

**Ewige Bestenliste Laufgruppe SV Turbine Neubrandenburg e.V.
Männliche Jugend und Männer (alle Altersklassen) Stand: 18.11.2019**

M U 10**2.000 m / 2 km:**

Pepe Femerling (2004)	08:06	31.12.2013 in Neubrandenburg
Timon Walz (2005)	08:11	23.03.2014 in Neubrandenburg
Pepe Femerling (2004)	09:08	08.05.2013 in Waren (Bahn)
Leon Dragusch (2006)	09:51	24.09.2016 in Baabe
Caillou Borchert (2006)	09:54	02.05.2015 in Neubrandenburg
Tim Ifland (?)	09:55	02.05.2015 in Neubrandenburg
Florian Gerlach (????)	10:06	21.09.2019 in Baabe
Mark Beckmann (2003)	10:10	23.03.2014 in Neubrandenburg
Ben Beckmann (2003)	10:10	23.03.2014 in Neubrandenburg
Leon Oliver Schwarz (2010)	10:28	12.10.2019 in Neubrandenburg

3.000 m / 3 km

Timon Walz (2005)	12:07	26.04.2012 in Warnemünde
Mark Beckmann (2003)	15:19	23.08.2012 in Trollenhagen
Caillou Borchert (2006)	15:43	02.05.2015 in Neubrandenburg
Leon Oliver Schwarz (2010)	15:57	22.08.2019 in Trollenhagen
Ben Beckmann (2003)	16:34	23.08.2012 in Trollenhagen

M U 12**2.000 m / 2 km:**

Tim Wachholz (2002)	07:35	31.12.2013 in Neubrandenburg
Timon Walz (2005)	07:51	02.05.2015 in Neubrandenburg
Frithjof Grimme (2007)	08:03	06.05.2017 in Neubrandenburg
Marvin Müller (2009)	08:08	04.05.2019 in Neubrandenburg
Pepe Femerling (2004)	08:11	02.05.2015 in Neubrandenburg
Leon Dargusch (2006)	08:15	06.05.2017 in Neubrandenburg
Henning Marten Trotz (2007)	08:21	22.09.2018 in Baabe
Mark Beckmann (2003)	08:57	31.12.2013 in Neubrandenburg
Bennet Fischer (2009)	09:21	12.10.2019 in Neubrandenburg
Ben Beckmann (2003)	09:32	31.12.2013 in Neubrandenburg
Moritz Lauermann (????)	09:54	21.09.2019 in Baabe
Nepomuk Traeger (2003)	10:46	15.05.2014 in Neubrandenburg
Sören Getschmann (2002)	12:06	31.03.2012 in Ueckermünde

3.000 m / 3 km

Timon Walz (2005)	12:05	25.04.2015 in Warnemünde
Tim Wachholz (2002)	12:16	29.08.2013 in Trollenhagen
Marvin Müller (2009)	12:32	26.10.2019 in Stralsund
Henning Marten Trotz (2007)	12:50	27.10.2018 in Stralsund
Pepe Femerling (2004)	12:57	25.04.2015 in Warnemünde
Bennet Fischer (2009)	13:07	22.08.2019 in Trollenhagen
Frithjof Grimme (2007)	13:16	29.04.2017 in Warnemünde
Leon Dragusch (2006)	14:08	28.10.2017 in Stralsund
Moritz Lauermann (????)	14:46	26.10.2019 in Stralsund
Mark Beckmann (2003)	14:56	26.04.2014 in Warnemünde
Ben Beckmann (2003)	14:59	26.04.2014 in Warnemünde
Sören Getschmann (2002)	17:14	28.04.2012 in Warnemünde

5.000 m / 5 km**M U 14****2.000 m / 2 km:**

Steven Ruhs (2001)	07:41	31.12.2013 in Neubrandenburg
Leon Dargusch (2006)	08:05	25.05.2019 in Jatznick
Jakob Wenzel (2004)	08:33	02.04.2016 in Ueckermünde
Frithjof Grimme (2007)	08:34	25.05.2019 in Jatznick
Henning Schult (2001)	09:07	31.12.2013 in Neubrandenburg
Hendrik Schwarz (2003)	09:10	02.04.2016 in Ueckermünde
Nepomuk Traeger (2003)	09:54	15.03.2015 in Neubrandenburg
Ben Beckmann (2003)	10:02	02.04.2016 in Ueckermünde
Marvin Gimsa (2001)	10:04	15.05.2014 in Neubrandenburg
Mark Beckmann (2003)	10:05	28.03.2015 in Ueckermünde
Tim Wachholz (2002)	11:19	31.12.2014 in Neubrandenburg

3.000 m / 3 km

Steven Ruhs (2001)	11:49	29.08.2013 in Trollenhagen
Tim Wachholz (2002)	12:06	26.04.2012 in Warnemünde
Jakob Wenzel (2004)	12:10	08.07.2016 in Wismar (Bahn)
Leon Dargusch (2006)	12:45	27.04.2019 in Warnemünde
Jakob Wenzel (2004)	12:49	29.04.2017 in Warnemünde
Kilian Walz (2002)	12:58	26.04.2012 in Warnemünde
Steven Ruhs (2001)	13:26	08.05.2013 in Waren (Bahn)
Hendrik Schwarz (2003)	13:57	08.09.2016 in Trollenhagen
Nepomuk Traeger (2003)	14:59	03.09.2015 in Neubrandenburg
Henning Schult (2001)	15:29	26.04.2012 in Warnemünde
Hendrik Schwarz (2003)	15:23,4	31.05.2017 in Waren (Bahn)
Mark Beckmann (2003)	15:53	08.09.2016 in Trollenhagen
Ben Beckmann (2003)	16:24	08.09.2016 in Trollenhagen

5.000 m / 5 km:

Bennet Köhn (??)	20:58	07.05.2016 in Neubrandenburg
Jakob Wenzel (2004)	22:26	01.04.2017 in Ueckermünde
Leon Dargusch (2006)	22:28	10.08.2019 in Poel
Steven Ruhs (2001)	23:48	29.03.2014 in Ueckermünde
Nepomuk Traeger (2003)	24:09	11.10.2015 in Lubmin
Toni Wendel (1995)	24:13	12.10.2008 in Lubmin
Tim Wachholz (2002)	24:14	23.03.2014 in Neubrandenburg
Frithjof Grimme (2007)	24:50	30.03.2019 in Ueckermünde
Hendrik Schwarz (2003)	24:59	07.05.2016 in Neubrandenburg
Ben Beckmann (2003)	27:22	11.10.2015 in Lubmin
Henning Schult (2001)	30:28	23.03.2014 in Neubrandenburg
Mark Beckmann (2003)	30:39	11.10.2015 in Lubmin

10.000 m / 10km:

Toni Wendel (1995)	50:55	19.10.2008 in Dresden
--------------------	-------	-----------------------

M U 16**3.000 m / 3 km:**

Martin Töpfer (1986)	10:13;26	25.05.2001 in
Luca Schendel (2000)	11:19	25.04.2015 in Warnemünde
Jakob Wenzel (2004)	11:19	27.04.2019 in Warnemünde
Samir Lazali (2001)	11:35	01.10.2015 in Neubrandenburg
Nepomuk Traeger (2003)	11:54,81	28.08.2018 in Neubrandenburg (Bahn)
Marvin Gimsa (2001)	14:25	25.04.2015 in Warnemünde
Hendrik Schwarz (2003)	15:04	29.04.2017 in Warnemünde
Hendrik Schwarz (2003)	15:23,4	31.05.2017 in Waren (Bahn)
Henning Schult (2001)	15:55	08.09.2016 in Trollenhagen
Ben Beckmann (2003)	16:50	29.04.2017 in Warnemünde
Mark Beckmann (2003)	20:36	29.04.2017 in Warnemünde

5.000 m / 5 km:

Giso Tepper (1980)	17:50	02.06.1995 in Nevers (F)
--------------------	-------	--------------------------

Martin Töpfer (1986)	17:51	11.03.2001 in Celle
Falk Wiskow (1980)	19:11	02.06.1995 in Nevers (F)
Jakob Wenzel (2004)	19:58	30.03.2019 in Ueckermünde
Luca Schendel (2000)	20:52	11.10.2015 in Lubmin
Samir Lazali (2001)	20:54	11.10.2015 in Lubmin
Nepomuk Traeger (2003)	20:58	07.10.2018 in Lubmin
Marvin Gimsa (2001)	23:16	28.03.2015 in Ueckermünde
Steven Ruhs (2001)	24:31	15.03.2015 in Neubrandenburg
Ben Beckmann (2003)	25:48	05.05.2018 in Neubrandenburg
Hendrik Schwarz (2003)	25:57	07.10.2018 in Lubmin
Henning Schult (2001)	26:55	11.10.2015 in Lubmin
Mark Beckmann (2003)	28:08	01.04.2017 in Ueckermünde

10.000 m / 10 km:

Martin Töpfer (1986)	36:38	09.09.2001
Stefan Anna (1982)	37:59	15.11.1997 in Graal Müritz
Giso Tepper (1980)	39:24	24.06.1995 in Schwerin
Falk Wiskow (1980)	39:47	08.04.1995 in Warnemünde
Nepomuk Traeger (2003)	41:58	16.06.2018 in Neubrandenburg
Toni Wendel (1995)	53:37	10.10.2009 in Prerow

15km:

Nino Biemann (1980)	57:24	21.10.1995 in Röbel
Giso Tepper (1980)	59:50	17.06.1995 in Neubrandenburg
Falk Wiskow (1980)	1:01:29	17.06.1995 in Neubrandenburg

Stundenlauf:

Martin Töpfer (1986)	15.100 m	13.04.2001 in Neustrelitz
Nino Biemann (1980)	13.100 m	05.11.1995 in Neubrandenburg

M U 18**3.000 m / 3 km:**

Stefan Berndt (1987)	9:27,57	04.01.2004 in Rostock (Halle)
Martin Töpfer (1986)	9:38,28	29.05.2003 in
Erik Kirchhefer (2000)	09:49,18	05.06.2016 in Neubrandenburg (Bahn)
Hendrik Schwarz (2003)	14:21	22.08.2019 in Neubrandenburg

5.000 m / 5 km:

Stefan Berndt (1987)	16:04	14.07.2004 Bornholm (S)
Martin Töpfer (1986)	17:23,94	31.05.2003 in
Erik Kirchhefer (2000)	17:25	28.05.2016 in Güstrow (Bahn)
Nino Biemann (1980)	17:59	13.06.1996 in Neubrandenburg
Erik Kirchhefer (2000)	18:22	16.04.2016 in Waren
Stefan Anna (1982)	18:56	21.03.1998 in Neubrandenburg
David Tober (2002)	19:10	17.03.2019 in Neubrandenburg
Sascha Wüstemann (1987)	19:28	23.10.2004 in Lübtheen
Ole Petter (2002)	19:34	30.03.2019 in Ueckermünde
Luca Schendel (2000)	19:35	08.07.2017 in Güstrow (Bahn)
Ole Petter (2002)	21:30	30.06.2019 in Wismar (Bahn)
Luca Schendel (2000)	21:40	20.03.2016 in Neubrandenburg
Nepomuk Traeger (2003)	21:45	17.03.2019 in Neubrandenburg
Hendrik Schwarz (2003)	25:43	30.03.2019 in Ueckermünde
Henning Schult (2001)	26:49,9	31.05.2017 in Waren (Bahn)
Henning Schult (2001)	27:11	06.05.2017 in Neubrandenburg

10.000 m / 10km:

Stefan Berndt (1987)	33:20	07.03.2004 in Wittenburg
Martin Töpfer (1986)	35:11	21.06.2003 in Mühlenhof

Andreas Günther(1982)	37:13	24.04.1999 in Warnemünde
Nino Biemann (1980)	37:14	21.09.1996 in Schwaan
Sebastian Schuldt(1982)	37:44	25.09.1999 in Warnemünde
David Tober (2002)	38:30	27.04.2019 in Warnemünde
Stefan Anna (1982)	38:43	01.03.1998 in Wittenburg
Erik Kirchhefer (2000)	38:56	08.10.2017 in Lubmin
Sascha Wüstemann(1987)	39:36	18.09.2004 in Schwaan
Thomas Geyer (1982)	39:46	25.09.1999 in Schwaan
Luca Schendel (2000)	40:11	17.06.2017 in Neubrandenburg
Ole Petter (2002)	41:21	27.04.2019 in Warnemünde
Hendrik Schwarz (2003)	56:11	22.06.2019 in Neubrandenburg
Henning Schult (2001)	1:05:44	28.04.2018 in Warnemünde

15 km:

Stefan Berndt (1987)	52:11	10.10.2004 in Lübtheen
Martin Töpfer (1986)	53:58	06.04.2003 in Schwerin
Nino Biemann (1980)	56:36	25.08.1996 in Torgelow
Sascha Wüstemann (1987)	1:02:32	10.10.2004 in Lübtheen

Halbmarathon:

Stefan Berndt (1987)	1:16:45	24.10.2004 in Dresden
Martin Töpfer (1996)	1:22:48	06.09.2003 in Wolgast
Nino Biemann (1980)	1:30:45	31.08.1996 in Sternberg

Stundenlauf:

Stefan Berndt (1987)	17.020 m	06.11.2004 in Anklam (LR)
Martin Töpfer (1984)	16.250 m	18.04.2003 in Neustrelitz
Thomas Geyer(1982)	15.020 m	24.10.1999 in Neubrandenburg
Sascha Wüstemann (1987)	14.850 m	14.10.2004 in Neubrandenburg

M U 20**1.500 m / 1,5 km:**

Stefan Berndt (1987)	3:58;92	04.02.2006 in Neubrandenburg (Halle)
----------------------	---------	--------------------------------------

3.000 m / 3 km:

Stefan Berndt (1987)	8:31;46	05.02.2006 in Neubrandenburg (Halle)
Martin Töpfer (1986)	9:45;24	21.05.2004 in Bautzen
Luca Schendel (2000)	10:52;73	28.08.2018 in Neubrandenburg (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Stefan Berndt (1987)	15:05;63	29.07.2005 in Braunschweig
Martin Töpfer (1986)	17:10;32	22:05.2004 in Bautzen
Thomas Geyer(1982)	17:36	15.06.2000 in
Sascha Wüstemann(1987)	18:16	16.06.2005 in Neubrandenburg
Florian Eckelt (1984)	18:45	11.03.2001 in Celle
Luca Schendel (2000)	18:51	25.03.2018 in Ueckermünde

Georg Tremper (1988)	22:10	01.04.2006 in Ueckermünde
Jan-Thomas Betcher (1998)	26:01	20.03.2016 in Neubrandenburg

10.000 m /10 km:

Stefan Berndt(1987)	32:23	17.06.2006 in Regensburg (Bahn)
Nino Biemann (1980)	35:40	07.03.1999 in Wittenburg
Martin Töpfer (1986)	35:48;79	23.05.2004 in Bautzen (Bahn)
Paul Schnee (1996)	38:28	26.04.2012 in Warnemünde
Sascha Wüstemann(1987)	38:50	06.03.2005 in Wittenburg
Florian Eckelt (1984)	39:55	03.03.2002 in Wittenburg
Luca Schendel (2000)	40:15	06.05.2018 in Berlin
Erik Kirchhefer (2000)	40:33	16.06.2018 in Neubrandenburg
Georg Tremper (1988)	46:58	14.10.2007 in Villejuif (F)

Jan-Thomas Betcher (1998) 55:18 18.06.2016 in Neubrandenburg

15km:

Stefan Berndt (1987) 51:13 19.03.2006 in Neubrandenburg
 Martin Töpfer (1986) 55:51 14.03.2004 in Celle
 Nino Biemann (1980) 56:17 23.08.1998 in Torgelow
 Sascha Wüstemann(1987) 1:02:44 16.04.2005 in Schwerin

20km:

Martin Töpfer (1986) 1:17:09 13.03.2005 in Celle

Halbmarathon:

Stefan Berndt (1987) 1:13:41 23.10.2005 in Dresden (LR)
 Nino Biemann (1980) 1:27:25 19.06.1999 in Neubrandenburg
 Florian Eckelt (1984) 1:29:24 07.09.2002 in Wolgast
 Felix Milatz (1987) 1:36:52 06.05.2006 in Neubrandenburg
 Luca Schendel (2000) 2:23:26 12.05.2019 in Berlin

25km

Stefan Berndt(1987) 1:29:59 16.09.2006 in Schwaan

Marathon:

Stefan Berndt (87) 2:55:13 22.10.2006 in Dresden
 Felix Milatz (87) 3:29:36 01.04.2006 in Ueckermünde

Stundenlauf:

Stefan Berndt (1987) 16.960 m 25.03.2005 in Neustrelitz
 Martin Töpfer (1986) 16.350 m 14.10.2004 in Neubrandenburg
 Sascha Wüstemann(1987) 14.910 m 25.03.2005 in Neustrelitz

M 20**3.000 m / 3 km:**

Shenja German (1966) 8:53;01 10.01.1993 in Rostock (Halle)
 Jan-Peter Weiß (1968) 8:59;04 12.01.1992 in Rostock (Halle)
 Zeru Mekonen (1993) 09:27;59 15.12.2018 in Neubrandenburg (Bahn)
 Jan Wüstemann(1985) 10:25;92 08.01.2006 in Rostock (Halle)

5.000m / 5km:

Jan – Peter Weiß (1968) 15:28 14.06.1992 in Neubrandenburg
 Stefan Berndt (1987) 16:02 07.04.2007 in USA
 Zeru Mekonen (1993) 17:03 04.05.2019 in Neubrandenburg
 Tino Borchert (1978) 17:20 15.10.2005 in Waren
 Thomas Geyer (1982) 17:35 25.02.2006 in Waren
 Florian Eckelt (1984) 18:03 25.02.2006 in Waren
 Jan Wüstemann(1985) 18:56 01.04.2006 in Ueckermünde
 Rico Steinhöfel (1992) 18:57 31.03.2012 in Ueckermünde
 Malte Haack (1988) 19:05 01.03.2014 in Güstrow
 Bernd Wilke (1965) 19:32 30.06.1990 in Neubrandenburg
 Steffen Kaufmann(1984) 21:00 19.03.2006 in Neubrandenburg
 Sebastian Günther (1985) 23:06 07.04.2012 in Thiessow

10.000 m /10 km:

Shenja German (1966) 31:51 20.03.1993 in Berlin
 Jan-Peter Weiß (1968) 32:36 06.05.1995 in Greifswald
 Stefan Berndt (1987) 32:47 15.04.2007 in Freital
 Zeru Mekonen (1993) 34:52 07.10.2018 in Lubmin
 Christof Hausmann(1984) 35:05 22.10.2005 in Lubmin
 Tino Borchert (1978) 35:42 30.04.2005 in Warnemünde
 Rico Steinhöfel (1992) 35:48 25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
 Anbes Kidane (1995) 35:38 05.03.2017 in Wittenburg

Thomas Geyer (1982)	36:15	13.05.2006 in Chemnitz
Florian Eckelt (1984)	36:54	23.10.2004 in Lübtheen
Rico Steinhöfel (1992)	37:21	27.04.2012 in Warnemünde
Zeru Mekonen (1993)	37:23,82	30.06.2019 in Wismar (Bahn)
Norbert Heinrich (1968)	37:30	10.08.1997 in Steinhagen
Rico Steinhöfel (1992)	37:21	26.05.2012 in Güstrow (Bahn)
Jan Wüstemann (1985)	38:12	29.04.2006 in Warnemünde
Sascha Wüstemann(1987)	39:23	10.10.2009 in Neubiberg
Markus Grigat (1973)	39:45	03.08.2002 in Berlin
Steffen Kaufmann (1982)	40:23	11.05.2006 in Neubrandenburg
Malte Haack (1988)	41:20	26.04.2012 in Warnemünde
Bernd Wilke (1965)	41:23	08.03.1992 in Celle
Lucas Wellenbrock (1994)	43:40	13.10.2019 in Lubmin
Enrico Müller (1991)	43:45	28.05.2016 in Güstrow (Bahn)
Jan Diederich (1981)	43:59	29.08.2010 in Bützow
Enrico Müller (1991)	45:04	26.01.2019 in Torgelow
Maik Spietz (1988)	45:12	14.06.2014 in Neubrandenburg
Sebastian Günther (1985)	47:30	01.10.2011 in Kap Arkona
Maik Szokolinski (1987)	48:40	13.10.2013 in Lubmin
Lucas Wellenbrock (1994)	55:24,05	30.06.2019 in Wismar (Bahn)
Georg Tremper (1988)	55:28	21.06.2008 in Neubrandenburg

15 km:

Stefan Berndt (1987)	50:15	01.04.2007 in USA
Jürgen Thiele (1964)	50:17	13.03.1993 in Neubrandenburg
Shenja German (1966)	50:47	14.03.1992 in Neubrandenburg
Jan – Peter Weiß (1968)	50:49	06.07.1991 in Schwerin
Christof Hausmann(1984)	53:03	08.04.2006 in Schwerin
Zeru Mekonen (1993)	54:26	25.05.2019 in Jatznick
Nino Biemann (1980)	55:14	18.03.2001 in Neubrandenburg
Anbes Kidane (1995)	55:15	24.09.2016 in Baabe
Tino Borchert (1978)	55:20	16.04.2005 in Schwerin
Florian Eckelt (1984)	57:14	10.10.2004 in Lübtheen
Jan Wüstemann(1985)	57:55	24.06.2006 in Jatznick
Markus Prasdorf (1973)	58:17	29.06.2002 in Mühlenhof
Rico Steinhöfel (1992)	1:05:18	14.04.2012 in Schwerin
Remo Hillmann (1979)	1:09:54	16.03.2008 in Neubrandenburg
Enrico Müller (1991)	1:11:49	18.03.2018 in Neubrandenburg
Sebastian Günther (1985)	1:19:07	26.06.2010 in Jatznick
Jan Diederich (1981)	1:06:53	03.10.2010 in Lübtheen

20 km:

Shenja German (1966)	1:06:53	27.03.1993 in Rostock
Jan-Peter Weiß (1968)	1:08:12	31.05.1997 in Güstrow
Jürgen Thiele (1964)	1:08:45	14.11.1993 in Grimmen
Nino Biemann (1980)	1:14:32	11.03.2001 in Celle
Martin Töpfer (1986)	1:15:32	12.03.2006 in Celle
Tino Borchert (1978)	1:24:46	26.04.2003 in Warnemünde
Jan Wüstemann(1985)	1:29:36	04.06.2005 in Güstrow
Enrico Müller (1991)	1:34:38	11.06.2016 in Güstrow

Halbmarathon:

Shenja German (1966)	1:10:56	18.07.1993 in Wismar
Jürgen Thiele (1964)	1:11:00	12.06.1993 in Neubrandenburg
Stefan Berndt (1987)	1:11:49	24.02.2007 in Waren
Jan – Peter Weiß (1968)	1:12:20	11.05.1996 in Neubrandenburg
Anbes Kidane (1995)	1:17:41	17.06.2017 in Neubrandenburg
Tino Borchert (1978)	1:19:16	07.05.2005 in Neubrandenburg
Christof Hausmann(1984)	1:19:42	07.05.2005 in Neubrandenburg
Florian Eckelt (1984)	1:23:00	07.05.2005 in Neubrandenburg
Thomas Geyer (1982)	1:23:25	06.05.2006 in Neubrandenburg
Martin Töpfer (1986)	1:24:06	06.05.2006 in Neubrandenburg

Markus Grigat (1973)	1:24:39	19.06.1999 in Neubrandenburg
Richard Langbecker(1985)	1:28:18	13.05.2007 in Rostock
Jan Wüstemann(1985)	1:29:40	06.05.2007 in Darrss
Rico Steinhöfel (1992)	1:29:54	03.05.2014 in Neubrandenburg
Sascha Wüstemann(1987)	1:31:52	05.09.2009 in Wolgast
Enrico Müller (1991)	1:37:00	06.05.2017 in Neubrandenburg
Jan Diederich (1981)	1:39:37	16.10.2010 in Amsterdam (NL)
Remo Hillmann (1979)	1:43:30	28.03.2009 in Ueckermünde
Sebastian Günther (1985)	1:55:44	08.05.2010 in Binz

25 km:

Jan – Peter Weiß (1968)	1:27:16	15.09.1991 in Schwaan
Stefan Berndt (1987)	1:31:55	06.05.2007 in Berlin
Nino Biemann (1980)	1:35:51	12.11.2000 in Quickborn
Tino Borchert (1978)	1.40:27	17.09.2005 in Schwaan
Enrico Müller (1991)	2:02:35	23.02.2019 in Waren

Marathon:

Jan – Peter Weiß (1968)	2:30:52	28.09.1997 in Berlin
Stefan Berndt (1987)	2:42:24	16.06.2007 in Neubrandenburg
Nino Biemann (1980)	2:44:04	08.05.2005 in Hannover
Shenja German (1966)	2:52:19	27.09.1992 in Berlin
Tino Borchert(1978)	2:59:16	11.06.2005 in Neubrandenburg
Markus Prasdorf (1973)	3:11:45	29.09.2002 in Berlin
Markus Grigat (1973)	3:16:32	29.09.2002 in Berlin
Richard Langbecker (1985)	3:17:45	17.06.2006 in Neubrandenburg
Thomas Geyer (1982)	3:18:33	21.04.2002 in Turin (I)
Enrico Müller (1991)	4:22:12	01.04.2017 in Ueckermünde

Stundenlauf:

Shenja German (1966)	18.100 m	09.04.1993 in Neustrelitz
Jan-Peter Weiß (1968)	17.949 m	17.09.1994 in Rostock
Jürgen Thiele (1964)	17.580 m	13.05.1993 in Neubrandenburg
Tino Borchert (1978)	15.650 m	25.03.2005 in Neustrelitz
Thomas Geyer(1982)	15.650 m	14.04.2006 in Neustrelitz
Nino Biemann (1980)	15.600 m	13.04.2001 in Neustrelitz
Florian Eckelt (1984)	15.450 m	14.04.2006 in Neustrelitz
Jörg Knospe (1957)	15.160 m	23.11.1986 in Neubrandenburg
Steffen Kaufmann	14.100 m	16.10.2008 in Neubrandenburg
Jan Wüstemann (1985)	14.000 m	14.04.2006 in Neustrelitz
Enrico Müller (1991)	12.500 m	06.09.2017 in Eggesin

M 30**3.000 m / 3 km:**

Jan – Peter Weiß (1968)	8:57;33	13.05.1998 in
Sebastian Günther (1985)	12:44,81	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Christoph Sten (1969)	17:10	23.02.2002 in Waren
Jörg Knospe (1957)	18:14;2	17.09.1989 in Neubrandenburg
Jens Rossa (1973)	19:27	16.10.2004 in Waren
Olaf Henkel (1975)	21:21	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Sebastian Günther (1985)	22:10	12.10.2019 in Neubrandenburg
Christian Feuer (1980)	24:25	20.03.2011 in Neubrandenburg

10.000 m /10 km:

Jürgen Thiele (1964)	31:47	12.03.1995 in Celle
Jan-Peter Weiß (1968)	31:48	23.05.1998 in Rostock
Christoph Sten (1969)	32:37	03.03.2002 in Wittenburg
Thomas Peucker (1966)	32:44	01.05.1999 in Greifswald

Thomas Zech (1962)	36:51	02.01.1993 in Burow
Tino Borchert(1978)	37:43	30.08.2009 in Ivenack
David Manthey (1984)	37:46	28.08.2016 in Ivenack
David Manthey (1984)	38:02	23.05.2015 in Güstrow (Bahn)
Jörg Knospe (1957)	38:08,45	15.09.1991 in Neubrandenburg
Olaf Henkel (1975)	38:16	20.10.2007 in Lubmin
Ronny Fritsche (1971)	39:28	23.10.2004 in Lubmin
Markus Prasdorf (1973)	40:01	21.10.2006 in Lubmin
Sascha Wüstemann(1987)	40:09	25.03.2017 in Calw
Remo Hillmann (1979)	40:16	13.08.2011 in Güstrow
Jens Rossa (1973)	40:23	07.08.2005 in Neetzka
Ralf Lohmann (1979)	42:00	08.06.2013 in Neubrandenburg
Markus Grigat (1973)	42:35	19.04.2007 in Neubrandenburg
Sascha Olthoff (1973)	42:55	02.06.2007 in Neubrandenburg
Andreas Walendy (1982)	43:05	31.12.2013 in Chemnitz
Sebastian Günther (1985)	43:59	01.07.2018 in Steinhagen
Jan Diederich (1981)	45:36	23.10.2011 in Lubmin
Sebastian Günther (1985)	46:06,97	02.06.2018 in Rostock (Bahn)
Christian Feuer (1980)	47:29	17.05.2011 in Neubrandenburg
Maik Szokolinski (1987)	55:39	17.06.2017 in Neubrandenburg

15 km:

Jürgen Thiele (1964)	48:24	21.10.1995 in Röbel
Thomas Peucker (1966)	51:26	21.03.1999 in Neubrandenburg
Christoph Sten (1969)	51:50	30.06.2001 in Mühlenhof
Jan-Peter Weiß (1968)	53:46	10.03.2002 in Neubrandenburg
Gero Schreiber (1966)	54:34	21.03.1999 in Neubrandenburg
Thomas Zech (1962)	55:43	21.10.1995 in Röbel
Jörg Knospe (1957)	56:54	04.11.1990 in Röbel
Olaf Henkel (1975)	57:29	12.04.2008 in Schwerin
David Manthey (1984)	58:34	11.04.2015 in Schwerin
Ronny Fritsche (1971)	59:25	16.10.2004 in Waren
Jens Rossa (1973)	59:52	23.07.2005 in Ueckermünde
Sascha Olthoff(1973)	1:04:23	14.04.2007 in Schwerin
Andreas Walendy (1982)	1:08:31	12.04.2014 in Schwerin
Remo Hillmann (1979)	1:10:37	20.03.2011 in Neubrandenburg
Sebastian Günther (1985)	1:10:55	22.09.2018 in Baabe
Jan Diederich (1981)	1:11:09	26.02.2011 in Waren

20 km:

Jürgen Thiele (1964)	1:07:37	03.06.1995 in Güstrow
Jan-Peter Weiß (1068)	1:11:58	24.03.2002 in Diedrichshagen
Christoph Sten (1969)	1:13:30	26.05.2002 in Güstrow
Jörg Knospe (1957)	1:17:29	16.09.1990 in Templin
Jens Rossa (1973)	1:24:13	20.02.2005 in Berlin
Sebastian Günther (1985)	1:42:56	01.06.2019 in Güstrow
Andreas Walendy (1982)	1:43:11	15.06.2013 in Güstrow

Halbmarathon:

Shenja German (1966)	1:06:44	12.08.2000 in Tschaikowski
Jürgen Thiele (1964)	1:09:25	22.04.1995 in Schwerin
Thomas Peucker(1966)	1:12:21	06.03.1999 in Berlin
Christoph Sten (1969)	1:14:03	05.05.2001 in Neubrandenburg
Jan-Peter Weiß (1968)	1:14:37	09.05.1998 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	1:22:00	01.04.1991 in Ratzeburg
Olaf Henkel (1975)	1:24:57	06.09.2008 in Wolgast
Tino Borchert (1978)	1:25:26	05.09.2009 in Wolgast
Thomas Zech (1962)	1:26:50	18.07.1993 in Wismar
Markus Prasdorf (1973)	1:26:55	07.05.2005 in Neubrandenburg
Ronny Fritsche (1971)	1:27:48	08.05.2004 in Neubrandenburg
Jens Rossa (1973)	1:29:40	03.09.2005 in Wolgast
Sascha Olthoff (1973)	1:34:41	01.09.2007 in Wolgast

Markus Grigat (1973)	1:34:56	05.05.2007 in Neubrandenburg
Andreas Walendy (1982)	1:39:11	01.09.2013 in Halle
Sebastian Günther (1985)	1:42:00	10.06.2018 in Flensburg
Jan Diederich (1981)	1:50:20	17.10.2011 in Stralsund
Sascha Wüstemann(1987)	2:04:13	07.05.2017 in Heilbronn

25 km:

Jürgen Thiele (1964)	1:24:56	26.09.1998 in Schwaan
Shenja German (1966)	1:28:45	26.09.1998 in Schwaan
Christoph Sten (1969)	1:31:29	21.09.2002 in Schwaan
Jörg Knospe (1957)	1:42:12	15.06.1991 in Neubrandenburg
Markus Grigat(1973)	1:44:23	04.05.2003 in Berlin
Olaf Henkel (1975)	1:47:46	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Sascha Olthoff (1973)	2:00:21	24.02.2007 in Waren
Andreas Walendy (1982)	2:00:57	22.02.2014 in Waren

Marathon:

Shenja German (1966)	2:21:05	15.07.2000 in Sarapul (RUS)
Jürgen Thiele (1964)	2:28:18	29.09.1996 in Berlin
Christoph Sten (1969)	2:36:41	21.04.2002 in Turin (I)
Jan-Peter Weiß (1968)	2:51:47	01.04.2001 in Turin (I)
Jörg Knospe (1957)	2:57:31	28.04.1991 in Bremen
Olaf Henkel (1975)	3:06:41	12.10.2008 in Eindhoven (NL)
Jens Rossa (1973)	3:09:23	25.09.2005 in Bremen
Markus Grigat (1973)	3:10:18	22.10.2006 in Dresden
Stefan Schulz (1983)	3:15:12	02.09.2017 in Wolgast
Ronny Fritsche (1971)	3:18:13	02.04.2005 in Ueckermünde
Markus Prasdorf(1973)	3:22:08	08.10.2006 in München
Sascha Olthoff (1973)	3:38:01	17.06.2006 in Neubrandenburg
Andreas Walendy (1982)	3:45:05	20.10.2013 in Dresden

Stundenlauf:

Thomas Peucker (1966)	17.600 m	02.04.1999 in Neustrelitz
Jan-Peter Weiß (1968)	17.160 m	10.04.1998 in Neustrelitz
Christoph Sten (1969)	16.900 m	31.05.2001 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	15.850 m	10.07.1988 in Neubrandenburg
Thomas Zech (1962)	15.650 m	09.04.1993 in Neubrandenburg
Markus Prasdorf (1973)	14.275 m	25.03.2005 in Neustrelitz
Sascha Olthoff (1973)	13.200 m	14.04.2006 in Neustrelitz

M 35**3.000 m / 3 km:**

Shenja German (1966)	8:48,2	18.05.2003 in Perm (RUS)
Thomas Zech (1962)	10:12,69	02.06.2000 in Neubrandenburg
Martin Haacker (1980)	10:49,00	15.12.2018 in Neubrandenburg (Bahn)
Marco Schulz (1980)	11:39	16.09.2015 in Ueckermünde (Bahn)
Tino Borchert(1978)	15:43	31.10.2015 in Stralsund

5.000 m / 5 km:

Shenja German (1966)	15:26;4	18.05.2003 in Perm (RUS)
Thomas Zech (1962)	17:42;81	03.06.2000 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	18:22	05.06.1995 in Rönne/Bornholm (S)
Martin Haacker (1980)	19:01	14.08.2019 in Groß Quassow
Daniel Lapsien (1981)	19:29	05.05.2019 in Lubmin
Tino Borchert(1978)	19:43	15.03.2015 in Neubrandenburg
Ulrich Schulze (1956)	20:12	05.05.1991 in Flensburg
Norbert Hahn (1954)	20:17	24.06.1990 in Neubrandenburg
Gunter Weber (1955)	20:20;6	14.06.1992 in Neubrandenburg

Erwin Bilda (1952)	20:36	25.06.1989 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	21:30	08.06.1991 in Güstrow
10.000 m /10 km:		
Jürgen Thiele (1964)	31:49	01.05.1999 in Greifswald
Shenja German (1966)	32:04	22.06.2002 in Steinhagen
Jan-Peter Weiß (1968)	33:55	02.03.2003 in Wittenburg
Gero Schreiber (1966)	35:45	20.10.2002 in Villejuif (F)
Christoph Sten (1969)	36:02	03.06.2004 in Neubrandenburg
Thomas Zech (1962)	36:06	15.11.1997 in Graal Müritz
Burkhard Schulz (1959)	36:35	13.06.1996 in Neubrandenburg
Holger Kühne (1975)	37:11	13.10.2013 in Lubmin
Jörg Knospe (1957)	37:12	26.11.1995 in Villejuif (F)
Ulf Levermann (1964)	37:45	22.06.2002 in Steinhagen
Alf Röthling (1961)	37:53	01.03.1998 in Wittenburg
Tino Borchert(1978)	37:57	28.08.2016 in Ivenack
Uwe Sommer (1967)	38:15	29.04.2006 in Warnemünde
Michael Gune (1957)	38:44	13.06.1996 in Neubrandenburg
Ronny Fritsche(1971)	38:49	21.10.2006 in Lubmin
Dr. Matthias Kinder (1970)	38:59	30.05.2009 in Güstrow (Bahn)
Martin Haacker (1980)	39:08	22.08.2019 in Neubrandenburg
Thomas Bock(1967)	39:36	17.05.2003 in Waren
Lars Hessel (1967)	39:56	23.10.2004 in Lubmin
Dr. Matthias Kinder (1970)	40:08	21.06.2008 in Neubrandenburg
Olaf Henkel (1975)	41:52	26.04.2012 in Warnemünde
Sascha Olthoff (1973)	42:20	23.10.2011 in Lubmin
Steffen Beier (1975)	42:55	12.10.2014 in Villejuif (F)
Marco Schulz (1980)	42:32	16.01.2016 in Torgelow
Andreas Walendy (1982)	42:52	16.08.2017 Groß Quassow
Marco Schulz (1980)	43:37	06.05.2015 in Ueckermünde (Bahn)
Remo Hillmann (1979)	43:48	15.05.2014 in Neubrandenburg
Sascha Olthoff (1973)	44:11	31.05.2008 in Güstrow (Bahn)
Daniel Lapsien (1981)	44:46	31.08.2019 in Stralsund
15 km:		
Shenja German (1966)	49:40	07.04.2001 in Schwerin
Jürgen Thiele (1964)	49:41	22.08.1999 in Torgelow
Jan – Peter Weiß(1968)	54:35	16.03.2003 in Neubrandenburg
Burkhard Schulz (1959)	55:32	11.10.1998 in Waren
Jörg Knospe (1957)	56:24	31.07.1993 in Ueckermünde
Thomas Zech (1962)	56:55	22.02.1998 in Waren
Ulf Levermann (1964)	57:09	29.06.2002 in Mühlenhof
Lars Hessel (1967)	58:58	08.10.2006 in Lübtheen
Uwe Sommer (1967)	1:00:17	03.09.2006 in Kühlungsborn
Ronny Fritsche (1971)	1:00:42	08.10.2006 in Lübtheen
Dr. Matthias Kinder (1970)	1:04:27	05.07.2008 in Schwerin
Sascha Olthoff (1973)	1:04:29	28.06.2008 in Jatznick
Olaf Henkel (1975)	1:06:13	23.03.2014 in Neubrandenburg
Remo Hillmann (1979)	1:09:09	18.03.2017 in Neubrandenburg
Marco Schulz (1980)	1:09:32	27.06.2015 in Jatznick
Marcus Grigat (1973)	1:10:45	16.03.2008 in Neubrandenburg
Andreas Walendy (1982)	1:11:18	24.06.2017 in Jatznick
Helge Ziemis (1973)	1:13:25	16.03.2008 in Neubrandenburg
20 km:		
Jürgen Thiele (1964)	1:07:57	03.06.2000 in Güstrow
Jan-Peter Weiß(1968)	1:14:00	04.2003 in Dierhagen
Jörg Knospe (1957)	1:17:52	05.09.1992 in Templin
Alf Röthling (1961)	1:20:17	30.05.1998 in Güstrow
Thomas Zech (1962)	1:21:57	26.04.1997 in Warnemünde
Lars Hessel (1967)	1:23:44	04.06.2005 in Güstrow
Ronny Fritsche (1971)	1:27:08	09.06.2007 in Güstrow

Reinhard Jahn (1952)	1:28:14	16.09.1990 in Templin
Norbert Hahn (1954)	1:29:34	16.09.1990 in Templin
Sascha Olthoff (1973)	1:31:20	07.06.2008 in Güstrow
Gunter Weber (1955)	1:32:46	13.11.1994 in Grimmen
Markus Grigat (1973)	1:34:27	06.06.2009 in Güstrow
Andreas Walendy (1982)	2:04:09	31.12.2016 in Gera

Halbmarathon:

Shenja German (1966)	1:05:15	10.08.2003 in Tschaikowski (RUS)
Jürgen Thiele (1964)	1:10:26	08.05.1999 in Neubrandenburg
Burkhard Schulz(1959)	1:19:58	14.06.1997 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	1:20:21	11.09.1994 in Sternberg
Ulf Levermann(1964)	1:23:18	10.05.2003 in Neubrandenburg
Tino Borchert (1978)	1:24:51	28.06.2016 in Neubrandenburg
Ronny Fritsche(1971)	1:26:05	13.05.2007 in Rostock
Dr. Matthias Kinder (1970)	1:26:24	02.05.2009 in Neubrandenburg
Lars Hessel (1967)	1:27:54	07.05.2005 in Neubrandenburg
Olaf Henkel (1975)	1:31:47	06.09.2014 in Wolgast
Sascha Olthoff (1973)	1:33:39	05.09.2009 in Wolgast
Steffen Beier (1975)	1:34:46	02.08.2014 in Berlin
Marcus Grigat (1973)	1:39:17	19.04.2008 in Suhl
Remo Hillmann (1979)	1:43:18	14.06.2014 in Neubrandenburg
Andreas Walendy (1982)	1:45:54	14.10.2017 in Stralsund
Falk Liebe (1980)	2:59:22	18.05.2019 in Karlovy Vary (CZ)

25 km:

Shenja German (1966)	1:26:43	20.09.2003 in Schwaan
Jürgen Thiele (1964)	1:27:58	23.09.2000 in Schwaan
Jörg Knospe (1957)	1:39:13	25.09.1993 in Schwaan
Burkhard Schulz(1959)	1:40:17	26.09.1998 in Schwaan
Thomas Zech (1962)	1:42:07	26.09.1998 in Schwaan
Lars Hessel (1967)	1:43:05	17.09.2005 in Schwaan
Uwe Sommer (1967)	1:43:28	17.09.2005 in Schwaan
Michael Gune (1957)	1:45:15	21.09.1996 in Schwaan
Ulf Levermann (1964)	1:47:47	22.02.2003 in Waren

Marathon:

Shenja German (1966)	2:23:47	12.10.2002 in Sarapul (RUS)
Jürgen Thiele (1964)	2:32:28	07.11.1999 in Berlin
Alf Röhling (1961)	2:59:35	1999 in Turin (I)
Jörg Knospe (1957)	3:00:07	23.04.1995 in Turin (I)
Ulf Levermann (1964)	3:00:34	29.09.2002 in Berlin
Dr. Matthias Kinder (1970)	3:06:20	18.10.2009 in Palma de Mallorca (E)
Ronny Fritsche (1971)	3:08:30	31.03.2007 in Ueckermünde
Lars Hessel (1967)	3:14:19	22.10.2006 in Lausanne (CH)
Thomas Zech (1962)	3:14:49	05.04.1998 in Ueckermünde
Norbert Witte (1962)	3:18:23	08.04.2001 in Paris (F)
Jens Rossa (1972)	3:19:48	12.06.2010 in Neubrandenburg
Sascha Olthoff (1973)	3:29:42	24.04.2010 in Wieck/Darss
Marco Schulz (1980)	3:32:11	17.04.2016 in Tangermünde
Andreas Walendy (1982)	3:34:16	03.09.2017 in Merzig
Thomas Bock (1967)	3:39:56	13.04.2003 in Turin (I)
Andreas Walendy (1982)	3:47:50	07.01.2018 in Kevelaer
Steffen Beier (1975)	3:51:05	14.09.2014 in Wolfsburg
Steffen Lyko (1969)	4:42:43	30.09.2007 in Berlin

Stundenlauf:

Shenja German (1966)	18.225 m	13.04.2001 in Neustrelitz
Jürgen Thiele (1964)	17.900 m	02.04.1999 in Neustrelitz
Burkhard Schulz(1959)	16.500 m	05.06.1997 in Neubrandenburg

Thomas Zech (1962)	15.850 m	16.10.1997 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	15.600 m	06.11.1994 in Neubrandenburg
Norbert Hahn (1954)	14.200 m	13.04.1990 in Neustrelitz
Marco Schulz (1980)	13.160 m	07.09.2016 in Eggesin

M 40**3.000 m / 3 km:**

Stefan Mast (1976)	09:45,27	15.12.2018 in Neubrandenburg (Bahn)
Alexander Bollow (1972)	10:25	19.09.2012 in Ueckermünde (Bahn)
Enrico Neumann (1972)	10:41,43	16.12.2017 in Neubrandenburg (Bahn)
Olaf Henkel (1975)	11:10,41	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Shenja German (1966)	15:47	27.04.2009 in Tschaikowski (RUS)
Klaus Dobbertin (1952)	17:42	19.06.1993 in Parchim
Thomas Zech (1962)	18:02	14.04.2002 in Fleesensee
Dr. Matthias Kinder (1970)	18:40	06.05.2012 in Waren
Alexander Bollow (1972)	19:54	20.09.2015 in Göhren-Lebbin
Lars Hessel (1967)	20:36	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Horst Meitzner (1945)	20:40	30.06.1990 in Neubrandenburg
Norbert Töpfer (1953)	21:11	05.03.1994 in Berlin
Reinhard Biemann(1953)	21:21	07.01.1995 in Burow

10.000 m / 10 km:

Shenja German (1966)	32:34	18.05.2008 in Tschaikowski (RUS)
Maik Schmidt (1971)	33:39	31.05.2014 in Güstrow (Bahn)
Stefan Mast (1976)	35:43	21.07.2019 in Steinhagen
Thomas Zech (1962)	35:46	21.06.2003 in Mühlenhof
Holger Kühne (1975)	36:05	13.10.2019 in Lubmin
Klaus Dobbertin (1952)	36:31	05.03.1995 in Wittenburg
Lars Hessel (1967)	36:48	29.08.2010 in Bützow
Jörg Knospe (1957)	37:18	02.03.1997 in Wittenburg
Uwe Sommer (1967)	37:26	26.04.2008 in Warnemünde
Alexander Bollow (1972)	37:36	04.03.2012 in Wittenburg
Alexander Bollow (1972)	37:53	26.05.2012 in Güstrow (Bahn)
Olaf Henkel (1975)	38:10	09.10.2016 in Lubmin
Burkhard Schulz (1959)	38:22	19.04.2001 in Neubrandenburg
Olaf Henkel (1975)	39:10,23	02.06.2018 in Rostock (Bahn)
Alf Röthling (1961)	39:15	11.04.2002 in Neubrandenburg
Enrico Neumann (1972)	39:37	09.10.2016 in Lubmin
Dr. Matthias Kinder (1970)	39:50	22.04.2010 in Neubrandenburg
Norbert Hahn (1954)	40:13	05.03.1995 in Wittenburg
Enrico Neumann (1972)	41:15	28.05.2016 in Güstrow (Bahn)
Dirk Wenzel (1972)	41:34	09.10.2016 in Lubmin
Ronny Fritsche (1971)	41:58	13.10.2013 in Lubmin
Hans Soltzim (1951)	42:49	06.03.1994 in Wittenburg
Erwin Bilda (1952)	42:56	13.06.1996 in Neubrandenburg
Norbert Töpfer (1953)	43:12	06.03.1994 in Berlin
Gunter Weber (1955)	43:19	20.04.1996 in Rostock
Thomas Bock(1967)	44:18	28.04.2011 in Neubrandenburg
Sascha Olthoff (1973)	44:29	17.07.2016 in Steinhagen
Andreas Segeth (1968)	47:28	18.10.2009 in Karpin
Martin Stirnemann (1967)	49:49	21.06.2008 in Neubrandenburg
Heiko Dittmann (1967)	53:56	18.06.2011 in Neubrandenburg
Steffen Lyko (1969)	54:22	20.06.2009 in Neubrandenburg
Sebastian Schwarz (1973)	56:58	16.07.2017 in Steinhagen
Jörg Christ	58:53	09.05.2010 in Berlin

15 km:

Shenja German (1966)	50:45	28.10.2007 in Ishewsk (RUS)
----------------------	-------	-----------------------------

Maik Schmidt (1971)	54:29	23.03.2014 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	55:19	25.08.1996 in Torgelow
Thomas Zech (1962)	55:46	16.03.2003 in Neubrandenburg
Burkhard Schulz (1959)	56:02	21.03.1999 in Neubrandenburg
Lars Hessel (1967)	56:21	26.06.2011 in Jatznick
Stefan Mast (1976)	56:29	21.09.2019 in Baabe
Alexander Bollow (1972)	56:48	14.04.2012 in Schwerin
Uwe Sommer (1967)	56:48	12.04.2008 in Schwerin
Olaf Henkel (1975)	58:13	21.04.2018 in Schwerin
Alf Röthling (1961)	58:44	29.06.2002 in Mühlenhof
Jörg Knospe (1957)	58:56	11.10.1998 in Waren
Norbert Hahn (1954)	1:00:55	24.06.1995 in Schwerin
Dirk Wenzel (1972)	1:04:56	20.03.2016 in Neubrandenburg
Gunter Weber (1955)	1:04:31	25.08.1996 in Torgelow
Erwin Bilda (1952)	1:05:12	25.08.1996 in Torgelow
Ronny Fritsche (1971)	1:05:35	20.03.2011 in Neubrandenburg
Ulf Levermann(1964)	1:06:25	17.03.2007 in Neubrandenburg
Markus Grigat (1973)	1:06:52	23.03.2014 in Neubrandenburg
Jan-Peter Weiß (1968)	1:06:41	17.03.2012 in Neubrandenburg
Michael Seppelt (1975)	1:07:53	23.09.2017 in Baabe
Sascha Olthoff (1973)	1:09:32	27.06.2015 in Jatznick
Thomas Bock (1967)	1:13:14	21.03.2010 in Neubrandenburg
Frank Schulz (1971)	1:19:27	23.03.2014 in Neubrandenburg
Steffen Lyko (1969)	1:29:21	20.03.2011 in Neubrandenburg

20 km:

Shenja German (1966)	1:07:03	06.06.2010 in Jekaterinburg (RUS)
Klaus Dobbertin (1952)	1:15:52	03.06.1995 in
Lars Hessel (1967)	1:16:00	15.02.2009 in Berlin
Jörg Knospe (1957)	1:19:30	05.06.1999 in Güstrow
Uwe Sommer (1967)	1:21:10	07.06.2008 in Güstrow
Olaf Henkel (1975)	1:20:58	23.02.2019 in Waren
Norbert Hahn (1954)	1:23:00	03.09.1994 in Templin
Georg Litke(1946)	1:23:17	03.06.1989 in Güstrow
Reinhard Jahn(1952)	1:29:02	13.11.1994 in Grimmen
Dirk Wenzel (1972)	1:29:48	11.06.2016 in Güstrow
Norbert Töpfer (1953)	1:31:31	13.11.1994 in Grimmen
Hans Soltzim (1951)	1:32:24	21.08.1994 in Steinhagen
Sascha Olthoff (1973)	1:47:37	30.05.2015 in Güstrow

Halbmarathon:

Shenja German (1966)	1:08:08	21.04.2007 in Nowgorod (RUS)
Maik Schmidt (1971)	1:16:58	03.05.2014 in Neubrandenburg
Stefan Mast (1976)	1:17:38	06.04.2019 in Prag (CZ)
Klaus Dobbertin (1957)	1:18:57	31.08.1997 in Sternberg
Alexander Bollow (1972)	1:21:28	05.05.2012 in Neubrandenburg
Lars Hessel (1967)	1:21:42	04.09.2010 in Wolgast
Burkhard Schulz (1959)	1:21:57	05.05.2001 in Neubrandenburg
Thomas Zech (1962)	1:22:37	10.05.2003 in Neubrandenburg
Alf Röthling (1961)	1:23:00	02.06.2001 in Tesperhude
Uwe Sommer (1967)	1:24:34	01.09.2007 in Wolgast
Jörg Knospe (1957)	1:24:48	21.02.1998 in Waren
Olaf Henkel (1975)	1:25:43	10.06.2018 in Flensburg
Norbert Hahn (1954)	1:26:05	13.05.1995 in Neubrandenburg
Reinhard Jahn (1952)	1:29:40	17.06.1995 in Neubrandenburg
Hans Soltzim (1951)	1:32:51	13.06.1992 in Neubrandenburg
Ulf Levermann (1964)	1:34:38	05.05.2007 in Neubrandenburg
Enrico Neumann (1972)	1:35:10	18.09.2016 in Göhren-Lebbin
Ronny Fritsche (1971)	1:35:28	07.05.2011 in Neubrandenburg
Thomas Bock (1967)	1:35:56	12.06.2010 in Neubrandenburg
Norbert Töpfer (1953)	1:36:11	14.05.1994 in Neubrandenburg
Michael Seppelt (1975)	1:38:40	06.05.2017 in Neubrandenburg

Steffen Beier (1975)	1:43:32	04.05.2019 in Neubrandenburg
Andreas Segeth (1968)	1:45:03	05.09.2009 in Wolgast
Sascha Olthoff (1973)	1:47:32	26.04.2015 in Dresden
Steffen Lyko (1969)	2:00:14	16.10.2010 in Amsterdam (NL)
Mathias Schmidt (1972)	2:07:32	18.06.2016 in Neubrandenburg

25 km:

Klaus Dobbertin (1952)	1:37:43	21.09.1996 in Schwaan
Thomas Zech (1962)	1:40:08	22.02.2003 in Waren
Alf Röthling (1961)	1:42:00	06.05.2001 in Berlin
Lars Hessel (1967)	1:42:30	25.10.2009 in Frankfurt a. M., Zwischenzeit
Jörg Knospe (1957)	1:44:07	13.09.1997 in Kühlungsborn
Norbert Hahn (1954)	1:46:25	24.09.1994 in Schwaan
Olaf Henkel (1975)	1:49:09	05.06.2016 in Puurs (B)
Hans-J. Soltzim(1951)	1:53:48	15.06.1991 in Neubrandenburg

Marathon:

Shenja German (1966)	2:33:10	10.10.2009 in Sarapul (RUS)
Stefan Mast (1976)	2:51:11	03.08.2019 in Rostock
Lars Hessel (1967)	2:53:38	25.10.2009 in Frankfurt a. M.
Thomas Zech (1962)	2:54:03	13.04.2003 in Turin
Maik Schmidt (1971)	2:59:21	14.06.2014 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	2:59:34	30.09.2001 in Berlin
Dr. Matthias Kinder (1970)	3:01:16	16.10.2010 in Amsterdam (NL)
Olaf Henkel (1975)	3:05:29	06.05.2018 in Prag (CZ)
Alf Röthling (1961)	3:06:04	21.04.2002 in Turin (I)
Uwe Sommer (1967)	3:16:20	30.09.2007 in Berlin
Steffen Beier (1975)	3:21:27	18.10.2015 in Dresden
Egbert Vierling (1955)	3:35:22	26.09.1999 in Berlin
Hans Soltzim (1951)	3:37:20	09.1992 in Berlin
Norbert Töpfer (1953)	3:38:58	12.02.1994 in Waren
Ulf Levermann (1964)	3:39:35	31.03.2007 in Ueckermünde
Thomas Bock (1967)	3:48:38	16.10.2010 in Amsterdam (NL)
Andreas Segeth (1968)	4:33:28	20.09.2009 in Berlin
Steffen Lyko (1969)	4:41:20	22.03.2009 in Rom

Stundenlauf:

Shenja German (1966)	17.580 m	23.02.2008 in Tschaikowski (RUS)
Thomas Zech (1962)	16.225 m	18.04.2003 in Neustrelitz
Lars Hessel (1967)	15.810 m	25.08.2010 in Eggesin
Alexander Bollow (1972)	15.575 m	06.04.2012 in Neustrelitz
Klaus Dobbertin (1952)	15.350 m	18.05.1995 in Neubrandenburg
Alf Röthling (1961)	15.150 m	10.10.2002 in Neubrandenburg
Michael Gune (1957)	14.370 m	30.05.1998 in Neubrandenburg
Georg Litke (1946)	14.300 m	19.11.1989 in Neubrandenburg
Dr. Matthias Kinder (1970)	14.190 m	25.08.2010 in Eggesin
Norbert Hahn (1954)	13.900 m	19.05.1994 in Neubrandenburg
Hans Soltzim (1951)	13.850 m	15.11.1992 in Neubrandenburg
Egbert Vierling (1955)	13.850 m	02.04.1999 in Neustrelitz
Norbert Töpfer(1953)	13.445 m	20.04.1994 in Berlin

M 45**3.000 m / 3 km:**

Ulf Levermann (1964)	11:01	23.09.2011 in Ueckermünde (Bahn)
Enrico Müller (1991)	10:41,43	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)
Enrico Müller (1991)	10:50,71	27.08.2019 in Neubrandenburg (Bahn)
Alf Röthling (1961)	11:47	24.09.2010 in Ueckermünde (Bahn)
Thomas Krause (1965)	11:49	17.09.2014 in Ueckermünde (Bahn)
Frank Bromund (1963)	12:56	19.09.2012 in Ueckermünde (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Shenja German (1966)	15:35	10.05.2011 in Tschaikowski (RU)
Christian Kittler (1972)	18:12	30.03.2019 in Ueckermünde
Enrico Müller (1991)	19:11	25.02.2017 in Waren
Rainer Böhm (1959)	19:27	22.01.2005 in Berlin
Jörg Knospe (1957)	19:40	16.03.2003 in Neubrandenburg
Dirk Wenzel (1972)	19:49	30.03.2019 in Ueckermünde
Hartmut Schneider (1943)	19:54,3	16.06.1991 in Neubrandenburg
Uwe Rochow (1960)	21:08	11.04.2009 in Griebenow
Thomas Conrad (1965)	22:48	20.03.2011 in Neubrandenburg
Thomas Getschmann (1967)	22:54	27.02.2016 in Waren
Sascha Olthoff (1973)	24:28	12.10.2019 in Neubrandenburg
Norbert Schuldt (1971)	24:53,6	31.05.2017 in Waren (Bahn)
Norbert Schuldt (1971)	25:26	25.02.2017 in Waren
Michael Stegemann (1965)	27:21	23.03.2014 in Neubrandenburg
Sebastian Schwarz (1973)	27:51	30.03.2019 in Ueckermünde
Thorsten Kockot (1964)	27:53	21.07.2013 in Steinhagen
Martin Stirnemann (1967)	29:57	25.07.2015 in Waren (Tri)

10.000 m /10 km:

Shenja German (1966)	33:19	09.10.2011 in Berlin
Shenja German (1966)	34:43	29.12.2015 in Ishewsk (RU) (Bahn)
Klaus Dobbertin (1952)	36:25	07.03.1999 in Wittenburg
Christian Kittler (1972)	36:37	08.10.2017 in Lubmin
Christian Kittler (1972)	37:11,65	08.07.2017 in Güstrow (Bahn)
Enrico Neumann (1972)	37:58	13.10.2019 in Lubmin
Lars Hessel (1967)	38:15	12.10.2014 in Lubmin
Alf Röthling (1961)	38:29	29.04.2006 in Warnemünde
Alf Röthling (1961)	38:31	30.05.2009 in Güstrow (Bahn)
Uwe Rochow (1960)	38:32	20.10.2007 in Lubmin
Ulf Levermann (1964)	38:35	03.03.2013 in Wittenburg
Uwe Sommer (1967)	39:04	22.07.2012 in Steinhagen
Jörg Knospe (1957)	39:15	28.08.2005 in Bützow
Rainer Böhm (1959)	39:21	07.03.2004 in Wittenburg
Thomas Zech (1962)	39:32	24.05.2008 in Neubrandenburg
Uwe Jorzick (1947)	39:35	26.07.1996 in Heiligenhafen
Enrico Müller (1991)	39:39	07.10.2018 in Lubmin
Ulf Levermann (1964)	40:11	25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
Jörg Bartz (1963)	40:16	16.03.2008 in Falkensee
Hartmut Schneider(1943)	40:43	02.01.1992 in Burow
Thomas Ellguth (1966)	41:39	13.10.2013 in Lubmin
Dietmar Berndt (1959)	41:41	06.03.2005 in Wittenburg
Thomas Ellguth (1966)	42:01	25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
Thomas Krause (1965)	42:31	02.03.2014 in Wittenburg
Thomas Krause (1965)	42:32	31.05.2014 in Güstrow (Bahn)
Dirk Wenzel (1972)	42:35	05.03.2017 in Wittenburg
Egbert Vierling (1955)	43:44	02.03.2003 in Wittenburg
Dirk Wenzel (1972)	43:49,62	08.07.2017 in Wismar (Bahn)
Alexander Bollow (1972)	44:16	25.02.2017 in Waren
Thomas Krause (1965)	44:48	09.05.2012 in Ueckermünde (Bahn)
Thomas Bock (1967)	44:57	11.10.2015 in Lubmin
Thomas Conrad (1965)	45:33	18.06.2011 in Neubrandenburg
Frank Bromund (1963)	45:54	21.10.2012 in Lubmin
Thomas Getschmann (1967)	45:58	28.04.2012 in Warnemünde
Michael Gune (1957)	46:34	06.2005 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	46:35	04.03.2007 in Wittenburg
Matthias Schmidt (1972)	46:54	08.10.2017 in Lubmin
Norbert Schuldt (1971)	49:17	09.10.2016 in Lubmin
Martin Stirnemann (1967)	50:51	27.02.2016 in Waren
Tilo Henning (1971)	51:50	22.06.2019 in Neubrandenburg
Sascha Olthoff (1973)	52:32	22.08.2019 in Neubrandenburg
Sebastian Schwarz (1973)	55:39	01.07.2018 in Steinhagen

Steffen Lyko (1969)	58:18	01.10.2016 in Juliusruh
Heiko Dittmann (1967)	58:49	08.06.2013 in Neubrandenburg

15 km:

Shenja German (1966)	52:02	30.10.2011 in Ishewsk (RU)
Klaus Dobbertin (1952)	55:05	04.05.1997 in
Christian Kittler (1972)	56:46	23.09.2017 in Baabe
Ulrich Weber (1949)	58:54	05.10. in Waren
Uwe Rochow (1960)	59:09	14.10.2006 in Waren
Alf Röthling (1961)	59:45	03.09.2006 in Kühlungsborn
Uwe Jorzick (1947)	59:53	10.03.1996 in Celle
Ulf Levermann (1964)	59:58	26.06.2011 in Jatznick
Lars Hessel (1967)	1:00:14	20.09.2014 in Baabe
Thomas Mäder (1952)	1:00:33	07.10.2001 in Lübtheen
Hartmut Schneider(1943)	1:01:31	04.11.1991 in Röbel
Uwe Sommer (1967)	1:02:11	13.04.2013 in Schwerin
Enrico Neumann (1972)	1:02:23	17.03.2019 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	1:02:32	24.06.2006 in Jatznick
Rainer Böhm (1959)	1:02:34	10.07.2004 in Mönkebude
Thomas Ellguth (1966)	1:05:36	07.10.2012 in Lübthen
Dirk Wenzel (1972)	1:06:14	25.05.2019 in Jatznick
Egbert Vierling (1955)	1:07:40	06.04.2003 in Schwerin
Thomas Krause (1965)	1:08:00	14.04.2012 in Schwerin
Thomas Bock (1967)	1:08:46	23.03.2014 in Neubrandenburg
Dietmar Berndt (1959)	1:08:48	20.03.2005 in Neubrandenburg
Alexander Bollow (1972)	1:10:39	22.04.2017 in Schwerin
Frank Bromund (1963)	1:11:50	22.09.2012 in Baabe
Gerd Burchard (1960)	1:12:52	24.02.2007 in Waren
Mirko Bommont (1967)	1:13:35	23.03.2014 in Neubrandenburg
Thomas Getschmann (1967)	1:15:44	23.03.2014 in Neubrandenburg
Thomas Conrad (1965)	1:16:52	17.03.2012 in Neubrandenburg
Jürgen Schwarz (1966)	1:17:24	23.03.2014 in Neubrandenburg
Martin Stirnemann (1967)	1:18:29	24.09.2016 in Baabe
Mathias Schmidt (1972)	1:19:12	18.03.2018 in Neubrandenburg
Tilo Henning (1971)	1:21:28	17.03.2019 in Neubrandenburg
Andreas Liebow (1973)	1:22:15	17.03.2019 in Neubrandenburg
Sascha Olthoff (1973)	1:22:29	18.03.2018 in Neubrandenburg
Norbert Schuldt (1971)	1:23:49	18.03.2018 in Neubrandenburg
Sebastian Schwarz (1973)	1:27:02	23.06.2018 in Jatznick
Steffen Lyko (1969)	1:30:09	16.09.2017 in Gera

20 km:

Shenja German (1966)	1:09:14	12.04.2014 in Glasow (RU)
Klaus Dobbertin (1952)	1:16:06	31.05.1997 in Güstrow
Jörg Knospe (1957)	1:23:17	26.04.2003 in Warnemünde
Hartmut Schneider(1943)	1:23:29	10.11.1991 in Grimmen
Lars Hessel (1967)	1:23:35	30.05.2015 in Güstrow
Alf Röthling (1961)	1:23:39	06.06.2009 in Güstrow
Ulf Levermann (1964)	1:23:49	15.06.2013 in Güstrow
Uwe Sommer (1967)	1:25:59	15.06.2013 in Güstrow
Uwe Jorzick (1947)	1:26:04	03.06.1995 in Güstrow
Uwe Rochow (1960)	1:26:05	09.06.2007 in Güstrow
Reinhard Jahn (1952)	1:29:56	25.04.1998 in Warnemünde
Thomas Ellguth (1966)	1:31:10	15.06.2013 in Güstrow
Erwin Bilda (1952)	1:31:26	31.05.1997 in Güstrow
Egbert Vierling (1955)	1:32:48	09.03.2003 in Celle
Thomas Krause (1965)	1:41:43	04.06.2011 in Güstrow
Gerd Burchard (1960)	1:43:25	23.02.2008 in Waren
Thorsten Kockot (1964)	2:02:36	05.09.2009 in Templin

Halbmarathon:

Shenja German (1966)	1:11:43	23.07.2011 in Jekatarinenburg (RU)
----------------------	---------	------------------------------------

Shenja German (1966)	1:15:07	20.12.2015 in Ishewsk (RU) (Bahn)
Jürgen Thiele (1964)	1:19:06	10.11.2013 in Berlin
Lars Hessel (1967)	1:21:15	05.05.2012 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	1:21:39	08.05.1999 in Neubrandenburg
Ulrich Weber (1949)	1:22:27	31.08.1996 in Sternberg
Uwe Jorzick (1947)	1:24:05	04.08.1996 in Neustadt/Holstein
Thomas Mäder (1952)	1:24:08	05.05.2001 in Neubrandenburg
Alf Röthling (1961)	1:26:14	07.05.2006 in Wieck/Darss
Enrico Neumann (1972)	1:26:32	04.05.2019 in Neubrandenburg
Ulf Levermann (1964)	1:26:41	04.09.2010 in Wolgast
Thomas Zech (1962)	1:27:05	03.05.2008 in Neubrandenburg
Jörg Bartz (1963)	1:27:43	06.04.2008 in Berlin
Jörg Knospe (1957)	1:27:48	08.05.2004 in Neubrandenburg
Uwe Rochow (1960)	1:27:58	01.09.2007 in Wolgast
Christian Kittler (1972)	1:29:20	30.09.2017 in Juliusruh
Enrico Müller (1991)	1:29:35	07.04.2018 in Prag (CZ)
Rainer Böhm (1959)	1:30:56	08.05.2004 in Neubrandenburg
Hartmut Schneider(1943)	1:31:51	01.09.1991 in Berlin
Uwe Sommer (1967)	1:32:14	21.04.2013 in Wieck/Darss
Reinhard Jahn (1952)	1:33:54	09.05.1998 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	1:34:16	2001 in Berlin
Thomas Krause (1965)	1:34:19	03.05.2014 in Neubrandenburg
Dirk Wenzel (1972)	1:35:27	05.05.2018 in Neubrandenburg
Dietmar Berndt(1959)	1:36:00	07.05.2005 in Neubrandenburg
Egbert Vierling (1955)	1:37:40	06.05.2000 in Neubrandenburg
Thomas Ellguth (1966)	1:37:56	05.05.2013 in Neubrandenburg
Thomas Bock (1967)	1:39:01	02.05.2015 in Neubrandenburg
Fank Bromund (1963)	1:39:50	15.04.2012 in Wien (A)
Thomas Bock (1967)	1:44:03	18.06.2016 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	1:45:32	07.05.2006 in Wieck/Darss
Jürgen Schwarz (1966)	1:47:42	08.06.2013 in Neubrandenburg
Thomas Conrad (1965)	1:50:35	07.05.2011 in Neubrandenburg
Thomas Getschmann (1967)	1:50:55	14.06.2014 in Neubrandenburg
Martin Stirnemann (1967)	1:55:25	02.10.2016 in Brüssel (B)
Matthias Schmidt (1972)	1:55:50	16.06.2018 in Neubrandenburg
Tilo Henning (1971)	1:58:21	12.05.2019 in Berlin
Sascha Olthoff (1973)	2:01:39	22.06.2019 in Neubrandenburg
Udo Lindenborn (1961)	2:01:53	16.10.2010 in Stralsund
Sebastian Schwarz (1973)	2:15:17	07.09.2019 in Wolgast
Steffen Lyko (1969)	2:25:48	23.10. in Dresden

25 km:

Jörg Knospe (1957)	1:43:33	17.09.2005 in Schwaan
Uwe Jorzick (1947)	1:46:19	21.09.1996 in Schwaan
Alf Röthling(1961)	1:46:26	16.09.2006 in Schwaan
Hartmut Schneider (1943)	1:46:28	15.06.1991 in Neubrandenburg
Ulrich Weber (1949)	1:47:33	27.09.1997 in Schwaan
Erwin Bilda (1952)	1:54:39	27.09.1997 in Schwaan
Reinhard Jahn (1952)	1:54:39	27.09.1997 in Schwaan
Thomas Bock (1967)	2:14:48	05.06.2016 in Puurs (B)

Marathon:

Shenja German (1966)	2:39:04	21.10.2012 in Sarapul (RU)
Christian Kittler (1972)	2:53:15	14.10.2017 in Stralsund
Jürgen Thiele (1964)	2:56:20	29.09.2013 in Berlin
Thomas Mäder (1952)	2:57:35	26.03.2000 in Turin (I)
Lars Hessel (1967)	2:57:54	21.04.2013 in Leipzig
Jörg Knospe (1957)	3:02:25	07.08.2005 in Glücksburg
Alf Röthling(1961)	3:11:18	21.10.2006 in Lausanne (CH)
Ulf Levermann (1964)	3:12:50	29.09.2013 in Berlin
Klaus Dobbertin (1952)	3:14:49	05.04.1998 in Ueckermünde
Uwe Rochow (1960)	3:17:12	29.04.2007 in Hamburg

Rainer Böhm (1959)	3:19:07	01.04.2006 in Ueckermünde
Thomas Krause (1965)	3:29:32	19.10.2014 in Dresden
Uwe Jorzick (1947)	3:25:31	23.04.1995 in Turin (I)
Egbert Vierling (1955)	3:25:52	22.03.2003 in Ueckermünde
Thomas Zech (1962)	3:33:44	21.06.2008 in Neubrandenburg
Jürgen Schwarz (1966)	3:36:25	17.10.2015 in Stralsund
Hartmut Schneider (1943)	3:39:18	11.04.1992 in Ueckermünde
Dirk Wenzel (1972)	3:52:02	01.04.2017 in Ueckermünde
Thomas Getschmann (1967)	5:02:51	13.06.2015 in Neubrandenburg

Stundenlauf:

Christian Kittler (1972)	15.650 m	14.04.2017 in Neustrelitz
Klaus Dobbertin (1952)	15.400 m	27.05.1999 in Neubrandenburg
Hartmut Schneider(1943)	14.675 m	10.04.1991 in Neubrandenburg
Alf Röthling(1961)	14.550 m	21.03.2008 in Neustrelitz
Ulf Levermann (1964)	14.530 m	17.08.2011 in Eggesin
Thomas Krause (1965)	14.400 m	27.08.2014 in Eggesin
Uwe Rochow (1960)	14.400 m	22.09.2006 in Dargun
Rainer Böhm (1959)	14.000 m	25.05.2005 in Neustrelitz
Egbert Vierling (1955)	13.600 m	18.04.2003 in Neustrelitz
Mirko Bommont (1967)	13.375 m	18.04.20014 in Neustrelitz
Thomas Krause (1965)	14.400 m	27.08.2014 in Eggesin
Frank Bromund (1963)	12.790 m	03.11.2012 in Anklam
Gerd Burchard (1960)	12.450 m	06.04.2007 in Neustrelitz
Sebastian Schwarz (1973)	10.200 m	30.03.2018 in Neustrelitz

M 50**3.000 m / 3 km:**

Shenja German (1966)	9:45	14.04.2018 in Karch (RU)
Shenja German (1966)	9:53,20	13.02.2016 in Ishewsk (RU) (Bahn)
Uwe Boll (1960)	11:02	18.09.2013 in Ueckermünde (Bahn)
Thomas Krause (1965)	11:53	16.09.2015 in Ueckermünde (Bahn)
Alf Röthling (1961)	12:10	23.09.2011 in Ueckermünde (Bahn)
Michael Fritsch(1963)	14:29,84	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Shenja German (1966)	16:59	27.02.2016 in Tschaikowski (RU)
Uwe Boll (1960)	19:09	06.10.2012 in Groß Quassow
Uwe Boll (1960)	19:27	15.10.2014 in Berlin (Bahn)
Thomas Krause (1965)	20:31	21.02.2015 in Waren
Jörg Knospe (1957)	20:59	20.03.2011 in Neubrandenburg
Thomas Getschmann (1967)	22:06	12.10.2019 in Neubrandenburg
Gerhard Lemke (1955)	23:30	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Thomas Conrad (1965)	23:59	15.03.2015 in Neubrandenburg
Roy Kresse (1963)	24:10	02.10.2016 in Brüssel (B)
Gerd Burchard (1960)	24:51	20.11.2011 in Berlin
Martin Stirnemann (1967)	26:19	31.08.2019 in Stralsund
Michael Fritsch (1963)	28:39	03.04.2016 in Berlin (Zwischenzeit)
Norbert Töpfer (1953)	29:17	16.03.2003
Steffen Laubner (1964)	29:28	20.03.2016 in Neubrandenburg
Steffen Lyko (1969)	31:28	17.03.2019 in Neubrandenburg
Henrik Rehleid (1964)	32:02	18.03.2017 in Neubrandenburg

10.000 m /10 km:

Shenja German (1966)	34:43	29.12.2015 in Ishewsk(Bahn)
Shenja German (1966)	36:29	28.05.2016 in Sarapul (RU)
Alwin Zielke (1943)	37:48	03.03.1997 in Wittenburg
Uwe Jorzick (1947)	38:00	24.10.1997 in Anklam
Peter Hoffmann (1949)	38:10	16.11.2002 in Sewekow
Klaus Dobbertin (1952)	38:27	22.06.2002 in Steinhagen

Jörg Knospe (1957)	38:47	20.10.2007 in Lubmin
Uwe Boll (1960)	39:05	27.08.2011 in Ivenack
Thomas Mäder (1952)	40:03	24.04.2004 in Warnemünde
Thomas Zech (1962)	40:24	01.03.2015 in Wittenburg
Jürgen Thiele (1964)	40:51	23.08.2018 in Trollenhagen
Horst Niemann (1940)	41:03,93	19.09.1992 in Neubrandenburg
Alf Röhling (1961)	41:28	26.02.2011 in Waren
Lars Hessel (1967)	41:49	03.03.2019 in Wittenburg
Thomas Krause (1965)	41:59	05.03.2017 in Wittenburg
Erwin Bilda (1952)	42:59	10.04.2003 in Neubrandenburg
Uwe Rochow (1960)	42:59	29.08.2010 in Bützow
Hans-J. Grambow(1943)	43:02,58	09.10.1993 in Schwerin
Thomas Krause (1965)	43:12	06.05.2015 in Ueckermünde (Bahn)
Uwe Rochow (1960)	43:26	29.05.2010 in Güstrow (Bahn)
Birko Friese (1965)	44:05	29.10.2017 in Koszalin (PL)
Egbert Vierling (1955)	45:31	22.10.2006 in Lubmin
Thomas Schulz (1961)	45:29	11.10.2015 in Lubmin
Udo Lindenborn (1961)	45:45	13.10.2013 in Lubmin
Thomas Getschmann (1967)	46:07	22.06.2019 in Neubrandenburg
Gerhard Lemke (1955)	46:15	02.03.2008 in Wittenburg
Volker Schmidt (1960)	46:36	28.04.2012 in Warnemünde
Fank Bromund (1963)	47:03	11.05.2013 in Greifswald
Gerhard Lemke (1955)	47:49	31.05.2008 in Güstrow (Bahn)
Gunter Weber (1955)	48:32	02.06.2007 in Neubrandenburg
Birko Friese (1965)	48:44	28.05.2016 in Güstrow (Bahn)
Rainer Böhm (1959)	48:59	22.08.2009 in Berlin
Martin Stirnemann (1967)	49:24	23.02.2019 in Waren
Ron Quitenski (1965)	50:33	17.06.2017 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	50:44	24.04.2010 in Warnemünde
Thomas Conrad (1965)	50:51	18.06.2016 in Neubrandenburg
Torsten Griep (1963)	52:55	08.06.2013 in Neubrandenburg
Steffen Laubner (1964)	53:31	18.06.2016 in Neubrandenburg
Jürgen Schwarz (1966)	54:18	23.02.2019 in Waren
Andreas Seidel (1960)	54:51	08.06.2013 in Neubrandenburg
Michael Fritsch(1963)	56:49	03.04.2016 in Berlin (Zwischenzeit)
Roy Kresse (1963)	58:02	17.07.2016 in Steinhagen
Gerald Noack (1959)	1:00:17	08.06.2013 in Neubrandenburg
Jürgen Rutkiewitz (1965)	1:09:59	18.06.2016 in Neubrandenburg
Steffen Lyko (1969)	1:06:21	22.3.19 in Cottbus

15 km:

Shenja German (1966)	55:32	22.02.2016 in Ishewsk
Klaus Dobbartin (1952)	57:13	06.04.2003 in Schwerin
Peter Hoffmann (1949)	57:38	29.06.2002 in Mühlenhof
Alwin Zielke (1943)	57:41	21.10.1995 in
Uwe Jorzick (1947)	57:44	22.08.1999 in Torgelow
Thomas Mäder (1952)	58:42	29.06.2002 in Mühlenhof
Jörg Knospe (1957)	1:00:27	22.09.2007 in Baabe
Uwe Boll (1960)	1:02:35	20.03.2011 in Neubrandenburg
Thomas Krause (1965)	1:06:28	18.03.2017 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	1:07:03	03.09.2006 in Kühlungsborn
Alf Röhling (1961)	1:07:28	22.09.2012 in Baabe
Lars Hessel (1967)	1:05:20	21.04.2018 in Schwerin
Uwe Rochow (1960)	1:08:20	29.05.2010 in Baabe
Gerhard Lemke (1955)	1:09:34	28.06.2008 in Jatznick
Volker Schmidt (1960)	1:09:41	14.04.2012 in Schwerin
Fank Bromund (1963)	1:10:52	13.03.2016 in Celle
Egbert Vierling (1955)	1:11:43	08.10.2006 in Lübtheen
Jürgen Schwarz (1966)	1:11:53	20.03.2016 in Neubrandenburg
Udo Lindenborn (1961)	1:14:26	13.04.2013 in Schwerin
Thomas Schulz (1961)	1:14:11	27.06.2015 in Jatznick
Thomas Getschmann (1967)	1:14:55	18.03.2017 in Neubrandenburg

Birko Friese (1965)	1:13:36	23.09.2017 in Baabe
Thomas Bock (1967)	1:16:05	18.03.2018 in Neubrandenburg
Martin Stirnemann (1967)	1:16:09	13.04.2019 in Schwerin
Thomas Ellguth (1966)	1:19:06	18.03.2017 in Neubrandenburg
Michael Fritsch(1963)	1:22:55	18.03.2017 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	1:25:59	26.06.2010 in Jatznick
Jörg Dörge (1964)	1:26:06	23.03.2014 in Neubrandenburg
Michael Fritsch (1963)	1:27:06	15.03.2015 in Neubrandenburg

20 km:

Shenja German (1966)	1:11:37	09.04.2016 in Glasow (RU)
Uwe Jorzick (1947)	1:17:05	14.08.1999 in Prenzlau
Peter Hoffmann (1949)	1:17:59	26.05.2001 in Güstrow
Alwin Zielke (1943)	1:19:44	26.04.1997 in Warnemünde
Thomas Mäder (1952)	1:22:36	28.04.2001 in Warnemünde
Klaus Dobbertin(1952)	1:22:53	12.02.2005 in Waren
Jörg Knospe (1957)	1:26:28	07.06.2008 in Güstrow
Horst Niemann (1940)	1:28:47	13.06.1992 in Sternberg
Thomas Krause (1965)	1:35:35	11.06.2016 in Güstrow
Egbert Vierling (1955)	1:33:04	11.03.2007 in Celle
Hans-J. Kabisch(1945)	1:33:19	31.05.1997 in Güstrow
Thomas Ellguth (1966)	1:38:22	11.06.2016 in Güstrow
Volker Schmidt (1960)	1:38:25	09.06.2012 in Güstrow
Fank Bromund (1963)	1:39:33	11.06.2016 in Güstrow
Gerhard Lemke (1955)	1:41:08	07.06.2008 in Güstrow
Birko Friese (1965)	1:41:15	11.06.2016 in Güstrow
Thomas Schulz (1961)	1:41:39	30.05.2015 in Güstrow
Jürgen Schwarz (1966)	1:48:18	24.02.2018 in Waren

Halbmarathon:

Shenja German (1966)	1:14:09	14.05.2016 in Nikolo-Beresovka (RU)
Shenja German (1966)	1:15:07	20.12.2015 in Ishewsk (RU)(Bahn)
Jürgen Thiele (1964)	1:16:28	04.06.2016 in Berlin
Peter Hoffmann (1949)	1:23:07	05.05.2001 in Neubrandenburg
Alwin Zielke (1943)	1:23:55	15.06.1996 in Neubrandenburg
Thomas Mäder (1952)	1:24:05	04.05.2002 in Neubrandenburg
Uwe Jorzick (1947)	1:24:53	06.05.2000 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	1:25:00	07.05.2005 in Neubrandenburg
Horst Niemann (1940)	1:28:47	13.06.1992 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	1:30:31	03.05.2008 in Neubrandenburg
Thomas Krause (1965)	1:33:29	02.05.2015 in Neubrandenburg
Alf Röthling (1961)	1:33:30	26.03.2011 in Ueckermünde
Erwin Bilda (1952)	1:34:08	06.09.2003 in Wolgast
Lars Hessel (1967)	1:36:12	09.06.2019 in Kaunas (LT)
Thomas Zech (1962)	1:36:26	06.09.2014 in Wolgast
Egbert Vierling (1955)	1:40:25	05.05.2007 in Neubrandenburg
Gerhard Lemke (1955)	1:41:31	06.04.2008 in Berlin
Fank Bromund (1963)	1:41:45	01.04.2017 in Ueckermünde
Birko Friese (1965)	1:43:06	05.05.2018 in Neubrandenburg
Thomas Getschmann (1967)	1:44:38	30.04.2017 in Dresden
Udo Lindenborn (1961)	1:46:11	02.06.2013 in Potsdam
Volker Schmidt (1960)	1:46:26	01.04.2012 in Berlin
Thomas Schulz (1961)	1:47:56	05.09.2015 in Wolgast
Thomas Bock (1967)	1:48:03	17.06.2017 in Neubrandenburg
Martin Stirnemann (1967)	1:48:46	06.05.2017 in Neubrandenburg
Dirk Bening (1961)	1:49:16	08.09.2013 in Neustrelitz
Gerd Burchard (1960)	1:52:14	02.05.2010 in Neubrandenburg
Thomas Ellguth (1966)	1:54:31	02.10.2016 in Brüssel (B)
Michael Fritsch (1963)	2:00:16	03.04.2016 in Berlin
Jürgen Schwarz (1966)	2:00:47	08.10.2016 in Wenigerode
Ron Quitenski (1965)	2:03:24	22.06.2019 in Neubrandenburg

25 km:

Alwin Zielke (1943)	1:41:30	21.09.1996 in Schwaan
Uwe Jorzick (1947)	1:44:24	06.05.2001 in Berlin
Horst Niemann (1940)	1:49:40	24.06.1990 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	1:53:11	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Michael Fritsch (1963)	2:00:16	03.04.2016 in Berlin
Thomas Mäder (1952)	2:00:19	16.09.2006 in Schwaan
Egbert Vierling (1955)	2:00:32	24.02.2006 in Waren
Erwin Bilda (1952)	2:01:14	16.09.2006 in Schwaan
Gerhard Lemke (1955)	2:07:37	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Fank Bromund (1963)	2:14:52	25.02.2017 in Waren
Jürgen Schwarz (1966)	2:46:56	14.05.2017 in Berlin

Marathon:

Shenja German (1966)	2:54:47	30.09.2017 in Baschkortosan (RU)
Alwin Zielke (1943)	2:55:30	28.09.1997 in Berlin
Thomas Mäder (1952)	3:03:36	21.04.2002 in Turin (I)
Jürgen Thiele (1964)	3:07:05	24.09.2017 in Berlin
Jörg Knospe (1957)	3:11:16	12.10.2008 in Eindhoven (NL)
Uwe Jorzick (1947)	3:13:36	20.09.1997 in Berlin
Shenja German (1966)	3:17:13	07.05.2016 in Krasnojarsk (RU)
Thomas Krause (1965)	3:22:27	23.10.2016 in Dresden
Klaus Dobbertin (1952)	3:22:48	22.01.2005 in Berlin
Thomas Krause (1965)	3:24:03	25.09.2016-11-04 in Berlin
Erwin Bilda (1952)	3:28:51	15.09.2002 in Krems
Egbert Vierling (1955)	3:34:32	07.05.2006 in Wieck/Darss
Fank Bromund (1963)	3:43:51	30.10.2016 in Luzern (CH)
Hans-J. Kabisch (1945)	3:51:07	20.09.1998 in Berlin
Jürgen Schwarz (1966)	3:51:31	18.06.2016 in Neubrandenburg
Lars Hessel (1967)	3:53:25	10.06.2018 in Kaunas (LT)
Thomas Bock (1967)	4:05:35	21.10.2018 in Brügge (B)
Gerhard Lemke (1955)	4:20:37	12.10.2008 in Eindhoven (NL)
Udo Lindenborn (1961)	4:41:20	13.06.2015 in Neubrandenburg
Martin Stirnemann (1967)	4:42:49	26.05.2018 in Oberhof
Michael Fritsch (1963)	4:53:24	24.09.2017 in Berlin

Stundenlauf:

Klaus Dobbertin (1952)	15.600 m	18.04.2003 in Neustrelitz
Peter Hoffmann (1949)	15.080 m	31.08.2001 in Neubrandenburg
Alf Röthling (1961)	14.375 m	27.08.2014 in Eggesin
Alwin Zielke (1943)	14.700 m	05.11.1995 in Neubrandenburg
Hans-J. Kabisch (1945)	14.600 m	05.11.1995 in Neubrandenburg
Horst Niemann (1940)	14.250 m	09.04.1993 in Neustrelitz
Jörg Knospe (1957)	14.240 m	02.04.2010 in Neustrelitz
Uwe Jorzick (1947)	14.100 m	31.05.2001 in Neubrandenburg
Lars Hessel (1967)	13.970 m	24.02.2018 in Eberswalde
Jörg Knospe (1957)	13.850 m	21.03.2008 in Neustrelitz
Erwin Bilda (1952)	13.825 m	18.04.2003 in Neustrelitz
Thomas Krause (1965)	13.800 m	02.09.2015 in Eggesin
Hans-J. Grambow (1943)	13.500 m	05.11.1995 in Neubrandenburg
Thomas Krause (1965)	13.400 m	14.04.2017 in Neustrelitz
Birko Friese (1965)	12.275 m	25.03.2016 in Neustrelitz
Gunter Weber (1955)	12.200 m	25.03.2005 in Neustrelitz

M 55**3.000 m / 3 km:**

Boll, Uwe (1960)	11:16,75	14.06.2017 in Berlin (Bahn)
Jörg Knospe (1957)	12:12	08.05.2013 in Waren (Bahn)
Erwin Bilda (1952)	12:28	26.09.2008 in Ueckermünde (Bahn)
Jörg Knospe (1957)	12:37	23.08.2012 in Trollenhagen

5.000 m / 5 km:

Boll, Uwe (1960)	20:12	06.05.2017 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	20:53	16.05.2013 in Neubrandenburg
Horst Niemann (1940)	22:31	17.06.1995 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	24:13	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit
Udo Lindenborn (1961)	25:52	12.10.2019 in Neubrandenburg
Thomas Zech (1962)	26:33	12.10.2019 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	27:47	12.10.2019 in Neubrandenburg
Roy Kresse (1963)	30:02	18.03.2018 in Neubrandenburg
Peter Lehmann (1959)	35:27	23.03.2014 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	36:42	27.03.2011 in Damm

10.000 m / 10 km:

Jürgen Thiele (1964)	38:48	22.08.2019 in Neubrandenburg
Alwin Zielke (1943)	39:29	01.05.1998 in Greifswald
Uwe Jorzick (1947)	39:45	23.10.2004 in Lübtheen
Ralf Schönberg (1960)	40:23	07.10.2018 in Lubmin
Ulrich Weber (1949)	40:27	31.08.2008 in Bützow
Emil Hertel (1956)	40:40	12.10.2014 in Lubmin
Horst Niemann (1940)	41:25	05.03.1995 in Wittenburg
Uwe Boll (1960)	41:31	17.06.2017 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	41:46	25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
Ulrich Weber (1949)	42:04	31.05.2008 in Güstrow (Bahn)
Detlef Topfstedt (1953)	42:04	12.10.2008 in Lubmin
Jörg Knospe (1957)	42:26	13.10.2013 in Villejuif
Klaus Dobbertin (1952)	43:30	12.10.2008 in Lubmin
Ralf Schönberg (1960)	40:40	21.07.2019 in Steinhagen
Thomas Mäder (1952)	43:39	28.04.2007 in Warnemünde
Hans-J. Grambow (1943)	44:29	22.06.2002 in Steinhagen
Erwin Bilda (1952)	44:03	02.06.2007 in Neubrandenburg
Thomas Schulz (1961)	44:21	08.07.2017 in Anklam
Klaus Dobbertin (1952)	46:50	30.05.2009 in Güstrow (Bahn)
Alf Röthling (1961)	47:13	04.03.2018 in Wittenburg
Udo Lindenborn (1961)	47:40	06.03.2016 in Wittenburg
Gerhard Lemke (1955)	47:52	23.10.2011 in Lubmin
Fank Bromund (1963)	47:55	01.07.2018 in Steinhagen
Gerd Ebert (1955)	47:56	31.05.2014 in Güstrow (Bahn)
Dirk Bening (1961)	48:25	12.05.2018 in Brüssow
Frank Schäfer (1957)	49:54	25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
Frank Schäfer (1957)	50:40	03.03.2013 in Wittenburg
Gerd Ebert (1950)	50:43	02.03.2014 in Wittenburg
Joachim Dreyer (1958)	49:32	08.10.2017 in Lubmin
Dietrich Brockmann (1938)	51:19	26.04.1997 in Warnemünde
Waldemar Seidler (1956)	51:29	11.10.2015 in Lubmin
Andreas Seidel (1960)	51:33	26.07.2015 in Steinhagen
Gerold Neubrandt (1955)	53:52	20.08.2011 in Bützow
Steffen Laubner (1964)	55:19	22.06.2019 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	58:17	29.04.2017 in Warnemünde
Gerald Noack (1959)	58:18	14.06.2014 in Neubrandenburg
Thomas Schulz (1961)	59:11	29.06.2019 in Anklam
Roy Kresse (1963)	1:05:35	06.05.2018 in Berlin
Peter Lehmann (1959)	1:11:35	18.06.2016 in Neubrandenburg
Michael Fritsch (1963)	1:18:55	16.06.2018 in Neubrandenburg

15 km:

Uwe Jorzick (1947)	58:25	06.04.2002 in Schwerin
Alwin Zielke (1943)	58:27	23.08.1998 in Torgelow
Ralf Schönberg (1960)	1:01:53	22.09.2018 in Baabe
Ulrich Weber (1949)	1:02:11	20.09.2008 in Baabe
Emil Hertel (1956)	1:03:54	23.03.2014 in Neubrandenburg
Horst Niemann (1940)	1:04:02	25.08.1996 in Torgelow

Uwe Boll (1960)	1:04:48	20.03.2016 in Neubrandenburg
Detlef Topfstedt (1953)	1:04:51	12.04.2008 in Schwerin
Klaus Dobbertin (1952)	1:05:36	20.09.2008 in Baabe
Erwin Bilda (1952)	1:06:08	26.10.2008 in Alt Ruppin
Jörg Knospe (1957)	1:05:47	11.04.2015 in Schwerin
Thomas Mäder (1952)	1:08:31	17.03.2007 in Neubrandenburg
Thomas Schulz (1961)	1:09:49	24.09.2016 in Baabe
Udo Lindenborn (1961)	1:12:12	20.03.2016 in Neubrandenburg
Fank Bromund (1963)	1:14:39	23.06.2018 in Jatznick
Alf Röthling (1961)	1:14:46	18.03.2018 in Neubrandenburg
Gerd Ebert (1955)	1:14:54	12.04.2014 in Schwerin
Gerhard Lemke (1955)	1:16:31	25.02.2012 in Waren
Joachim Dreyer (1958)	1:21:43	24.06.2017 in Jatznick
Andreas Seidel (1960)	1:22:08	20.03.2016 in Neubrandenburg
Frank Schäfer (1957)	1:22:16	16.04.2016 in Schwerin
Gerd Burchard (1960)	1:23:10	27.02.2016 in Waren
Waldemar Seidler (1956)	1:24:24	15.03.2015 in Neubrandenburg
Gerold Neubrandt (1955)	1:25:46	27.06.2010 in Zingst
Gerd Burchard (1960)	1:28:03	22.04.2017 in Schwerin
Joachim Dreyer (1958)	1:28:39	18.03.2017 in Neubrandenburg
Gerald Noack (1959)	1:35:27	15.03.2015 in Neubrandenburg

20 km:

Alwin Zielke (1943)	1:23:16	25.04.1998 in Warnemünde
Uwe Jorzick (1947)	1:24:10	26.05.2002 in Güstrow
Horst Niemann (1940)	1:28:50	08.04.1995 in Warnemünde
Erwin Bilda (1952)	1:34:01	06.06.2009 in Güstrow
Thomas Schulz (1961)	1:44:35	11.06.2016 in Güstrow
Fank Bromund (1963)	1:51:15	01.06.2019 in Güstrow
Udo Lindenborn (1961)	1:51:37	24.02.2018 in Waren
Jörg Knospe (1957)	1:52:33	12.06.2016 in Lübeck

Halbmarathon:

Uwe Jorzick (1947)	1:23:55	31.03.2002 in Paderborn
Horst Niemann (1940)	1:30:34	31.08.1996 in Sternberg
Ulrich Weber (1949)	1:30:40	03.05.2008 in Neubrandenburg
Ralf Schönberg (1960)	1:34:07	07.07.2018 in Schwerin
Jörg Knospe (1957)	1:34:59	05.05.2013 in Neubrandenburg
Thomas Mäder (1952)	1:35:19	05.05.2007 in Neubrandenburg
Detlef Topfstedt (1953)	1:35:21	20.06.2009 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	1:36:27	31.03.2007 in Ueckermünde
Hans-J. Grambow(1944)	1:37:37	05.05.2001 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	1:39:17	03.05.2007 in Neubrandenburg
Alf Röthling (1961)	1:44:01	25.03.2018 in Ueckermünde
Thomas Schulz (1961)	1:44:28	06.05.2017 in Neubrandenburg
Udo Lindenborn (1961)	1:44:54	06.05.2017 in Neubrandenburg
Gerhard Lemke (1955)	1:45:07	16.10.2010 in Amsterdam (NL)
Gerd Ebert (1955)	1:49:33	03.05.2014 in Neubrandenburg
Fank Bromund (1963)	1:53:41	22.04.2018 in Burg
Dirk Bening (1961)	1:55:12	11.06.2017 in Potsdam
Frank Schäfer (1957)	1:55:24	13.04.2014 in Wien (A)
Andreas Seidel (1960)	1:57:36	24.04.2016 in Dresden
Waldemar Seidler (1956)	2:01:20	26.04.2015 in Dresden
Andreas Seidel (1960)	2:09:27	22.06.2019 in Neubrandenburg
Gerd Burchard (1960)	2:16:59	20.05.2017 in Oberhof

25 km:

Uwe Jorzick (1947)	1:46:28	04.05.2003 in Berlin
Horst Niemann (1940)	1:51:16	21.09.1996 in Schwaan
Hans-J. Grambow (1943)	1:59:14	21.09.2002 in Schwaan
Erwin Bilda (1952)	2:00:30	12.10.2008 in Eindhoven (NL), Zwischenzeit

Udo Lindenborn (1961) 2:10:07 27.02.2016 in Waren

Marathon:

Alwin Zielke (1943)	3:00:38	20.09.1998 in Berlin
Uwe Jorzick (1947)	3:09:38	15.09.2002 in Krems
Thomas Mäder (1952)	3:18:27	31.03.2007 in Ueckermünde
Horst Niemann (1940)	3:23:32	12.05.1996 in Turin (I)
Jörg Knospe (1957)	3:26:50	13.04.2014 in Wien (A)
Erwin Bilda (1952)	3:27:20	12.10.2008 in Eindhoven (NL)
Hans – J. Grambow (1944)	3:31:45	16.09.2001 in Karlsruhe
Dirk Bening (1961)	3:44:19	14.10.2018 in Essen
Dirk Bening (1961)	3:50:14	14.10.2017 in Stralsund
Udo Lindenborn (1961)	4:15:04	18.06.2016 in Neubrandenburg
Thomas Schulz (1961)	4:40:50	03.09.2016 in Wolgast

Stundenlauf:

Horst Niemann (1940)	13.850 m	18.05.1995 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	13.800 m	06.04.2012 in Neustrelitz
Erwin Bilda (1952)	13.000 m	26.08.2009 in Eggesin
Dietrich Brockmann (1938)	12.500 m	16.10.1997 in Neubrandenburg
Peter Ulrich (1942)	11.260 m	11.10.2001 in Neubrandenburg

M 60**3.000 m / 3 km:**

Emil Hertel (1956)	11:10,25	30.09.2017 in Greifswald (Bahn)
Jörg Knospe (1957)	12:15	22.08.2019 in Neubrandenburg
Horst Seppelt (1950)	12:36	10.07.2014 in Waren (Bahn)
Erwin Bilda (1952)	12:56	19.09.2012 in Ueckermünde (Bahn)
Harald Prescher (1955)	13:20,32	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)
Joachim Dreyer (1958)	14:40,02	27.08.2019 in Neubrandenburg (Bahn)
Hans-Joachim Krühne (1955)	15:42,59	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Emil Hertel (1956)	19:37,79	12.06.2016 in Brandenburg
Emil Hertel (1956)	19:35,20	04. – 16.09.2018 in Malaga (E) (Bahn)
Jörg Knospe (1957)	21:12	30.03.2019 in Ueckermünde
Horst Seppelt (1950)	22:25	14.08.2014 in Waren (Bahn)
Horst Seppelt (1950)	22:30	22.05.2014 in Waren
Hans-Joachim Krühne (1955)	25:34	06.05.2017 in Neubrandenburg
Harry Schmidt (1952)	28:10	20.03.2016 in Neubrandenburg
Klaus Dobbertin (1952)	28:33	29.03.2014 in Ueckermünde
Jürgen Dahl (1954)	32:49	23.03.2014 in Neubrandenburg
Hartmut Draber (1950)	34:45	23.03.2014 in Neubrandenburg

10.000 m / 10 km:

Ulrich Weber (1949)	39:15	30.05.2009 in Güstrow (Bahn)
Emil Hertel (1956)	39:58	09.10.2016 in Lubmin
Emil Hertel (1956)	40:16	25.03.2017 in Berlin (Bahn)
Ulrich Weber (1949)	40:56	21.10.2012 in Lubmin
Uwe Jorzick (1947)	41:57	30.08.2009 in Bützow
Horst Seppelt (1950)	42:26	21.02.2015 in Waren
Jörg Knospe (1957)	42:54	08.10.2017 in Lubmin
Manfred Schwengbeck (1937)	43:21	26.04.1997 in Warnemünde
Harald Prescher (1955)	44:22	17.07.2016 in Steinhagen
Harald Prescher (1955)	44:38	28.05.2016 in Güstrow (Bahn)
Horst Seppelt (1950)	46:16	31.05.2014 in Güstrow (Bahn)
Erwin Bilda (1952)	46:47	19.04.2012 in Neubrandenburg
Detlef Topfstedt (1953)	47:16	13.10.2013 in Lubmin
Dietrich Brockmann (1938)	48:01	22.06.2002 in Steinhagen
Horst Niemann (1940)	49:06	24.04.2004 in Warnemünde

Joachim Dreyer (1958)	49:44	01.07.2018 in Lubmin
Klaus Dobbertin (1952)	50:24	25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
Gerd Ebert (1955)	50:00	21.07.2019 in Steinhagen
Waldemar Seidler (1956)	51:31	06.03.2016 in Wittenburg
Hans-Joachim Krühne (1955)	51:39	13.10.2019 in Lubmin
Klaus Dobbertin (1952)	52:18	02.03.2014 in Wittenburg
Harry Schmidt (1952)	53:48	09.10.2016 in Lubmin
Frank Schäfer (1957)	55:35	29.04.2017 in Warnemünde
Gerald Noack (1959)	57:10	11.05.2019 in Schwerin
Peter Ulrich (1942)	57:17	23.02.2002 in Waren
Peter Lutz (1958)	57:42	16.06.2018 in Neubrandenburg
Jürgen Dahl (1954)	1:07:13	14.06.2014 in Neubrandenburg
Klaus-Frank Ernst (1959)	1:11:45	16.11.2019 in Sewekow
Hartmut Draber (1950)	1:12:26	14.06.2014 in Neubrandenburg

15 km:

Emil Hertel (1956)	1:02:57	23.09.2017 in Baabe
Ulrich Weber (1949)	1:04:18	22.09.2012 in Baabe
Jörg Knospe (1957)	1:05:39	23.09.2017 in Baabe
Manfred Schwengbeck (1937)	1:06:53	22.03.1997 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	1:08:27	07.10.2012 in Lübthen
Hans-J. Grambow (1943)	1:10:03	16.03.2003 in Neubrandenburg
Harald Prescher (1955)	1:10:19	24.09.2016 in Baabe
Horst Seppelt (1950)	1:11:00	12.04.2014 in Schwerin
Dietrich Brockmann (1938)	1:16:06	07.04.2001 in Schwerin
Fred Scheel (1955)	1:16:16	15.03.2015 in Neubrandenburg
Detlef Topfstedt (1953)	1:16:49	23.03.2014 in Neubrandenburg
Joachim Dreyer (1958)	1:17:44	13.04.2019 in Schwerin
Waldemar Seidler (1956)	1:18:31	16.04.2016 in Schwerin
Hans-Joachim Krühne (1955)	1:22:44	18.03.2018 in Neubrandenburg
Harry Schmidt (1952)	1:23:55	24.09.2016 in Baabe
Klaus Dobbertin (1952)	1:24:31	11.04.2015 in Schwerin
Gerd Ebert (1955)	1:26:12	17.03.2019 in Neubrandenburg
Peter Lutz (1958)	1:28:09	18.03.2018 in Neubrandenburg

20k m:

Uwe Jorzick (1947)	1:33:46	06.06.2009 in Güstrow
Harald Prescher (1955)	1:35:26	11.06.2016 in Güstrow
Horst Seppelt (1950)	1:35:52	15.06.2013 in Güstrow
Jörg Knospe (1957)	1:36:15	01.06.2019 in Güstrow
Dietrich Brockmann (1938)	1:40:57	05.06.1999 in Güstrow
Erwin Bilda (1952)	1:42:48	30.05.2015 in Güstrow
Joachim Dreyer (1958)	1:58:14	01.06.2019 in Güstrow

Halbmarathon:

Ulrich Weber (1949)	1:27:31	02.05.2009 in Neubrandenburg
Emil Hertel (1956)	1:35:06	07.05.2016 in Neubrandenburg
Hans-J. Grambow (1943)	1:35:56	18.05.2003 in Flensburg
Uwe Jorzick (1947)	1:36:50	16.03.2007 in Paphos (Zypern)
Manfred Schwengbeck (1937)	1:37:02	10.05.1997 in Neubrandenburg
Jörg Knospe (1957)	1:38:31	14.10.2017 in Stralsund
Erwin Bilda (1952)	1:39:03	05.05.2012 in Neubrandenburg
Harald Prescher (1955)	1:40:02	07.05.2016 in Neubrandenburg
Horst Seppelt (1950)	1:41:43	03.05.2014 in Neubrandenburg
Detlef Topfstedt (1953)	1:44:03	23.03.2014 in Kratzeburg
Dietrich Brockmann (1938)	1:46:08	02.02.1999 in Waren
Gerd Ebert (1955)	1:51:29	18.10.2015 in Dresden
Waldemar Seidler (1956)	1:53:54	27.02.2016 in Waren
Joachim Dreyer (1958)	2:03:51	22.06.2019 in Neubrandenburg
Frank Schäfer (1957)	2:04:10	06.05.2017 in Neubrandenburg

25 km:

Uwe Jorzick (1947)	1:55:05	09.05.2010 in Berlin
Erwin Bilda (1952)	2:06:59	25.02.2012 in Waren
Waldemar Seidler (1956)	2:21:57	15.05.2016 in Berlin
Horst Niemann (1940)	2:26:09	06.05.01 in Berlin

Marathon:

Uwe Jorzick (1947)	3:22:16	09.06.2007 in Almati-Medeo (Kasachstan)
Ulrich Weber (1949)	3:29:12	23.03.2013 in Ueckermünde
Jörg Knospe (1957)	3:33:35	29.10.2017 in Frankfurt am Main
Erwin Bilda (1952)	3:41:37	31.03.2012 in Ueckermünde
Harald Prescher (1955)	3:42:11	17.10.2015 in Stralsund
Horst Seppelt (1950)	3:55:09	23.02.2014 in Tokio (J)
Hans-J. Grambow (1943)	3:55:53	14.06.2003 in Neubrandenburg
Dietrich Brockmann (1938)	3:57:08	21.04.2002 in Hamburg
Waldemar Seidler (1956)	4:20:36	09.10.2016 in Lübeck

Stundenlauf:

Manfred Schwengbeck (1937)	13.850 m	05.06.1997 in Neubrandenburg
Horst Seppelt (1950)	13.300 m	18.04.2014 in Neustrelitz
Erwin Bilda (1952)	12.790 m	03.11.2012 in Anklam
Dietrich Brockmann (1938)	12.010 m	31.05.2001 in Neubrandenburg

M65**3.000 m / 3 km:**

Edgar Zabel (1951)	11:33,75	16.12.2017 in Neubrandenburg (Bahn)
Harry Schmidt (1952)	12:49,30	28.08.2018 in Neubrandenburg (Bahn)
Horst Seppelt (1950)	13:36,05	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)
Klaus Dobbertin (1952)	18:03	22.08.2019 in Neubrandenburg

5.000 m / 5 km:

Edgar Zabel (1951)	20:27	11.05.2016 in Waren
Horst Seppelt (1950)	23:11	08.07.2015 in Waren (Bahn)
Dietrich Brockmann (1938)	24:09	26.06.2004 in Fleesensee
Hans-J. Grambow (1943)	25:31	17.03.2012 in Neubrandenburg
Hartmut Draber (1950)	36:55	18.03.2018 in Neubrandenburg

10.000 m /10 km:

Edgar Zabel (1951)	42:14	09.10.2016 in Lubmin
Edgar Zabel (1951)	43:31,98	08.07.2017 in Wismar (Bahn)
Uwe Jorzick (1947)	44:38	22.07.2012 in Steinhagen
Harry Schmidt (1952)	44:50	07.10.2018 in Lubmin
Manfred Lehr (1942)	46:01	26.08.2007 in Bützow
Siegfried Karwat (1940)	46:53	16.09.2006 in Schwaan
Dietrich Brockmann (1938)	46:55	02.03.2003 in Wittenburg
Horst Niemann (1940)	46:56	21.10.2006 in Lubmin
Herbert Krentzlin (1949)	47:24	07.10.2018 in Lubmin
Horst Seppelt (1950)	47:51	06.05.2015 in Ueckermünde (Bahn)
Hans-J. Grambow (1943)	48:33	23.10.2011 in Lubmin
Manfred Schwengbeck (1937)	48:34	27.07.2002 in Ueckermünde
Horst Seppelt (1950)	48:38	23.04.2015 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	48:50	16.07.2017 in Steinhagen
Horst Niemann (1940)	49:53	15.05.2017 in Ueckermünde (Bahn)
Dietrich Brockmann (1938)	50:55	29.04.2006 in Warnemünde
Dr. Peter-Chr. Schultz (1941)	51:57	29.04.2006 in Warnemünde
Hans-Ulrich Soschinka (1943)	1:03:33	12.06.2010 in Neubrandenburg
Hartmut Draber (1950)	1:10:48	17.06.2017 in Neubrandenburg

15 km:

Edgar Zabel (1951)	1:05:56	23.09.2017 in Baabe
--------------------	---------	---------------------

Uwe Jorzick (1947)	1:10:28	30.06.2012 in Jatznick
Harry Schmidt (1952)	1:11:00	22.09.2018 in Baabe
Siegfried Karwat (1940)	1:12:20	08.10.2006 in Lübbtheen
Horst Niemann (1940)	1:13:03	03.09.2006 in Kühlungsborn
Horst Seppelt (1950)	1:16:03	11.04.2015 in Schwerin
Erwin Bilda (1952)	1:16:29	23.09.2017 in Baabe
Manfred Schwengbeck (1937)	1:16:38	10.03.2002 in Neubrandenburg
Dietrich Brockmann (1938)	1:19:04	08.04.2006 in Schwerin
Hans-J. Grambow (1943)	1:21:20	20.03.2011 in Neubrandenburg
Dr. Peter-Chr. Schultz (1941)	1:24:49	03.09.2006 in Kühlungsborn
Hans-Ulrich Soschinka (1943)	1:54:35	21.03.2010 in Neubrandenburg

20 km:

Manfred Lehr (1942)	1:38:30	24.02.2007 in Waren
Horst Niemann (1940)	1:42:19	04.06.2005 in Güstrow
Dietrich Brockmann (1938)	1:45:19	22.05.2004 in Güstrow
Siegfried Karwat (1940)	1:45:44	25.02.2006 in Waren

Halbmarathon:

Ulrich Weber (1949)	1:36:11	29.03.2014 in Ueckermünde, Zwischenzeit
Uwe Jorzick (1947)	1:39:12	16.09.2012 in Usti nad Labem (CZ)
Manfred Lehr (1942)	1:41:12	01.09.2007 in Wolgast
Harry Schmidt (1952)	1:42:07	04.05.2019 in Neubrandenburg
Siegfried Karwat (1940)	1:44:34	07.05.2005 in Wieck/Darss
Horst Seppelt (1950)	1:45:23	02.05.2015 in Neubrandenburg
Dietrich Brockmann (1938)	1:47:02	04.09.2004 in Wolgast
Herbert Krentzlin (1949)	1:48:31	05.05.2018 in Neubrandenburg
Horst Niemann (1940)	1:50:10	03.09.2005 in Wolgast
Hans-J. Grambow (1943)	1:51:09	07.05.2011 in Neubrandenburg
Erwin Bilda (1952)	1:53:03	30.09.2017 in Juliusruh
Dr. Peter-Chr. Schultz (1941)	1:58:49	06.05.2006 in Neubrandenburg
Hans-Ulrich Soschinka (1943)	2:51:21	04.08.2012 in Rostock

25 km:

Uwe Jorzick (1947)	2:01:11	06.05.2012 in Berlin
Horst Niemann (1940)	2:13:41	24.02.2007 in Waren
Dietrich Brockmann (1938)	2:13:42	04.05.2003 in Berlin
Siegfried Karwat (1940)	2:15:02	24.02.2007 in Waren
Dr. Peter-Chr. Schultz (1941)	2:57:43	10.05.2008 in Berlin
Erwin Bilda (1952)	2:59:58	14.05.2017 in Berlin

Marathon:

Ulrich Weber (1949)	3:23:36	29.03.2014 in Ueckermünde
Uwe Jorzick (1947)	3:47:43	14.11.2015 in Jarnac (F)
Dietrich Brockmann (1938)	3:57:14	26.09.2004 in Wörgl /Tirol (A)
Manfred Lehr (1942)	4:05:25	28.10.2007 in Luzern (CH)
Horst Niemann (1940)	4:07:45	07.05.2006 in Wieck/Darss
Erwin Bilda (1952)	4:11:56	24.11.2018 in Florenz (I)
Siegfried Karwat (1940)	4:13:03	30.09.2007 in Berlin
Dr. Peter-Chr. Schultz (1941)	4:59:49	30.09.2006 in Berlin

Stundenlauf:

Manfred Lehr (1942)	12.850 m	06.04.2007 in Neustrelitz
Manfred Schwengbeck (1937)	12.650 m	29.03.2002 in Neustrelitz
Horst Seppelt (1950)	12.375 m	25.03.2016 in Neustrelitz
Erwin Bilda (1952)	11.830 m	06.09.2017 in Eggesin

M 70**3.000 m / 3 km:**

Herbert Krentzlin (1949)	13:17,62	27.08.2019 in Neubrandenburg (Bahn)
--------------------------	----------	-------------------------------------

5.000 m / 5 km:

Dietrich Brockmann (1938)	26:29	12.10.2008 in Lubmin
Siegfried Karwat (1940)	28:51	23.03.2014 in Neubrandenburg

10.000 m /10 km:

Herbert Krentzlin (1949)	47:35	13.10.2019 in Lubmin
Uwe Jorzick (1947)	49:33	23.08.2018 in Trollenhagen
Ulrich Weber (1949)	50:15	10.08.2019 in Poel
Siegfried Karwat (1940)	50:27	02.05.2010 in Neubrandenburg
Uwe Jorzick (1947)	50:34	20.07.2017 in Trollenhagen
Rainer Grabert (1942)	50:54	14.06.2014 in Neubrandenburg
Rainer Grabert (1942)	51:32	25.05.2013 in Güstrow (Bahn)
Hans-J. Grambow (1943)	52:30	09.10.2016 in Lübeck
Dietrich Brockmann (1938)	53:24	26.04.2008 in Warnemünde
Horst Niemann (1940)	56:16	22.07.2012 in Steinhagen
Hans-Ulrich Soschinka (1943)	1:26:05	14.06.2014 in Neubrandenburg

15 km:

Herbert Krentzlin (1949)	1:17:44	13.04.2019 in Schwerin
Siegfried Karwat (1940)	1:21:31	17.03.2012 in Neubrandenburg
Manfred Lehr (1942)	1:22:25	17.03.2012 in Neubrandenburg
Rainer Grabert (1942)	1:23:24	23.03.2014 in Neubrandenburg
Dietrich Brockmann(1938)	1:24:22	12.04.2008 in Schwerin
Hans-Ulrich Soschinka (1943)	2:09:01	23.03.2014 in Neubrandenburg

Halbmarathon:

Uwe Jorzick (1947)	1:45:52	21.10.2018 in Brügge (B)
Siegfried Karwat (1940)	1:45:59	02.05.2010 in Neubrandenburg
Ulrich Weber (1949)	1:48:15	07.09.2019 in Wolgast
Uwe Jorzick (1947)	1:49:32	05.08.2017 in Rostock
Herbert Krentzlin (1949)	1:54:24	04.05.2019 in Neubrandenburg
Hans-J. Grambow (1943)	1:56:45	26.04.2015 in Dresden
Manfred Lehr (1942)	1:58:02	01.04.2012 in Berlin
Horst Niemann (1940)	2:09:04	05.06.2010 in Ulan Bator (Mon)
Hans-Ulrich Soschinka (1943)	3:34:40	26.04.2015 in Dresden

Stundenlauf:

Manfred Schwengbeck (1937) 12.650 m 29.03.2002 in Neustrelitz

M 75**3.000 m / 3 km:**

Siegfried Karwat (1940)	16:44,52	29.08.2017 in Neubrandenburg (Bahn)
-------------------------	----------	-------------------------------------

5.000 m / 5 km:

Rainer Grabert (1942)	25:14,65	08.07.2017 in Wismar (Bahn)
Rainer Grabert (1942)	25:25	01.04.2017 in Ueckermünde
Siegfried Karwat (1940)	27:20	28.03.2015 in Ueckermünde
Siegfried Karwat (1940)	27:42	23.05.2015 in Güstrow (Bahn)

10.000 m /10 km:

Siegfried Karwat (1940)	55:30	11.10.2015 in Lubmin
Horst Niemann (1940)	1:11:27	13.08.2016 in Poel
Horst Völker (1939)	1:14:42	14.06.2014 in Neubrandenburg

Halbmarathon:

Siegfried Karwat (1940)	2:23:58	13.06.2015 in Neubrandenburg
-------------------------	---------	------------------------------

25 km:

Horst Niemann (1940)	3:42:57	05.06.2016 in Puurs (B)
----------------------	---------	-------------------------

M 85

3.000 m / 3 km:

Georg Dähne (1931) 19:24,90 24.03.2019 in Torun (PL) (Bahn)

5.000 m / 5 km:

Georg Dähne (1931) 32:26 17.03.2019 in Neubrandenburg