

Datum	Veranstaltung	Disziplin	Leistung	Ort	Platzierung					
					1	2	3	4	5	6
21.03.2010	Kreismeisterschaften	Waldlauf 3,8km	20:08 min.	Burgbrohl	x					
16.04.2010	Bahneröffnung (RL-offen)	3.000 m	15:20,02 min.	Bad Neuenahr				x		
16.04.2010	Bahneröffnung (RL-offen)	800 m	03:08,29 min.	Bad Neuenahr				x		
19.05.2010	Stadionmeeting (RL-offen)	1.500 m	06:48,67 min.	Mayen		x				
30.06.2010	15. Sen. Sportfest (RL-offen)	200 m	00:33,73 min.	Mayen		x				
30.06.2010	15. Sen. Sportfest (RL-offen)	400 m	00:76,46 min.	Mayen	x					
18.09.2010	Kreismeisterschaften (offen)	Speer	29,76 m	Sinzig	x					
02.10.2010	Saisonabschluss (RL-offen)	Speer (600 gr.)	25,62 m	Bad Neuenahr	x					
02.10.2010	Saisonabschluss (RL-offen)	100 m	00:16,43 min.	Bad Neuenahr		x				
20.03.2011	Kreismeisterschaften	Waldlauf 3,8km	20:36,00 min.	Sinzig-Westum	x					
21.04.2012	Kreisoffener Werfertag	Speer	26,61 m	Sinzig		x		x		
10.06.2012	Rheinlandmeisterschaft	Speer	29,64 m	Hamm/Sieg			x			
08.09.2012	Kreismeisterschaften (offen)	Speer	29,24 m	Sinzig		x				
14.09.2012	Wurfertag (RL-offen)	Speer	30,98 m	Bad Ems	x					
12.01.2013	Westdeutsche Meisterschaften	Speer	28,32 m	Düsseldorf	x					
20.04.2013	Wurfertag (RL-offen)	Speer	27,26 m	Sinzig	x					
20.04.2013	Wurfertag (RL-offen)	Kugel	07,81 m	Sinzig	x					
20.04.2013	Wurfertag (RL-offen)	Diskus	21,97 m	Sinzig	x					
30.06.2013	Rheinland Meisterschaften	Speer	30,17 m	Bad Neuenahr	x					
30.06.2013	Rheinland Meisterschaften	Diskus	24,50 m	Bad Neuenahr		x				
30.06.2013	Rheinland Meisterschaften	Kugel	08,22 m	Bad Neuenahr			x			
12.07.2013	Deutsche Meisterschaften	Speer	29,69 m	Mö.-Gladbach					x	
07.09.2013	Landesoffene Kreis-M AW	Diskus	22,96 m	Sinzig	x					
07.09.2013	Landesoffene Kreis-M AW	Kugel	07,84 m	Sinzig	x					
07.09.2013	Landesoffene Kreis-M AW	Speer	30,58 m	Sinzig	x					
23.11.2013	Kreismeisterschaften (Winterlauf)	3.700 m	16:42 min.	Sinzig	x					
28.03.2014	Wurfertag (RL-offen)	Kugel	08,20 m	Sinzig	x					
28.03.2014	Wurfertag (RL-offen)	Speer	29,94 m	Sinzig	x					
28.03.2014	Wurfertag (RL-offen)	Diskus	21,10 m	Sinzig	x					
26.04.2014	Wurfertag (RL-offen)	Kugel	08,09 m	Holzappel		x				
26.04.2014	Wurfertag (RL-offen)	Speer	26,99 m	Holzappel	x					

26.04.2014	Werfertag (RL-offen)	Diskus	22,09 m	Holzappel		x				
15.06.2014	Rheinland Meisterschaften	Speer	29,03 m	Trier	x					
15.06.2014	Rheinland Meisterschaften	Diskus	21,80 m	Trier			x			
15.06.2014	Rheinland Meisterschaften	Kugel	08,48 m	Trier		x				
19.06.2014	Bezirksmeisterschaften	Speer	28,23 m	Mayen	x					
19.06.2014	Bezirksmeisterschaften	Kugel	08,61 m	Mayen	x					
02.08.2014	Europa-Meisterschaften (LSW)	Speerorama	48,64 m	Halberstadt				x		
03.08.2014	Europa-Meisterschaften (LSW)	Keulenweitwurf	39,10 m	Halberstadt		x				
11.10.2014	15. LSW-Spezialsport-Ausklang	Speerorama	51,95 m	Villmar		x				
11.10.2014	16. LSW-Spezialsport-Ausklang	Keulenweitwurf	42,30 m	Villmar	x					
15.11.2014	Westdeutsche Meisterschaften	Speer	31,05 m	Leichlingen			x			
22.11.2014	Kreismeisterschaften (Winterlauf)	3.500 m	19.19,09 min	Sinzig	x					
18.04.2015	Kreis-Wurfmeisterschaften	5-Kampf	2.595 Pkt.	Sinzig	x					
		5-Kampf Mannschaft	8.743 Pkt.	Sinzig	x					
		Kugel	08,35 m	Sinzig	x					
		Speer	27,09 m	Sinzig	x					
		Diskus	21,21 m	Sinzig	x					
		Gewicht 7,26 kg	07,95 m	Sinzig	x					
		Hammer	27,12 m	Sinzig	x					
26.04.2015	27. Erwin-Kollmar-Classics	Keulenweitwurf	42,81 m	Villmar	x					
		Speerorama	54,38 m	Villmar	x					
07.05.2015	Rheinland Meisterschaften	Hammerwerfen	25,67 m	Holzappel		x				
14.06.2015	Rheinland Meisterschaften	Speer	29,49 m	Birkenfeld		x				
		Kugel	8,29 m	Birkenfeld		x				
		Diskus	22,40 m	Birkenfeld			x			
28.06.2015	Offene NR Seniorenmeistersch.	Hammerwerfen	27,00 m	Leichlingen		x				
21.08.2015	Weltmeisterschaften LSW/WTC	Speerorama	54,38 m	Tata (HU)		x				
21.08.2015	Weltmeisterschaften LSW/WTC	Keulenweitwurf	38,,53 m	Tata (HU)				X		
17.10.2015	16. LSW-Spezialsport-Ausklang	Speerorama	48,84 m	Villmar	x					
		Keulenweitwurf	41,66 m	Villmar	x					
14.11.2015	Offene NRW-Seniorenmeistersch.	Speer	28,50 m	Leichlingen		x				
		Kugel	8,00 m	Leichlingen		x				
		Gewicht 7,26 kg	10,27 m	Leichlingen					x	

		Diskus	21,75 m	Leichlingen				x		
		Hammer	27,92 m	Leichlingen					x	
09.04.2016	Kreis-Wurf-Meisterschaften	5-Kampf	2.374	Leichlingen		x				
		Kugel	8,14 m	Sinzig		x				
		Speer	27,63 m	Sinzig			x			
		Diskus	21,15 m	Sinzig		x				
		Gewicht	11,42 m	Sinzig	x					
		Hammer	26,73 m	Sinzig	x					
		5-Kampf	2.803 Pkt.	Sinzig		x				
		5-Kampf Mannschaft	9.222 Pkt.	Sinzig	x					
22.05.2016	Rheinlandmeisterschaften	Hammerwurf	26,36 m	Holzappel		x				
26.05.2016	Bezirksmeisterschaften	Kugelstoßen	08,00 m	Mayen			x			
		Speerwerfen	28,57 m	Mayen			x			
04.06.2016	Off. Kreismeisterschaften (LSW)	Keulenweitwurf	40,53 m	Sinzig		x				
		Speerorama	48,66 m	Sinzig		x				
		Shotorama	34,61 m	Sinzig			x			
27.08.2016	DM-Wurf-5-Kampf (Mannschaft)	Ha/Ku/Disk/Sp/Gew	2.725(9.159) Pkt.	Zella-Mehlis			x			
02.10.2016	17. LSW-Spezialsport-Ausklang	Keulenweitwurf	43,82 m	Villmar	x					
02.10.2016	17. LSW-Spezialsport-Ausklang	Diskurama	61,57 m	Villmar	x					
02.10.2016	17. LSW-Spezialsport-Ausklang	Speerorama	48,96 m	Villmar	x					
12.11.2016	Off NRW-WWM	Hammer	23,30 m	Leichlingen			x			
		Kugel	8,07 m	Leichlingen			x			
		Diskus	21,21 m	Leichlingen		x				
		Speer	25,92 m	Leichlingen		x				
		Gewicht	10,43 m	Leichlingen			x			
		5-Kampf	2.706 Pkt.	Leichlingen		x				
08.04.2017	Offene Kreis-Wurf-Meisterschaften	Hammer	28,39 m	Sinzig	x					
		Kugel	8,39 m	Sinzig		x				
		Diskus	22,62 m	Sinzig		x				
		Speer	26,01 m	Sinzig		x				
		Gewicht	10,71 m	Sinzig		x				
		5-Kampf	2.792 Punkte	Sinzig		x				
14.05.2017	Rheinlandeisterschaften	Hammerwerfen	28,41 m	Trier		X				

11.06.2017 Rheinlandeisterschaften	Speerwerfen	24,96 m	Mayen			x			
	Kugelstoßen	8,41 m	Mayen				x		
07.01.2018 Hallensportfest	Kugelstoßen	8,82 m	Troisdorf	x					
14.04.2018 Offene Kreis-Wurf-Meisterschaften	ohne Einzelwertung		Sinzig	x					
28.04.2018 Werfertag 5- Kampf	Hammer	28,24 m	Alzey						
	Kugel	9,40 m							
	Diskus	19,84 m							
	Speer	23,90 m							
	Gewicht	11,42 m							
	5-Kampf	3.293 Punkte							
	ohne Einzelwertung				x				
	Hammer	30,90 m							
	Kugel	9,44 m							
	Diskus	19,67 m							
Speer	25,83 m								
Gewicht	11,11 m								
5-Kampf	3.410 Punkte								