

Die besten Wuppertaler Senioren auf den Mittel- und Langstrecken

800 m, 1.000 m, 1.500 m, 3.000 m, 5.000 m, 10.000 m

(Stand: 31.03.2020)

Abgesehen von Olympischen Spielen, Welt- und Europameisterschaften steht die Leichtathletik nicht mehr im Blickpunkt des Interesses der Sportfans. Das gilt allerdings nicht nur für die Leichtathletik, sondern auch für andere Sportarten. Der Fußball ist mittlerweile die alles dominierende Sportart.

Die Leichtathletik-Seniorinnen und -Senioren haben es deshalb auch bei sehr guten Leistungen besonders schwer, in den Medien noch erwähnt zu werden.

Die Wuppertaler Leichtathletikszene hat bis in die jüngste Zeit hinein immer wieder Mittel- und Langläufer im Seniorenalter hervorgebracht, die auch auf nationaler Ebene, zum Teil sogar auf internationaler Ebene, mithalten konnten. Dazu gehören auch mehrere Aktive des Leichtathletik-Club Wuppertal. Darauf bin ich als langjähriges Mitglied dieses Vereins natürlich besonders stolz. Ich habe mir deshalb die Mühe gemacht, für den Mittel- und Langstreckenbereich ab der Altersklasse M 40 die Erfolge bei nationalen bzw. internationalen Meisterschaften und eine Bestenliste zusammenzustellen.

Grundlage für die Bestenliste sind die von Jörg Reckemeier (Oldenburg) herausgegebenen Jahrbücher zur Senioren-Leichtathletik mit den jeweiligen deutschen Jahres-Bestenlisten. Je Wettbewerb und Altersklasse habe ich maximal 5 Läufer berücksichtigt. Ich beabsichtige, eine solche Bestenliste auch für den Frauenbereich zusammenzustellen (ab W 35).

In den höheren Altersklassen wird die Wuppertaler Bestenliste in allen Wettbewerben von Werner Beecker dominiert. Über seine Erfolge ist bereits sehr oft geschrieben worden. Ich verzichte deshalb hier auf eine Würdigung seiner sportlichen Laufbahn. Mit Klaus Wengoborski möchte ich aber doch noch einen Läufer besonders erwähnen, weil er in jungen Jahren und als Senior erfolgreich war. Vielen Jüngeren wird er eher als erfahrener Dopingkontrolleur bekannt sein.

Mit der 4 x 400-m-Staffel des Wuppertaler SV gewann er 1962, 1963 + 1964 den Titel bei den Deutschen Meisterschaften und belegte 1965 Platz 2. Über 800 m schrammte er bei den Deutschen Meisterschaften 1962 + 1963 jeweils als Vierter nur knapp an den Medaillenrängen vorbei.

Bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften 1990 in Bad Homburg wurde hinter seinem Mannschaftskameraden Hans-Georg Wodarz Vizemeister über 800 m in der Altersklasse M 50. Ein echter Dauerbrenner!

Norbert Korte
im Mai 2020

Erfolge bei Senioren-Weltmeisterschaften

1977 in Göteborg

5.000 m (M 50):	2. Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	16:07,3
10.000 m (M 50):	1. Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	33:43,2

Erfolge bei Europäischen Senioren-Spielen

1978 in Viareggio (Italien)

5.000 m (M 40):	4. Horst Svoboda (35)	Rot-Weiß Wuppertal	17:08,8
10.000 m (M 40):	4. Horst Svoboda (35)	Rot-Weiß Wuppertal	35:10,60

1982 in Straßburg

3.000-m-Hindernis (M 50): 1. Friedhelm Tepel (31) Barmer TV 10:16,80

Erfolge bei Europäischen Senioren-Meisterschaften

1990 in Budapest

800 m (M 50): 1. Hans-Georg Wodarz (37) Polizei-SV Wuppertal 2:06,80
4 x 100 m (M 50): 1. Hans-Georg Wodarz mit der DLV-Staffel 3:39,79
(Geis, Müller, Neblung, Wodarz)

Erfolge bei DLV-Senioren-Bestenkämpfen (ab M 40+)

1977 in Göttingen

1.500 m (M 45): 4. Friedhelm Tepel (31) Rot-Weiß Wuppertal 4:26,2
10.000 m (M 45): 6. Friedhelm Tepel (31) Rot-Weiß Wuppertal 33:45,2
10.000 m (M 50): 1. Hans Hinderks (27) Rot-Weiß Wuppertal 33:34,6

1978 in Hösbach: Keine Platzierung eines Wuppertalers unter den besten Acht.

1981 in Passau

10.000 m (M 50): 1. Friedhelm Tepel (31) Barmer TV 33:46,98

1982 in Mönchengladbach

800 m (M 50): 5. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 2:23,35
1.500 m (M 50): 3. Friedhelm Tepel (31) Barmer TV 4:27,01
10.000 m (M 50): 3. Friedhelm Tepel (31) Barmer TV 34:55,52

1984 in Lüdenscheid

10.000 m (M 55): 5. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 37:34,1

1985 in Hamburg

1.500 m (M 55): 6. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 4:57,98

1986 in Radolfzell

1.500 m (M 55): 6. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 4:49,95
10.000 m (M 55): 4. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 36:32,24

1987 in Essen

1.500 m (M 55): 5. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 4:49,80
5.000 m (M 55): 6. Werner Beecker (32) Polizei-SV Wuppertal 17:25,29
9. Karl Nagel (29) LC Wuppertal 18:02,65

Erfolge bei Deutschen Seniorenmeisterschaften (ab M 40+)

1988 in Bruchköbel-Hanau

1.500 m (M 55):	7. Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	5:03,12
5.000 m (M 55):	7. Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	17:28,31

1989 in Scheeßel

800 m (M 50):	1. Hans-Georg Wodarz (37)	Polizei-SV Wuppertal	2:04,97
1.500 m (M 55):	6. Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	4:47,96
5.000 m (M 55):	5. Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	17:21,34
10.000 m (M 60):	6. Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	ohne Zeit

1990 in Bad Homburg

800 m (M 50):	1. Hans-Georg Wodarz (37)	Polizei-SV Wuppertal	2:07,61
	2. Klaus Wengoborski (39)	Polizei-SV Wuppertal	2:07,91

1991 in Trier

800 m (M 60):	8. Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	2:40,96
---------------	--------------------	--------------	---------

2000 in Kevelaer

1.500 m (M 70):	7. Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	6:09,86
-----------------	--------------------	--------------	---------

2001 in Potsdam

800 m (M 70):	7. Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	2:56,20
---------------	--------------------	--------------	---------

2003 in Schweinfurt

1.500 m (M 70):	2. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	5:43,71
5.000 m (M 70):	1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	20:12,20
	5. Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	24:11,47
10.000 m (M 70):	1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	41:52,73
	5. Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	55:17,63

2004 in Zittau

1.500 m (M 70):	3. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	5:41,68
5.000 m (M 70):	1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	20:26,28
	7. Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	24:26,00
10.000 m (M 70):	1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	42:15,44
	8. Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	50:26,16

2005 in Düsseldorf (Halle)

800 m (M 70):	5. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	2:51,54
3.000 m (M 70):	3. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	11:35,47
	7. Harald Sohnius (35)	LC Wuppertal	13:10,12

2005 in Vaterstetten

5.000 m (M 70): 2. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	20:28,49
10.000 m (M 70): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	42:54,51

2006 in Aachen

5.000 m (M 70). 3. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	20:36,51
10.000 m (M 70). 2. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	41:50,28

2007 in Düsseldorf (Halle)

800 m (M 50): 8. Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	2:21,18
3.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	11:48,83

2007 in Fulda

1.500 m (M 50): 8. Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	4:42,58
1.500 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	5:56,51
5.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	22:03,92
10.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	43:39,11

2008 in Erfurt (Halle)

800 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	3:01,72
3.000 m (M 75). 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	12:24,43

2008 in Schweinfurt

1.500 m (M 50): 8. Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	4:46,62
800 m (M 75): 2. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	2:58,34
1.500 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	6:02,85
5.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	20:57,91
10.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	43:46,87

2009 in Düsseldorf (Halle)

800 m (M 75): 3. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	2:57,23
3.000 m (M 75). 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	12:26,07

2009 in Vaterstetten

1.500 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	6:07,10
5.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	21:41,86
10.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	44:40,13

2011 in Minden bzw. Essen (10.000 m)

5.000 m (M 75): 2. Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	21:47,37
--	--------------	----------

10.000 m (M 75): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 47:17,19

2012 in Erfurt (Halle)

3.000 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 12:38,44

2012 in Erfurt

1.500 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 6:13,64

2013 in Düsseldorf (Halle)

3.000 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 13:26,82

2013 in Mönchengladbach

5.000 m (M 65): 5. H.-H. Gronemeyer (48) LC Wuppertal 20:35,60

1.500 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 6:22,87

5.000 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 23:11,22

2014 in Erfurt

1.500 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 6:46,75

5.000 m (M 80): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 24:21,39

2015 in Zittau

800 m (M 40): 3. Alexander Palm (71) Lauf-Gem. Wuppertal 2:09,67

1.500 m (M 40): 6. Alexander Palm (71) Lauf-Gem. Wuppertal 4:32,19

2016 in Erfurt (Halle)

800 m (M 55): 5. Harald Damm (60) Lauf-Gem. Wuppertal 2:21,63

2017 in Erfurt (Halle)

800 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 3:32,20

3.000 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 15:00,45

2017 in Zittau

800 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 3:40,72

1.500 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 7:14,46

5.000 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 27:16,49

2018 in Mönchengladbach

800 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 4:03,71

1.500 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 8:04,99

5.000 m (M 85): 1. Werner Beecker (32) LC Wuppertal 27:16,49

1983, 1992 - 1999, 2002, 2010 + 2019 platzierte sich kein Wuppertaler bei den DLV-Senioren-Besten-kämpfen bzw. Deutschen Senioren-Meisterschaften unter den besten Acht!

Über die DLV-Senioren-Bestenkämpfe 1972 in Kassel; 1973 in München; 1974 in Gretesch; 1975 in Obersuhl; 1976 in Leinfelden, 1979 in Lübeck und 1980 in München liegen leider keine Unterlagen vor.

800 m Altersklassen M 40 + älter

M 40

2:01,3	Willi Lipka (33)	Barmer TV	25.05.74 Wuppertal
2:01,9	Klaus Lehmbach (48)	ASC 88 Wuppertal	03.09.88 Hilden
2:03,5	Klaus Wengoborski (39)	Polizei-SV Wuppertal	04.09.83 Aachen
2:05,5	Jürgen Hartloff (46)	Polizei-SV Wuppertal	01.05.86 St. Augustin
2:06,44	Alexander Palm (71)	Lauf-Gem. Wuppertal	28.06.15 Düsseldorf

Lipka: Aus der Ergebnisliste!

Lehmbach: Platz 7 DLV-SenBL 1988 (M 40)

Wengoborski: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1983 (M 40)

Palm: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 2015 (M 40)

M 45

2:05,48	Dieter Lehnhardt (40)	Polizei-SV Wuppertal	05.07.86 Ahlen
2:08,2	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	04.06.77 Köln
2:10,6	Joachim Petzel (35)	Rot-Weiß Wuppertal	30.07.81 Ludwigshafen

Tepel: Platz 6 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK IV/ M 45)

M 50

2:03,0	Hans-Georg Wodarz (37)	Polizei-SV Wuppertal	19.08.89 Düsseldorf
2:07,91	Klaus Wengoborski (39)	Polizei-SV Wuppertal	17.08.90 Bad Homburg
2:10,9	Dieter Lehnhardt (40)	Polizei-SV Wuppertal	19.05.90 Krefeld
2:17,01	Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	13.07.07 Fulda
2:18,7	Jochen Bockmühl (39)	Polizei-SV Wuppertal	19.07.89 Düsseldorf

Wodarz: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 50)

Wengoborski: Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 1990 (M 50)

Platz 20 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (Stand. 31.12.1993)

Lehnhardt: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1990 (M 50)

M 55

2:25,94	Harald Damm (60)	Lauf-Gem. Wuppertal	29.06.18 Mönchengladbach
2:28,44	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	22.07.88 Troisdorf

Damm: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2018 (M 55)

In der Halle

2:20,98	Harald Damm (60)	Lauf-Gem. Wuppertal	24.01.16 Düsseldorf
2:24,67	Andreas Joswig (65)	Lauf-Gem. Wuppertal	09.02.20 Düsseldorf

Damm: Platz 6 DLV-Senioren-Hallen-Bestenliste 2015/16 (M 55)

M 60

2:30,1	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	05.08.89 Essen
2:34,80	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	20.06.09 Köln

Nagel: Platz 5 DLV-Senioren-BL 1989 (M 60)

M 65

2:54,25	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	11.06.96 Ratingen
---------	-----------------	--------------	-------------------

Nagel: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1996 (M 65)

M 70

2:47,05	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	19.06.03 Aachen
2:56,20	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	17.08.01 Potsdam
3:15,69	Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	19.06.03 Aachen

Beecker: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 2003 (M 70)

Nagel: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2001 (M 70)

M 75

2:55,50	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	07.06.07 Essen
---------	---------------------	--------------	----------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)

M 80

3:09,77	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	07.06.12 Mönchengladbach
---------	---------------------	--------------	--------------------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2012 (M 80)

M 85

3:35,35	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	15.06.17 Krefeld
---------	---------------------	--------------	------------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2017 (M 85)

Bessere Leistungen in der Halle

3:32,20	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	04.03.17 Erfurt
---------	---------------------	--------------	-----------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Hallen-Bestenliste 2016/2017 (M 85)

1.000 m Altersklassen M 40 + älter

M 40

2:37,7	Willi Lipka (33)	Barmer TV	26.08.73 Düsseldorf
2:38,7	Klaus Lehmbach (48)	Polizei-SV Wuppertal	17.05.89 Ratingen
2:46,29	Alexander Palm (71)	Lauf-Gem. Wuppertal	10.06.15 Grefrath-Oedt

Lehmbach: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 40)

Palm: Platz 4 DLV-Senioren-Bestenliste 2015 (M 40)

M 45

2:47,8	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	27.04.77 Remscheid
2:47,7	Joachim Petzel (35)	Rot-Weiß Wuppertal	06.08.81 Ludwigshafen
2:54,93	Jochen Bockmühl (39)	Polizei-SV Wuppertal	12.07.84 Dormagen

Tepel: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK IV, heute M 45)

Petzel: Platz 10 DLV-Senioren-Bestenliste 1981 (M 45)

M 50

2:53,8	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	27.04.77 Remscheid
3:01,46	Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	23.08.07 Berg. Gladbach
3:02,21	Jochen Bockmühl (39)	Polizei-SV Wuppertal	07.07.89 Menden

Hinderks: Platz 2 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK V/ heute M 50)

Zilian: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2007 (M 50)

M 55

3:04,7	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	05.07.85 Willich
3:07,07	Harald Damm (60)	Lauf-Gem. Wuppertal	05.05.16 Duisburg

Nagel: Platz 8 DLV-Senioren-Bestenliste 1985 (M 55)

Damm: Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 2016 (M 55)

M 60

3:13,97	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	07.07.89 Menden
3:25,79	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	09.09.08 Düsseldorf

Nagel: Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 60)
Platz 25 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 60)

Lehmbach: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2008 (M 60)

M 65: Keine Leistung erfasst!

M 70

3:54,90	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	08.09.00 Menden
3:57,09	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	07.05.14 Ratingen

Nagel: Platz 6 DLV-Senioren-Bestenliste 2000 (M 70)

Keller: Platz 9 DLV-Senioren-Bestenliste 2014 (M 70)

M 80

3:25,52	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	31.05.14 Aachen
---------	---------------------	--------------	-----------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2014 (M 80)

Bessere Leistungen in der Halle

3:22,33 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 12.01.14 Düsseldorf

Beecker: Platz 2 DLV-Senioren-Hallen-Bestenliste 2014 (M 80)

M 85

4:40,90 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 31.08.17 Berg. Gladbach

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2017 (M 85)

1.500 m Altersklassen M 40 + älter

M 40

4:03,0	Horst Tellers (34)	Rot-Weiß Wuppertal 74 ...
4:09,0	Willi Lipka (33)	Barmer TV	26.05.74 Wuppertal
4:26,3	Joachim Petzel (35)	Rot-Weiß Wuppertal 76 ...
4:28,46	Alexander Palm (71)	Lauf-Gem. Wuppertal	20.06.15 Oberhausen

Tellers: Platz 10 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 40), Stand: 31.12.1987.
Die Leistung wird durch die Kreis-Bestenliste 1974 nicht bestätigt.

Lipka: Aus der Ergebnisliste!

Palm: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2015 (M 40)

M 45

4:20,9	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	23.06.76 Remscheid
4:29,17	Werner Heinemann (41)	Polizei-SV Wuppertal	17.06.87 Wuppertal
4:29,28	Jochen Bockmühl (39)	Polizei-SV Wuppertal	22.07.84 Itzehoe
4:29,94	Werner Heinemann (41)	Polizei-SV Wuppertal	17.06.86 Wuppertal
4:33,7	Joachim Petzel (35)	Rot-Weiß Wuppertal	16.07.81 Ludwigshafen

Tepel: Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 1976 (M 45)

Heinemann: Aus der Ergebnisliste (Nordrhein-Senioren-Bestenkämpfe)

M 50

4:22,30	Friedhelm Tepel (31)	Barmer TV	01.07.81 Menden
4:42,0	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	01.10.77 Remscheid
4:42,58	Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	15.07.07 Fulda
4:43,74	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	01.07.81 Menden
4:52,31	Andreas Joswig (65)	Lauf-Gem. Wuppertal	30.06.19 Kevelaer

Tepel: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 1981 (M 50)
Platz 15 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 50), Stand: 31.12.1987

Hinderks: Platz 6 DKV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK V, heute M 50)

M 55

4:47,66	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	17.06.86 Wuppertal
4:47,96	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	02.09.89 Scheeßel
5:17,50	Harald Damm (60)	Lauf-Gem. Wuppertal	18.04.18 Ratingen

Beecker: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 55)

In der Halle

4:56,85	Andreas Joswig (65)	Lauf-Gem. Wuppertal	09.02.20 Düsseldorf
---------	---------------------	---------------------	---------------------

M 60

4:54,61	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	28.05.92 Hilden
4:58,97	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	25.05.89 Essen
5:14,80	Hans-Hermann Gronemeyer (48)	LC Wuppertal	22.05.08 Essen
5:21,91	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	26.08.10 Berg. Gladbach

Beecker: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 1992 (M 60)
Platz 18 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 60), Stand: 31.12.1993

Nagel: Platz 8 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 60)

Gronemeyer: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2008 (M 60)

M 65

5:26,93	Wolfgang Stein (39)	LC Wuppertal	23.05.04 Mönchengladbach
5:43,07	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	21.05.09 Troisdorf

Stein: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2004 (M 65)

Keller: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2009 (M 65)

M 70

5:30,32	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	19.06.03 Aachen
6:09,86	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	20.08.00 Kevelaer
6:23,70	Harald Sohnius (35)	LC Wuppertal	25.05.06 Mönchengladbach
6:32,09	Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	19.06.03 Aachen

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2003 (M 70)

Nagel: Platz 10 DLV-Senioren-Bestenliste 2000 (M 70)

Scholz: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2003 (M 70)

Bessere Leistungen in der Halle

5:29,48	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	09.01.05 Düsseldorf
---------	---------------------	--------------	---------------------

M 75

5:45,85	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	07.06.07 Essen
7:16,77	Harald Sohnius (35)	LC Wuppertal	03.06.10 Leverkusen

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)

Sohnius: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2010 (M 75)

M 80

6:06,59 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 07.06.12 Mönchengladbach

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2012 (M 80)

M 85

7:12,43 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 15.06.17 Krefeld

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2017 (M 85)

3.000 m Altersklassen M 40 + älter

M 40

8:38,0	Horst Tellers (34)	Rot-Weiß Wuppertal	01.05.74 Viersen-Dülken
8:59,3	Klaus Lehmbach (48)	ASC 88 Wuppertal	10.06.88 Köln
9:18,6	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	27.04.74 Leverkusen
9:43,6	Bruno Nießer (30)	Barmer TV	05.05.73 Wuppertal
9:49,2	Werner Beecker (32)	Rot-Weiß Wuppertal	04.05.74 Wuppertal

Tellers: Platz 9 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 40), Stand. 31.12.1987

Lehmbach: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1988 (M 40)

Beecker: Aus der Ergebnisliste!

M 45

9:21,0	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	31.08.74 Dortmund
9:27,7	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	29.06.77 Mettmann
9:33,7	Werner Heinemann (41)	Polizei-SV Wuppertal	23.07.86 Willich
9:39,37	Bernd Becker (41)	Barmer TV	30.08.90 Berg. Gladbach
9:43,77	Jochen Bockmühl (39)	Polizei-SV Wuppertal	05.07.84 Dormagen

Tepel: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK IV, heute M 45)

M 50

9:31,0	Friedhelm Tepel (31)	Barmer TV	21.07.81 Mettmann
9:40,2	Bernd Becker (41)	Barmer TV	07.09.93 Ratingen
9:58,2	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	05.05.82 Düsseldorf
10:03,34	Horst Svoboda (35)	LC Wuppertal	27.08.88 Mönchengladb.
10:19,31	Jürgen Zilian (56)	Lauf-Gem. Wuppertal	14.08.08 Berg. Gladbach

Bessere Leistungen in der Halle

10:06,33 Andreas Joswig (65) Lauf-Gem. Wuppertal 14.01.18 Düsseldorf

Tepel: Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 1981 (M 50)
Platz 12 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 50), Stand: 31.12.1987

Becker: Platz 9 DLV-Senioren-Bestenliste 1993 (M 50)

Nagel: Aus der Ergebnisliste! In der DLV-Senioren-Bestenliste 1982 wird K.N. nur mit einer Zeit von 10:06,52 Min. (16.07. Menden) ausgewiesen.

Svoboda: Die DLV-Senioren-Bestenliste 1988 (M 50) schließt mit 10:00,1 Min. ab.

Joswig: Freiluft-Bestleistung (M 50): 10:24,47 - 24.06.2017 Berg. Gladbach

M 55

10:01,9	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	19.07.86 Coesfeld
10:08,2	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	19.07.89 Düsseldorf
10:40,1	Wolfgang Stein (39)	LC Wuppertal	22.06.94 Düsseldorf
10:51,1	Ernst Reiteleit (31)	ATV Wuppertal	18.07.90 Düsseldorf
10:58,21	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	05.08.04 Berg. Gladbach

Beecker: Platz 6 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 55)

In der Halle

10:08,53	Andreas Joswig (65)	Lauf-Gem. Wuppertal	12.01.20 Düsseldorf
----------	---------------------	---------------------	---------------------

M 60

10:35,1	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	19.07.89 Düsseldorf
10:57,8	Ernst Reiteleit (31)	ATV Wuppertal	17.07.91 Düsseldorf
11:19,50	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	12.08.10 Berg. Gladbach
12:17,75	Udo Wilde (56)	LC Wuppertal	26.04.17 Ratingen

Nagel: Platz 4 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 60)
Top 40 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 60); Stand: 31.12.1998

Reiteleit: Platz 8 DLV-Senioren-Bestenliste 1991 (M 60)

Lehmbach: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2010 (M 60)

M 65

13:08,15	Eberhard Dunger (51)	LC Wuppertal	18.05.16 Ratingen
13:35,4	Edmund Evang (26)	LC Wuppertal	26.04.91 Wuppertal
13:40,20	Norbert Korte (50)	LC Wuppertal	26.04.17 Ratingen

M 70

12:46,02	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	07.05.14 Ratingen
13:03,59	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	10.08.01 Menden

Keller: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 2014 (M 70)

Nagel: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2001 (M 70)

In der Halle

11:35,47	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	27.02.05 Düsseldorf
12:22,69	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	08.02.15 Düsseldorf
13:10,12	Harald Sohnius (35)	LC Wuppertal	27.02.05 Düsseldorf
14:18,82	Norbert Korte (50)	LC Wuppertal	12.01.20 Düsseldorf

Keller: Platz 2 DLV-Senioren-Hallen-Bestenliste 2015 (M 70)

Korte: Die Zeit hätte 2019 für eine Platzierung in der DLV-Senioren-Bestenliste (M 70) unter den Top 40 gereicht.

M 75

11:48,83 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 25.02.07 Düsseldorf (**Halle**)

M 80

13:02,67 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 16.08.12 Berg. Gladbach

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2012 (M 80)

Bessere Leistung in der Halle

12:38,44 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 04.03.12 Erfurt

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Hallen-Bestenliste 2012 (M 80)

M 85

14:54,81 Werner Beecker (32) LC Wuppertal 26.04.17 Ratingen

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2017 (M 85)

5.000 m Altersklassen M 40 + älter

M 40

14:43,8	Horst Tellers (34)	Rot-Weiß Wuppertal	08.05.74 Leverkusen
15:42,5	Bernd Becker (41)	Barmer TV	14.05.83 Aachen
15:59,5	Klaus Lehmbach (48)	ASC 88 Wuppertal	11.09.91 Ratingen
16:04,6	Willi Lipka (33)	Barmer TV	27.05.73 Wuppertal
16:07,3	Dieter Uibel (39)	Rot-Weiß Wuppertal	07./08.06.80 Remscheid

Tellers: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 40), Stand: 31.12.1987

D. Uibel: Aus der Ergebnisliste!

M 45

15:57,2	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	25.05.74 Wuppertal
16:07,3	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	15.05.77 Leverkusen
16:49,4	Werner Heinemann (41)	Polizei-SV Wuppertal	01.05.89 Köln
17:19,12	Marc Walter (74)	Lauf-Gem. Wuppertal	28.09.19 Wuppertal

Tepel: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK IV, heute M 45)

Heinemann: Die DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 45) schließt mit 16:36,80 Min. für Platz 50 ab.

Walter: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2019 (M 45), Platz 50: 18:23,38

M 50

15:55,8	Friedhelm Tepel (31)	Barmer TV	10.07.81 Troisdorf
16:07,3	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	08.08.77 Göteborg/SWE
16:55,32	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	08.06.86 Ratingen
17:10,2	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	02.05.82 Düsseldorf
17:17,1	Horst Svoboda (35)	LC Wuppertal	03.06.88 Köln

- Tepel: Platz 2 DLV-Senioren-Bestenliste 1981 (M 50)
Platz 10 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 50), Stand: 31.12.1987
- Hinderks: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK V, heute M 50)
Platz 16 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 50), Stand: 31.12.1987
- Nagel: Top 30 DLV-Senioren-Bestenliste 1982 (M 50). Die Bestenliste schließt mit 17:44,5 Min für die Plätze 50/51 ab.
- Svoboda: Die DLV-Senioren-Bestenliste 1988 (M 50) schließt mit 16:55,5 Min. ab.

M 55

17:19,7	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	01.05.90 Köln
17:39,90	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	15.07.86 Essen
17:54,7	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	09.05.03 Wuppertal
17:56,57	Bernd Becker (41)	LC Wuppertal	21.05.97 Menden
17:58,1	Wolfgang Stein (39)	LC Wuppertal	29.06.94 Düsseldorf

- Beecker: Platz 8 DLV-Senioren-Bestenliste 1990 (M 55)
- Lehmbach: Zeit aus der Internetseite der Lauf-Gem. Wuppertal. Leistung fehlt in der DLV-Senioren-Bestenliste 2003 (M 55),

M 60

17:46,2	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	08.06.93 Ratingen
18:11,27	Herbert Kann (27)	LC Wuppertal	08.08.87 Lüdenscheid
18:21,3	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	28.07.89 Willich
19:05,32	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	12.06.09 Aachen
19:05,64	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	25.05.06 Mönchengladbach

- Beecker: Platz 4 DLV-Senioren-Bestenliste 1993 (M 60)
Platz 20 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 60), Stand: 31.12.1993
- Kann: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 1987 (M 60)
Platz 16 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 60); Stand: 31.12.1998
- Nagel: Platz 9 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 60)
- Lehmbach: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2009 (M 60)

M 65

18:43,7	Wolfgang Stein (39)	LC Wuppertal	29.04.05 Wuppertal
19:31,2	Herbert Kann (27)	LC Wuppertal	10.04.92 Wuppertal
20:06,15	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	08.09.09 Düsseldorf
20:35,60	H.-Hermann Gronemeyer (48)	LC Wuppertal	12.07.13 Mönchengladbach
21:02,7	Friedrich Mann (36)	LC Wuppertal	03.05.02 Wuppertal

- Stein: Platz 2 DLV-Senioren-Bestenliste 2005 (M 65)
- Kann: Platz 2 Nordrhein-Senioren-BL 1992 (M 65). Die Leistung fehlt in der DLV-Senioren-Bestenliste 1992.
- Keller: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 2009 (M 65)
- Gronemeyer: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2013 (M 65)

M 70

19:32,56	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	10.05.03 Oberhausen
19:41,36	Wolfgang Stein (39)	LC Wuppertal	21.05.09 Troisdorf
20:48,33	Herbert Kann (27)	LC Wuppertal	31.08.97 Wuppertal
21:27,75	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	21.08.14 Berg. Gladbach
22:30,59	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	21.08.99 Hagen

Beecker:	Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2003 (M 70)
Stein:	Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 2009 (M 70)
Kann:	Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 1997 (M 70) Platz 18 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 70)
Keller:	Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2014 (M 70)
Nagel:	Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1999 (M 70)

M 75

20:44,70	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	22.05.08 Essen
22:50,4	Herbert Kann (27)	LC Wuppertal	03.05.02 Wuppertal
27:27,1	Harald Sohnius (35)	LC Wuppertal	16.04.10 Wuppertal

Beecker:	Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2008 (M 75)
Kann:	Platz 3 DLV-Senioren-Bestenliste 2002 (M 75)
Sohnius:	Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2010 (M 75)

M 80

22:04,79	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	07.06.12 Mönchengladbach
26:31,0	Arthur Lambert (91)	Barmer TV 72 ...

Beecker:	Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2012 (M 80)
Lambert:	Platz 9 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 80+), Stand: 31.12.1998

M 85

25:14,91	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	03.05.17 Ratingen
----------	---------------------	--------------	-------------------

Beecker:	Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2017 (M 85)
----------	--

10.000 m Altersklassen M 40 + älter

M 40

32:47,51	Bernd Becker (41)	Barmer TV	03.07.82 Mönchengladbach
32:49,5	Klaus Lehmbach (48)	Polizei-SV Wuppertal	28.04.89 Essen
33:49,15	Dieter Uibel (39)	Rot-Weiß Wuppertal	25.07.81 Passau
34:14,8	Friedhelm Tepel (31)	Rot-Weiß Wuppertal	25.05.73 Wuppertal

Lehmbach:	Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 40)
D. Uibel:	Die DLV-Senioren-Bestenliste 1981 (M 40) schließt mit 33:32,21 ab.

M 45

33:12,4	Friedhelm Tepel (31)	Barmer TV	22.04.79 Remscheid
34:22,3	Bernd Becker (41)	Barmer TV	17.08.89 Berg. Gladbach
34:28,4	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	28.08.76 Leinfelden
35:02,6	Siegfried Wenzek (30)	Polizei-SV Wuppertal	26./27.08.78 Hösbach
36:04,8	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	28.08.76 Leinfelden

Tepel: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 1979 (AK IV, heute M 45)

Hinderks: Platz 6 DLV-Senioren-Bestenliste 1976 (AK IV, heute M 45)

M 50

33:34,6	Hans Hinderks (27)	Rot-Weiß Wuppertal	20.08.77 Göttingen
33:46,98	Friedhelm Tepel (31)	Barmer TV	24.07.81 Passau
35:26,7	Bernd Becker (41)	Barmer TV	09.02.91 Essen
35:42,0	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	08.05.82 Köln

Hinderks: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 1977 (AK V/ heute M 50)
Platz 16 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 50), Stand: 31.12.1987

Tepel: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 1981 (M 50)
Platz 21 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 50), Stand: 31.12.1987

Nagel: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1982 (M 50)

M 55

36:31,4	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	18.09.86 St. Augustin
36:53,2	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	16.08.90 Berg. Gladbach
38:09,92	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	23.04.05 Solingen
41:20,37	Jörg Uibel (61)	ohne Verein	10.05.17 Ratingen

Beecker: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 1990 (M 55)

M 60

37:30,03	Werner Beecker (32)	Polizei-SV Wuppertal	13.08.92 Berg. Gladbach
37:58,4	Herbert Kann (27)	LC Wuppertal	13.06.87 Wuppertal
38:06,4	Karl Nagel (29)	LC Wuppertal	02.08.89 Kamen
39:10,40	Klaus Lehmbach (48)	Lauf-Gem. Wuppertal	19.08.04 Berg. Gladbach
39:57,26	H.-Hermann Gronemeyer (48)	LC Wuppertal	25.04.09 Berg. Gladbach

Beecker: Platz 6 DLV-Senioren-Bestenliste 1992 (M 60)
Platz 27 DLV-Senioren-Bestenliste aller Zeiten (M 60), Stand: 31.12.1993

Kann: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 1987 (M 60)

Nagel: Platz 6 DLV-Senioren-Bestenliste 1989 (M 60)

Gronemeyer: Top 20 DLV-Senioren-Bestenliste 2009 (M 60)

M 65

39:05,82	Wolfgang Stein (39)	LC Wuppertal	23.04.05 Solingen
41:27,52	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	25.04.09 Berg. Gladbach
42:16,61	H.-Hermann Gronemeyer (48)	LC Wuppertal	21.04.13 Essen
44:37,03	Friedhelm Garze (48)	LC Wuppertal	28.05.14 Ratingen
49:16,82	Norbert Korte (50)	LC Wuppertal	10.05.17 Ratingen

Stein: Platz 2 DLV-Senioren-Bestenliste 2005 (M 65)

Keller: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 2009 (M 65)

Gronemeyer: Platz 7 DLV-Senioren-Bestenliste 2013 (M 65)

M 70

41:09,24	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	23.04.05 Solingen
44:00,75	Adolf Keller (44)	LC Wuppertal	28.08.14 Berg. Gladbach
50:26,16	Lothar Scholz (32)	LC Wuppertal	13.08.04 Zittau
50:46,58	Harald Sohnius (35)	LC Wuppertal	29.04.06 Wenden

Beecker: Platz 2 DLV-Senioren-Bestenliste 2005 (M 70)

Keller: Platz 5 DLV-Senioren-Bestenliste 2014 (M 70)

M 75

43:39,11	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	13.07.07 Fulda
----------	---------------------	--------------	----------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)

M 80

46:57,08	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	30.08.12 Berg. Gladbach
----------	---------------------	--------------	-------------------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2012 (M 80)

M 85

52:27,15	Werner Beecker (32)	LC Wuppertal	10.05.17 Ratingen
----------	---------------------	--------------	-------------------

Beecker: Platz 1 DLV-Senioren-Bestenliste 2017 (M 85)