.	BLUG, Katja	03:32:43,00	30.10.2011	Frankfurt
4.	PAUL, Anneli	03:37:30,00	25.09.2011	Berlin
5.	ALTMEIER, Mirjam	03:59:29,00	25.09.2011	Berlin
6.	FRENZEL, Carola	04:00:32,00	30.10.2011	Frankfurt
7.	FABER, Ursula	04:02:36,00	30.10.2011	Frankfurt
8.	HESEDENZ, Sabine	04:24:21,00	30.10.2011	Frankfurt

#### 4 x 100m - LTF

VR	MAAS/THEIS RAUBUCH/BINDEL	1:01,89 min	22.05.2008	Friedrichsthal
BL 10	THEIS/HESEDENZ PAUL/BLUG	1:03,78 min	03.06.2010	Friedrichsthal

#### 3 x 800m - LTF

VR	RAUBUCH / BLUG/THEIS	8:24,45 min	24.04.2010	Piesbach
BL 10	RAUBUCH / BLUG/THEIS	8:24,45 min	24.04.2010	Piesbach