

TOP-Ten (Männer) des Leichtathletik-Teams auf den Mittel- und Langstrecken

Stand: 08.09.2025

800 m

1:47,20	Brahimi, Amine (ALG)	27.07.2024	Kessel-Lo/BEL
1:51,16	Hebenbrock, Marvin (U20)	19.06.2015	Osterode
1:53,75	Daniel Krüger	12.08.2010	Bergisch Gladbach
1:54,16	Schmitt, Peter	21.06.2002	Rhede
1:54,6	Vennemann, Michael	19.06.1994	Troisdorf
1:55,17	Laukamp, Florian	16.01.2010	Dortmund (H)
1:55,26	Holste, Lutz	19.08.2021	Bergisch Gladbach
1:56,32	Kalhoff, Julian	19.01.2013	Dortmund (H)
1:56,38	Schapdick, Bernd	08.07.1992	Recklinghausen
1:56,5	Wildner, Hendrik	02.08.1995	Dortmund
1:56,8	Pütz, Volker	02.09.1995	Dortmund

1.000 m

2:29,29	Hebenbrock, Marvin (U20)	05.05.2016	Essen
2:29,1	Vennemann, Michael	25.05.1994	Kassel
2:29,37	Schmitt, Peter	14.08.2002	Kreuztal
2:30,57	Dietz, Thorben (mJA)	30.07.2008	Leverkusen
2:30,86	Laukamp, Florian	19.08.2010	Bergisch Gladbach
2:30,91	Holste, Lutz	27.08.2020	Siegburg
2:30,8	Schapdick, Bernd	18.07.1993	Gladbeck
2:31,4	Wildner, Hendrik	23.08.1995	Menden
2:32,2	Schepers, Benedikt	28.07.1995	Menden
2:32,4	Seemann, Rainer	10.07.1994	Gladbeck

1.500 m

3:35,79	Brahimi, Amine (ALG)	13.07.2025	Marseille/Frau
3:50,35	Schmitt, Peter	27.07.2002	Leverkusen
3:52,22	Kalhoff, Julian	02.02.2014	Leverkusen (H)
3:52,94	Schapdick, Bernd	15.06.1997	Hagen
3:53,4	Wildner, Hendrik	04.08.1995	Troisdorf
3:53,65	Krüger, Daniel (mJA)	26.08.2010	Bergisch Gladbach
3:53,73	Duppich, Yannik	28.05.2016	Oordgem/BEL
3:54,41	Dietz, Thorben	19.07.2013	Bottrop
3:56,9	Seemann, Rainer	22.07.1994	Troisdorf
3:57,23	Holste, Lutz	02.09.2021	Bergisch Gladbach

3.000 m

8:12,50	Brahimi, Amine (ALG)	18.05.2025	Blois/Frau
8:13,62	Schapdick, Bernd	20.06.1997	Menden
8:14,52	Dietz, Thorben	05.07.2014	Oerdegem/BEL
8:22,52	Schmitt, Peter	20.07.2002	Cuxhaven
8:23,62	Holste, Lutz	14.08.2021	Huizingen/BEL
8:25,30	Graw, Torsten	02.03.2013	Dortmund (H)
8:26,00	Kohle, Jannek	01.02.2015	Dortmund (H)
8:27,0	Wildner, Hendrik	22.07.1995	Wüpperfürth
8:27,0	Seemann, Rainer	11.09.1993	Dortmund
8:28,56	Krüger, Daniel (mJA)	21.02.2010	Halle (Saale, H)
8:29,2	Schouren, Frank	12.05.1996	Arnsberg

5.000 m

14:20,07	Dietz, Thorben	27.07.2014	Ulm
14:25,61	Schapdick, Bernd	03.06.1998	Kassel
14:26,57	Duppich, Jannik	20.05.2016	Karlsruhe

14:28,61 Kohle, Jannek (U20)
 14:34,17 Seemann, Rainer
 14:35,60 Weiss, Marvin
 14:35,63 Schouren, Frank
 14:46,23 Gallo, Christoph
 14:46,47 Holste, Lutz
 14:59,8 Lemke, Daniel
 15:01,5 Flieger, Malte

23.05.2015 Oerdegem/BEL
 01.08.1997 Troisdorf
 12.09.2024 Bergisch Gladbach
 01.08.1997 Troisdorf
 16.07.2016 Heusden-Zolder
 29.05.2021 Dortmund
 24.06.1997 Kamen
 08.05.1998 Menden

10.000 m

29:55,81 Dietz, Thorben
 30:18,18 Schapdick, Bernd
 30:27,9 Seemann, Rainer
 31:22,24 Flieger, Malte
 31:45,60 Lemke, Daniel
 31:56,73 Krüger, Karsten
 32:08,85 Holste, Lutz
 32:10,94 Scherr, Julius (U20)
 32:55,0 Schepers, Benedikt
 33:01,0 Schulte-Huxel, Hubertus

14.06.2014 Leiden/NL
 29.08.1998 Troisdorf
 26.08.1994 Troisdorf
 19.08.1998 Troisdorf
 23.05.1998 Lindau
 23.04.1999 Menden
 30.04.2022 Rheine
 07.05.2016 Celle
 22.04.1994 Menden
 28.04.2005 Menden

10 km

30:17 Schapdick, Bernd
 30:24 Dietz, Thorben
 30:59 Schouren, Frank
 31:12 Kohle, Jannek
 31:28 Lemke, Daniel
 31:34 Wunderlich, Carsten
 31:35 Gallo, Christophe
 31:36 Seemann, Rainer
 31:37 Holste, Lutz
 31:38 Schmitt, Peter

06.12.1998 Leeds/GB
 14.02.2016 Schoorl/NL
 18.01.1997 Nettetel
 18.04.2015 Lippetal
 08.03.1998 Leverkusen
 07.03.1999 Leverkusen
 10.04.2016 Korschenbroisch
 29.05.1998 Haltern
 07.09.2019 Essen
 30.03.2002 Paderborn

Halbmarathon

1:06:16 Dietz, Thorben
 1:06:45 Schapdick, Bernd
 1:07:35 Gallo, Christophe
 1:08:59 Lemke, Daniel
 1:09:08 Seemann, Rainer
 1:09:12 Wunderlich, Carsten
 1:09:19 Scherr, Julius
 1:09:35 Graw, Torsten
 1:10:06 Flieger, Malte
 1:10:12 Duppich, Yannik

06.09.2015 Bochum
 06.10.1996 Breda/NL
 23.04.2016 Bad Liebenzell
 22.03.1997 Neustadt
 28.03.1998 Potsdam
 27.03.1999 Xanten
 01.10.2017 Köln
 11.11.1972 Trier
 13.09.1997 Traben-Trarbach
 23.04.2016 Bad Liebenzell

Marathon

2:23:04 Dietz, Thorben
 2:26:56 Wunderlich, Carsten
 2:32:37 Schapdick, Bernd
 2:34:02 Flieger, Malte
 2:36:49 Seemann, Rainer
 2:41:53 Zepmeusel, Wolfgang
 2:45,12 Amoneit, Matthias
 2:46:20 Rudnik, Stefan
 2:49:03 Schmitt, Peter
 2:50:08 Schellenberg, Jörn

11.10.2015 Essen
 03.10.1999 Köln
 03.10.1999 Köln
 28.09.1997 Berlin
 03.10.1999 Köln
 25.10.1992 Frankfurt
 24.09.2023 Berlin
 11.04.2010 Rotterdam/NL
 11.05.2003 Dortmund
 18.09.2001 Karlsruhe

3:03:12 Krüger, Walter (M60)

05.10.1997 Köln

3.000 m Hindernis

8:56,40 Krüger, Daniel (U20)

9:19,12 Dietz, Thorben

9:42,75 Göckeritz, Henrik

9:46,41 Krüger, Karsten

9:54,68 Lemke, Daniel

10:11,85 Zens, Lucas

10:19,86 Holste, Lutz

28.06.2009 Göttingen

28.06.2009 Göttingen

29.05.2009 Ochtendung

23.08.1998 Dortmund

24.08.1997 Dormagen

08.07.2012 Recklinghausen

31.05.2017 Gladbeck