

Ewige Bestenliste W55

Leistung	Name	Jahrgang	Verein	Datum	Ort
II. Bestenliste aller Zeiten W55					
3.000-Meter-Lauf					
12:31,44	Gudrun Franzmann	1952	LG Obere Nahe	So. 20.05.2007	Wittlich
12:40,36	Lilo Hartenberger	1950	LG Obere Nahe	Do. 26.05.2005	Bad Kreuznach
13:41,77	Claudia Moser	1958	LAZ Birkenfeld	Fr. 24.04.2015	Birkenfeld
5.000-Meter-Lauf					
22:15,72	Lilo Hartenberger	1950	LG Obere Nahe	Sa. 18.06.2005	San Sebastian/ESP
10-km-Straßenlauf					
43:25	Gudrun Franzmann	1952	LG Obere Nahe	Sa. 19.05.2007	Neunkirchen
45:58	Lilo Hartenberger	1950	LAZ Birkenfeld	So. 13.03.2005	Leiwien