



Senioren M30

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|---------------------------|------------------|--|-------------------|------------------------|
| 100 m | 10,40 s | Gernot Hirscht SV Polizei | 02.08.1972 | Leningrad / RUS |
| 200 m | 21,20 s | Gernot Hirscht SV Polizei | 02.07.1972 | Hamburg |
| 400 m | 48,57 s | Frank Krause Hamburger SV | 31.08.1991 | Hamburg |
| 800 m | 1:51,20 min | Erk Maasch Hamburger SV | 13.06.1972 | Hamburg |
| 1.000 m | 2:25,30 min | Horst Gnüchtel Hamburger SV | 11.06.1977 | Berlin |
| 1.500 m | 3:42,20 min | Erk Maasch Hamburger SV | 12.07.1972 | Hamburg |
| 3.000 m | 8:03,70 min | Erk Maasch Hamburger SV | 24.05.1972 | Lengerich |
| 5.000 m | 13:32,68 min | Arne Gabius LT Haspa Marathon | 13.06.2015 | New York / USA |
| 10.000 m | 27:43,93 min | Arne Gabius LT Haspa Marathon | 29.05.2015 | Eugene / USA |
| Stundenlauf | 19.071 m | Wolfgang Fricke SV Polizei | 04.05.1967 | Bremen |
| 10 km Straße | 28:36 min | Arne Gabius Lauf Team Haspa Marathon | 21.06.2015 | Boston / USA |
| 10km Straße Mannschaft | 1:35:40 h | Turnerbund Hamburg Eilbeck Abellán-Ossenbach - Hiller - Nüser | 21.03.2021 | Dresden |
| 25km Straße | 1:18:49 h | Michael Barkowski Hamburger SV | 04.04.1981 | Neumünster |
| 25 km / Mannschaft | 4:02:54 h | Hamburger SV Deters - Daduna - Barkowski | 11.03.1978 | Bremen |
| Halbmarathon | 1:01:17 h | Labali Abdelhadi Hamburger Laufladen | 15.09.2024 | Hamburg |
| Halbmarathon / Mannschaft | 3:36:39 h | Hamburger SV Smolinski - Matzen - Winzer | 28.02.1993 | Hamburg |
| Marathon | 2:07:34 h | Abdelhadi Labali Hamburger Laufladen | 25.01.2026 | Marrakesh / MAR |
| Marathon / Mannschaft | 7:33:18 h | LAV Hamburg-Nord Schrader - Halisch - Brandes | 25.05.1986 | Hamburg |
| 100km / Mannschaft | 13,39 s | LAV Hamburg-Nord Marquardt - Rheinländer - Hottas | 05.09.1982 | Rheine |
| 110 m Hürden | 13,84 s | Dennis Griese Hamburger SV | 22.06.2008 | Rostock |
| 400m Hürden | 53,9 s | Hans Scheele Hamburger SV | 29.07.1938 | Breslau / POL |
| 3.000m Hindernis | 8:55,1 min | Frank Sonntag Hamburger SV | 18.06.1977 | Lübeck |
| 4x100 m | 43,61 s | LG LAC/SV Polizei Schulz - Schlegel - Gruda - Davids | 10.08.1991 | Ludwigshafen |
| 4x400 m | 3:32,85 min | LG LAC/SV Polizei Schupper - Krempin - Lagodke - Grude | 18.08.1990 | Bad Homburg |
| 4x800 m | 8:30,83 min | LG Hammer Park Haskamp - Köker - Hinz - Albrecht | 10.05.1995 | Hamburg |
| 3x1.000 m | 8:10,08 min | TSG Bergedorf Benecke - Kurtz - Nölting | 11.05.2004 | Hamburg |
| 4x75m Mix- Staffel | 18:55,04 min | Harburger TB Kranaster - Meyer - Pille - Bieneck | 21.05.1997 | Hamburg |
| 10 km Bahngehen | 45:08,6 min | Hermann Schmidt SV Polizei | 25.05.1941 | Berlin |
| 20 km Str. Gehen | 1:31:36 h | Fritz Helms Meiendorfer SV | 18.03.1990 | Hannover |
| 20 km Str. Gehen Mannsch. | 5:00:21 h | Meiendorfer SV Ahrens - Braun - Norden | 21.04.1985 | Bad Oldesloe |
| 50 km Str. Gehen | 4:23:13 h | Fritz Helms Meiendorfer SV | 20.05.1990 | Norderstedt |
| 50 km Str. Gehen Mannsch. | 13:38:47 h | Meiendorfer SV Helms - Hansen - Steinhardt | 20.05.1990 | Norderstedt |
| Hochsprung | 2,10 m | Klaus Blumenstock AMTV Hamburg | 28.07.1990 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 5,60 m | Michael Stolle Hamburger SV | 27.05.2004 | Dessau |
| Weitsprung | 7,88 m | Nils Winter Buxtehuder SV | 05.05.2010 | Bad Langensalza |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|----------------|------------|--|----------------|--------------|
| Dreisprung | 15,43 m | Helmut Heins Hamburger SV | 21.07.1979 | Berlin |
| Kugelstoß | 17,50 m | Dirk Urban LG Wedel-Pinneberg | 24.06.2007 | Büdelsdorf |
| Diskuswurf | 54,28 m | Ralf Mordhorst AT Hamburg | 21.06.2015 | Boston / USA |
| Hammerwurf | 72,70 m | Hans-Martin Lotz Hamburger SV | 04.09.1979 | Hamburg |
| Speerwurf | 64,81 m | Jonas Baseda SV Grün-Weis Harburg | 11.05.2014 | Hamburg |
| Gewicht | 16,32 m | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |
| 5-Kampf | 3.362 Pkt. | Dieter Gerdau SV Polizei | 10.08.1981 | Nürnberg |
| 10-Kampf | 6.339 Pkt. | Klaus Blumenstock AMTV Hamburg | 21./22.05.1990 | Kiel |
| Wurf-Fünfkampf | 3.062 Pkt. | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |
| 24-Stundenlauf | 238.524 m | Marcel Leuze Turnerbund Hamburg Eilbeck | 25.08.2019 | Bottrop |



Senioren M35

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|---------------------------|-------------|--|------------|------------------|
| 100 m | 10,80 s | Ernst Rohrssen Hamburger SV | 15.06.1951 | Växjö / SWE |
| 200 m | 22,0 s | Hans-Jürgen Rahn TSV Wedel | 15.06.1974 | Hamburg |
| 300 m | 38,51 s | Falko Peters SV Lurup Hamburg | 16.04.2019 | Hamburg |
| 400 m | 48,8 s | Peter Jansen LG Nord-West Hamburg | 16.05.1976 | Lübeck |
| 800 m | 1:55,5 min | Detlef von Walter LG Alster-Nord | 15.05.1974 | Hamburg |
| 1.000 m | 2:30,7 min | Detlef von Walter LG Alster-Nord | 02.07.1972 | Hamburg |
| 1.500 m | 3:54,3 min | Detlef von Walter LG Alster-Nord | 02.07.1972 | Hamburg |
| 3.000 m | 8:19,82 min | Michael Barkowski Hamburger SV | 17.05.1980 | Flensburg |
| 5.000 m | 14:27,9 min | Michael Barkowski Hamburger SV | 29.06.1980 | Hamburg |
| 10.000 m | 29:35,1 min | Michael Barkowski Hamburger SV | 24.04.1982 | Bonn |
| Stundenlauf | 18.106 m | Fritz Brandes LAV Hamburg- Nord | 29.10.1983 | Hamburg |
| 10 km Straße | 30:35 min | Steffen Benecke TSG Bergedorf | 01.09.2002 | Hamburg |
| 10 km Straße / Mannschaft | 1:42:49 h | Hamburger SV Bekakcha - Brandt - Totzke | 08.09.2013 | Hamburg |
| 25 km Straße | 1:18:49 h | Michael Barkowski Hamburger SV | 04.04.1981 | Neumünster |
| 25 km Straße / Mannschaft | 4:18:44 h | LAV Hamburg-Nord Schrader - Wessoly - Brandes | 21.04.1985 | Bad Oldesloe |
| Halbmarathon | 1:08:26 h | Steffen Benecke TSG Bergedorf | 22.06.2002 | Hamburg |
| Halbmarathon / Mannschaft | 3:38:35 h | Harburger TB Meyer - Schrötke - Lehmann | 08.08.1993 | Emmerthal |
| Marathon | 2:18:20 h | Steffen Benecke TSG Bergedorf | 29.09.2002 | Berlin |
| Marathon / Mannschaft | 7:33:18 h | LAV Hamburg-Nord Schrader - Halisch - Brandes | 25.05.1986 | Hamburg |
| 100 km | 6:56:53 h | Gerd Boldhaus LG HNF | 31.10.1987 | Hanau-Rodenbach. |
| 100 km / Mannschaft | 26:31:22 h | LAV Hamburg-Nord Marquardt - Rheinländer - Hottas | 05.09.1982 | Rheine |
| 110 m Hürden | 14,66 s | Stefan Drews BSV Buxtehude | 31.08.1996 | Vaterstetten |
| 400 m Hürden | 58,4 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 15.09.1963 | Hamburg |
| 3.000 m Hindernis | 9:17,4 min | Wolfgang Fricke SV Polizei | 09.06.1970 | Göppingen |
| 4x100 m | 46,16 s | BSV Buxtehude Rentzsch - Köhlert - Weber - Praske | 21.07.1984 | Itzehoe |
| 4x400 m | 3:38,37 min | TSG Bergedorf David - Nölting - Kurtz - Ehlers | 21.07.2011 | Minden |
| 3x1.000 m | 8:37,72 min | LAV Hamburg-Nord Dankers - Totzke - Virus | 18.05.2005 | Buxtehude |
| 10.000 m Bahngehen | 45:08,6 min | Herrmann Schmidt SV Polizei | 25.05.1941 | Berlin |
| 20.000 m Bahngehen | 1:34,35 h | Herrmann Schmidt SV Polizei | 21.09.1941 | Hamburg |
| 20 km Straßengehen | 1:33:48 h | Friedrich Helms Meiendorfer SV | 05.04.1980 | Sdr. Omme / DEN |
| 20 km Str. Gehen Mannsch. | 5:00:21 h | Meiendorfer SV Ahrens - Braun - Norden | 21.04.1985 | Bad Oldesloe |
| 50 km Straßen Gehen | 4:26:11 h | Peter Norden LAV Hamburg-Nord | 15.09.1984 | Bad Krozingen |
| 50 km Str. Gehen Mannsch. | 14:02:20 h | LAV Hamburg-Nord Ockelmann - Braun - Heinemann | 08.04.1979 | Wolfsburg |
| Hochsprung | 1,99 m | Stefan Drews BSV Buxtehude | 31.08.1996 | Vaterstetten |
| Stabhochsprung | 4,60 m | Stefan Drews BSV Buxtehude | 31.08.1996 | Vaterstetten |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|-----------------------------|------------|---------------------------------------|----------------|---------------|
| Weitsprung | 8,06 m | Nils Winter Buxtehuder SV | 28.05.2012 | Wesel |
| Dreisprung | 15,01 m | Helmut Heins Hamburger SV | 26.07.1981 | Hamburg |
| Kugelstoß | 17,50 m | Dirk Urban LG Wedel-Pinneberg | 24.06.2007 | Büdelisdorf |
| Diskuswurf | 53,29 m | Ralf Mordhorst AT Hamburg | 12.07.2008 | Cuxhaven |
| Hammerwurf | 61,94 m | Jörn Schmidt SV Polizei | 16.07.1977 | Lübeck |
| Speerwurf (Alte Ausführung) | 75,30 m | Dr. Claus Hastedt Hamburger SV | 22.06.1975 | Hamburg |
| Speerwurf (Neue Ausführung) | 64,14 m | Jonas Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 02.03.2019 | Halle (Saale) |
| Gewicht | 16,32 m | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |
| 5-Kampf | 3.152 Pkt. | Hans Ossenkopp SV Polizei | 03.06.1972 | Hamburg |
| 10-Kampf | 6.005 Pkt. | Michael Loth LG Hammer Park | 16./17.06.1996 | Hamburg |
| Wurf - Fünfkampf | 3.156 Pkt. | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |



Senioren M40

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|---------------------------|-------------|---|------------|------------------|
| 60 m | 7,74 s | Ronny Prüßing TSG Bergedorf | 11.02.2018 | Hamburg |
| 100 m | 11,1 s | Hans-Kurt Dill AMTV Hamburg | 01.06.1980 | Barsbüttel |
| 100 m | 11,1 s | Norihiko Kawahara SV Blankenese | 14.09.1997 | Barsbüttel |
| 200 m | 23,27 s | Norihiko Kawahara SV Blankenese | 07.08.1998 | Hamburg |
| 400 m | 51,01 s | Peter Jansen LG Hammer Park | 03.07.1983 | Schriesheim |
| 800 m | 1:57,4 min | Detlef von Valtier LG Alsternord | 03.07.1977 | Hamburg |
| 1.000 m | 2:35,4 min | Detlef von Valtier LG Alsternord | 20.07.1977 | Hamburg |
| 1.500 m | 4:04,0 min | Erich Kruzycki SC Victoria | 01.05.1951 | Höganäs / SWE |
| 3.000 m | 8:35,2 min | Erich Kruzycki SC Victoria | 03.06.1951 | Helsinki |
| 5.000 m | 14:37,0 min | Erich Kruzycki SC Victoria | 01.07.1951 | Belgrad |
| 10.000 m | 30:35,0 min | Erich Kruzycki SC Victoria | 29.09.1951 | Wuppertal |
| Stundenlauf | 18.106 m | Fritz Brandes LAV Hamburg-Nord | 29.10.1983 | Hamburg |
| 10 km Straße | 31:48 min | Steffen Benecke TSG Bergedorf | 14.09.2008 | Hamburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 1:40:31 h | LG Wedel-Pinneberg Rodriguez - Schimkus - Gauger | 12.09.2009 | Otterndorf |
| 25 km Straße | 1:23:31 h | Jochen Schrader LAV Hamburg-Nord | 21.04.1985 | Bad Oldesloe |
| 25 km Straße Mannschaft | 4:20:44 h | LAV Hamburg-Nord Rutzen - Schrader - Halisch | 01.04.1984 | Bad Oldesloe |
| Halbmarathon | 1:08:47 h | Jan-Oliver Hämmerling Hamburger Laufladen | 01.04.2012 | Berlin |
| Halbmarathon Mannschaft | 3:44:26 h | LG Wedel-Pinneberg Schimkus - Prieske - Gauger | 04.04.2009 | Aichach |
| Marathon | 2:23:04 h | Jochen Schrader LAV Hamburg-Nord | 20.09.1984 | Berlin |
| Marathon Mannschaft | 7:33:18 h | LAV Hamburg-Nord Schrader - Halisch - Brandes | 20.05.1986 | Hamburg |
| 100 km | 6:56:53 h | Gerd Boldhaus LG HNF | 31.10.1987 | Hanau-Rodenbach. |
| 100 km Mannschaft | 26:48:14 h | LAV Hamburg-Nord Rheinländer - Leu - Marquardt | 04.09.1993 | Rheine |
| 110 m Hürden (1.067) | 15,1 s | Ottmar Rath SV Polizei | 02.07.1937 | Kopenhagen |
| 110 m Hürden | 16,08 s | Jörg Tobaben Buxtehuder SV | 05.07.1996 | Hagen |
| 400 m Hürden | 58,48 s | Jürgen Krempin TSG Bergedorf | 16.05.1998 | Hamburg |
| 3.000 m Hindernis | 10:04,6 min | Wolfgang Fricke SV Polizei | 14.06.1975 | Hamburg |
| 4x100 m | 46,3 s | LG HNF Henning, H. - Henning, R. - Bostelmann - Niem | 09.05.1985 | Hamburg |
| 4x400 m | 3:38,37 min | TSG Bergedorf David - Nölting - Kurtz - Ehlers | 31.07.2011 | Minden |
| 3x1.000 m | 8:31,30 min | TSG Bergedorf Kurtz - Nölting - Ehlers | 03.07.2012 | Erfurt |
| 10.000 m Bahngehen | 46:09,0 min | Peter Braun Meiendorfer SV | 06.07.1985 | Hildesheim |
| 20 km Straßen Gehen | 1:33:48 h | Friedrich Helms Meiendorfer SV | 05.04.1980 | Sdr. Omme / DEN |
| 20 km Str. Gehen Mannsch. | 5:09:52 h | Meiendorfer SV Norden - Braun - Helms | 28.04.1984 | Dülmen |
| 50km Straßen Gehen | 4:26:11 h | Peter Norden Meiendorfer SV | 15.04.1984 | Bad Krozingen |
| 50km Str. Gehen Mannsch. | 15:49:19 h | Hamburger SV Feucht - Biethan - Prehn | 08.06.1952 | Hamburg |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|-----------------------------|------------|---|----------------|--------------------|
| Hochsprung | 1,83 m | Dr. Kay-Uwe Jacobsen LG Hammer Park | 13.08.1992 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 4,20 m | Michael Loth SV Sankt Georg Hamburg | 10.06.2001 | Hamburg |
| Weitsprung | 6,78 m | Hans Ossenkopp SV Polizei | 30.08.1975 | Obersuhl |
| Dreisprung | 13,94 m | Helmut Heins Hamburger SV | 08.06.1986 | Hamburg |
| Kugelstoß | 13,86 m | Karl Hein Hamburger SV | 06.07.1952 | Cuxhaven |
| Diskuswurf | 48,38 m | Charles Ronigkeit SC Urania | 02.06.2001 | Zeven |
| Hammerwurf | 56,33 m | Karl Hein SV St. Georg | 27.08.1948 | Hamburg |
| Speerwurf (Neue Ausführung) | 59,96 m | Baseda Jonas SV Grün Weiß Harburg | 20.08.2024 | Göteborg |
| Gewicht | 16,32 m | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |
| 5-Kampf | 3.323 Pkt. | Hans-Joachim Lange LG Alsternord Hamburg | 10.01.1981 | Christchurch / NZL |
| 10-Kampf | 5.133 Pkt. | Klaus-J. Rettig LG Urania / Wandsbek 81 | 02./03.10.1988 | Hamburg |
| Wurf-Fünfkampf | 3.320 Pkt. | Ralf Mordhorst LG Wedel-Pinneberg | 03.10.2013 | Medelby |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

Senioren M45

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|------------------|--|-------------------|------------------|
| 100 m | 10,99 s | Jochen Ackermann LG HNF | 28.05.1988 | Ahlen |
| 200 m | 23,6 s | Volker Niem HNF | 05.05.1987 | Hamburg |
| 400 m | 46,1 s | Fabian Reitmeier TSG Bergedorf | 30.09.1989 | Hamburg |
| 800 m | 2:05,4 min | Wolfram Schmitz Hamburger SV | 27.07.1990 | Hamburg |
| 1.000 m | 2:45,5 min | Fritz Brandes LAV Hamburg-Nord | 18.06.1986 | Bad Oldesloe |
| 1.500 m | 4:17,48 min | Lars Totzke Hamburger SV | 11.06.2011 | Zeven |
| 3.000 m | 9:07,1 min | Michael Barkowski Hamburger SV | 21.07.1989 | Bad Oldesloe |
| 5.000 m | 15:35,2 min | Fritz Brandes LAV Hamburg-Nord | 16.09.1984 | Bad Oldesloe |
| 10.000 m | 32:12,01 min | Wolfgang Stein LG HNF | 01.07.1983 | Schriesheim |
| Stundenlauf | 18.048 m | Siegfried Rutzen LAV Hamburg-Nord | 20.09.1989 | Hamburg |
| 5 km Straße | 17:14 min | Oliver Spier Hamburger Sportclub | 19.04.2025 | Paderborn |
| 10 km Straße | 32:37 min | Lutz Wolfram LG Hammer Park | 31.08.2002 | Hamburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 1:45:56 h | LG Hammer Park Wolfram - Steinhagen - Ehrenberg | 31.08.2002 | Hamburg |
| 25 km Straße | 1:24:38 h | Wolfgang Stein LG HNF | 01.04.1984 | Bad Oldesloe |
| 25 km Straße Mannschaft | 4:20:44 h | LG HNF Stein - Thiele - Otsmann | 01.04.1984 | Bad Oldesloe |
| Halbmarathon | 1:14,04 h | Kevin Rolfe Hamburger Laufladen | 01.04.2012 | Berlin |
| Halbmarathon Mannschaft | 3:57:18 h | LAV Hamburg-Nord Halisch - Schrader - Süllwold | 29.03.1992 | Hamburg |
| Marathon | 2:27:12 h | Siegfried Rutzen LAV Hamburg-Nord | 06.11.1983 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 7:57:43 h | LG HNF Stein - Thiele - Otsmann | 25.05.1986 | Hamburg |
| 100 km | 6:56:53 h | Gerd Boldhaus LG HNF | 31.10.1987 | Hanau-Rodenbach |
| 100 km Mannschaft | 27:18:52 h | LAV Hamburg-Nord Marquardt - Meyer - Preisler | 16.04.1994 | Hanau-Rodenbach |
| 110m Hürden | 15,37 s | Jochen Ackermann LG HNF | 28.05.1988 | Ahlen |
| 400 m Hürden | 65,95 s | Franz Timmermann LG Hammer Park | 16.07.1993 | Ludwigshafen |
| 3.000 m Hindernis | 11:46,6 min | Martin Ströfer LAV Hamburg-Nord | 16.06.1974 | Hamburg |
| 4x100 m | 48,5 s | LG NW / SV Polizei Riedel - Oetken - Dahms - Müller | 25.05.1995 | Hamburg |
| 4x400 m | 3:54,7 min | LG Alsternord Wendt - Dr. Schlamp - Lange - Gailus | 14.07.1995 | Bad Oldesloe |
| 5.000 m Bahngehen | 5:49,2 min | Karl Hein Hamburger SV | 14.10.1956 | Hamburg |
| 10.000 m Bahngehen | 49:13,0 min | Friedrich Helms LAV Hamburg-Nord | 23.06.1979 | Sdr. Omme / DEN |
| 20 km Str. Gehen | 1:33:48 h | Friedrich Helms Meiendorfer SV | 05.04.1980 | Sdr. Omme / DEN |
| 50 km Str. Gehen | 4:26:11 h | Peter Norden Meiendorfer SV | 15.04.1984 | Bad Krozingen |
| Hochsprung | 1,97 m | Fabian Reitmeier TSG Bergedorf | 30.09.1989 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 4,20 m | Jochen Ackermann LG HNF | | Ahlen |
| Weitsprung | 7,09 m | Fabian Reitmeier TSG Bergedorf | 29.05.1990 | Landau |
| Dreisprung | 13,18 m | Helmut Heins LG LAC / SV Polizei | 10.08.1991 | Ludwigshafen |
| Kugelstoß | 13,88 m | Fabian Reitmeier TSG Bergedorf | 30.09.1989 | Hamburg |

HAMBURGER REKORDE



Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|----------------|------------|---|----------------|---------|
| Diskuswurf | 47,45 m | Charles Ronigkeit SC Urania | 05.06.2004 | Hamburg |
| Hammerwurf | 54,92 m | Karl Hein Hamburger SV | 14.10.1956 | Hamburg |
| Speerwurf | 60,24 m | Olaf Schumann Buxtehuder SV | 15.06.2024 | Erding |
| Gewicht | 16,32 m | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |
| 5-Kampf | 3.287 Pkt. | Hans-Joachim Lange LG Alsternord Hamburg | 12.09.1982 | Hamburg |
| 10-Kampf | 5.800 Pkt. | Klaus-J. Rettig LG Urania / Wandsbek 81 | 02./03.10.1988 | Hamburg |
| Wurf-Fünfkampf | 3.818 Pkt. | Valerij Schütz LG Wedel-Pinneberg | 19.08.2007 | Medelby |

Senioren M50

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|---------------------------|--------------|--|------------|-----------------|
| 100 m | 11,7 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 08.08.1976 | Hamburg |
| 200 m | 24,2 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 27.05.1977 | Hamburg |
| 400 m | 56,0 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 04.09.1976 | Hamburg |
| 800 m | 2:09,59 min | Martin Wams Hamburger SV | 01.05.2016 | Garbsen |
| 1.000 m | 2:50,3 min | Dr. Rainer Schlamp LG Alsternord | 12.04.1994 | Lübeck |
| 1.500 m | 4:29,1 min | Ernst Lau Harburger SC | 30.12.1982 | |
| 3.000 m | 9:49,5 min | Jan Ullerich Harburger SC | 03.07.1987 | Bad Oldesloe |
| 5.000 m | 16:29,93 min | Eberhard Müller LG LAC / SV Polizei | 23.09.1989 | Hamburg |
| 10.000 m | 34:02,63 min | Klaus Prieske Hamburger Laufladen | 03.05.2014 | Aichach |
| Stundenlauf | 16.543 m | Heinrich Rücker LG HNF | 10.09.1986 | Hamburg |
| 5 km Straße | 20:22 min | Oliver Studt LT Haspa Marathon Hamburg | 15.07.2023 | Klein Meckelsen |
| 10 km Straße | 33:33 min | Lutz Wolfram LG Wedel-Pinneberg | 14.09.2008 | Hamburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 1:51:25 h | Hamburger Laufladen Prieske - Kasch - Gauger | 02.09.2018 | Bremen |
| 15 km Straße | 1:27:14 h | Nils Hennrik von Daucke Buxtehuder SV | 28.01.2018 | Oldendorf |
| 25 km Straße | 1:31:14 h | Wolfgang Stein LG HNF | 23.04.1989 | Hamburg |
| 25 km Straße Mannschaft | 4:46:41 h | LG HNF Stein - Rücker - Otsmann | 07.05.1988 | Scheeßel |
| Halbmarathon | 1:12:38 h | Lutz Wolfram LG Wedel-Pinneberg | 19.10.2008 | Dresden |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:12:22 h | Hamburger Laufladen Prieske - Gauger - Kasch | 08.04.2018 | Hannover |
| Marathon | 2:35,08 h | Karl-Heinz Möller Hamburger SV | 01.10.1989 | Berlin |
| Marathon Mannschaft | 9:26:27 h | LAV Hamburg-Nord Halisch - Meyer - Marquardt | 24.04.1994 | Hamburg |
| 100 km | 8:06:19 h | Dietrich Timm TuS Holstein Quickborn | 23.04.1988 | Rodenbach |
| 100 km Mannschaft | 27:18:52 h | LAV Hamburg-Nord Marquardt - Meyer - Preisler | 16.04.1994 | Hanau-Rodenbach |
| 100 m Hürden | 15,9 s | Lutz-Ulrich Quiel LG LAC / SV Polizei | 30.06.1991 | Bad Bevensen |
| 400 m Hürden | 67, 12 s | Franz Timmermann LG Hammer Park | 18.08.1995 | München |
| 4x100 m | 48,5 s | LG NW / SV Polizei Riedel - Oetken - Dahms - Müller | 25.05.1995 | Hamburg |
| 4x400 m | 3:54,7 min | LG Alsternord Wendt - Schlamp - Lange - Gailus | 14.07.1995 | Bad Oldesloe |
| 10.000 m Bahngehen | 53:55,6 min | Gerd Nickel SV Friedrichsgabe | 18.05.1950 | |
| 20 km Straßengehen | 1:45:53 h | Friedrich Helms Meiendorfer SV | 28.04.1984 | Dülmen |
| 50 km Straßengehen | 4:59:09 h | Gerd Nickel SV Friedrichsgabe | 02.10.1965 | Friedrichsgabe |
| 50 km Str. Gehen Mannsch. | 6:55:25 h | LC Harburg Nickel - Junker - Leonhard | 30.08.1975 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,70 m | Dieter Smolka LG LAC / SV Polizei | 08.09.1987 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,70 m | Lutz-Ulrich Quiel LG LAC / SV Polizei | 29.09.1990 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 3,70 m | Michael Loth SV St. Georg Hamburg | 05.06.2011 | Berlin |
| Weitsprung | 6,13 m | Hugo Schlegel SV Polizei | 16.06.1979 | Hamburg |
| Dreisprung | 11,22 m | Wolfgang Salberg LG NW /SV Polizei | 18.08.1996 | Leinfelden |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|--------------------------|-------------------|--|-------------------|--------------------------|
| Kugelstoß (7,25 kg) | 12,13 m | Karl Hein Hamburger SV | 31.12.1959 | |
| Kugelstoß (6,25 kg) | 14,43 m | Jost Müller LG NW / SV Polizei | 11.07.1996 | Hamburg |
| Kugelstoß (7,00 kg) | 10,75 m | Andreas Reuter Lauf Team Haspa Marathon Hamburg | 29.09.2018 | Hamburg-Dulsberg |
| Diskuswurf | 43,67 m | Wolfgang Vogt SV Polizei Hamburg | 23.05.1998 | Hamburg |
| Hammerwurf (7,25 kg) | 55,90 m | Karl Hein Hamburger SV | 27.09.1958 | Hamburg |
| Hammerwurf (6,25 kg) | 54,00 m | Arnold Burmeister LG NW / SV Polizei | 28.05.1995 | Hamburg |
| Hammerwurf (6,00 kg) | 51,05 m | Rüdiger Möhring TSG Bergedorf | 04.09.2018 | Malaga / ESP |
| Speerwurf (700 g) | 60,59 m | Olaf Schumann Buxtehuder SV | 24.08.2025 | Gotha |
| Speerwurf (800 g) | 53,14 m | Claus-H. Hastedt Hamburger SV | 03.09.1988 | Henstedt |
| 5-Kampf | 3.229 Pkt. | Klaus-J. Rettig LG Urania / Wandsbek 81 | 30.08.1992 | Hamburg |
| 5-Kampf Mannschaft | 8.848 Pkt. | LG LAC / SV Polizei Dahms - Quiel - Salberg | 08.09.1991 | Hamburg |
| 10-Kampf | 6.229 Pkt. | Lutz-Ulrich Quiel LG LAC / SV Polizei | 30.09/01.10.1990 | Hamburg |
| Wurf-Fünfkampf | 3.530 Pkt. | Olaf Schumann Buxtehuder SV | 09.08.2025 | Berlin-Zehlendorf |



Senioren M55

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|------------------|---|-------------------|-------------------|
| 100 m | 11,9 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 15.05.1982 | Hamburg |
| 200 m | 24,7 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 06.09.1981 | Hamburg |
| 400 m | 58,2 s | Hugo Schlegel SV Polizei | 20.09.1981 | Hamburg |
| 800 m | 2:13,78 min | Martin Warms Hamburg Running | 09.02.2020 | Hamburg |
| 1.000 m | 3:01,0 min (h) | Dr. Rainer Schlamp LAV Hamburg-Nord | 04.07.1997 | Bad Oldesloe |
| 1.500 m | 4:44,51 min | Martin Wams Hamburg Running | 05.07.2022 | Tampere / FIN |
| 3.000 m | 9:50,60 min | Klaus Prieske Hamburger Laufladen | 03.03.2019 | Halle (Saale) |
| 5.000 m | 17:29,94 min | Heinrich Rucker LG HNF | 26.06.1993 | Hamburg |
| 10.000 m | 35:54,05 min | Klaus Prieske Hamburger Laufladen | 08.06.2019 | Essen |
| Stundenlauf | 15.844 m | Heinrich Rucker LG HNF | 11.09.1991 | Hamburg |
| 5 km Straße | 18:32 min | Christian Primas Hamburger Laufladen e.V. | 21.09.2025 | Otterndorf |
| 10 km Straße | 36:02 min | Christian Primas Hamburger Laufladen e.V. | 12.01.2025 | Valencia |
| 10 km Straße Mannschaft | 1:57:55 h | Hamburger Laufladen Gauger - Langer - Beutel | 05.09.2021 | Hamburg |
| 15 km Straße | 1:03:09 h | Oliver Studt LT Haspa Marathon Hamburg | 28.01.2024 | Oldendorf |
| 25 km Straße | 1:34:01 h | Heinrich Rucker LG HNF | 21.06.1992 | Brügge / BEL |
| Halbmarathon | 1:17:57 h | Christian Primas Hamburger Laufladen e.V. | 06.04.2025 | Berlin |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:39:40 h | TSG Bergedorf Plessner - Strack - Lorenz | 06.08.1995 | Neustadt |
| Marathon | 2:45:08 h | Wieslaw Slawinski Hamburger SV | 22.05.2011 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 10:22:58 h | TuS Holstein / Quickborn Karnick - Engelmann - Clausen | 11.11.1984 | Hamburg |
| 100 km | 8:05.08 h | Helmut Petrell Harburger SC | 19.04.1986 | Hanau-Rodenbach |
| 100 km Mannschaft | 27:18:52 h | LAV Hamburg-Nord Marquardt - Meyer - Preisler | 16.04.1994 | Hanau-Rodenbach |
| 100 m Hürden | 18,10 s | Franz Timmermann LG Alsternord Hamburg | 25.08.2002 | Hamburg |
| 400 m Hürden | 71,19 s | Franz Zimmermann LG Alsternord Hamburg | 17.08.2001 | Potsdam |
| 4x100 m | 49,2 s | LGNW/SV Polizei Eddelbüttel - Oetken - Dahms - Müller | 16.05.1996 | Hamburg |
| 4x400 m | 4:02,2 min | LG Alsternord Wendt - Lange - Busse - Suppa | 19.06.1996 | Hamburg |
| 10.000 m Bahngehen | 56:16,0 min | Hans Geertz LAV Hamburg-Nord | 20.03.1977 | Hamburg |
| 20 km Straßengehen | 1:53:38 h | Hans Geertz LAV Hamburg-Nord | 14.05.1977 | Stuttgart |
| 50 km Straßengehen | 5:14:36 h | Gerd Nickel LG Harburg | 18.09.1971 | Norderstedt |
| Hochsprung | 1,60 m | Klaus-J. Rettig LG Urania / Wandsbek 81 | 22.06.1997 | Bad Oldesloe |
| Stabhochsprung | 3,51 m | Michael Loth SV St. Georg Hamburg | 19.09.2020 | Olpe |
| Weitsprung | 5,78 m | Wolfgang Salberg LGNW / SV Polizei | 25.07.1993 | Schwerin |
| Weitsprung | 5,78 m | Klaus Gailus LG Alsternord Hamburg | 18.06.2000 | Lage |
| Dreisprung | 11,22 m | Wolfgang Salberg LGNW / SV Polizei | 18.08.1996 | Leinfelden |
| Kugelstoß | 14,43 m | Jost Müller LGNW / SV Polizei | 11.07.1996 | Hamburg |
| Diskuswurf | 40,28 m | Reinhard Dahms LGNW / SV Polizei | 08.06.1994 | Athen / GRE |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|---------------------|-------------|---|----------------|----------------|
| Hammerwurf | 51,01 m | Rüdiger Möhring TSG Bergedorf | 11.09.2021 | Baunatal |
| Speerwurf (700 g) | 55,00 m | Wolfgang Vogt LGNW / SV Polizei | 05.09.1993 | Halle (Saale) |
| Gewicht | 16,53 m | Rüdiger Möhring TSG Bergedorf | 27.04.2019 | Bremen |
| 5-Kampf | 3.448 Pkt. | Hans-Joachim Lange LG Alsternord | 04.06.1995 | Ahlen |
| 5-Kampf Mannschaft | 9.705 Pkt. | LGNW / SV Polizei Dahms - Oetken - Salberg | 09.06.1996 | Bad Oeynhausen |
| 10-Kampf | 6.735 Pkt. | Reinhard Dahms LGNW / SV Polizei | 17./18.08.1995 | Hamburg |
| 10-Kampf Mannschaft | 17.686 Pkt. | LGNW / SV Polizei Dahms - Salberg - Higgelke | 27./28.08.1995 | Hamburg |
| Wurf-Fünfkampf | 3.563 Pkt. | Wolfgang Vogt SV Polizei Hamburg | 23.08.2000 | Potsdam |

Senioren M60

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|--------------|---|------------|--------------------|
| 100 m | 12,44 s | Hugo Schlegel LG LAC / SV Polizei | 01.12.1987 | Melbourne |
| 200 m | 25,75 s | Hugo Schlegel LG LAC / SV Polizei | 30.06.1988 | Verona / ITA |
| 400 m | 58,2 s | Hugo Schlegel LG LAC / SV Polizei | 23.09.1986 | Barsbüttel |
| 800 m | 2:21,6 min | Bernd Fölschow LG Alsternord Hamburg | 23.07.2003 | Hamburg |
| 1.000 m | 3:07,2 min | Bernd Fölschow LG Alsternord Hamburg | 11.07.2003 | Bad Oldesloe |
| 1.500 m | 4:51,03 min | Karls-Heinz Gärtner LG Alsternord Hamburg | 01.08.1987 | Essen |
| 3.000 m | 10:17,0 min | Heinrich Rücker TSG Bergedorf | 04.09.1999 | Hamburg |
| 5.000 m | 17:33,39 min | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 18.10.2013 | Porto Alegre / BRA |
| 10.000 m | 36:54,59 min | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 17.09.2011 | Hamburg |
| Stundenlauf | 14.278 m | Stephan Claudius MC Pirate | 13.07.2019 | Otterndorf |
| 10 km Straße | 36:32 min | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 13.10.2013 | Berlin |
| 25 km Straße | 1:40:58 h | Karl-Heinz Gärtner LG Alsternord Hamburg | 05.04.1987 | Hamburg |
| 25 km Straße Mannschaft | 6:48:46 h | LG Alsternord Hamburg Gärtner - Claußen - Knop | 05.04.1987 | Hamburg |
| Halbmarathon | 1:18:16 h | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 01.04.2012 | Berlin |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:11:40 h | TSG Bergedorf Rücker - Plessner - Strack | 28.03.1998 | Potsdam |
| Marathon | 2:53:44 h | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 04.05.2014 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 9:04:04 h | TSG Bergedorf Rücker - Plessner - Strack | 29.10.1998 | Frankfurt am Main |
| 100 km | 9:38:26 h | Horst Preisler LAV Hamburg-Nord | 15.04.1995 | Hanau-Rodenbach |
| 100 m Hürden | 17,23 s | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 25.06.2016 | Schöningen |
| 300 m Hürden | 48,60 s | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 09.07.2016 | Leinefelde |
| 4x100 m | 50,26 s | LG Alsternord Hamburg Runge - Lange - Schumacher - Busse | 14.06.1998 | Bad Oldesloe |
| 4x400 m | 4:09,55 min | LG Alsternord Hamburg Schumacher - Lange - Heske - Busse | 24.05.1998 | Hamburg |
| 3x1.000 m | 10:04,51 min | LG Alsternord Hamburg Bartling _ Wendt - Fölschow | 16.08.2003 | Celle |
| 10.000 m Bahngehen | 70:45,0 min | Ernst Bartsch Hamburger SV | 28.07.1989 | Hannover |
| 20 km Straßengehen | 2:06:37 h | Gerd Nickel Spiridon Hamburg | 18.08.1977 | Göteborg / SWE |
| Hochsprung | 1,55 m | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 22.10.2013 | Porto Alegre / BRA |
| Stabhochsprung | 3,10 m | Reinhard Dahms SV Polizei | 03.08.1999 | Gateshead / GBR |
| Weitsprung | 5,56 m | Wolfgang Salberg SV Polizei | 29.08.1998 | Gütersloh |
| Dreisprung | 10,73 m | Wolfgang Salberg SV Polizei | 02.08.1998 | Minden |
| Kugelstoß | 14,63 m | Jost Müller SV Polizei | 02.06.2011 | Hamburg |
| Diskuswurf | 52,03 m | Helmut Preuß LG Nord West | 02.06.2002 | Hamburg |
| Hammerwurf (7,25 kg) | 46,58 m | Karl Hein Hamburger SV | 20.10.1968 | Hamburg |
| Hammerwurf (5,00 kg) | 53,23 m | Arnold Burmester SV Polizei | 10.05.2003 | Neumünster |
| Speerwurf | 50,67 m | Horst Neumann LG Alsternord | 14.08.2004 | Zittau |
| Gewicht | 16,91 m | Arnold Burmester SV Polizei | 09.04.2005 | Stade |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|---------------------|-------------|--|----------------|-----------------|
| 5-Kampf | 3.655 Pkt. | Reinhard Dahms LGNW / SV Polizei | 20.06.1999 | Koblenz |
| 5-Kampf Mannschaft | 10.415 Pkt. | LGNW / SV Polizei Dahms - Salberg - Oetken | 20.06.1999 | Koblenz |
| 10-Kampf | 6.911 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord | 29./30.07.1999 | Gateshead / GBR |
| 10-Kampf Mannschaft | 17.938 Pkt. | LGNW / SV Polizei Dahms - Salberg - Eddelbüttel | 03./04.10.1999 | Hamburg |
| Wurf-Fünfkampf | 3.797 Pkt. | Wolfgang Vogt SV Polizei | 08.08.2009 | Lahti / FIN |
| 24-Stundenlauf | 160.465 m | Norbert Fender 100 Marathon Club Deutschland | 25.08.2019 | Bottrop |



Senioren M65

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|---------------------------|--------------|---|------------|-------------------|
| 100 m | 12,5 s | Hugo Schlegel LG LAC / SV Polizei | 20.06.1992 | Hamburg |
| 200 m | 26,08 s | Hugo Schlegel LG LAC / SV Polizei | 26.07.1991 | Turku / FIN |
| 400 m | 60,1 s | Hugo Schlegel LG LAC / SV Polizei | 19.09.1991 | Hamburg |
| 800 m | 2:31,81 min | Axel Wendt LG Alsternord Hamburg | 21.06.2008 | Verden |
| 1.000 m | 3:23,9 min | Bernd Fölschow LG Alsternord Hamburg | 01.10.1989 | Lübeck |
| 1.500 m | 5:21,4 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 12.07.1991 | Bad Oldesloe |
| 3.000 m | 11:07,3 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 21.07.1989 | Bad Oldesloe |
| 5.000 m | 19:07,1 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 23.08.1989 | Hamburg |
| 10.000 m | 39:11,4 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 01.10.1989 | Hamburg |
| Stundenlauf | 15.271 m | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 20.09.1989 | Hamburg |
| 5 km Straße | 26:44 min | Jürgen Raabe AG Hamburg West | 02.06.2018 | Glückstadt |
| 10 km Straße | 39:02 min | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 24.04.2016 | Timmendorf |
| 15 km Straße | 2:11:21 h | Dietrich Eberle 100 Marathon Club Deutschland | 18.01.2018 | Oldendorf |
| 25 km Straße | 1:46:53 h | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 21.04.1991 | Hamburg |
| Halbmarathon | 1:25:36 h | Joachim Krüttgen Hamburger Sportclub | 03.04.2016 | Berlin |
| Halbmarathon / Mannschaft | 4:48:47 h | TSG Bergedorf Rücker - Plessner - Strack | 19.04.2004 | Magdeburg |
| Marathon | 3:00:57 h | Kurt Plessner TSG Bergedorf | 21.04.2002 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 10:26:10 h | TSG Bergedorf Plessner - Rücker - Strack | 25.09.2004 | Bremen |
| 100 km | 11:36:42 h | Peter Kummer 100 Marathon Club Deutschland | 10.03.2018 | Münster |
| 100 m Hürden | 18,03 s | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 29.06.2018 | Mönchengladbach |
| 300 m Hürden | 53,77 s | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 13.07.2019 | Leinefelde-Worbis |
| 4x100 m | 53,51 s | LG Alsternord Hamburg Suppa - Lange - Wendt - Schumacher | 07.05.2005 | Großhansdorf |
| 4x400 m | 4:22,57 min | LG Alsternord Hamburg Hufnagel - Schumacher - Busse - Fölschow | 27.08.2003 | Hamburg |
| 3x1.000 m | 10:21,57 min | LG Alsternord Hamburg Bartling - Fölschow - Wendt | 28.06.2008 | Kevelaer |
| 10.000 m Bahngehen | 61:14,0 min | Herbert Maelger SV Polizei | 20.03.1977 | Hamburg |
| 20 km Straßengehen | 2:07:14 h | Herbert Maelger SV Polizei | 14.05.1977 | Stuttgart |
| 20 km Str. Gehen Mannsch. | 6:53:13 h | TS Harburg Junker - Leonhardt - Albers | 03.05.1980 | Hamburg |
| 50 km Straßengehen | 5:48,01 h | Gerd Nickel Spiridon Hamburg | 21.03.1982 | Bremen |
| Hochsprung | 1,50 m | Gerhard Windolf LG HNF | 08.07.1990 | Budapest |
| Stabhochsprung | 3,15 m | Reinhard Dahms SV Polizei | 04.07.2004 | Berlin |
| Weitsprung | 5,18 m | Reinhard Dahms SV Polizei | 20.05.2004 | Hamburg |
| Dreisprung | 9,78 m | Wolfgang Salberg SV Polizei | 14.08.2004 | Zittau |
| Kugelstoß | 14,18 m | Alexander Marini SV Polizei | 22.06.2003 | Hamburg |
| Diskuswurf | 51,10 m | Vaclav Sosna SV Polizei | 29.05.2014 | Hamburg |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|----------------------|------------|---|----------------|----------------|
| Hammerwurf (6,25 kg) | 34,94 m | Karl Hein Hamburger SV | 06.08.1977 | Göteborg / SWE |
| Hammerwurf | 50,54 m | Arnold Burmester SV Polizei | 01.07.2008 | Hamburg |
| Speerwurf | 46,07 m | Alexander Marini SV Polizei | 23.06.2002 | Lübeck |
| Gewicht | 16,72 m | Arnold Burmester SV Polizei | 24.05.2009 | Neumünster |
| 5-Kampf | 3.990 Pkt. | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 27.03.2019 | Torun / POL |
| 5-Kampf Mannschaft | 8.024 Pkt. | LG Alsternord Wendt - Busse - Suppa | 09.09.2007 | Husum |
| 10-Kampf | 7.226 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 09./10.09.2007 | Aarhus / DEN |
| Wurf-Fünfkampf | 4.032 Pkt. | Wolfgang Saß LG Alsternord Hamburg | 11.06.2005 | Leverkusen |



Senioren M70

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|---------------|---|--------------|------------------|
| 100 m | 13,68 s | Hugo Schlegel LGNW / SV Polizei | 17.08.1996 | Leinfelden |
| 200 m | 28,62 s | Hugo Schlegel LGNW / SV Polizei | 18.08.1996 | Leinfelden |
| 400 m | 66,27 s | Dr. Horst Hufnagel LG Alsternord Hamburg | 16.07.2005 | Vaterstetten |
| 800 m | 2:34,85 min | Axel Wendt LG Alsternord Hamburg | 07.07.2010 | Kevelaer |
| 1.000 m | 3:36,35 min | Axel Wendt LG Alsternord Hamburg | 28.06.2013 | Bad Oldesloe |
| 1.500 m | 5:39,61 min | Axel Wendt LG Alsternord Hamburg | 06.06.2010 | Hamburg |
| 3.000 m | 12:01,0 min | Heinrich Rucker TSG Bergedorf | 09.08.2006 | Hamburg |
| 5.000 m | 20:08,0 min | Otto Claußen LAV Hamburg-Nord | 05.06.1983 | Hamburg |
| 10.000 m | 41:29,69 min | Heinrich Rucker TSG Bergedorf | 04.08.2006 | Aachen |
| 10 km Straße | 40:39 min | Heinrich Rucker TSG Bergedorf | 10.09.2006 | Regensburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 2:33:08 h | TSG Bergedorf Plessner - Gieger - Rucker | 01.04.2012 | Hamburg |
| 25 km Straße | 2:07:33 h | Otto Claußen LAV Hamburg-Nord | 13.11.1993 | Quickborn |
| Halbmarathon | 1:30:05 h | Heinrich Rucker TSG Bergedorf | 02.09.2007 | Bad Liebenzell |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:52:39 h | TSG Bergedorf Rucker - Plessner - Gieger | 02.09.2007 | Bad Liebenzell |
| Marathon | 3:13:41 h | Heinrich Rucker TSG Bergedorf | 08.10.2006 | München |
| Marathon Mannschaft | 10:21:07 h | TSG Bergedorf Rucker - Plessner - Gieger | 21.10.2007 | Magdeburg |
| 80 m Hürden | 13,92 s | Heinz Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 29.09.2023 | Pescara / ITA |
| 300 m Hürden | 52,87 s | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 11.07.2011 | Sacramento / USA |
| 4x100 m | 55,36 s | SG AG LN / SV Polizei Eddelbüttel - Schumacher - Busse - Dahms | 21.05.2009 | Hamburg |
| 4x400 m | 4:36,33 min | SG AG LN / SV Polizei Knorr - Keck - Busse - Wendt | 29.05.2011 | Preetz |
| 3x1.000 m | 11:52,2 min | LG Alsternord Hamburg Bartling - Wendt - Fölschow | 18.06.2013 | Gifhorn |
| 20 km Straßengehen | 2:16:39 h | Max Leonhardt TS Harburg | 03.05.1980 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,44 m | Gerhard Windolf LG HNF | 16.09.1995 | Zeven |
| Stabhochsprung | 2,92 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 25.04.2009 | Schönkirchen |
| Weitsprung | 4,65 m | Hugo Schlegel SV Polizei | 16.06.1996 | Bad Oldesloe |
| Weitsprung | 4,65 m | Manfred Eddelbüttel SV Polizei | 03.08.2009 | Lahti / FIN |
| Dreisprung | 9,22 m | Wolfgang Salberg SV Polizei | 12.07.2008 | Schweinfurt |
| Kugelstoß | 15,06 m | Wolfgang Vogt SV Polizei | 30.06.2013 | Medelby |
| Diskuswurf | 43,65 m | Vaclav Sosna SV Polizei | 07.04.2018 | Hamburg-Dulsberg |
| Hammerwurf | 51,20 m | Arnold Burmester SV Polizei | 26.05.2013 | Hamburg |
| Speerwurf | 43,28 m | Kurt Higgelke LG Alsternord Hamburg | 24.06.2008 | Hamburg |
| Gewicht | 18,07 m | Arnold Burmester SV Polizei Hamburg | 22.06.2014 | Medelby |
| 5-Kampf | 3.481 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 13.06.2009 | Ahlen |
| 5-Kampf Mannschaft | 9.362 Pkt. | LG Alsternord Hamburg Knorr - Wendt - Lange | 21.08.2020 | Zella-Mehlis |

HAMBURGER REKORDE



Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|---------------------|-------------|--|----------------|----------|
| 10-Kampf | 7.076 Pkt. | Reinhard Dahms LGNW / SV Polizei | 11./12.09.2011 | Zeven |
| 10-Kampf Mannschaft | 14.645 Pkt. | SV Polizei Dahms - Smolka - Salberg | 21./22.06.2009 | Jüterbog |
| Wurf-Fünfkampf | 3.996 Pkt. | Arnold Burmester SV Polizei | 30.06.2013 | Medelby |
| DAMM Gruppe 1 | 7.010 Pkt. | StG Hamburger Jungs | 22.09.2018 | Baunatal |



Senioren M75

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|--------------|--|----------------|-------------------|
| 100 m | 14,33 s | Hans-Joachim Lange LG Alsternord Hamburg | 18.08.2012 | Zittau |
| 200 m | 30,38 s | Hans Joachim Lange LG Alsternord Hamburg | 23.06.2012 | Delmenhorst |
| 400 m | 70,78 s | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 12.08.2015 | Lyon / FRA |
| 800 m | 2:47,94 min | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 09.08.2015 | Lyon / FRA |
| 1.000 m | 4:07,8 min | Heinrich Rücker TSG Bergedorf | 04.07.2012 | Hamburg |
| 1.500 m | 6:08,1 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 22.08.1999 | Hagen |
| 3.000 m | 13:16,85 min | Luis Rubiales Jiménez SV Polizei | 07.09.2013 | Hamburg |
| 5.000 m | 22:10,90 min | Manfred Bublitz Niendorfer TSV | 01.06.2014 | Flensburg |
| 10.000 m | 47:07,5 min | Luis Rubiales Jiménez SV Polizei | 16.04.2014 | Hamburg |
| 10 km Straße | 47:39 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 29.08.1999 | Hamburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 2:33:08 h | TSG Bergedorf Plessner - Gieger - Rücker | 01.04.1912 | Hamburg |
| 25km Straße | 2:16:03 h | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 14.11.1999 | Quickborn |
| Halbmarathon | 1:47:03 h | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 01.08.1999 | Neustadt |
| Marathon | 3:48:56 h | Kurt Plessner TSG Bergedorf | 29.04.2002 | Hamburg |
| 80 m Hürden | 17,24 s | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 28.05.2018 | Stendal |
| 300 m Hürden | 55,08 s | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 11.08.2015 | Lyon / FRA |
| 4x100 m | 65,02 s | StG Hamburger Jungs Boysen - Gailus - Wendt - Knorr | 12.06.2019 | Norderstedt |
| 20 km Straßengehen | 2:16:39 h | Max Leonhardt TS Harburg | 03.05.1980 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,31 m | Gerhard Windolf LG HNF | 20.08.1999 | Hagen |
| Stabhochsprung | 2,43 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 06.07.2018 | Bad Oldesloe |
| Weitsprung | 4,18 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 12.06.2016 | Schleswig |
| Dreisprung | 8,17 m | Gerd Meister SV Polizei | 13.07.2014 | Erfurt |
| Kugelstoß | 12,58 m | Jost Müller SV Polizei | 11.02.2018 | Hamburg |
| Diskuswurf | 35,77 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 22.06.2018 | Hamburg |
| Hammerwurf | 46,28 m | Arnold Burmester SV Polizei | 22.06.2018 | Hamburg |
| Speerwurf (600 g) | 34,62 m | Jürgen Möller SV Polizei | 01.06.2014 | Flensburg |
| Speerwurf | 38,00 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 08.07.2016 | Leinefelde-Worbis |
| Gewicht | 16,84 m | Arnold Burmester SV Polizei | 27.06.2018 | Bargteheide |
| 5-Kampf | 3.278 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 12.06.2016 | Schleswig |
| 10-Kampf | 6.814 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 28./29.05.2016 | Stendal |
| Wurf-Fünfkampf | 3.853 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 23.07.2016 | Preetz |



Senioren M80

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|--------------------|---------------|--|----------------|-----------------|
| 50 m | 8,3 s | Klaus-Dieter Lange LG Alsternord Hamburg | 25.07.2020 | Weisenbach |
| 75 m | 12,5 s | Klaus-Dieter Lange LG Alsternord Hamburg | 25.07.2020 | Weisenbach |
| 100 m | 15,77 s | Dr. Horst Hufnagel LG Alsternord Hamburg | 07.08.2015 | Lyon / FRA |
| 200 m | 33,09 s | Dr. Horst Hufnagel LG Alsternord Hamburg | 10.07.1995 | Zittau |
| 400 m | 79,93 s | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 01.03.2020 | Erfurt |
| 800 m | 3:06,45 min | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 29.02.2020 | Erfurt |
| 1.500 m | 7:03,99 min | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 21.08.2020 | Zella-Mehlis |
| 3.000 m | 14:58,92 min | Luis Rubiales Jiménez SV Polizei | 10.02.1019 | Hamburg |
| 5.000 m | 25:24,74 min | Luis Rubiales Jiménez SV Polizei | 03.06.2018 | Flensburg |
| 10.000 m | 53:07,29 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 16.05.2004 | Hamburg |
| 10 km Straße | 52:15 min | Heinrich Rucker SV Lurup Hamburg | 26.09.2016 | Hamburg |
| Halbmarathon | 1:58:01 h | Luis Rubiales Jiménez SV Polizei | 29.04.2018 | Hamburg |
| Marathon | 5:42:41 h | Willibald Knop TuS Holstein / Quickborn | 30.04.1995 | Hamburg |
| 80 m Hürden | 18,41 s | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 01.06.2019 | Stendal |
| 4x100 m | 67,35 s | StG Hamburger Jungs Dahms - Lange - Wendt - Lange | 19.09.2020 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,25 m | Gerhard Windolf LG HNF | 13.08.2004 | Zittau |
| Stabhochsprung | 2,30 m | Klaus Langer LG HNF | 31.07.2008 | Ljubljana / SLO |
| Stabhochsprung | 2,40 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 10.02.2019 | Hamburg |
| Weitsprung | 3,72 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 30.05.2019 | Hamburg |
| Kugelstoß | 11,28 m | Dieter Hardt SV Polizei | 03.10.2011 | Hamburg |
| Diskuswurf | 34,40 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 04.07.2019 | Bargteheide |
| Hammerwurf | 36,59 m | Wolfgang Saß LG Alsternord Hamburg | 09.07.2020 | Bargteheide |
| Speerwurf | 34,77 m | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 04.07.2019 | Bargteheide |
| Gewicht | 14,62 m | Wolfgang Saß LG Alsternord Hamburg | 03.10.2020 | Medelby |
| 3-Kampf | 2.330 Pkt. | Manfred Eddelbüttel SV Polizei Hamburg | 01.09.2019 | Husum |
| 5-Kampf | 3.541 Pkt. | Hartmann Knorr LG Alsternord Hamburg | 21.08.2020 | Zella-Mehlis |
| 5-Kampf Mannschaft | 9.362 Pkt. | LG Alsternord Hamburg Knorr - Wendt - Lange | 21.08.2020 | Zella-Mehlis |
| 10-Kampf | 6.063 Pkt. | Reinhard Dahms LG Alsternord Hamburg | 01./02.06.2019 | Stendal |



Senioren M85

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|------------------|--------------|---|------------|-------------------|
| 100 m | 19,2 s | Klaus Langer LG HNF | 09.05.2002 | Hamburg |
| 200 m | 39,01 s | Dr. Horst Hufnagel LG Alsternord Hamburg | 29.02.2020 | Erfurt |
| 800 m | 3:59,10 min | Heinrich Rucker SV Lurup Hamburg | 09.09.2023 | Zeven |
| 1.500 m | 9:00,87 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 20.07.2010 | Nyíregyháza / HUN |
| 5.000 m | 34:30,31 min | Herbert Buchwald LG Alsternord Hamburg | 21.07.2010 | Nyíregyháza / HUN |
| 5 km Straße | 29:37 min | Heinrich Rucker SV Lurup Hamburg | 27.03.2022 | Hamburg |
| Halbmarathon | 3:05:42 h | Willibald Knop TuS Holstein / Quickborn | 31.10.2000 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,16 m | Gerhard Windolf HNT Hamburg | 02.08.2009 | Lahti / FIN |
| Stabhochsprung | 2,30 m | Klaus Langer LG HNF | 31.07.2008 | Ljubljana / SLO |
| Weitsprung | 3,47 m | Gerhard Windolf HNT Hamburg | 30.07.2009 | Lahti / FIN |
| Dreisprung | 7,27 m | Gerhard Windolf HNT Hamburg | 03.08.2009 | Lahti / FIN |
| Kugelstoß (4 kg) | 8,07 m | Klaus Langer LG HNF | 18.08.2001 | Potsdam |
| Kugelstoß | 8,86 m | Gerhard Windolf HNT Hamburg | 30.07.2009 | Lahti / FIN |
| Diskuswurf | 22,62 m | Klaus Langer LG HNF | 21.06.2003 | Hamburg |
| Speerwurf | 31,72 m | Klaus Langer LG HNF | 22.08.2002 | Potsdam |



HAMBURGER REKORDE

Stand: 03.06.2026

Seniorinnen W30

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|----------------|---|-------------------|-------------------|
| 100 m | 11,86 s | Jonna Hoffmann SC Poppenbüttel | 14.07.2024 | Rhede |
| 200 m | 24,46 s | Jonna Hoffmann SC Poppenbüttel | 20.07.2025 | Hamburg |
| 400 m | 52,89 s | Helga Henning Hamburger SV | 16.10.1968 | Mexico City / MEX |
| 800 m | 2:06,39 min | Claudia Schultz LG Wedel-Pinneberg | 20.06.2007 | Cottbus |
| 1.000 m | 2:53,8 min | Helga Fricke LG Nord West | 17.05.1972 | Hamburg |
| 1.500 m | 4:24,64 min | Helga Fricke LG Nord West | 23.07.1972 | München |
| 3.000 m | 9:29,29 min | Marina Hilschenz LG Wedel-Pinneberg | 16.07.2011 | Bad Oldesloe |
| 5.000 m | 16:13,5 min | Liliane Hünerberg TSG Bergedorf | 22.07.1999 | Hamburg |
| 10.000 m | 33:49,5 min | Liliane Hünerberg TSG Bergedorf | 01.07.1999 | Hamburg |
| Stundenlauf | 16.010 m | Maria Nunner LAV Hamburg-Nord | 06.04.1985 | Hamburg |
| 10 km Straße | 34:11 min | Mona Stockhecke Laufteam Haspa Marathon Hamburg | 12.10.2014 | Berlin |
| 10 km Straße Mannschaft | 1:54:10 h | Hamburg Running Sarman-Lein - Körner - Tischler | 08.09.2019 | Hamburg |
| 15 km Straße | 57:57 min | Ute Bergeest Harburger TB | 12.06.1994 | Ratekau |
| 15 km Straße Mannschaft | 3:08:54 h | LG HNF Meyer - Wentzien - Koops | 23.04.1989 | Hamburg |
| Halbmarathon | 1:15:51 h | Mona Stockhecke Lauf Team Haspa Marathon Hamburg | 20.09.1914 | Lyon / FRA |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:17:27 h | LAV Hamburg-Nord Schult - Dreock - Gudd | 20.09.1998 | Hamburg |
| Marathon | 2:33:50 h | Mona Stockhecke Lauf Team Haspa Marathon Hamburg | 26.10.2014 | Frankfurt am Main |
| Marathon Mannschaft | 8:54:17 h | LAV Hamburg-Nord Nummer - Schröder - Kloth | 25.05.1986 | Hamburg |
| 100 km | 8:07:07 h | Ricarda Botzon Harburger TB | 19.10.1996 | Hanau-Rodenbach |
| 100 m Hürden | 14,11 s | Gudrun Komoll-Güjck Hamburger SV | 06.08.1977 | Hamburg |
| 400 m Hürden | 61,88 s | Gesa Thiele-Hilbich Hamburger SV | 28.06.1987 | Bremen |
| 4x100 m | 49,8 s | LG Nord-West Wurl - Fricke - Stelling - Barth | 15.06.1974 | Hamburg |
| 3x800 m | 7:27,7 min | Hamburger SV Herrndorf - Timm - Nunner | 02.06.1982 | Hamburg |
| 5.000 m Bahngehen | 24:52,0 min | Hannelore Klaus LAV Hamburg-Nord | 29.04.1979 | Hamburg |
| 10 km Straßengehen | 53:04 min | Hannelore Klaus LAV Hamburg-Nord | 20.05.1979 | Brake |
| 20 km Straßengehen | 1:51:55 h | Hannelore Klaus LAV Hamburg-Nord | 18.03.1979 | Salzgitter |
| Hochsprung | 1,86 m | Claudia Rath Hamburger SV | 21.06.2008 | Rostock |
| Stabhochsprung | 3,40 m | Anja Bräuner AMTV Hamburg | 23.07.1995 | Holzminden |
| Weitsprung | 6,70 m | Nadja Käther Hamburger SV | 26.05.2018 | Weinheim |
| Dreisprung | 11,71 m | Anne Scholl LG Wedel-Pinneberg | 19.01.2019 | Hamburg |
| Kugelstoß | 15,60 m | Beate Göbe LG Nord-West | 11.07.1987 | Gelsenkirchen |
| Diskuswurf | 48,36 m | Gudrun Kapolke Hamburger SV | 16.08.1964 | Cuxhaven |
| Hammerwurf | 39,03 m | Kristin Böttcher LG Wedel-Pinneberg | 22.08.2020 | Hamburg |
| Speerwurf | 48,00 m | Neele Albrecht BSV Buxtehude | 04.06.2000 | Hamburg |
| 5-Kampf | 3.023 Pkt. | Tanja Hecht Harburger TB | 17.06.2001 | Zittau |

HAMBURGER REKORDE



Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|--------------------|------------|---|----------------|---------|
| 5-Kampf Mannschaft | 6.135 Pkt. | LG Urania / Wandsbek 81 Olcay - Herder - Maibohm | 31.08.1997 | Hamburg |
| 7-Kampf | 5.190 Pkt. | Anja Bräuner AMTV Hamburg | 25./26.06.1995 | Hamburg |
| DAMM Gruppe 1 | 6.871 Pkt. | Hamburger SV | 30.05.2019 | Hamburg |



Seniorinnen W35

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|--------------|--|------------|----------------------|
| 100 m | 12,0 s | Karin Mattes LG Nordwest Hamburg | 13.06.1982 | Hamburg |
| 200 m | 25,65 s | Karin Mattes LG Nordwest Hamburg | 17.07.1982 | Straßburg |
| 400 m | 56,6 s | Helga Fricke LG Nordwest Hamburg | 29.07.1972 | Hamburg |
| 800 m | 2:11,7 min | Helga Fricke LG Nordwest Hamburg | 02.07.1972 | Hamburg |
| 1.000 m | 2:53,8 min | Helga Fricke LG Nordwest Hamburg | 17.05.1972 | Hamburg |
| 1.500 m | 4:24,62 min | Helga Fricke LG Nordwest Hamburg | 23.07.1972 | München |
| 3.000 m | 10:10,9 min | Magrit Meyer LG HNF | 17.08.1985 | Hamburg |
| 5.000 m | 16:03,02 min | Sabrina Mockenhaupt Lauf Team Haspa Marathon Hamburg | 02.06.2018 | Regensburg |
| 10.000 m | 32:28,22 min | Sabrina Mockenhaupt Lauf Team Haspa Marathon Hamburg | 09.06.2018 | Leiden / NL |
| Stundenlauf | 16.010 m | Maria Nunner LAV Hamburg-Nord | 06.05.1985 | Hamburg |
| 10 km Straße | 35:16 min | Sabrina Mockenhaupt Laufteam Haspa Marathon Hamburg | 15.09.2019 | Siegburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 2:06:49 h | TB Eilbeck Glöde - Mölleken - Wolff | 08.09.2013 | Hamburg |
| 15 km Straße | 42:15 min | Sarah Tischler Turnerbund Hamburg Eilbeck | 05.09.2021 | Hamburg |
| 25 km Straße | 1:39:00 h | Maria Nunner LAV Hamburg-Nord | 21.04.1985 | Bad Oldesloe |
| 25 km Straße Mannschaft | 4:58:13 h | LAV Hamburg-Nord Kloth - Nummer - Schröder | 21.04.1985 | Bad Oldesloe |
| Halbmarathon | 1:15:12 h | Sabrina Mockenhaupt Lauf Team Haspa Marathon Hamburg | 29.04.2018 | Hamburg |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:17:27 h | LAV Hamburg-Nord Schult - Dreock - Gudd | 20.09.1998 | Hamburg |
| Marathon | 2:49:27 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 24.04.1988 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 5:15:54 h | Hamburger Lauffladen Kays - Schellin - Petersen | 08.04.2018 | Hamburg-Wilhelmsburg |
| 100 km | 8:42:18 h | Monika Belau Harburger-Sport-Club | 05.04.2008 | Kienbaum |
| 100 m Hürden | 14,26 s | Karin Mattes LG Nordwest Hamburg | 17.07.1982 | Straßburg / FRA |
| 400 m Hürden | 61,88 s | Gesa Thiele-Hilbig Hamburger SV | 28.06.1987 | Bremen |
| 4x100 m | 50,9 s | LG Nordwest Hamburg Wurl - Fricke - Stelling - Briesenick | 04.05.1978 | Hamburg |
| 3x800 m | 7:44,91 min | LG Nord-West Hamburg Barth - Kröpelin - Fricke | 06.09.1986 | Radolfzell |
| 5.000 m Bahngehen | 24:52,0 min | Hannelore Klaus LAV Hamburg-Nord | 29.04.1979 | Hamburg |
| 10 km Straßengehen | 53:04 min | Hannelore Klaus LAV Hamburg-Nord | 20.05.1979 | Brake |
| 20 km Straßengehen | 1:51:55 h | Hannelore Klaus LAV Hamburg-Nord | 18.03.1979 | Salzgitter |
| Hochsprung | 1,76 m | Janine Simon Hamburger SV | 11.06.2006 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 2,80 m | Petra Porbadnik Hamburger SV | 10.06.2006 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 2,80 m | Eva Günther-Graf Hamburger SV | 18.09.2010 | Reinbek |
| Weitsprung | 5,87 m | Dort Breul Hamburger SV | 15.07.1978 | Hannover |
| Dreisprung | 9,22 m | Martina Herder LG Urania / Wandsbek | 09.08.1997 | Hamburg |
| Kugelstoß | 10,45 m | Gesa Bendfeld Hamburger SV | 21.09.2019 | München |
| Diskuswurf | 45,79 m | Gudrun Kapolke Hamburger SV | 22.07.2009 | Hamburg |
| Hammerwurf | 35,20 m | Gudrun Mellmann LG Nord West / SV Polizei | 24.05.1996 | Hamburg |

HAMBURGER REKORDE



Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|-----------------------|------------|---|------------|---------|
| Speerwurf (alt 600 g) | 42,86 m | Jutta Nentwig Hamburger SV | 19.05.1977 | Hamburg |
| Speerwurf (neu 600 g) | 40,96 m | Gabriel Krause-Cleophas LAV Hamburg-Nord | 23.08.1998 | Hamburg |
| 5-Kampf | 3.067 Pkt. | Tanja Hecht Harburger TB | 21.05.2005 | Hamburg |



Seniorinnen W40

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|---------------|---|--------------|-------------------|
| 100 m | 12,6 s | Silke Mattelson AMTV Hamburg | 21.07.1984 | Itzehoe |
| 200 m | 26,21 s | Silke Mattelson AMTV Hamburg | 22.07.1984 | Itzehoe |
| 400 m | 61,15 s | Tanja Hecht Harburger TB | 30.05.2010 | Kiel |
| 800 m | 2:20,0 min | Helga Fricke LG Nord-West Hamburg | 25.07.1977 | Hamburg |
| 1.500 m | 4:51,61 min | Magrit Meyer LG HNF | 11.06.1983 | Hamburg |
| 3.000 m | 9:58,14 min | Mareike Ressing LG Wedel-Pinneberg | 15.09.2012 | Saargemünd |
| 5.000 m | 17:07,44 min | Mareike Ressing LG Wedel-Pinneberg | 13.05.2010 | Pinneberg |
| 10.000 m | 35:54,33 min | Mareike Ressing LG Wedel-Pinneberg | 13.05.2012 | Marburg |
| Stundenlauf | 15.246 m | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 12.09.1990 | Hamburg |
| 5 km Straße | 21:37 min | Sandra Meyer-Lindloff HNT Hamburg | 28.10.2018 | HH Neugraben |
| 10 km Straße | 35:16 min | Mareike Ressing LG Wedel-Pinneberg | 26.05.2010 | Haltern |
| 10 km Straße Mannschaft | 4:46:27 h | Harburger SC Gielen - Belau - König | 01.09.2002 | Hamburg |
| 15 km Straße | 59:48 min | Magrit Meyer LG HNF | 23.04.1989 | Hamburg |
| 25 km Straße | 1:36:37 h | Magrit Meyer LG HNF | 17.06.1985 | Daverden |
| Halbmarathon | 1:20:08 h | Gabriele Schult LAV Hamburg-Nord | 04.11.2001 | Hamburg |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:46:27 h | Harburger SC Gielen - Belau - König | 24.03.2001 | Amstadt |
| Marathon | 2:49:27 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 24.04.1988 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 9:52:45 h | Harburger SC Belau - Gielen - König | 09.09.2022 | Berlin |
| 100 km | 8:42:18 h | Monika Belau Harburger SC | 05.04.2008 | Kienbaum |
| 80 m Hürden | 12,44 s | Erika Briesenick TSG Bergedorf | 01.09.1983 | San Juan /PUR |
| 100 m Hürden | 15,3 s | Lore Koch Hamburger SV | 16.05.1976 | Hamburg |
| 400 m Hürden | 70,30 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 09.06.2007 | Erfurt |
| 4x100 m | 52,1 s | AMTV Hamburg Schmidt - Mattelson - Lepthien - Kosler | 13.09.1986 | Gelnhausen |
| 3x800 m | 7:44,91 min | LG Nord-West Hamburg Barth - Kröpelin - Fricke | 06.09.1986 | Radolfzell |
| 5.000 m Bahngehen | 28:38,2 min | Hildegard Keuchel ETSV / Altona-E | 05.10.1974 | Leeuwarden / NED |
| 10 km Straßengehen | 66:44 min | Hilde Dunsch LG Urania / Wandsbek 81 | 25.04.1976 | Cuxhaven |
| Hochsprung | 1,54 m | Ursula Stelling LG Nord West Hamburg | 31.12.1981 | Hamburg |
| Stabhochsprung | 2,80 m | Eva Günter-Gräff Hamburger SV | 18.10.2010 | Reinbek |
| Weitsprung | 5,71 m | Silke Mattelson AMTV Hamburg | 21.07.1982 | Itzehoe |
| Dreisprung | 9,64 m | Sabine Frommann HNT Hamburg | 01.07.2016 | Leinefelde-Worbis |
| Kugelstoß | 12,72 m | Dorit Breul Hamburger SV | 18.09.1992 | Aachen |
| Diskuswurf | 40,34 m | Ilse Kirsten Hamburger SV | 30.09.1972 | München |
| Hammerwurf | 35,20 m | Gudrun Mellmann LG Nordwest / SV Polizei Hamburg | 24.05.1996 | Hamburg |
| Speerwurf | 37,93 m | Gabriele Krause-Cleophas LAV Hamburg-Nord | 24.06.2000 | Winsen |
| 5-Kampf | 3.400 Pkt. | Tanja Hecht Harburger Turnerbund | 21.06.2018 | Bad Oeynhausen |

HAMBURGER REKORDE



Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|--------------------|------------|--|----------------|----------------|
| 5-Kampf Mannschaft | 7.188 Pkt. | Grün-Weiss Harburg Baseda - Lenzing - Rutterschmidt | 17.06.2007 | Bad Oeynhausen |
| 7-Kampf | 4.298 Pkt. | Tanja Hecht Harburger TB | 17./18.08.2012 | Zittau |
| Team DM Senioren | 5.968 Pkt. | HNT Hamburg | 22.09.2018 | Baunatal |

Seniorinnen W45

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|--------------|---|----------------|---------------------|
| 100 m | 12,92 s | Silke Mattelson AMTV Hamburg | 16.07.1989 | Hamburg |
| 200 m | 26,53 s | Silke Mattelson AMTV Hamburg | 03.08.1983 | Eugene / USA |
| 400 m | 61,10 s | Eva Günther-Gräff TSG Bergedorf | 08.06.2013 | Lübeck |
| 800 m | 2:21,3 min | Helga Fricke LG Nord-West Hamburg | 18.09.1982 | Aachen |
| 1.000 m | 3:51,6 min | Gabriele Schmidt Wentorf / Reinbeker SC | 31.12.1975 | Hamburg |
| 1.500 m | 5:04,2 min | Magrit Meyer LG HNF | 15.07.1988 | Bad Oldesloe |
| 3.000 m | 10:34,9 min | Magrit Meyer LG HNF | 12.08.1988 | Hamburg |
| 5.000 m | 18:06,51 min | Magrit Meyer LG HNF | 03.09.1988 | Hennstedt |
| 10.000 m | 39:25,4 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 09.05.1990 | Hamburg |
| Stundenlauf | 15.246 m | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 12.09.1990 | Hamburg |
| 10 km Straße | 36:08 min | Michaela Sarman-Lein Hamburg Running | 08.09.2019 | Hamburg |
| Halbmarathon | 1:24:23 h | Silke Gielen Harburger Sport-Club | 12.10.2003 | Willershäusen |
| Halbmarathon Mannschaft | 4:37:57 h | Harburger SC Gielen - Belau - König | 12.10.2003 | Willershäusen |
| Marathon | 2:49:27 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 24.04.1988 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 9:52:45 h | Harburger SC Barth - Kröpelin - Fricke | 09.09.2002 | Berlin |
| 100 km | 8:42:18 h | Monika Belau Harburger Sport-Club | 05.04.2008 | Kienbaum |
| 80 m Hürden | 13,19 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 26.05.2004 | Hamburg |
| 100 m Hürden | 15,3 s | Lore Koch Hamburger SV | 16.05.1976 | Hamburg |
| 400 m Hürden | 70,30 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 09.07.2006 | Erfurt |
| 4x100 m | 54,29 s | LG Nord West Hamburg Grünert - Gramse - Stelling - Breul | 14.09.1991 | Ahlen |
| 3x800 m | 7:44,91 min | LG Nord West Barth - Kröpelin - Fricke | 06.09.1986 | Radolfzell |
| 5.000 m Bahngehen | 28:38,2 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 05.10.1974 | Leeuwarden / NED |
| 10 km Straßengehen | 6:65:52 h | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 15.10.1977 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,48 m | Ursula Stelling LG Nord West Hamburg | 01.09.1990 | Ahrensburg |
| Hochsprung | 1,48 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 18.06.2004 | Kevelaer |
| Weitsprung | 5,47 m | Dorit Breul Hamburger SV | 25.06.1988 | Verona / ITA |
| Dreisprung | 9,57 m | Sabine Frommann HNT Hamburg | 15.06.2019 | Berlin |
| Kugelstoß | 12,18 m | Dorit Breul Hamburger SV | 17.07.1987 | München |
| Diskuswurf | 40,34 m | Ilse Kirsten Hamburger SV | 30.09.1972 | München |
| Hammerwurf | 35,20 m | Gudrun Mellmann LG Nordwest / SV Polizei Hamburg | 24.05.1996 | Hamburg |
| Speerwurf | 33,65 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 25.05.2005 | Hamburg |
| 5-Kampf | 3.522 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 11.06.2006 | Ahlen |
| 5-Kampf Mannschaft | 5.758 Pkt. | SV Grün-Weiss Harburg Baseda - Lenzing - Rutterschmidt | 17.06.2007 | Bad Oeynhausen |
| 7-Kampf | 4.749 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 22./23.07.2004 | Aarhus / DEN |
| 50 km Straße | 3:48:40 h | Britta Giesen Laufwerk Hamburg | 30.03.2019 | Grünheide (Störitz) |



Seniorinnen W50

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|--------------------------|--------------------|--|-------------------|-------------------|
| 100 m | 13,07 s | Eva Günther-Gräff TSG Bergedorf | 30.06.2018 | Mönchengladbach |
| 200 m | 27,23 s | Eva Günther-Gräff TSG Bergedorf | 01.07.2018 | Mönchengladbach |
| 400 m | 65,62 s | Anja Schönemann HNT Hamburg | 26.08.2018 | Hamburg-Neugraben |
| 800 m | 2:35,0 min | Anni Wentzien LG HNF | 22.09.2018 | Aachen |
| 1.500 m | 5:19,8 min | Jutta Göde Turnerbund Hamburg Eilbeck | 13.08.2013 | Hamburg |
| 3.000 m | 11:03,9 min | Jutta Göde Turnerbund Hamburg Eilbeck | 18.09.2013 | Hamburg |
| 5.000 m | 19:28,45 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 14.07.1991 | Hamburg |
| 10.000 m | 39:28,7 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 21.04.1994 | Hamburg |
| Stundenlauf | 12.488 m | M.-A. Backhausen LG HNF | 14.09.1988 | Hamburg |
| 10 km Straße | 39:56 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 30.08.1998 | Hamburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 2:15:57 h | Harburger SC Gielen - Belau - König | 06.04.2009 | Timmendorf |
| 15 km Straße | 1:00:14 h | Anni Wentzien LG HNF | 15.05.1992 | Hünxe |
| 25 km Straße | 2:55:12 h | Martina Ramthun 100 Marathon Club Deutschland | 28.01.2018 | Oldendorf |
| Halbmarathon | 1:25:00 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 09.04.1995 | Hamburg |
| Halbmarathon Mannschaft | 14:56:05 h | 100 Marathon Club Deutschland Eisele - Feurich - Schroeder | 29.04.2018 | Hamburg |
| Marathon | 2:56:10 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 23.05.1993 | Hamburg |
| Marathon Mannschaft | 16:47:40 h | 100 Marathon Club Deutschland Sagasser - Eichner - Schroeder | 28.04.2019 | Hamburg |
| 100 km | 8:42:18 h | Monika Belau Harburger Sport-Club | 05.04.2008 | Kienbaum |
| 80 m Hürden | 13,74 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 11.07.2008 | Schweinfurt |
| 300 m Hürden | 52,76 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 18.07.2010 | Nyíregyháza / HUN |
| 4x100 m | 55,99 s | LG Nord West / SV Polizei Grünert - Herrendorf - Stelling - Breul | 11.09.1993 | Hamburg |
| 3x800 m | 8:26,31 min | StG Hamburg-Harburg Liebler - Becker- Hecht | 03.05.2026 | Celle |
| 5.000 m Bahngehen | 28:38,2 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 05.10.1974 | Leeuwarden / NED |
| 10.000 m Bahngehen | 66:50,2 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 15.10.1977 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,45 m | Ursula Stelling LG Nord West Hamburg | 23.09.1991 | Turku / FIN |
| Hochsprung | 1,45 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Hamburg | 10.08.2008 | Darmstadt |
| Stabhochsprung | 2,17 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 29.08.2010 | Hamburg |
| Weitsprung | 5,11 m | Silke Mattelson AMTV Hamburg | 14.05.1994 | Großhansdorf |
| Dreisprung | 8,70 m | Sabine Frommann HNT Hamburg | 29.06.2024 | Rathenow |
| Kugelstoß (3 kg) | 12,71 m | Astrid Reinhold LG Nord West Hamburg | 14.07.2007 | Fulda |
| Diskuswurf | 36,86 m | Ilse Kirsten Hamburger SV | 24.09.1978 | Hamburg |
| Hammerwurf (4 kg Hammer) | 35,20 m | Gudrun Mellmann LG Nord West / SV Polizei Hamburg | 24.05.1996 | Hamburg |
| Hammerwurf (3 kg Hammer) | 45,91 m | Gudrun Mellmann LG Nord West / SV Polizei Hamburg | 14.09.1998 | Cesenatico / ITA |
| Speerwurf (400 g Speer) | 33,90 m | Gudrun Mellmann LG Nord West / SV Polizei Hamburg | 17.10.1993 | Miyazaki / JAP |
| Speerwurf (600 g Speer) | 27,66 m | Martina Herder SC Urania Hamburg | 13.05.2012 | Hamburg |

HAMBURGER REKORDE



Stand: 03.06.2026

| | | | | |
|---------|------------|--|------------|-------------------|
| 5-Kampf | 3.749 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 10.08.2008 | Darmstadt |
| 7-Kampf | 5.130 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 31.12.2009 | Nyíregyháza / HUN |

Seniorinnen W55

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------------|--------------|---|----------------|------------------|
| 100 m | 13,72 s | Tanja Hecht SV Grün-Weiss Harburg | 28.06.2025 | Lüneburg |
| 200 m | 28,45 s | Tanja Hecht SV Grün-Weiss Harburg | 05.07.2025 | Berlin |
| 400 m | 65,05 s | Tanja Hecht SV Grün-Weiss Harburg | 31.05.2026 | Kiel |
| 800 m | 2:40,03 min | Anja Schünemann HNT Hamburg | 25.06.2023 | Verden |
| 1.500 m | 5:48,8 min | Anni Wentzien Harburger TB | 28.05.1998 | Hamburg |
| 3.000 m | 12:09,4 min | Anni Wentzien Harburger TB | 18.06.1998 | Hamburg |
| 5.000 m | 19:30,52 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 23.08.1998 | Hamburg |
| 10.000 m | 41:42,35 min | Anni Wentzien Harburger TB | 21.06.1996 | Malmö / SWE |
| Stundenlauf | 12.488 m | M.-A Backhausen LG HNF | 14.09.1988 | Hamburg |
| 10 km Straße | 39:56 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 30.08.1998 | Hamburg |
| 10 km Straße Mannschaft | 2:24:19 h | Harburger SC Gielen - Belau - König | 06.04.2014 | Hamburg |
| 15 km Straße | 1:08:07 h | Anni Wentzien LG HNF | 11.06.1995 | Ratekau |
| Halbmarathon | 1:29:59 h | Anni Wentzien LG HNF | 04.08.1996 | Neustadt |
| Marathon | 3:07:22 h | Anni Wentzien LG HNF | 23.05.1993 | Hamburg |
| 100 km | 9:33:47 h | Monika Belau Harburger Sport-Club | 19.06.2011 | Hamburg |
| 80 m Hürden | 14,02 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 28.05.2016 | Stendal |
| 300 m Hürden | 54,22 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 13.07.2013 | Mönchengladbach |
| 4x100 m | 60,15 s | LG Nord West Hamburg Hermann - Gramse - Stelling – Herrendorf | 06.08.2003 | Lage |
| 5.000 m Bahngehen | 28:38,2 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 05.10.1974 | Leuwarden / NED |
| 10 km Straßengehen | 66:55 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 15.10.1977 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,41 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 27.06.2015 | Jüterbog |
| Weitsprung | 4,77 m | Dorit Breul LG Nord West / SV Polizei Hamburg | 01.08.1998 | Minden |
| Kugelstoß | 10,26 m | Martina Herder SC Urania Hamburg | 10.02.2019 | Hamburg |
| Diskuswurf | 34,24 m | Ilse Kirsten Hamburger SV | 03.09.1983 | Hamburg |
| Hammerwurf (3 kg) | 45,91 m | Gudrun Mellmann LG Nord West / SV Polizei Hamburg | 14.09.1998 | Cesenatico / ITA |
| Speerwurf (500 g) | 32,94 m | Helga Zeiske LG Alsternord Hamburg | 12.04.2008 | Hamburg |
| Gewicht | 8,87 m | Martina Herder SC Urania Hamburg | 21.07.2019 | Medelby |
| 5-Kampf | 3.958 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 22.06.2014 | Bad Oeynhausen |
| 7-Kampf | 5.681 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 28./29.05.2016 | Stendal |
| Wurf-Fünfkampf | 2.871 Pkt. | Martina Herder SC Urania Hamburg | 09.06.2018 | Preetz |
| 24-Stundenlauf | 137.821 m | Birgit Fender 100 Marathon Club Deutschland | 25.08.2019 | Bototrop |



Seniorinnen W60

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|--------------------|--------------|---|----------------|-------------------|
| 100 m | 15,3 s | Gisela Herrndorf LG Nord West Hamburg | 09.05.2002 | Hamburg |
| 200 m | 31,48 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 28.05.2016 | Stendal |
| 400 m | 72,59 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 29.06.2018 | Mönchengladbach |
| 800 m | 2:55,59 min | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 28.05.2016 | Stendal |
| 1.500 m | 6:35,5 min | Gertrud Pohl LG Nord West / SV Polizei Hamburg | 15.05.2002 | Hamburg |
| 3.000 m | 12:09,4 min | Anni Wentzien Harburger TB | 18.06.1998 | Hamburg |
| 5.000 m | 20:10,06 h | Anni Wentzien Harburger TB | 23.08.1998 | Hamburg |
| 10.000 m | 43:26,1 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 16.08.2002 | Potsdam |
| 10 km Straße | 42:58 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 24.05.2002 | Riccione / ITA |
| Halbmarathon | 1:34:18 h | Silke Gielen Harburger Sport-Club | 25.03.2018 | Hamburg-Neugraben |
| Marathon | 3:22:09 h | Anni Wentzien Harburger TB | 02.08.1998 | Cesenatico / ITA |
| 100 km | 10:32:50 h | Marlies Schröder TuS Holstein-Quickborn | 30.09.1989 | Unna |
| 80 m Hürden | 14,02 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 28.05.2016 | Stendal |
| 300 m Hürden | 53,31 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 30.06.2018 | Mönchengladbach |
| 4x100 m | 61,17 s | LG Nord West Hamburg Herrndorf - Gramse - Stelling - Breul | 16.09.2006 | Köngen |
| 4x400 m | 5:38,67 min | StG Hamburg-Harburg Thoma - Apel-Kranz - Gielen - Baseda | 10.08.2019 | Zella-Mehlis |
| 3x800 m | 10:08,26 min | StG Hamburg-Harburg Thoma - Gielen - Baseda | 04.08.2018 | Zella-Mehlis |
| 5.000 m Bahngehen | 28:38,2 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 05.10.1974 | Leeuwarden / NED |
| 10 km Straßengehen | 1:06:55 h | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 15.10.1977 | Hamburg |
| Hochsprung | 1,39 m | Ursula Stelling LG Nordwest / SV Polizei Hamburg | 27.07.2002 | Weinstadt |
| Weitsprung | 4,47 m | Dorit Breul LG Nordwest Hamburg | 07.09.2000 | Köngen |
| Dreisprung | 7,25 m | Karin Grummert SV Grün-Weiss Harburg | 25.03.2019 | Torun / POL |
| Kugelstoß | 11,13 m | Dorit Breul LG Nordwest Hamburg | 11.09.2003 | Hamburg |
| Diskuswurf | 32,20 m | Gudrun Mellmann LG Nordwest Hamburg | 23.08.2003 | Büdelndorf |
| Hammerwurf | 42,30 m | Gudrun Mellmann LG Nordwest Hamburg / SV Polizei Hamburg | 26.05.2002 | Hamburg |
| Speerwurf | 30,98 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 31.12.2018 | Hamburg |
| Gewicht | 10,74 m | Karin Grummert SV Grün-Weiss Harburg | 11.08.2019 | Zella-Mehlis |
| 5-Kampf | 4.388 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 29.03.2019 | Torun / POL |
| 7-Kampf | 5.961 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 26./27.05.2018 | Stendal |
| Wurf-Fünfkampf | 4.065 Pkt. | Gudrun Mellmann LG Nordwest Hamburg | 06.05.2007 | Neumünster |
| DAMM Gruppe 1 | 5.501 | StG Hamburg-Harburg Hamburger SV | | München |

Seniorinnen W65

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|--------------------------|--------------------|--|-----------------------|----------------------|
| 100 m | 15,73 s | Ursula Stelling LG Nord West Hamburg | 22.06.2008 | Verden |
| 200 m | 35,52 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 11.10.2025 | Maderia / POR |
| 400 m | 83,20 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 09.07.2023 | Kiel |
| 800 m | 3:25,12 min | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 12.10.2025 | Maderia / POR |
| 1.500 m | 6:56,12 min | Dagmar Kleinemeyer Barsbütteler SV | 05.09.2021 | Brandenburg (Havel) |
| 3.000 m | 14:15,41 min | Getrud Pohl LG Nord West Hamburg | 22.09.2007 | Baunatal |
| 5.000 m | 24:48,34 min | Dagmar Kleinemeyer Barsbütteler SV | 04.09.2021 | Brandenburg (Havel) |
| 10.000 m | 53:50,5 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 25.10.1981 | Hamburg |
| 5 km Straße | 28:02 min | Gudrun Bartels AG Hamburg West | 02.06.2018 | Glückstadt |
| 10 km Straße | 48:12 min | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 07.04.2007 | Paderborn |
| 15 km Straße | 1:40:40 h | Jutta Schießelmann Buxtehuder SV | 28.01.2018 | Oldendorf |
| Halbmarathon | 1:47:58 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 26.03.2006 | Herten-Bertlich |
| Marathon | 4:05:57 h | Gisela Brandt Bahrenfelder Sportverein | 27.04.2003 | Hamburg |
| 100 km | 12:07:11 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 19.10.1996 | Rodenbach |
| 80 m Hürden | 15,21 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 13.08.2023 | Mönchengladbach |
| 300 m Hürden | 59,80 s | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 12.08.2023 | Mönchengladbach |
| 5.000 m Bahngehen | 31:12,6 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 10.10.1982 | Schwanewede |
| 10 km Straßengehen | 66:56 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 22.08.1984 | Brighton / GBR |
| Hochsprung | 1,36 m | Ursula Stelling LG Nord West Hamburg | 12.07.2008 | Schweinfurt |
| Weitsprung | 3,69 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 16.08.2025 | Adendorf |
| Dreisprung | 6,82 m | Ingeborg Thoma LG Alsternord Hamburg | 26.05.2019 | Rathenow |
| Kugelstoß | 10,07 m | Dorit Breul LG Nord West Hamburg | 17.05.2007 | Hamburg |
| Diskuswurf | 27,40 m | Ännchen Reile LG Hammer Park | 19.09.1982 | Travemünde |
| Hammerwurf | 39,83 m | Gudrun Mellmann LG Nord West | 04.08.2006 | Aachen |
| Speerwurf (600 g) | 22,56 m | Ännchen Reile LG Hammer Park | 12.06.1982 | Hamburg |
| Speerwurf (500 g) | 27,07 m | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 09.10.2025 | Maderia / POR |
| Speerwurf (400 g) | 27,74 m | Gudrun Mellmann LG Nord West Hamburg | 10.09.2007 | Riccione / ITA |
| Gewicht | 14,21 m | Gudrun Mellmann LG Nord West Hamburg | 24.07.2008 | Ljubljana / SLO |
| 5-Kampf | 3.201 Pkt. | Ingeborg Thoma LG Alsternord Hamburg | 14.07.2018 | Zella-Mehlis |
| 7-Kampf | 4.879 Pkt. | Wiebke Baseda SV Grün-Weiss Harburg | 11./12.10.2025 | Maderia / POR |
| Wurf-Fünfkampf | 4.593 Pkt. | Gudrun Mellmann LG Alsternord Hamburg | 06.05.2007 | Neumünster |



Seniorinnen W70

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|--------------------|--------------|---|------------|--------------|
| 100 m | 16,19 s | Ursula Stelling SC Victoria | 08.09.1912 | Essen |
| 800 m | 4:12,0 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 31.09.1990 | Hamburg |
| 3.000 m | 15:35,10 min | Gertrud Pohl SC Victoria | 17.05.2012 | Hamburg |
| 5.000 m | 26:06,4 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 17.10.1981 | Hamburg |
| 10 km Straße | 54:15 min | Gesine Höft Hamburger Laufladen | 01.09.2024 | Hamburg |
| 25 km Straße | 2:29,09 h | Gudrun Bartels AG Hamburg West | 12.05.2019 | Berlin |
| Halbmarathon | 2:16:58 h | Marlies Schröder LAV Hamburg-Nord | 14.10.2012 | Hamburg |
| Marathon | 4:12:21 h | Gesine Höft Hamburger Laufladen | 15.04.2024 | Hannover |
| 5.000 m Bahngehen | 37:41,0 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 01.07.1988 | Verona / ITA |
| 10 km Straßengehen | 1:18:02 h | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 01.07.1988 | Verona / ITA |
| Hochsprung | 1,27 m | Ursula Stelling SC Victoria | 13.07.2012 | Erfurt |
| Weitsprung | 3,74 m | Gisela Herrndorf SV Lurup | 07.09.2013 | Hamburg |
| Kugelstoß | 8,62 m | Ännchen Reile AMTV Hamburg | 13.07.2012 | Erfurt |
| Diskuswurf | 24,74 m | Ännchen Reile AMTV Hamburg | 09.07.1989 | Hamburg |
| Hammerwurf | 35,33 m | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | 13.07.2012 | Erfurt |
| Speerwurf (600 g) | 22,30 m | Ännchen Reile AMTV Hamburg | 01.06.1985 | Rom / ITA |
| Speerwurf (400 g) | 22,10 m | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | 03.09.2011 | Medelby |
| Gewicht | 13,41 m | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | 22.08.2012 | Zittau |
| Wurf-Fünfkampf | 4.661 Pkt. | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | 03.09.2011 | Medelby |



Seniorinnen W75

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|--------------------|--------------|---|------------|--------------------|
| 100 m | 20,9 s | Margarete Strüven LG HNF | 30.08.1998 | Norderstedt |
| 100 m | 20,9 s | Liselotte Poluschinsky TS Harburg | 30.08.1998 | Norderstedt |
| 3.000 m | 15:26,48 min | Gertrud Pohl SC Victoria | 07.09.2013 | Hamburg |
| 5.000 m | 29:03,3 min | Hildegard Keuchel ETSV Altona-Eidelstedt | 02.09.1989 | Scheeßel |
| 10 km Straße | 74:03 min | Alice Backhausen SV Wilhelmsburg | 08.09.2013 | Hamburg |
| Marathon | 3:48:03 h | Sylke Kuhn 100 Marathon Club Deutschland | 24.03.2018 | Springe a. Deister |
| Hochsprung | 1,01 m | Helga Schneider LG HNF | 07.08.2004 | Rostock |
| Weitsprung | 2,64 m | Margarete Strüven LG HNF | 02.05.2000 | Zeven |
| Kugelstoß (3 kg) | 6,99 m | Margarete Strüven LG HNF | 27.06.1998 | Hamburg |
| Kugelstoß (2 kg) | 7,17 m | Kirsten Abshagen LG HNF | 05.06.2013 | Hvidovre / DEN |
| Diskuswurf (1 kg) | 22,20 m | Ännchen Reile AMTV Hamburg | 17.08.1991 | Trier |
| Diskuswurf (750 g) | 20,16 m | Kirsten Abshagen LG HNF | 05.06.2013 | Hvidovre / DEN |
| Hammerwurf | 30,27 m | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | 22.06.2019 | Hamburg |
| Speerwurf (600 g) | 16,84 m | Ännchen Reile AMTV Hamburg | 20.06.1992 | Hamburg |
| Speerwurf (400 g) | 17,00 m | Kirsten Abshagen LG HNF | 23.06.2013 | Aalborg / DEN |
| Gewicht | 13,76 m | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | | Neumünster |
| Wurf-Fünfkampf | 2.476 Pkt. | Kirsten Abshagen HNT Hamburg | 05.06.2013 | Hvidovre / DEN |



Seniorinnen W80

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------|---------|-------------------------------------|------------|-----------------|
| 100 m | 23,33 s | Margarete Strüven LG HNF | 27.07.2002 | Weinstadt |
| Hochsprung | 0,88 m | Margarete Strüven LG HNF | 27.07.2002 | Weinstadt |
| Weitsprung | 2,01 m | Margarete Strüven LG HNF | 27.07.2002 | Weinstadt |
| Kugelstoß (3 kg) | 5,84 m | Margarete Strüven LG HNF | 15.09.2002 | Hamburg |
| Kugelstoß | 5,64 m | Kirsten Abshagen HNT Hamburg | 03.06.2018 | Flensburg |
| Diskuswurf (1 kg) | 16,16 m | Helga Schneider LG HNF | 28.07.2008 | Ljubljana / SLO |
| Diskuswurf | 13,54 m | Kirsten Abshagen HNT Hamburg | 03.06.2018 | Flensburg |
| Hammerwurf | 27,02 m | Gudrun Mellmann SV Lurup Hamburg | 11.09.2021 | Baunatal |

Seniorinnen W85

| Disziplin | Rekord | Name / Verein | Datum | Ort |
|-------------------|---------|-----------------------------|------------|----------------|
| 100 m | 26,99 s | Margarete Strüven LG HNF | 14.07.2007 | Fulda |
| Hochsprung | 0,88 m | Margarete Strüven LG HNF | 07.09.2007 | Riccione / ITA |
| Weitsprung | 2,01 m | Margarete Strüven LG HNF | 14.09.2007 | Riccione / ITA |
| Kugelstoß (3 kg) | 4,84 m | Margarete Strüven LG HNF | 13.07.2007 | Fulda |
| Diskuswurf (1 kg) | 12,05 m | Margarete Strüven LG HNF | 09.09.2007 | Riccione / ITA |