Die besten Langstreckenläufer/innen der SLB-Bestenliste der letzten 20 Jahre 95-15

		Punktewertung					Wertung rein nach Laufzeiten																				
				10km o 10000m	Halbmarathon	Marathon			10km o.10000m	Halbm				Mara				10000				10			
1	Groß, Stefan	264,96	1.	96,17	87,71	81,08	3:58:43	1.	29:48	1:06:32	2001	27	Hannover	2:22:23	2001	27	Frankfurt	29:48,85	2001	27	Troisdorf	30:00	2003	29	Troisdorf
2	Hartmann, Uwe	261,31	2.	98,58	84,95	77,78	4:00:53	3.	29:31	1:07:14	1996	37	Markt Indersdorf	2:24:08	1996	37	Karlsruhe	30:55,72	1997	38	St. Wendel	29:31	1995	36	Phönix
3	Koch, Wolfgang	258,09	3.	89,49	86,73	81,87	3:59:20	2.	30:35	1:06:47	1997	37	Karlsruhe	2:21:58	1996	36	Berlin	30:45,33	1997	37	Rehlingen	30:35	1997	37	Paderborn
4	Neuschwander, Florian	254,22	4.	92,05	86,53	75,64	4:02:23	6.	30:17	1:06:50	2007	26	Saarbrücken	2:25:16	2007	26	Frankfurt	30:32,46	2001	20	Kandel	30:17	2007	26	Mannheim
5	Müller, Rainer	247,65	5.	87,65	79,96	80,04	4:02:14	4.	30:48	1:08:30	2001	35	Saarbrücken	2:22:56	1996	30	Berlin	31:45,55	2000	34	Saarlouis	30:48	1995	29	Ralingen
6	Czaja, Arnold	247,55	6.	86,09	82,46	79,00	4:02:20	5.	30:59	1:07:52	1998	29	Potsdam	2:23:29	1998	29	Frankfurt	31:06,38	1999	30	Rehlingen	30:59	1998	29	Irrel
7	Schu, Stephan	241,63	7.	88,22	80,49	72,93	4:05:48	8.	30:44	1:08:22	2004	27	Siegburg	2:26:42	2006	29	Hamburg	30:44,18	2005	28	Rehlingen	30:58	2004	27	Bad Liebenzell
8	Burkhardt, Dieter	241,23	8.	87,51	77,20	76,52	4:04:49	7.	30:49	1:09:12	1996	35	Saarbrücken	2:24:48	1995	34	Hamburg	30:55,47	1997	36	Rehlingen	30:49	1997	36	Paderborn
9	Knickenberg, Alfred	221,65	9.	84,53	80,09	57,03	4:14:45	10.	31:10	1:08:28	2001	43	Mainz	2:35:07	1996	38	Berlin	31:10,42	1997	39	Rehlingen	31:27	2001	43	Grevenmacher
10	Hahn, Frank	215,47	10.	80,27	73,26	61,94	4:14:23	9.	31:40	1:10:12	2004	38	Siegburg	2:32:31	2006	40	Rotterdam	32:37,33	2005	39	Herentals	31:40	2004	38	Bad Liebenzell
11	Riefer, Markus	213,27	11.	78,99	72,27	62,01	4:14:45	11.	31:49	1:10:27	1996	30	Stuttgart	2:32:29	1996	30	Berlin	31:49,00	1995	29	St. Wendel	32:34	1995	29	Saarbrücken
12	Schu, Stefan	212,08	12.	82,82	77,92	51,33	4:18:31	15.	31:22	1:09:01	2003	26	Offenbach	2:38:08	2001	24	Köln	31:42,83	2003	26	St. Wendel	31:22	2003	26	Troisdorf
13	Schedler, Martin	203,29	13.	72,88	67,02	63,39	4:16:04	12.	32:32	1:11:47	2005	25	Ohrdruf	2:31:45	2005	25	Hamburg	32:32,44	2005	25	Rehlingen	32:32	2005	25	Otterndorf
14	Fischer, Jürgen	200,90	14.	75,44	71,42	54,04	4:19:36	16.	32:14	1:10:40	1998	37	Potsdam	2:36:42	1995	37	Dillingen	32:40,50	1998	40	St. Wendel	32:14	1995	37	Ralingen
15	Krämer, Rudi	200,17	15.	73,59	67,15	59,42	4:18:03	14.	32:27	1:11:45	1999	42	Saarbrücken	2:33:51	1999	42	Maximiliansau	32:41,44	1998	41	St. Wendel	32:27	1998	41	Speicher
16	Lack, Marco	199,48	16.	69,05	68,27	62,16	4:16:51	13.	32:59	1:11:28	2015	29	Saarlouis	2:32:24	2015	29	Steinheim	33:53,1	2013	27	Rheinzabern	32:59	2014	28	Rheinzabern
17	Braun, Franz-Josef	198,27	17.	72,60	71,22	54,45	4:19:46	17.	32:34	1:10:43	1996	40	Kaiserslautern	2:36:29	1997	41	Frankfurt	32:34,75	1998	42	St. Wendel				
18	Schu, Samuel	194,59	18.	74,59	69,65	50,36	4:22:06	19.	32:20	1:11:07	2014	21	Saarbrücken	2:38:39	2015	22	St. Wendel	34:35,3	2013	20	Piesbach	32:20	2013	20	Homburg
19	Glasow, Bernhard	193,16	19.	73,88	64,32	54,95	4:21:06	18.	32:25	1:12:28	2004	34	Siegburg	2:36:13	2004	34	Hamburg	33:24,64	2005	35	Rehlingen	32:25	2004	34	Leverkusen
20	Trampert, Uwe	181,83	20.	72,17	55,58	54,07	4:23:59	22.	32:37	1:14:41	2005	33	Saarbrücken	2:36:41	2001	29	Paris	32:59,78	1998	26	Köln	32:37	1998	26	Leverkusen
21	Jakob, Jörg	181,82	21.	69,76	57,29	54,77	4:23:28	21.	32:54	1:14:15	2000	35	Saarbrücken	2:36:19	1996	31	Berlin	33:13,77	1998	33	Saarlouis	32:54	2000	35	Leverkusen
22	Nitschmann, Sven	176,99	22.	72,88	57,56	46,55	4:27:23	23.	32:32	1:14:11	2003	33	Metz	2:40:40	2003	33	München	32:32,90	1995	25	Dillingen				
23	Hooß, Jörg	173,78	23.	56,56	59,59	57,63	4:22:55	20.	34:27	1:13:40	2005	41	Saarbrücken	2:34:48	1998	34	Frankfurt	34:27,8	2010	46	Rehlingen	34:30	2012	48	Kaiserslautern
24	Quinten, Christian	173,77	24.	65,93	65,70	42,14	4:28:28	25.	33:21	1:12:07	2009	40	Saarbrücken	2:43:00	2008	39	St. Wendel					33:21	2008	39	Neunkirchen
25	Hohwieler, Che	171,57	25.	68,63	56,18	46,77	4:28:07	24.	33:02	1:14:32	2006	35	Saarbrücken	2:40:33	2006	35	München	34:11,66	2006	35	Rehlingen	33:02	2007	36	Regensburg
26	Theiß, Erik	169,57	26.	66,64	58,02	44,91	4:28:52	26.	33:16	1:14:04	2009	35	Saarlouis	2:41:32	2008	34	Saarbrücken					33:16	2009	35	Kaiserslautern
27	Müller, Matthias	164,06	27.	64,79	54,80	44,47	4:30:08	27.	33:29	1:14:53	2014	41	Freiburg	2:41:46	2013	40	München	33:29,1	2014	41	Aichach	34:05	2012	39	Saarbrücken
28	Herrmann, Carsten	154,37	28.	65,79	48,49	40,10	4:33:56	30.	33:22	1:16:29	2012	33	Trier	2:44:05	2012	33	Merzig					33:22	2014	35	Neunkirchen
29	Kammer, Björn	153,90	29.	66,35	51,45	36,10	4:35:14	31.	33:18	1:15:44	2011	29	Saarbrücken	2:46:12	2011	29	Hamburg	33:18,99	2008	26	Rehlingen	33:41	2008	26	Saarbrücken
30	Sehn, Frank	150,87	30.	56,84	53,02	41,01	4:33:21	29.	34:25	1:15:20	2010	45	Saarbrücken	2:43:36	2010	45	Berlin	34:25,4	2010	45	Rehlingen				
31	Schütz, Thomas	150,53	31.	54,57	54,66	41,29	4:33:03	28.	34:41	1:14:55	2004	34	Saarbrücken	2:43:27	2008	38	Berlin	34:41,27	2003	33	St. Wendel				
32	Bernardon, Ramon	149,41	32.	57,41	57,10	34,90	4:35:29	32.	34:21	1:14:18	2013	34	Saarbrücken	2:46:50	2012	33	Merzig					34:21	2012	33	Wadern
33	Weber, Thomas	132,91	33.	52,30	46,65	33,96	4:39:14	34.	34:57	1:16:57	2015	40	Saarbrücken	2:47:20	2015	40	Frankfurt	34:57,5	2015	40	Rehlingen				
34	Komenda, Manfred	129,57	34.	41,51	42,77	45,29	4:35:29	33.	36:13	1:17:56	2012	51	Saarbrücken	2:41:20	2008	46	Berlin	36:13,8	2012	51	Rehlingen				

		Punktewertung					Wertung rein nach Laufzeiten																				
										Halbm				Mara				10000				10			
1	Hahn, Susanne	300,00	1.	100,00	100,00	100,00	4:12:29	1.	32:12	1:11:28	2008	30	den Haag	2:28:49	2011	33	Frankfurt	34:43,51	2011	33	Essen	32:12	2012	34	Tessenderlo
2	Schedler, Michaela	231,90	2.	84,34	81,46	66,09	4:39:59	2.	34:13	1:16:46	2002	20	Schotten	2:49:00	2014	32	St. Wendel	34:22,36	2003	21	Bydgoszcz	34:13	2003	21	Troisdorf
3	Ruppert, Margret	216,84	3.	69,59	77,20	70,04	4:40:45	3.	36:07	1:17:59	1997	37	Karlsruhe	2:46:39	1999	39	Köln	36:44,93				36:07	2001	41	Troisdorf
4	Brengel, Julia	214,63	4.	67,78	77,20	69,65	4:41:13	4.	36:21	1:17:59	1998	24	Malta	2:46:53	1997	23	Frankfurt					36:21	2002	28	Saargemünd
5	Hooß, Tanja	209,63	5.	68,56	69,10	71,97	4:42:03	5.	36:15	1:20:18	2003	36	Offenbach	2:45:30	2011	33	Frankfurt	37:19,75	2003	36	St. Wendel	36:15	2001	34	Leverkusen
6	Jakobs, Marion	205,89	6.	69,85	74,29	61,75	4:46:29	6.	36:05	1:18:49	2007	37	Bad Liebenzell	2:51:35	2007	37	Mainz	38:12,41	2005	35	Rehlingen	36:05	2005	35	Otterndorf
7	Kohler, Heike	203,25	7.	71,14	73,12	58,98	4:48:18	8.	35:55	1:19:09	2010	36	Bad Liebenzell	2:53:14	2014	40	Frankfurt					35:55	2010	36	Neunkirchen
8	Schmidt, Tanja	195,07	8.	71,66	67,64	55,76	4:51:43	9.	35:51	1:20:43	2005	36	Saarbrücken	2:55:09	2005	36	München	35:51,82	2005	36	Rehlingen	36:10	2003	34	Leverkusen
9	Wydra, Julia	189,05	9.	58,46	64,55	66,04	4:48:11	7.	37:33	1:21:36	2005	20	Karlsruhe	2:49:02	2005	20	Echternach					37:33	2006	21	Echternach
10	Alaimo, Kerstin	181,81	10.	67,91	56,10	57,81	4:54:17	10.	36:20	1:24:01	2008	34	Limbach	2:53:56	2010	36	St. Wendel					36:20	2008	34	Altenkessel
11	Weiersbach, Ursula	177,05	11.	62,09	63,79	51,17	4:56:47	11.	37:05	1:21:49	1997	37	Saarbrücken	2:57:53	1997	37	Regensburg	38:11,90	1997	37	Rehlingen	37:05	1996	36	Saarlouis
12	Strohe, Anja	172,90	12.	64,03	60,47	48,40	4:59:08	12.	36:50	1:22:46	2006	33	Saarlouis	2:59:32	2006	33	München	38:15,53	2009	36	Rehlingen	36:50	2006	33	Saarbrücken
13	Rausch, Katharina	161,51	13.	50,05	60,00	51,45	4:59:15	13.	38:38	1:22:54	2012	26	Saarbrücken	2:57:43	2011	25	Frankfurt					38:38	2013	27	Saarbrücken
14	Woysch, Nicole	160,66	14.	56,65	57,91	46,10	5:02:11	14.	37:47	1:23:30	2010	34	Saarlouis	3:00:54	2009	33	St. Wendel					37:47	2009	33	St. Ingber
15	Sinnewe, Ursula	147,55	15.	51,09	51,26	45,21	5:05:20	16.	38:30	1:25:24	2004	47	Saarbrücken	3:01:26	2003	46	Bonn	39:50,01	2002	45	St. Wendel	38:30	2003	46	Troisdorf
16	Rech, Sabine	144,59	16.	48,11	53,77	42,71	5:06:29	17.	38:53	1:24:41	2009	41	Saarlouis	3:02:55	2010	42	Simmern					38:53	2009	41	Saarbrücken
17	Schuler, Martina	142,07	17.	48,24	41,29	52,54	5:04:11	15.	38:52	1:28:15	2000	41	Saarlouis	2:57:04	1998	39	Duisburg					38:52	1998	39	Saarlouis
18	aus der Fünten, Karen	140,86	18.	47,72	52,02	41,12	5:07:59	18.	38:56	1:25:11	2011	39	Griesheim	3:03:52	2012	40	München					38:56	2011	39	Ralingen
19	Duchstein, Gabriele	137,97	19.	46,95	50,27	40,75	5:08:48	19.	39:02	1:25:41	2010	46	Saarbrücken	3:04:05	2010	46	Berlin	41:55,35	2003	39	St. Wendel	39:02	2008	44	Karlsruhe
20	Busch, Sabine	136,57	20.	50,96	51,49	34,12	5:11:53	21.	38:31	1:25:20	2005	34	Limbach	3:08:02	2005	34	Köln	38:57,46	2005	34	Rehlingen	38:31	2009	38	Otterndorf
21	Schmitt, Sybille	133,09	21.	42,29	58,20	32,61	5:11:59	22.	39:38	1:23:25	2006	21	Frankfurt	3:08:56	2006	21	Freiburg					39:38	2006	21	Losheim
22	Grewen, Judith	131,44	22.	48,63	45,78	37,03	5:12:05	23.	38:49	1:26:58	1996	27	Kaiserslautern	3:06:18	1996	27	Berlin	40:08,17	1995	26	Saarbrücken	38:49	1997	28	Langsur
23	Rausch, Claudia	131,36	23.	59,63	53,77	17,96	5:19:44	31.	37:24	1:24:41	2006	32	Trier	3:17:39	2008	34	Köln	38:27,37	2005	31	Rehlingen	37:24	2006	32	Regensburg
24	Celette, Gabriele	130,85	24.	40,86	46,65	43,33	5:09:05	20.	39:49	1:26:43	2007	51	Saarbrücken	3:02:33	2007	51	Mainz	39:49,26	2008	52	Rehlingen				
25	Seel, Claudia	129,39	25.	57,04	44,61	27,74	5:16:52	25.	37:44	1:27:18	1996	24	Griesheim	3:11:50	1997	25	Frankfurt	38:00,40	1997	25	Rehlingen	37:44	1997	25	Saarlouis
26	Stras, Marion	128,09	26.	45,65	49,80	32,64	5:13:56	24.	39:12	1:25:49	2010	31	Saarbrücken	3:08:55	2008	29	Vancouver	39:43,5	2013	34	Piesbach	39:12	2011	32	Schmelz
27	Zimmer, Anja	123,92	27.	51,48	44,85	27,60	5:17:36	28.	38:27	1:27:14	2002	34	Saarlouis	3:11:55	2000	32	Merzig					38:27	2001	33	Troisdorf
28	Bauer, Stephanie	121,24	28.	47,46	43,85	29,92	5:17:01	26.	38:58	1:27:31	2001	37	Offenbach	3:10:32	1998	34	Hamburg	38:07,75	2000	36	Saarlouis	38:58	2001	37	Irrel
29	Boghossian, Heike	119,58	29.	44,49	45,25	29,84	5:17:03	27.	39:21	1:27:07	2012	39	Saarbrücken	3:10:35	2010	37	Berlin	43:21,16	2004	31	Rehlingen	39:21	2007	34	Mannheim
30	Wirbel, Barbara	119,29	30.	47,98	42,46	28,86	5:17:59	29.	38:54	1:27:55	2001	40	Saarbrücken	3:11:10	2000	39	Köln	38:54,94	2000	39	St. Wendel	39:29	2000	39	Saarbrücken
31	Klein-Braun, Barbara	108,64	31.	38,15	42,28	28,21	5:19:41	30.	40:10	1:27:58	1995	40	Limbach	3:11:33	1996	41	Hamburg	41:21,43	1995	40	Saarbrücken	40:10	1995	40	Losheim
32	Klein, Christine	108,52	32.	48,89	42,28	17,35	5:24:46	34.	38:47	1:27:58	2000	31	Saarbrücken	3:18:01	2000	31	Kandel	38:47,27	2000	31	St. Wendel	39:15	2000	31	Saarbrücken
33	Adler, Susanne	100,99	33.	45,13	40,30	15,56	5:26:53	36.	39:16	1:28:32	2005	27	Offenbach	3:19:05	2005	27	Regensburg	39:53,29	2005	27	Rehlingen	39:16	2005	27	Otterndorf
34	Gillet, Martina	99,60	34.	39,96	41,29	18,36	5:25:36	35.	39:56	1:28:15	1996	41	Grevenmacher	3:17:25	1995	40	Berlin	40:54,35	1995	40	Kaiserslautern	39:56	1996	41	Saarlouis
35	Glatz, Ursula	85,24	35.	18,22	37,27	29,75	5:22:46	32.	42:44	1:29:24	2003	39	Saarbrücken	3:10:38	2005	41	Mainz	42:44,55	2003	39	St. Wendel				
36	Werth, Martina	82,92	36.	43,97	23,57	15,39	5:31:55	37.	39:25	1:33:19	2015	38	Saarbrücken	3:19:11	2009	32	Berlin	39:50,9	2013	36	Piesbach	39:25	2013	36	Langsur
37	Trenz, Susanne	80,48	37.	19,64	30,39	30,45	5:24:08	33.	42:33	1:31:22	2012	43	Griesheim	3:10:13	2008	39	Frankfurt	42:33,77	2004	35	Rehlingen				