

800 m

Stand: 03.10.2022

1	2:06,87 h	Weiss	Annette	68 Siegburger TV	24.01.1998 Dortmund	30
2	2:11,10	Pape	Corinna	74 LAZ PTS (TV Kaldauen)	01.06.2009 Siegburg	35
3	2:19,45	Keil-Lehmann	Gisela	55 LGBM (LC Bonn)	08.07.1988 Troisdorf	33
4	2:25,5	Becker	Inge	48 LGJBT (Troisdorfer LG)	12.05.1978 Königswinter	30
5	2:26,0	Schneider	Irene	35 LGS (TuS Thomasberg)	09.06.1976 Köln	41
6	2:30,1	Welscher	Claudia	68 Laufftreff Ennert	17.05.2000 Meckenheim	32
7	2:33,21	Lennarz	Birgit	65 LLG St. Augustin	01.08.1997 Troisdorf	32
8	2:33,89	Schopp	Rosemarie	48 LGS (TV Königswinter)	03.07.1982 Mönchengladb.	34
9	2:35,58	Kühn	Marlies	50 ASV St. Augustin	09.09.1989 Ahlen	39
10	2:38,20	Marenbach	Beate	63 ASV St. Augustin	10.06.1993 Wipperfürth	30
11	2:38,45	Schmitt	Isolde	62 LRV Bonn-Hardtberg	25.06.2000 Essen	38
12	2:40,41	van Zweeden	Britta	70 LAV Bad Godesberg	03.10.2019 Troisdorf	49
13	2:40,49	Schier	Irmgard	55 Siegburger TV	31.08.1996 Aachen	41
14	2:48,2	Brunner	Brigitte	56 ASV St. Augustin	29.08.1993 Essen	37
15	2:49,18	Herschel	Maud	52 ASV St. Augustin	09.09.1995 Mönchengladbach	43

1500 m

Stand: 03.11.2019

1	4:20,50 h	Weiss	Annette	68 TV Siegburg	16.02.2001 Halle	33
2	4:24,21	Bühler	Sigrid	79 LAZPTS (TV Kaldauen)	18.07.2010 Braunschweig	31
3	4:45,52	Schulze	Susanne	75 SSG Königswinter	13.05.2010 Köln	35
4	4:48,73	Keil-Lehmann	Gisela	55 LGBM (LC Bonn)	02.07.1989 Ludwigshafen	34
5	4:55,06	Kunz	Nina	81 SSG Königswinter-Ittenbach	29.06.2012 Siegburg	31
6	4:56,46	Lennartz	Birgit	65 LLG St. Augustin	12.08.2000 Troisdorf	35
7	5:02,7	Schneider	Irene	35 LGJBT (Troisdorfer LG)	03.06.1977 Bonn	42
8	5:05,30	Mahrokh	Paria	87 LAV Bad Godesberg	29.04.2017 Leverkusen	30
9	5:21,56	Heift	Silvia	78 Alfterer SC	01.07.2009 Meckenheim	31
10	5:25,3	Kühn	Marlies	50 LGJBT (LC Bonn)	06.09.1981 Höhr-Grenzhausen	31
11	5:21,01	van Zweeden	Britta	70 LAV Bad Godesberg	29.05.2019 Köln	49
12	5:25,59	Krieg	Ulrike	72 Alfterer SC	01.07.2009 Meckenheim	37
13	5:29,5	Schmitt	Isolde	62 1. FC Hardtberg	27.08.1993 Bonn	31
14	5:30,19	Schier	Irmgard	55 Siegburger TV	06.08.2000 Ludwigshafen	45

3000 m

Stand: 17.10.2023

1	9:31,10	Bühler	Sigrid	79 LAZPTS (TV Kaldauen)	12.08.2010 Bergisch Gladbach	31
2	9:36,10	Weiss	Annette	68 Siegburger TV	25.08.1999 Neuwied	31
3	9:46,52	Heimann	Lisa	87 LAZPRS (TV Kaldauen)	01.07.2017 Kreuztal	30
4	10:05,06	Lennartz	Birgit	65 LLG St. Augustin	25.08.1995 Troisdorf	30
5	10:09,62	Kunz	Nina	81 SSG Königswinter-Ittenbach	16.08.2012 Bergisch Gladbach	31
6	10:10,52	Hahn	Susanne	78 Meckenheimer SV	13.08.2020 Siegburg	42
7	10:25,90	Keil-Lehmann	Gisela	55 LGBM (LC Bonn)	12.08.1988 Troisdorf	33
8	10:29,5	Schoop	Rosemarie	44 LGS (TV Königswinter)	04.10.1980 Bad Honnef	36
9	10:37,41	Viebahn	Christl	76 LAZPTS (TV Kaldauen)	18.08.2011 Bergisch Gladbach	35
10	10:38,91	Schulze	Susanne	75 SSG Königswinter-Ittenbach	12.08.2010 Bergisch Gladbach	35

11	10:43,49	Welscher	Claudia	68 LT Ennert Bonn	05.08.1999 Bergisch Gladbach	31
12	10:46,8	Schneider	Irene	35 LGS (TuS Thomasberg)	16.07.1976 Bensberg	41
13	11:25,36	Rey	Claudia	70 LAZPTS (TV Kaldauen)	13.08.2009 Bergisch Gladbach	39
14	11:26,12	Höfeler	Freya	91 SSF Bonn	24.08.2023 Berg. Gladbach	32