

# Ehrentafel des Leichtathletik-Kreises Rhein-Lahn

---

## Senioren Hallenweltmeisterschaften Kamploops/Canada, 01. bis 06. März 2010

### Seniorinnen W65

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:12:35 Std	2. Platz
		3000 m Hallengehen	21:19,73 min	4. Platz

### Seniorinnen W80

Zdenka Kirsch	TV Nassau	3000 m	19:07,34 min	1. Platz
		Halbmarathon	2:40:39 Std	1. Platz
		8 km Crosslauf	1:00:13 Std	1. Platz

## Senioren-Europameisterschaften Nyiregyhaza/Ungarn, 15. bis 24. Juli 2010

### Seniorinnen W70

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:10:52 Std	5. Platz
		Mannschaft	3:30:12 Std	1. Platz

### Senioren M40

Thomas Weber	TV Bad Ems	Speerwurf	37,76 m	6. Platz
		Hammerwurf	33,04 m	8. Platz
		Diskuswurf	33,74 m	16. Platz

### Senioren M70

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	20 km Straßengehen	2:24:19 Std	10. Platz
		5000 m Bahngehen	34:05,32 min	13. Platz

## Deutsche Seniorenmeisterschaften Hallengehen Frankfurt-Kalbach, 30. Januar 2010

### Seniorinnen W35

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	16:35,04 min	3. Platz
Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	16:36,69 min	4. Platz

### Senioren M60

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	18:47,82 min	8. Platz
---------------	--------------------	--------------------	--------------	----------

### Senioren M70

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	19:48,98 min	4. Platz
-----------------------	--------------------	--------------------	--------------	----------

## Deutsche Senioren-Hallenmeisterschaften Sindelfingen, 12. Februar bis 14. Februar 2010

### Seniorinnen W45

Sibille Ohlemacher	TuS Niederneisen	800 m	2:42,14 min	3. Platz
Ingrid Geil	TuS Niederneisen	Kugelstoß	10,47 m	3. Platz

### Seniorinnen W50

Ellen Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,09 m	3. Platz
--------------	------------	-----------	---------	----------

### Senioren M65

Torsten Lange	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,73 m	4. Platz
---------------	------------	-----------	---------	----------

## Deutsche Jugend-Hallen- und Winterwurfmeisterschaften Halle, 20. / 21. Februar 2010

### Weibliche Jugend B

Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Diskuswurf	37,83 m	11. Platz
--------------	------------	------------	---------	-----------

### Weibliche Jugend A

Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,34 m	14. Platz
--------------	------------	-----------	---------	-----------

## Deutsche Crosslauf-Meisterschaften Stockach, 06. März 2010

### Weibliche Jugend B

Charlotte Roth	TuS Niederneisen	3400 m	12:49 min	30. Platz
----------------	------------------	--------	-----------	-----------

### Frauen

Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	6800 m	25:54 min	22. Platz
---------------	---------------------	--------	-----------	-----------

### Männer

Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	3400 m	10:00 min	26. Platz
-----------	---------------------	--------	-----------	-----------

Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	3400 m	10:53 min	64. Platz
----------------	---------------------	--------	-----------	-----------

Manuel Mohr	LG Lahn-Aar-Esterau	3400 m	11:37 min	73. Platz
-------------	---------------------	--------	-----------	-----------

Mannschaft	LG Lahn-Aar-Esterau		163 Punkte	16. Platz
------------	---------------------	--	------------	-----------

## Deutsche Meisterschaften im Straßengehen Naumburg, 30. Mai 2010

### Seniorinnen W35

Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	20 km Straßengehen	2:17:58 Std	4. Platz
---------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

### Seniorinnen W70

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	20 km Straßengehen	2:25:22 Std	1. Platz
----------------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

### Senioren M70

Dr. Wolfgang Scharfer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:08:25 Std	3. Platz
-----------------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

## Deutsche Meisterschaften Senioren I Kaiserslautern, 26. / 27. Juni 2010

### Seniorinnen W40

Antonia Rautenkrantz	TuS Niederneisen	Speerwurf	32,59 m	3. Platz
----------------------	------------------	-----------	---------	----------

### Seniorinnen W45

Sibille Ohlemacher	TuS Niederneisen	400 m	69,81 sec	9. Platz
--------------------	------------------	-------	-----------	----------

### Senioren M40

Thomas Weber	TV Bad Ems	Diskuswurf	36,05 m	6. Platz
--------------	------------	------------	---------	----------

### Senioren M45

Udo Schlutter	TuS Niederneisen	400 m	54,56 sec	2. Platz
---------------	------------------	-------	-----------	----------

## Deutsche Meisterschaften Senioren II Kevelaer, 02. bis 04. Juli 2010

### Senioren M80

Richard Schmiedel	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	23,60 m	4. Platz
-------------------	---------------------	-----------	---------	----------

		Kugelstoß	9,31 m	5. Platz
--	--	-----------	--------	----------

## Deutsche Meisterschaften Frauen, Männer Braunschweig, 17. / 18. Juli 2010

<b>Männer</b>				
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	14,74 sec	Vorlauf

### Deutsche Jugendmeisterschaften Ulm, 06. bis 08. August 2010

<b>Weibliche Jugend B</b>				
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,76 m	6. Platz
		Diskuswurf	33,40 m	14. Platz

<b>Weibliche Jugend A</b>				
Michelle Jax	TV Bad Ems	2000 m Hindernis	7:12,08 min	9. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	14,90 sec	6. Platz

<b>Männliche Jugend A</b>				
Christopher Look	TuS Niederneisen	400 m Hürden	57,54 sec	Vorlauf
Kevin Stötzer	TV Weisel	Diskuswurf	39,22 m	18. Platz

### Deutsche Juniorenmeisterschaften Regensburg, 14. / 15. August 2010

<b>Juniorinnen</b>				
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Diskuswurf	41,21 m	12. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Hammerwurf	43,01 m	13. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,42 m	19. Platz

<b>Junioren</b>				
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	14,61 sec	Vorlauf

### Deutsche Schüler-Mehrkampf-/Blockmeisterschaften Hannover, 14. / 15. August 2010

<b>Schülerinnen A W14</b>				
Johanna Richter	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Wurf	2224 Pkt	36. Platz

<b>Schüler A M14</b>				
Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2465 Pkt	11. Platz

<b>Schüler A M15</b>				
Marek Priestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2396 Pkt	29. Platz

### Deutsche Senioren-Wurf-Mehrkampfmeisterschaften Bogen, 21. / 22. August 2010

<b>Senioren M40</b>				
Thomas Weber	TV Bad Ems	Wurf-Fünfkampf	2694 Pkt	3. Platz

### Deutsche Mehrkampfmeisterschaften Potsdam, 26. bis 29. August 2010

<b>Weibliche Jugend B</b>				
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	4147 Pkt	25. Platz

<b>Weibliche Jugend A</b>				
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	4585 Pkt	13. Platz

<b>Frauen</b>				
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	4512 Pkt	12. Platz

## Deutsche Senioren-Meisterschaften im Bahngehen Bühlertal, 04. September 2010

### Seniorinnen W35

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	28:23,81 min	3. Platz
-------------	--------------------	------------------	--------------	----------

### Seniorinnen W70

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	34:41,88 min	1. Platz
----------------------	--------------------	------------------	--------------	----------

### Senioren M70

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	34:34,88 min	4. Platz
-----------------------	--------------------	------------------	--------------	----------

## Deutsche Meisterschaften 10 km Straßenlauf Ohrdruf, 11. September 2010

### Frauen

Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	39:47 min	26. Platz
---------------	---------------------	---------	-----------	-----------

### Junioren

Julian Pfeiffer	LG Lahn-aar-Esterau	10000 m	34:16 min	40. Platz
-----------------	---------------------	---------	-----------	-----------

### Männer

Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	31:12 min	19. Platz
-----------	---------------------	---------	-----------	-----------

Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	34:07 min	83. Platz
----------------	---------------------	---------	-----------	-----------

Andreas Ehlers	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	37:07 min	109. Platz
----------------	---------------------	---------	-----------	------------

Manuel Mohr	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	37:46 min	111. Platz
-------------	---------------------	---------	-----------	------------

Lutz Preußner	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	39:45 min	114. Platz
---------------	---------------------	---------	-----------	------------

Mannschaft	LG Lahn-Aar-Esterau I		1:39:35 Std	19. Platz
------------	-----------------------	--	-------------	-----------

Mannschaft	LG Lahn-Aar-Esterau II		1:54:38 Std	45. Platz
------------	------------------------	--	-------------	-----------

## Deutsche Gehermeisterschaften im Straßengehen Gleina, 18. September 2010

### Seniorinnen W35

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	10 km Gehen	58:52 min	2. Platz
-------------	--------------------	-------------	-----------	----------

Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	10 km Gehen	64:44 min	4. Platz
---------------	--------------------	-------------	-----------	----------

### Seniorinnen W70

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	10 km Gehen	70:34 min	1. Platz
----------------------	--------------------	-------------	-----------	----------

### Seniorinnen

Mannschaftswertung	Diezer TSK Oranien		3:14:10 Std	2. Platz
--------------------	--------------------	--	-------------	----------

## Westdeutsche Senioren-Hallen-Meisterschaften Düsseldorf, 10. Januar 2010

### Seniorinnen W 45

Sibille Ohlemacher	TuS Niederneisen	400 m	70,61 sec	3. Platz
--------------------	------------------	-------	-----------	----------

### Seniorinnen W50

Ellen Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,68 m	1. Platz
--------------	------------	-----------	---------	----------

### Senioren M40

Thomas Weber	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,52 m	4. Platz
--------------	------------	-----------	---------	----------

### Senioren M45

Udo Schlutter	TuS Niederneisen	800 m	2:20,17 min	3. Platz
---------------	------------------	-------	-------------	----------

### Senioren M65

Torsten Lange	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,95 m	2. Platz
Alois Hagenhoff	Diezer TSK Oranien	Hochsprung	1,20 m	4. Platz
		Kugelstoß	9,64 m	4. Platz

## Westdeutsche Hallenmeisterschaften Leverkusen, 07. Februar 2010

### Weibliche Jugend A

Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,25 m	2. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,59 m	6. Platz

### Frauen

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,74 m	5. Platz
-----------------	---------------------	------------	--------	----------

### Männliche Jugend A

Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	13,70 m	6. Platz
---------------	-----------	-----------	---------	----------

### Männer

Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	60 m Hürden	8,53 sec	6. Platz
-------------	--------------------	-------------	----------	----------

## Westdeutsche Senioren-Winterwurf-Meisterschaften Düsseldorf, 14. März 2010

### Senioren M40

Thomas Weber	TV Bad Ems	Diskuswurf	34,65 m	3. Platz
		Hammerwurf	30,44 m	4. Platz

## Westdeutsche Meisterschaften im Straßengehen Euskirchen, 10. April 2010

### Weibliche Jugend B

Marina Meder	Diezer TSK Oranien	5 km Straßengehen	36:58 min	1. Platz
--------------	--------------------	-------------------	-----------	----------

### Frauen

Nicole Hörll	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:01:46 Std	2. Platz
Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:21:35 Std	3. Platz

### Seniorinnen W35

Nicole Hörll	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:01:46 Std	1. Platz
--------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

### Seniorinnen W40

Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:21:35 Std	1. Platz
----------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

### Seniorinnen W70

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	5 km Straßengehen	34:46 min	1. Platz
----------------------	--------------------	-------------------	-----------	----------

**Senioren M60**

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:05:01 Std	2. Platz
---------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

**Senioren M70**

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:07:20 Std	1. Platz
-----------------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

**Westdeutsche Meisterschaften 10 km Straßenlauf  
Wintrich, 24. April 2010****Weibliche Jugend A**

Michelle Jax	TV Bad Ems	10 km	42:15 min	6. Platz
--------------	------------	-------	-----------	----------

**Männer**

Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	10 km	32:17 min	1. Platz
-----------	---------------------	-------	-----------	----------

**Westdeutsche Meisterschaften Halbmarathon  
Duisburg, 30. Mai 2010****Männer**

Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	Halbmarathon	1:09:23 Std	1. Platz
-----------	---------------------	--------------	-------------	----------

**Westdeutsche Meisterschaften im Bahngehen  
Düsseldorf, 05. Juni 2010****Seniorinnen W35**

Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	28:57,32 min	2. Platz
Nicole Hörll	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	28:58,34 min	3. Platz

**Seniorinnen W40**

Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	37:51,41 min	3. Platz
----------------	--------------------	------------------	--------------	----------

**Senioren M60**

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	32:46,69 min	1. Platz
---------------	--------------------	------------------	--------------	----------

**Senioren M70**

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	33:20,57 min	2. Platz
-----------------------	--------------------	------------------	--------------	----------

**Westdeutsche Meisterschaften Frauen, Männer, Juniorinnen, Junioren  
Duisburg, 27. Juni 2010****Juniorinnen**

Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	40,39 m	5. Platz
		Hammerwurf	40,18 m	6. Platz

**Männer**

Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	14,85 sec	1. Platz
Johannes Nickel	TuS Niederneisen	Kugelstoß	15,35 m	1. Platz
		Diskuswurf	49,65 m	2. Platz
Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	1500 m	4:01,80 min	3. Platz

**Westdeutsche Schülermeisterschaften  
Essen, 12. September 2010****Schüler A M15**

Marek Spriestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	9:47,29 min	3. Platz
----------------------	---------------------	--------	-------------	----------

## Rheinland-Pfalz Hallenmeisterschaften Ludwigshafen, 16. / 17. Januar 2010

### Weibliche Jugend B

Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,35 m	1. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	400 m	62,30 sec	2. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	400 m	64,78 sec	4. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,01 m	5. Platz
Charlotte Roth	TuS Niederneisen	400 m	65,61 sec	6. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	60 m Hürden	10,47 sec	6. Platz

### Weibliche Jugend A

Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Weitsprung	5,51 m	1. Platz
		60 m Hürden	9,39 sec	2. Platz
TV Bad Ems		4 x 200 m	1:56,34 min	2. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,01 m	3. Platz
Annabèlle Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	9,98 m	3. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	60 m	8,27 sec	4. Platz
		200 m	27,33 sec	4. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,64 m	4. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,55 m	5. Platz

### Frauen

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,71 m	1. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,65 m	3. Platz
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	60 m Hürden	9,37 sec	5. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	11,87 m	6. Platz

### Männliche Jugend B

Tom Bange	LG Lahn-Aar-Esterau	Stabhochsprung	3,60 m	5. Platz
-----------	---------------------	----------------	--------	----------

### Männliche Jugend A

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	1500 m	4:08,37 min	1. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	14,32 m	1. Platz

### Männer

Johannes Nickel	TuS Niederneisen	Kugelstoß	14,86 m	1. Platz
		60 m	7,16 sec	2. Platz
Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	9:03,11 min	2. Platz
TuS Niederneisen		4 x 200 m	1:37,05 min	3. Platz
Thomas Weber	TV Bad Ems	Dreisprung	10,28 m	6. Platz
		Kugelstoß	10,98 m	6. Platz

## Rheinland-Pfalz Meisterschaften Hallengehen Kaiserslautern, 23. Januar 2010

### Schülerinnen W14

Celina Hummernick	Diezer TSK Oranien	1000 m Hallengehen	5:59,86 min	2. Platz
-------------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

### Weibliche Jugend B

Marina Meder	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	22:11,55 min	1. Platz
--------------	--------------------	--------------------	--------------	----------

### Frauen

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	16:43,27 min	1. Platz
Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	16:56,77 min	2. Platz

### Seniorinnen W35

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	16:43,27 min	1. Platz
Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	16:56,77 min	2. Platz

### Seniorinnen W40

Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	23:10,15 min	1. Platz
----------------	--------------------	--------------------	--------------	----------

**Männer**

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	19:02,73 min	3. Platz
Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	19:43,16 min	4. Platz

**Senioren M60**

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	19:02,73 min	3. Platz
---------------	--------------------	--------------------	--------------	----------

**Senioren M70**

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	3000 m Hallengehen	19:43,16 min	1. Platz
-----------------------	--------------------	--------------------	--------------	----------

**Rheinland-Pfalz Meisterschaften Crosslauf  
Holzappel, 21. Februar 2010**
**Weibliche Jugend B**

Charlotte Roth	TuS Niederneisen	4250 m	18:37 min	3. Platz
----------------	------------------	--------	-----------	----------

**Weibliche Jugend A**

LG Lahn-Aar-Esterau		Mannschaft	21 Punkte	1. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	21:06 min	6. Platz

**Frauen**

Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	17:32 min	3. Platz
---------------	---------------------	--------	-----------	----------

**Seniorinnen W45**

Sibille Ohlemacher	TuS Niederneisen	4250 m	20:03 min	2. Platz
Andrea Hessel	TV Nassau	8350 m	43:19 min	3. Platz

**Männliche Jugend B**

TV Bad Ems		Mannschaft	63 Punkte	4. Platz
------------	--	------------	-----------	----------

**Männliche Jugend A**

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	14:25 min	2. Platz
-----------------	---------------------	--------	-----------	----------

**Junioren**

Christian Koch	Running Team Bad Ems	4250 m	15:13 min	2. Platz
----------------	----------------------	--------	-----------	----------

**Männer**

LG Lahn-Aar-Esterau		Mannschaft	16 Punkte	2. Platz
Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	14:12 min	4. Platz
Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	15:06 min	5. Platz

**Senioren M45**

Thomas Mansfeld	TuS Niederneisen	4250 m	17:05 min	2. Platz
Running Team Bad Ems		Mannschaft	31 Punkte	2. Platz
Gunter Neuhaus	Running Team Bad Ems	4250 m	19:12 min	4. Platz
Klaus Adams	Running Team Bad Ems	4250 m	19:18 min	5. Platz

**Senioren M50**

Lutz Preußner	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	17:10 min	3. Platz
Karl-Rudolf Schwenk	Running Team Bad Ems	8350 m	34:00 min	3. Platz
Chris Fröhlich	TV Nassau	8350 m	34:19 min	4. Platz

**Senioren M55**

Karl-Heinz Goerke	TV Weisel	4250 m	24:40 min	5. Platz
-------------------	-----------	--------	-----------	----------

**Senioren M75**

Oswald Schmidt	LG Lahn-Aar-Esterau	4250 m	27:04 min	4. Platz
----------------	---------------------	--------	-----------	----------

**Rheinland-Pfalz Meisterschaften im Straßengehen  
Euskirchen, 10. April 2010**
**Schülerinnen W14**

Celina Hummernick	Diezer TSK Oranien	5 km Straßengehen	34:20 min	1. Platz
-------------------	--------------------	-------------------	-----------	----------



**Weibliche Jugend B**

Marina Meder	Diezer TSK Oranien	5 km Straßengehen	36:58 min	1. Platz
--------------	--------------------	-------------------	-----------	----------

**Frauen**

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:01:46 Std	1. Platz
Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:21:35 Std	2. Platz

**Seniorinnen W35**

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:01:46 Std	1. Platz
-------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

**Seniorinnen W40**

Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:21:35 Std	1. Platz
----------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

**Seniorinnen W70**

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	5 km Straßengehen	34:46 min	1. Platz
----------------------	--------------------	-------------------	-----------	----------

**Senioren M60**

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:05:01 Std	3. Platz
---------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

**Senioren M70**

Dr. Wolfgang Schaefer	Diezer TSK Oranien	10 km Straßengehen	1:07:20 Std	1. Platz
-----------------------	--------------------	--------------------	-------------	----------

**Rheinland-Pfalz Meisterschaften Hammerwurf  
Trier, 16. Mai 2010****Frauen**

Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Hammerwurf	42,89 m	2. Platz
------------------	---------------------	------------	---------	----------

**Männer**

Thomas Weber	TV Bad Ems	Hammerwurf	33,55 m	6. Platz
--------------	------------	------------	---------	----------

**Rheinland-Pfalz Meisterschaften Hindernis  
Diez, 21. Mai 2010****Weibliche Jugend B**

Charlotte Roth	TuS Niederneisen	1500 m Hindernis	5:46,91 min	1. Platz
----------------	------------------	------------------	-------------	----------

**Frauen**

Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m Hindernis	12:25,19 min	1. Platz
---------------	---------------------	------------------	--------------	----------

**Männliche Jugend B**

Tim Wottke	TV Bad Ems	2000 m Hindernis	7:55,80 min	2. Platz
Johann Daniel Berges	TV Bad Ems	2000 m Hindernis	8:04,73 min	3. Platz

**Männliche Jugend A**

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	2000 m Hindernis	6:34,53 min	2. Platz
-----------------	---------------------	------------------	-------------	----------

**Rheinland-Pfalz Meisterschaften Jugend A / Schüler A  
Bad Bergzabern 12. / 13. Juni 2010****Schülerinnen A W14**

Chantal Gattung	TuS Niederneisen	Kugelstoß	10,74 m	3. Platz
Selina Sommer	TV Weisel	Diskuswurf	27,75 m	3. Platz

**Weibliche Jugend A**

Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	15,31 sec	1. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,33 m	1. Platz
		Diskuswurf	42,73 m	1. Platz
Michelle Jax	TV Bad Ems	1500 m	4:49,61 min	2. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	400 m	60,36 sec	2. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,66 m	2. Platz
		Weitsprung	5,60 m	3. Platz

Farah Mareen Kristja	TV Weisel	Dreisprung	10,12 m	4. Platz
----------------------	-----------	------------	---------	----------

#### Schüler A M14

Oliver Zeidler	TuS Niederneisen	Stabhochsprung	2,60 m	4. Platz
		Weitsprung	5,29 m	4. Platz
Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	40,80 m	4. Platz
		1000 m	2:56,91 min	5. Platz
Lukas Hinterwälder	TV Weisel	Diskuswurf	34,54 m	5. Platz

#### Schüler A M15

Marek Spriestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	10:04,14 min	1. Platz
----------------------	---------------------	--------	--------------	----------

#### Männliche Jugend A

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	8:56,02 min	1. Platz
Christopher Look	TuS Niederneisen	400 m Hürden	56,57 sec	1. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Diskuswurf	45,15 m	1. Platz
Christopher Look	TuS Niederneisen	Dreisprung	12,75 m	2. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	14,18 m	2. Platz
Janosch Künzler	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	45,53 m	4. Platz
		Kugelstoß	12,11 m	5. Platz

### Rheinland-Pfalz Meisterschaften Bahngehen Diez, 12. Juni 2010

#### Schülerinnen W14

Celina Hummernick	Diezer TSK Oranien	3000 m Bahngehen	20:06,30 min	3. Platz
-------------------	--------------------	------------------	--------------	----------

#### Weibliche Jugend B

Marina Meder	Diezer TSK Oranien	3000 m Bahngehen	22:03,20 min	4. Platz
--------------	--------------------	------------------	--------------	----------

#### Seniorinnen W35

Nicole Hörl	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	29:10,60 min	1. Platz
Larissa Eberl	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	29:55,30 min	2. Platz

#### Seniorinnen W40

Angelika Meder	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	38:55,00 min	1. Platz
----------------	--------------------	------------------	--------------	----------

#### Seniorinnen W70

Ursula Herrendoerfer	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	35:03,30 min	1. Platz
----------------------	--------------------	------------------	--------------	----------

#### Senioren M60

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	5000 m Bahngehen	31:25,90 min	4. Platz
---------------	--------------------	------------------	--------------	----------

### Rheinland-Pfalz Meisterschaften Frauen, Männer, B-Jugend Ingelheim, 19. Juni 2010

#### Weibliche Jugend B

Lena Biebricher	TuS Niederneisen	400 m Hürden	68,66 sec	1. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,39 m	1. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Diskuswurf	39,16 m	1. Platz
Anna-Sophie Harling	LG Lahn-Aar-Esterau	400 m	59,17 sec	2. Platz
		800 m	2:18,69 min	2. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m Hürden	15,33 sec	2. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,82 m	2. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	26,53 sec	3. Platz
Michelle Meuer	TV Bad Ems	Kugelstoß	8,73 m	4. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m Hürden	15,96 sec	5. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	Weitsprung	5,26 m	5. Platz
Michelle Meuer	TV Bad Ems	Speerwurf	31,06 m	5. Platz
Sarah Meloh	TV Bad Ems	Speerwurf	30,39 m	6. Platz

#### Frauen

Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Weitsprung	5,69 m	2. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	39,70 m	2. Platz

Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	14,64 sec	3. Platz
Michelle Jax	TV Bad Ems	800 m	2:24,84 min	4. Platz
Laura Kuhlmann	LG Lahn-Aar-Esterau	Dreisprung	10,63 m	4. Platz
Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	2:25,36 min	5. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,65 m	5. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	11,47 m	5. Platz

#### **Männer**

Johannes Nickel	TuS Niederneisen	Kugelstoß	15,64 m	1. Platz
		Diskuswurf	52,55 m	1. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	14,69 sec	2. Platz
		Weitsprung	6,72 m	2. Platz
Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	1:57,84 min	4. Platz
Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	1500 m	4:05,48 min	6. Platz
TuS Niederneisen		4 x 100 m	46,17 sec	6. Platz

### **Rheinland-Pfalz Meisterschaften über 10000 m Bad Neuenahr, 28. August 2010**

#### **Männer**

Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	31:31,18 min	1. Platz
-----------	---------------------	---------	--------------	----------

#### **Senioren M30**

Manuel Mohr	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	37:40,36 min	2. Platz
-------------	---------------------	---------	--------------	----------

## Rheinland-Hallenmeisterschaften Ludwigshafen, 16./17. Januar 2010

### Weibliche Jugend B

Lena Biebricher	TuS Niederneisen	400 m	62,30 sec	1. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	60 m Hürden	10,47 sec	1. Platz
		Weitsprung	5,01 m	1. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	12,35 m	1. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	27,34 sec	2. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	400 m	64,78 sec	2. Platz
Charllotte Roth	TuS Niederneisen	400 m	65,61 sec	3. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Weitsprung	4,82 m	3. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	60 m	8,41 sec	4. Platz
Sina Müthing	TV Bad Ems	Weitsprung	4,78 m	4. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	4,67 m	5. Platz

### Weibliche Jugend A

Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	60 m Hürden	9,39 sec	1. Platz
		Weitsprung	5,51 m	1. Platz
TV Bad Ems		4 x 200 m	1:56,34 min	2. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,64 m	2. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,01 m	2. Platz
Annabëlle Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	9,98 m	2. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	60 m	8,27 sec	3. Platz
		200 m	27,33 sec	3. Platz
		Hochsprung	1,55 m	3. Platz
Evelyn Gwozdz	TV Bad Ems	60 m	8,53 sec	6. Platz

### Juniorinnen

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	27,15 sec	1. Platz
		60 m Hürden	9,37 sec	1. Platz
		Weitsprung	5,71 m	1. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,65 m	1. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	11,87 m	1. Platz

### Frauen

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	60 m Hürden	9,37 sec	1. Platz
		Weitsprung	5,71 m	1. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,65 m	1. Platz
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	27,15 sec	4. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	11,87 m	4. Platz
Ingrid Geil	TuS Niederneisen	Kugelstoß	10,84 m	5. Platz

### Männliche Jugend B

Tom Bange	LG Lahn-Aar-Esterau	Stabhochsprung	3,60 m	2. Platz
Rah Keifenheim	TV Bad Ems	200 m	25,61 sec	4. Platz

### Männliche Jugend A

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	1500 m	4:08,37 min	1. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	14,32 m	1. Platz

### Männer

Johannes Nickel	TuS Niederneisen	60 m	7,16 sec	1. Platz
		Kugelstoß	14,86 m	1. Platz
Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	9:03,11 min	1. Platz
Udo Schlutter	TuS Niederneisen	400 m	57,10 sec	2. Platz
TuS Niederneisen		4 x 200 m	1:37,05 min	2. Platz
Thomas Weber	TV Bad Ems	Dreisprung	10,28 m	3. Platz
		Kugelstoß	10,98 m	3. Platz
Manuel Mohr	LG Lahn-Aar-Esterau	1500 m	4:45,59 min	5. Platz

## Rheinland-Meisterschaften Crosslauf Trier, 31. Januar 2010

**Schülerinnen W12 (Bestenkämpfe)**

Selina Schmidt	LG Lahn-Aar-Esterau	1250 m	5:45 min	6. Platz
----------------	---------------------	--------	----------	----------

**Schülerinnen W13 (Bestenkämpfe)**

Katharina Schwanke	LG Lahn-Aar-Esterau	1250 m	5:03 min	1. Platz
--------------------	---------------------	--------	----------	----------

**Weibliche Jugend B**

Charlotte Roth	TuS Niederneisen	2250 m	9:28 min	3. Platz
----------------	------------------	--------	----------	----------

**Frauen**

Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	3350 m	13:24 min	1. Platz
---------------	---------------------	--------	-----------	----------

**Schüler M12 (Bestenkämpfe)**

Anton Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	1250 m	5:10 min	2. Platz
-------------	---------------------	--------	----------	----------

**Schüler M13 (Bestenkämpfe)**

Andreas Schmitt	LG Lahn-Aar-Esterau	1250 m	5:07 min	5. Platz
-----------------	---------------------	--------	----------	----------

**Schüler M14**

Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	2250 m	8:20 min	2. Platz
--------------	---------------------	--------	----------	----------

Lars Mesloh	TV Bad Ems	2250 m	9:27 min	6. Platz
-------------	------------	--------	----------	----------

**Schüler M15**

Marek Priestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	2250 m	8:04 min	1. Platz
---------------------	---------------------	--------	----------	----------

LG Lahn-Aar-Esterau	Mannschaft	21 Punkte		1. Platz
---------------------	------------	-----------	--	----------

**Männliche Jugend A**

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	3250 m	11:04 min	2. Platz
-----------------	---------------------	--------	-----------	----------

**Männer**

Manuel Mohr	LG Lahn-Aar-Esterau	3250 m	12:11 min	6. Platz
-------------	---------------------	--------	-----------	----------

**Rheinland-Hallenmeisterschaften Mehrkampf****Koblenz, 07. März 2010****Schülerinnen W15**

Sandra Müller	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1849 Punkte	3. Platz
---------------	---------------------	-----------	-------------	----------

TV Bad Ems		Vierk.-Mannschaft	7868 Punkte	6. Platz
------------	--	-------------------	-------------	----------

Diezer TSK Oranien		4 x 2 Runden-Staffel	2:59,71 min	5. Platz
--------------------	--	----------------------	-------------	----------

**Schüler M14**

Maximilian Sopp	TV Bad Ems	Vierkampf	1701 Punkte	4. Platz
-----------------	------------	-----------	-------------	----------

Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1699 Punkte	5. Platz
--------------	---------------------	-----------	-------------	----------

**Schüler M15**

Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	2288 Punkte	2. Platz
------------	---------------------	-----------	-------------	----------

LG Lahn-Aar-Esterau		Vierk.-Mannschaft	8600 Punkte	3. Platz
---------------------	--	-------------------	-------------	----------

**Rheinland-Meisterschaften 10 km Straßenlauf****Wintrich, 24. April 2010****Weibliche Jugend A**

Michelle Jax	TV Bad Ems	10 km	42:15 min	3. Platz
--------------	------------	-------	-----------	----------

**Schüler A M15**

Marek Priestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	5 km	17:59 min	1. Platz
---------------------	---------------------	------	-----------	----------

**Männer**

Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	10 km	32:17 min	1. Platz
-----------	---------------------	-------	-----------	----------

**Rheinland-Meisterschaften Langstaffeln****Koblenz, 28. April 2010**

**Schülerinnen B**

LG Lahn-Aar-Esterau I	3 x 800 m	8:20,06 min	3. Platz
LG Lahn-Aar-Esterau II	3 x 800 m	8:32,85 min	4. Platz

**Schülerinnen A**

TV Bad Ems	3 x 800 m	8:18,63 min	5. Platz
------------	-----------	-------------	----------

**Weibliche Jugend B**

TV Bad Ems	Schwedenstaffel	2:35,69 min	5. Platz
------------	-----------------	-------------	----------

**Weibliche Jugend A**

TV Bad Ems	4 x 400 m	4:33,83 min	1. Platz
------------	-----------	-------------	----------

**Schüler B**

LG Lahn-Aar-Esterau	3 x 1000 m	10:35,33 min	5. Platz
---------------------	------------	--------------	----------

**Schüler A**

LG Lahn-Aar-Esterau	3 x 1000 m	9:04,23 min	1. Platz
---------------------	------------	-------------	----------

**Männer**

LG Lahn-Aar-Esterau	3 x 1000 m	7:48,90 min	2. Platz
---------------------	------------	-------------	----------

**Rheinland-Meisterschaften Frauen, Männer, B-Jugend  
Bad Kreuznach, 15. Mai 2010****Weibliche Jugend B**

Lena Biebricher	TuS Niederneisen	400 m Hürden	70,29 sec	1. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Stabhochsprung	2,60 m	1. Platz
		Diskuswurf	36,49 m	1. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	400 m	64,07 sec	2. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m Hürden	16,17 sec	2. Platz
		Weitsprung	5,13 m	2. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,64 m	2. Platz
TV Bad Ems		4 x 100 m	54,36 sec	3. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	Weitsprung	4,98 m	3. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	100 m	13,18 sec	4. Platz
Sina Mütthing	TV Bad Ems	200 m	28,95 sec	4. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,45 m	4. Platz
Michelle Meuer	TV Bad Ems	Diskuswurf	21,24 m	4. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	26,89 m	4. Platz
Charlotte Roth	TuS Niederneisen	800 m	2:27,52 min	5. Platz
Michelle Meuer	TV Bad Ems	Speerwurf	26,72 m	5. Platz

**Juniorinnen**

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	26,43 sec	1. Platz
		100 m Hürden	15,08 sec	1. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,33 m	1. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	12,27 m	1. Platz
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	39,34 m	1. Platz
		Speerwurf	36,94 m	1. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	15,42 sec	2. Platz
		Hochsprung	1,64 m	2. Platz
		Weitsprung	5,32 m	2. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	38,82 m	2. Platz
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,30 m	3. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m Hürden	16,81 sec	4. Platz
		Hochsprung	1,45 m	4. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m	13,50 sec	5. Platz

**Frauen**

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m Hürden	15,08 sec	1. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,33 m	1. Platz
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	39,34 m	1. Platz
		200 m	26,43 m	2. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,64 m	2. Platz

Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,32 m	2. Platz
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	38,82 m	2. Platz
		Speerwurf	36,94 m	2. Platz
		Weitsprung	5,30 m	3. Platz
Laura Kuhmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	15,42 sec	4. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	12,27 m	4. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,45 m	5. Platz
Ingrid Geil	TuS Niederneisen	Kugelstoß	11,03 m	6. Platz
		Diskuswurf	32,88 m	6. Platz

### Männliche Jugend B

Tom Bange	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,77 m	1. Platz
		Stabhochsprung	3,50 m	1. Platz
Rah Keifenheim	TV Bad Ems	400 m Hürden	64,99 sec	3. Platz
		Weitsprung	5,65 m	4. Platz

### Junioren

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	2:01,43 min	1. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	15,10 sec	1. Platz
Christopher Look	TuS Niederneisen	Hochsprung	1,80 m	1. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	Weitsprung	6,64 m	1. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	12,56 m	1. Platz
		Diskuswurf	41,42 m	1. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	400 m Hürden	57,78 sec	2. Platz
Alan Nentwig	TuS Niederneisen	200 m	25,41 sec	4. Platz

### Männer

Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	15,10 sec	1. Platz
Christopher Look	TuS Niederneisen	Hochsprung	1,80 m	1. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	Weitsprung	6,64 m	1. Platz
Johannes Nickel	TuS Niederneisen	Kugelstoß	14,93 m	1. Platz
		Diskuswurf	45,73 m	1. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	400 m Hürden	57,78 sec	2. Platz
Christopher Motz	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	54,49 m	2. Platz
Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	2:01,43 min	3. Platz
Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	1500 m	4:16,34 min	3. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Diskuswurf	41,42 m	3. Platz
Marcel Willig	TuS Niederneisen	200 m	23,87 sec	4. Platz
		100 m	11,43 sec	5. Platz
Jörg Gehlsdorf	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	2:03,57 min	5. Platz
Alan Nentwig	TuS Niederneisen	200 m	25,41 sec	6. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	12,56 m	6. Platz

## Rheinland-Meisterschaften Hammerwurf Trier, 16. Mai 2010

### Frauen

Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Hammerwurf	42,89 m	1. Platz
------------------	---------------------	------------	---------	----------

### Senioren M40

Thomas Weber	TV Bad Ems	Hammerwurf	33,55 m	2. Platz
--------------	------------	------------	---------	----------

## Rheinland-Meisterschaften Hindernis Diez, 21. Mai 2010

### Weibliche Jugend B

Charlotte Roth	TuS Niederneisen	1500 m Hindernis	5:46,91 min	1. Platz
----------------	------------------	------------------	-------------	----------

### Frauen

Julia Fischer	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m Hindernis	12:25,19 min	1. Platz
---------------	---------------------	------------------	--------------	----------

### Männliche Jugend B

Tim Wottke	TV Bad Ems	2000 m Hindernis	7:55,80 min	2. Platz
Johann Daniel Berges	TC Bad Ems	2000 m Hindernis	8:04,73 min	3. Platz

**Männliche Jugend A**

Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	2000 m Hindernis	6:34,53 min	1. Platz
-----------------	---------------------	------------------	-------------	----------

**Rheinland-Meisterschaften Jugend A / Schüler A  
Bad Neuenahr-Ahrweiler, 29. Mai 2010**
**Schülerinnen A W14**

Leonie Schlutter	TuS Niederneisen	800 m	2:32,03 min	2. Platz
Chantal Gattung	TuS Niederneisen	Kugelstoß	10,76 m	2. Platz
Johanna Richter	LG Lahn-Aar-Esterau	80 m Hürden	13,28 sec	3. Platz
Selina Sommer	TV Weisel	Diskuswurf	26,43 m	3. Platz
Carolin Puggé	TV Bad Ems	800 m	2:38,42 min	4. Platz
Chantal Gattung	TuS Niederneisen	Diskuswurf	25,21 m	4. Platz
Alina Schlag	TV Bad Ems	Kugelstoß	9,06 m	5. Platz
Selina Sommer	TV Weisel	Kugelstoß	8,98 m	6. Platz
Melina Tiefenbach	TV Weisel	Diskuswurf	22,67 m	6. Platz

**Schülerinnen A W15**

Michelle Meuer	TV Bad Ems	Speerwurf	31,06 m	2. Platz
Sandra Müller	LG Lahn-Aar-Esterau	80 m Hürden	14,01 sec	4. Platz
TV Bad Ems		4 x 100 m	55,39 sec	3. Platz
Michelle Meuer	TV Bad Ems	100 m	13,54 sec	5. Platz
		Diskuswurf	23,42 m	6. Platz

**Weibliche Jugend A**

Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	15,04 sec	1. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,91 m	1. Platz
		Diskuswurf	40,44 m	1. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	400 m	60,76 sec	2. Platz
TV Bad Ems		4 x 100 m	52,63 sec	2. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Stabhochsprung	2,60 m	2. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Weitsprung	5,45 m	2. Platz
Farah Mareen Kristja	TV Weisel	Dreisprung	9,96 m	2. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	27,03 sec	3. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	400 m Hürden	74,22 sec	3. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,63 m	3. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,21 m	3. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Speerwurf	33,79 m	3. Platz
Lena Biebricher	TuS Niederneisen	Weitsprung	5,19 m	4. Platz
Pia Winterwerber	TV Bad Ems	Dreisprung	9,45 m	4. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	28,05 m	4. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m	13,01 sec	5. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	200 m	27,35 sec	5. Platz
Michelle Jax	TV Bad Ems	800 m	2:24,77 min	5. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,50 m	5. Platz
		Weitsprung	5,15 m	5. Platz
Evelyn Gwozdz	TV Bad Ems	100 m	13,45 sec	6. Platz
Annika Heinz	TuS Niederneisen	400 m	68,09 sec	6. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,50 m	6. Platz
Sina Müthing	TV Bad Ems	Weitsprung	4,89 m	6. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	7,98 m	6. Platz

**Schüler A M14**

Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	10:19,39 min	1. Platz
Oliver Zeidler	TuS Niederneisen	Stabhochsprung	2,80 m	1. Platz
Lars Mesloh	TV Bad Ems	Stabhochsprung	2,20 m	2. Platz
Lukas Hinterwälder	TV Weisel	Kugelstoß	11,63 m	2. Platz
Andreas Schmitt	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	12:04,61 min	3. Platz
Maximilian Sopp	TV Bad Ems	Weitsprung	4,72 m	3. Platz
Lukas Hinterwälder	TV Weisel	Diskuswurf	32,39 m	3. Platz
Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	41,45 m	3. Platz
Lars Mesloh	TV Bad Ems	Diskuswurf	30,81 m	4. Platz
		Speerwurf	40,51 m	4. Platz



Maximilian Sopp	TV Bad Ems	100 m	13,36 sec	5. Platz
Joshua Wichmann	LG Lahn-Aar-Esterau	1000 m	3:23,12 min	5. Platz

### Schüler A M15

Marek Spriestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	9:54,23 min	1. Platz
Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	80 m Hürden	11,73 sec	1. Platz
		Weitsprung	5,12 m	2. Platz
		Kugelstoß	11,88 m	3. Platz

### Männliche Jugend A

Christopher Look	TuS Niederneisen	400 m Hürden	57,56 sec	1. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Kugelstoß	14,24 m	1. Platz
		Diskuswurf	43,52 m	1. Platz
Christopher Look	TuS Niederneisen	Hochsprung	1,86 m	2. Platz
		Weitsprung	6,11 m	2. Platz
Janosch Künzler	LG Lahn-Aar-Esterau	Speerwurf	46,30 m	2. Platz
		Kugelstoß	12,09 m	3. Platz
Julian Pfeiffer	LG Lahn-Aar-Esterau	3000 m	9:21,25 min	4. Platz

## Rheinland-Meisterschaften der Senioren Trier, 30. Mai 2010

### Seniorinnen W40

Andrea Ochs	TV Weisel	Kugelstoß	9,40 m	1. Platz
		Diskuswurf	24,55 m	1. Platz
		Weitsprung	4,05 m	3. Platz

### Seniorinnen W45

Sibille Ohlemacher	TuS Niederneisen	400 m	70,18 sec	1. Platz
		800 m	2:45,12 min	1. Platz

### Seniorinnen W50

Ellen Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,47 m	1. Platz
		Diskuswurf	29,93 m	1. Platz

### Senioren M40

Thomas Weber	TV Bad Ems	Speerwurf	35,81 m	1. Platz
		Diskuswurf	34,80 m	2. Platz
Ralf Dombrowsky	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,29 m	3. Platz
Thomas Weber	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,29 m	4. Platz
Ralf Dombrowsky	TV Bad Ems	Diskuswurf	31,64 m	4. Platz

### Senioren M45

Erik Hänsel	TuS Niederneisen	100 m	12,81 sec	2. Platz
Udo Schlutter	TuS Niederneisen	800 m	2:20,83 min	4. Platz

### Senioren M50

Günther Mesloh	TV Bad Ems	Diskuswurf	33,58 m	2. Platz
Ulrich Ohlemacher	TuS Niederneisen	Speerwurf	39,85 m	2. Platz
Rainer Löber	TuS Niederneisen	Kugelstoß	11,42 m	3. Platz
Günther Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,35 m	4. Platz
Rainer Löber	TuS Niederneisen	Diskuswurf	28,06 m	4. Platz

### Senioren M60

Joachim Bauer	Diezer TSK Oranien	800 m	3:16,23 min	4. Platz
		1500 m	6:29,79 min	5. Platz

### Senioren M65

Torsten Lange	TV Bad Ems	Kugelstoß	11,52 m	1. Platz
Alois Hagenhoff	Diezer TSK Oranien	100 m	16,46 sec	2. Platz
		Diskuswurf	30,64 m	4. Platz

### Senioren M75

Oswald Schmidt	LG Lahn-Aar-Esterau	400 m	94,23 sec	1. Platz
Karl Dietrich	Diezer TSK Oranien	Diskuswurf	23,98 m	1. Platz
Oswald Schmidt	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	3:48,04 min	2. Platz
Karl Dietrich	Diezer TSK Oranien	Diskuswurf	23,37 m	2. Platz

		Kugelstoß	7,63 m	5. Platz
<b>Senioren M80</b>				
Richard Schmiedel	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	8,95 m	1. Platz
Richard Schmiedel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	22,72 m	1. Platz
		Speerwurf	24,82 m	1. Platz
August Dick	Diezer TSK Oranien	Kugelstoß	6,78 m	2. Platz
		Speerwurf	14,42 m	2. Platz
		Diskuswurf	18,54 m	3. Platz

## Rheinland-Meisterschaften Blockwettkämpfe Neuwied, 20. Juni 2010

### Schülerinnen B W12

Lynn Bange	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2112 Pkt	1. Platz
Selina Schmidt	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2039 Pkt	3. Platz

### Schülerinnen B W13

LG Lahn-Aar-Esterau		Block Mannschaft	10796 Pkt	1. Platz
Melina Tiefenbach	TV Weisel	Block Wurf	2192 Pkt	1. Platz
Katharina Schwanke	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2493 Pkt	2. Platz

### Schülerinnen A W14

Johanna Richter	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Wurf	2359 Pkt	3. Platz
Alina Schlag	TV Bad Ems	Block Wurf	2005 Pkt	5. Platz

### Schülerinnen A W15

Sandra Müller	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Sprint	2295 Pkt	2. Platz
---------------	---------------------	--------------	----------	----------

### Schüler B M12

Anton Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Wurf	1875 Pkt	1. Platz
Janik Ochs	TV Weisel	Block Wurf	1737 Pkt	3. Platz
Silvan Elias Schwinn	TV Weisel	Block Sprint	1784 Pkt	5. Platz

### Schüler B M13

Andreas Schmitt	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	1994 Pkt	3. Platz
LG Lahn-Aar-Esterau		Block Mannschaft	9231 Pkt	4. Platz
Lorenz Kristja	TV Weisel	Block Lauf	1818 Pkt	6. Platz

### Schüler A M14

Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2468 Pkt	1. Platz
Marius Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Wurf	1808 Pkt	1. Platz
Lars Mesloh	TV Bad Ems	Block Lauf	2234 Pkt	2. Platz
Adrian Windrich	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Wurf	1807 Pkt	2. Platz
Dominic Schäfer	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Sprint	2059 Pkt	5. Platz
Joshua Wichmann	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	1872 Pkt	6. Platz

### Schüler A M15

LG Lahn-Aar-Esterau		Block Mannschaft	12020 Pkt	1. Platz
Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Sprint	2895 Pkt	2. Platz
Marek Spriestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2408 Pkt	3. Platz
Matthias Friedrich	LG Lahn-Aar-Esterau	Block Lauf	2190 Pkt	4. Platz

## Rheinland-Bestenkämpfe Schüler / innen B Daun, 26. Juni 2010

*Vierkampf: (75 m, Weitsprung, Schlagball/Ball, 800 m/1000 m)*

### Schülerinnen B W13

Katharina Schwanke	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1991 Pkt	1. Platz
TV Bad Ems		Vierkampf Mannschaft	7953 Pkt	3. Platz
LG Lahn-Aar-Esterau		4 x 75 m	43,06 sec	3. Platz

<b>Schüler B M12</b>				
Leon-Carl Menche	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1542 Pkt	6. Platz

<b>Schüler B M13</b>				
LG Lahn-Aar-Esterau		4 x 75 m	42,13 sec	2. Platz
LG Lahn-Aar-Esterau		Vierkampf Mannschaft	7487 Pkt	3. Platz

### Rheinland-Meisterschaften Mehrkampf Daun, 26. / 27. Juni 2010

<b>Schülerinnen A W14</b>				
Johanna Richter	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	3088 Pkt	5. Platz
Carolín Puggé	TV Bad Ems	Siebenkampf	3027 Pkt	6. Platz

<b>Schülerinnen A W15</b>				
TV Bad Ems		Siebenkampf Mschaft	8847 Pkt	3. Platz

<b>Weibliche Jugend B</b>				
TV Bad Ems		Vierkampf Mschaft	9452 Pkt	1. Platz
		Siebenkampf Mschaft	9386 Pkt	1. Platz
Stephanie Saß	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	2897 Pkt	1. Platz
		Siebenkampf	4499 Pkt	1. Platz
Lisa Gisbertz	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	3854 Pkt	4. Platz
		Vierkampf	2382 Pkt	5. Platz
Sina Müthing	TV Bad Ems	Siebenkampf	3297 Pkt	6. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Vierkampf	2322 Pkt	6. Platz

<b>Weibliche Jugend A</b>				
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	Vierkampf	2682 Pkt	3. Platz
		Siebenkampf	4299 Pkt	3. Platz

<b>Frauen</b>				
Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	4756 Pkt	1. Platz
Nora Bruckner	LG Lahn-Aar-Esterau	Siebenkampf	4397 Pkt	2. Platz

<b>Schüler A M14</b>				
Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	Achtkampf	3839 Pkt	2. Platz
Lars Mesloh	TV Bad Ems	Achtkampf	3802 Pkt	3. Platz
Dominic Schäfer	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1469 Pkt	5. Platz
Adrian Windrich	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1445 Pkt	6. Platz

<b>Schüler A M15</b>				
Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	2259 Pkt	1. Platz
LG Lahn-Aar-Esterau		Vierkampf Mschaft	9028 Pkt	2. Platz
Felix Geißler	LG Lahn-Aar-Esterau	Vierkampf	1773 Pkt	6. Platz

<b>Männliche Jugend B</b>				
Tom Bange	LG Lahn-Aar-Esterau	Zehnkampf	5111 Pkt	1. Platz
Rah Keifenheim	TV Bad Ems	Zehnkampf	4541 Pkt	2. Platz
Johann Daniel Berges	TV Bad Ems	Zehnkampf	3675 Pkt	3. Platz
Tom Bange	LG Lahn-Aar-Esterau	Fünfkampf	2753 Pkt	4. Platz

<b>Männliche Jugend A</b>				
TuS Niederneisen		Fünfkampf Mschaft	10282 Pkt	1. Platz
Christopher Look	TuS Niederneisen	Fünfkampf	3247 Pkt	2. Platz
Alan Nentwig	TuS Niederneisen	Fünfkampf	2491 Pkt	3. Platz
André Peil	TuS Niederneisen	Fünfkampf	2171 Pkt	4. Platz
Robin Wick	TuS Niederneisen	Fünfkampf	1205 Pkt	5. Platz
Lukas Walther	TuS Niederneisen	Fünfkampf	1168 Pkt	6. Platz

### Rheinland-Meisterschaften über 10000 m Bad Neuenahr, 28. August 2010

<b>Männer</b>				
Sören Kah	LG Lahn-Aar-Esterau	10000 m	31:31,18 min	1. Platz

**Senioren M30**

Manuel Mohr

LG Lahn-Aar-Esterau

10000 m

37:40,36 min

2. Platz

**Rheinland-Meisterschaften DSMM  
Dierdorf, 18. September 2010****Schülerinnen B**

LG Lahn-Aar-Esterau

Gruppe 2

3365 Pkt

5. Platz

**Schüler B**

LG Lahn-Aar-Esterau

Gruppe 2

3360 Pkt

4. Platz

**Schüler A**

LG Lahn-Aar-Esterau

Gruppe 3

6169 Pkt

1. Platz

**Pokal der Freundschaft (Halle)**  
**Luxembourg, 06. Februar 2010**

**Frauen**

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,86 m	2. Platz
-----------------	---------------------	------------	--------	----------

**Männer**

Johannes Nickel	TuS Niederneisen	Kugelstoß	14,91 m	4. Platz
-----------------	------------------	-----------	---------	----------

**Cross-Vergleichskampf B-Jugend und Schüler**  
**Diekirch, 28. Februar 2010**

**Schülerinnen B**

Katharina Schwanke	LG Lahn-Aar-Esterau	1850 m	7:57 min	5. Platz
--------------------	---------------------	--------	----------	----------

**Weibliche Jugend B**

Charlotte Roth	TuS Niederneisen	2900 m	13:16 min	7. Platz
----------------	------------------	--------	-----------	----------

**Schüler A**

Marek Spriestersbach	LG Lahn-Aar-Esterau	2900 m	11:00 min	4. Platz
Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	2900 m	11:19 min	9. Platz

**Pokal der Freundschaft**  
**Dillingen, 13. Mai 2010**

**Weibliche Jugend A**

Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Diskuswurf	39,36 m	1. Platz
Laura Kuhlmann	TV Bad Ems	100 m Hürden	15,69 sec	2. Platz
		Weitsprung	5,38 m	3. Platz
Sarah Mesloh	TV Bad Ems	Kugelstoß	10,97 m	3. Platz

**Frauen**

Verena Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	37,57 m	2. Platz
		Weitsprung	5,54 m	3. Platz
Martina Schiebel	LG Lahn-Aar-Esterau	Diskuswurf	36,14 m	3. Platz
		Hammerwurf	38,39 m	3. Platz

**Männliche Jugend A**

Christopher Look	TuS Niederneisen	Hochsprung	1,80 m	1. Platz
Kevin Stötzer	TV Weisel	Diskuswurf	44,99 m	1. Platz
		Kugelstoß	13,26 m	2. Platz

**Männer**

Johannes Nickel	TuS Niederneisen	Diskuswurf	49,13 m	1. Platz
		Kugelstoß	14,15 m	3. Platz
Martin Böhm	Diezer TSK Oranien	110 m Hürden	14,98 sec	3. Platz

**Landesjugendsportfest**  
**Mainz, 11. September 2010**

**Schülerinnen A**

<b>Mannschaft</b>	<b>Rhein-Lahn-Kreis</b>		<b>2527 Pkt</b>	<b>4. Platz</b>
Michelle Meuer	TV Bad Ems	100 m	13,35 sec	
Johanna Richter	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m	13,58 sec	
Katharina Schwanke	LG Lahn-Aar-Esterau	800 m	2:34,65 min	
Leonie Schlutter	TuS Niederneisen	800 m	2:34,82 min	
Sophia Kaufmann	TV Bad Ems	Hochsprung	1,52 m	
Sandra Müller	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,36 m	
Michelle Meuer	TV Bad Ems	Weitsprung	4,49 m	
Johanna Richter	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	4,40 m	
Chantal Gattung	TuS Niederneisen	Kugelstoß	10,69 m	

Michelle Meuer	TV Bad Ems	Kugelstoß	9,82 m
----------------	------------	-----------	--------

**Schüler A**

**Mannschaft**

**Rhein-Lahn-Kreis**

**2942 Pkt**

**2. Platz**

Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	100 m	12,07 sec
Oliver Zeidler	TuS Niederneisen	100 m	12,83 sec
Konrad Sturm	LG Lahn-Aar-Esterau	1000 m	2:54,80 min
Lars Mesloh	TV Bad Ems	1000 m	3:19,89 min
Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,78 m
Felix Geißler	LG Lahn-Aar-Esterau	Hochsprung	1,38 m
Jan Becker	LG Lahn-Aar-Esterau	Weitsprung	5,87 m
Oliver Zeidler	TuS Niederneisen	Weitsprung	5,27 m
Lukas Hinterwälder	TV Weisel	Kugelstoß	12,48 m
Felix Geißler	LG Lahn-Aar-Esterau	Kugelstoß	9,95 m