

- [SSF Bonn 1905 e.V.](#)
- [Über uns](#)
- [Sportliche Erfolge](#)
- Deutsche Meister - Masters

## Deutsche Meister - Masters

### 2021

- Schwimmen: Deutsche Meisterschaften der Masters in Braunschweig
  - Margret Hanke (AK 75) - 50 m, 100 m und 200 m Rücken
  - Monika Warnusz (AK 75) - 100 m und 200 m Brust
  - Javier Nogues (AK 55) - 100 m Schmetterling, 200 m Rücken und 200 Lagen
  - Markus Löber (AK 50) - 50 m Rücken
  - Mario Heese (AK 45) - 200 m Lagen
- Triathlon: Deutsche Meisterschaften im Cross-Triathlon in Schalkmehren
  - Nick Emde - AK 20
  - Jara Brandenburg - AK 20
- Moderner Fünfkampf: Deutsche Meisterschaften im Laser Run in Nürnberg
  - Arina Valaeva - Senioren
  - Dr. Kurt Tohermes - Masters 60 +
  - Mixed-Staffel Masters 50 +: Hans-Jörg Kuck, Dr. Barbara Oettinger (Baden-Württemberg)
  - Mixed-Staffel Masters 60 +: Dr. Kurt Tohermes, Emily Freund (Neusser SV)
- Moderner Fünfkampf: Deutsche Meisterschaften im Biathle und Triathle in Weiden
  - Hans-Jörg Kuck - Triathle Masters 60 +
  - Biathle Mixed-Staffel Masters 60 +: Dr. Kurt Tohermes, Emily Freund (Neusser SV)
  - Triathle Mixed-Staffel Masters 60 +: Dr. Kurt Tohermes, Emily Freund (Neusser SV)
- Schwimmen: Deutsche Freiwasser-Meisterschaften der Masters
  - Rebecca Dany - AK 20, 2.500 m und 5.000 m
  - 3 x 1.250 m mixed, AK 150 J und älter: Vera Hundsdörfer, Javier Nogues und Bernd Fischer

### 2020

- Moderner Fünfkampf: Deutsche Meisterschaften im Laser Run in Nürnberg
  - Dr. Kurt Tohermes (AK 60 +)
  - Meike Hoffmann (AK 50 +)
  - Staffel Masters 60 +: Dr. Kurt Tohermes, Emily Freund (Neusser SV)

## 2019

- Schwimmen: Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecken in Halle
  - Javier Nogues (AK 55) - 400 m Lagen mit Deutschen Rekord in 5:24,59 min
  - Jochen Kaminski (AK 45) - 200 m Rücken und 400 m Freistil
  - Dieter Lochner (AK 70) - 800 m und 400 m Freistil
  - Bärbel Hundsdörfer (AK 55) - 200 m Brust
  - 4 x 200 m Freistilstaffel der Damen (AK 240 Jahre) mit Maike Schramm, Monika Warnusz, Margret Hanke und Christine Klütemeyer
  - 4 x 200 m Bruststaffel der Damen (AK 240) mit Bärbel Hundsdörfer, Margret Hanke, Monika Warnusz und Christine Klütemeyer
  
- Moderner Fünfkampf: Deutsche Meisterschaften im Biathle und Triathle in Aalen
  - Biathle, Masters 60+ männlich: Dr. Kurt Tohermes
  - Biathle, Masters 70+ weiblich: Ingrid Segschneider
  - Biathle, Masters 70+ männlich: Dieter Lochner
  - Biathle, Staffel Masters 60+: Dr. Kurt Tohermes / Helga Strakeljahn (DJK Agon O8 Düsseldorf)
  - Triathle, Masters 60+ männlich: Dr. Kurt Tohermes
  - Triathle, Staffel Master 60 +: Dr. Kurt Tohermes, Emily Freund (Neusser SV)
  
- Moderner Fünfkampf: Deutsche Meisterschaften im Laser Run in Nürnberg
  - Dr. Kurt Tohermes (AK 60 +)
  
- Schwimmen: Deutsche Mastersmeisterschaften Kurze Strecken in Karlsruhe
  - Javier Nogues (AK 55) - 200 m Lagen mit neuem deutschen Altersklassenrekord in 2:32,74, 100 m Schmetterling und 200 m Freistil
  - Jochen Kaminski (AK 45) - 200 m Freistil
  - Georg Wambach (AK 50) - 100 m Schmetterling
  - 4 x 100 m Lagen männlich (AK 200) mit Jochen Kaminski, Tom Schürmann, Georg Wambach und Javier Nogues mit Deutschem Rekord in 4:36,17
  - 4 x 100 m Freistil männlich (AK 200) mit Jochen Kaminski, Sven Leopold, Georg Wambach und Javier Nogues
  - 4 x 50 m Lagen männlich (AK 200) mit Sven Leopold, Tom Schürmann, Georg Wambach und Jochen Kaminski
  - 4 x 50 m Freistil weiblich (AK 280) mit Birgit Veil, Monika Warnusz, Ute Hole und Margret Hanke
  - 4 x 100 m Freistil weiblich (AK 280) mit Maike Schramm, Monika Warnusz, Ute Hole und Margret Hanke
  - 4 x 50 m Brust weiblich (AK 280) mit Monika Warnusz, Ute Hole, Margret Hanke und Birgit Veil
  - 4 x 100 m Lagen weiblich (AK 280) mit Margret Hanke, Monika Warnusz, Maike Schramm und Ute Hole

- Schwimmen: Deutsche Kurzbahnmeisterschaften der Masters in Freiburg
  - Javier Nogues (AK 55) - 200 m Lagen und im großen Mehrkampf (Addition der Punktzahl aller 100 m Strecken und der 200 m Lagen)

## 2018

- Triathlon: Deutsche Meisterschaften über die Kurzdistanz in Viernheim
  - Bruno Hoenig, AK 65
- Schwimmen: Deutsche Freiwassermeisterschaften im Schulsesee in Mölln
  - Bernd Fischer, (AK 60) - 2,5 km und 5 km
- Triathle, Deutsche Meisterschaften in Aalen
  - Dr. Kurt Tohermes, AK 60 +
  - Hans Jörg Kuck, AK 50 +
- Biathle, Deutschen Meisterschaften in Aalen
  - Dr. Kurt Tohermes, AK 60 +
- Schwimmen, Deutsche Meisterschaften der Masters über die kurzen Strecken in Osnabrück
  - Gerhard Hole (AK 80) - 100 m Rücken und 50 m Rücken
  - Javier Nogues (AK 50) - 200 m Freistil und 200 m Lagen
  - Margret Hanke (AK 70) - 100 m Rücken und 50 m Rücken
  - Georg Wambach (AK 50) - 50 m Schmetterling
  - 4 x 100 m Lagen männl. AK 200 mit Sven Leopold, Tom Schürmann, Georg Wambach und Javier Nogues.
  - 4 x 100 m Freistil männl. AK 200 Jahre mit Jochen Kaminski, Sven Leopold, Georg Wambach und Javier Nogues
  - 4 x 100 m Freistil weibl. AK 280 J. mit Maike Schramm, Margret Hanke, Ute Hole und Monika Warnusz
  - 4 x 100 m Lagen, weibl. 280 J. mit Ursel Borrmann, Monika Warnusz, Maike Schramm und Ute Hole
  - 4 x 50 m Freistil, weibl., 280 J. mit Margret Hanke, Ute Hole, Monika Warnusz und Maike Schramm
  - 4 x 50 m Lagen, weibl. 280 J. mit Ursel Borrmann, Monika Warnusz, Maike Schramm und Ute Hole
  - 4 x 50 m Brust, weibl. 280 J. mit Birgit Veil, Ute Hole, Monika Warnusz und Ursel Borrmann
  - 4 x 100 m Lagen mixed, 280 J. mit Bernt Dittrich, Gerhard Hole, Margret Hanke und Birgit Veil
- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecke in Wetzlar

- Vera Hundsdörfer (AK 25) - 1500 m und 800 m Freistil
- Javier Nogues (AK 50) - 800 m und 400 m Freistil
- Gerhard Hole (AK 80) - 400 m Freistil und 200 m Rücken
- Georg Wambach (AK 50) - 1500 m Freistil
- Jochen Kaminski (AK 40) - 400 m Freistil
- Margret Hanke (AK 70) - 200 m Rücken
- 4 x 200 m Freistilstaffel Damen, AK 280 mit Maike Schramm, Monika Warnusz, Ute Hole und Margret Hanke
- 4 x 200 m Bruststaffel Damen, AK 280 mit Ursel Borrmann, Birgit Veil, Monika Warnusz und Ute Hole
- 4 x 200 m Freistilstaffel Herren, AK 200 mit Georg Wambach, Jochen Kaminski, Sven Leopold und Javier Nogues
- 4 x 200 m Freistilstaffel mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Ute Hole, Margret Hanke und Frank Schulze
- 4 x 200 m Freistilstaffel mixed, AK 160 mit Vera Hundsdörfer, Laura de Marianis, Jochen Kaminski und Javier Nogues

## 2017

- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecke in Wetzlar
  - Vera Hundsdörfer, AK 25, 400m Lagen und 800 m Freistil
  - Ute Hole, AK 70, 400, Freistil, 800 m Freistil und 200 m Brust
  - Gerhard Hole, AK 80, 200 m Rücken
  - Ulla Held, AK 85, 200 m Rücken
  - 4 x 200 m Freistil weiblich, AK 280 mit Maike Schramm, Margret Hanke, Ute Hole und Monika Warnusz
  - 4 x 200 m Brust weiblich, AK 280 mit Ursel Borrmann, Margret Hanke, Ute Hole und Monika Warnusz
  - 4 x 200 m Freistil mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Jürgen Baro Piza, Ute Hole und Margret Hanke
- Triathlon, Deutsche Meisterschaften über die Kurzdistanz in in Bad Schönborn
  - Dieter Lochner, AK 70
- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Kurze Strecke in Magdeburg
  - Margret Hanke, AK 70, 50 m Freistil, 100 m Freistil und 100 m Rücken
  - Gerhard Hole, AK 80, 50 m Freistil, 100 m Freistil
  - Monika Warnusz, AK 70, 200 m Lagen
  - 4 x 100 m Freistil weiblich, AK 280 mit Margret Hanke, Maike Schramm, Monika Warnusz und Ute Hole
  - 4 x 100 m Lagen weiblich, AK 280 mit Margret Hanke, Maike Schramm, Monika Warnusz und Ute Hole
  - 4 x 50 m Brust weiblich, AK 280 mit Ursel Borrmann, Ute Hole, Monika Warnusz und Ingrid Segschneider
  - 4 x 50 m Lagen mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Ute Hole, Jürgen Baro Piza und Margret Hanke
  - 4 x 50 m Freistil mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Ute Hole, Jürgen Baro Piza und Margret Hanke
- Biathle, Deutsche Meisterschaften in Weiden
  - Ingrid Segschneider, AK 70 +
- Schwimmen, Deutsche Kurzbahnmeisterschaften in Bremen
  - Margret Hanke, AK 70, 100 m Freistil, 50 m Freistil, 100 m Rücken und 50 m Rücken
  - Javier Nogues, AK 50, 200 m Lagen und 100 m Schmetterling
  - Ute Hole, AK 70, 200 m Freistil und 100 m Brust

- Gerhard Hole, AK 80, 100 m Rücken
- 4 x 50 m Freistil weiblich, AK 280 mit Ursel Borrmann, Ute Hole, Monika Warnusz und Margret Hanke

## 2016

- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecke in Braunschweig
  - Vera Hundsdörfer, AK 25, 800 m Freistil, 200 m Brust
  - Gerhard Hole, AK 80, 200 m Rücken
  - Ute Hole, AK 70, 800 m Freistil
  - Margret Hanke, AK 70, 200 m Rücken
- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Kurze Strecke in Gera
  - Margret Hanke, AK 70, 100 m Rücken, 50 m Freistil, 100 m Freistil
  - Gerhard Hole, AK 80, 50 m Rücken
  - Georg Wambach, AK 50, 100 m Schmetterling
  - 4 x 100 m Freistil weiblich AK 280 mit Ute Hole, Ursel Borrmann, Monika Warnusz, und Margret Hanke
  - 4 x 100 m Lagen weiblich, AK 280 mit Margret Hanke, Ingrid Segschneider, Maike Schramm und Monika Warnusz
  - 4 x 100 m Lagen mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Monika Warnusz, Frank Schulze und Ute Hole
- Schwimmen, Deutsche Freiwasser-Meisterschaften in Hamburg
  - 3 x 1,25 km Freistil mixed, AK 121+ mit Bernd Fischer, Georg Wambach und Vera Hundsdörfer
- Biathle, Deutsche Meisterschaften in Aalen
  - Ingrid Segschneider, AK 70 +
  - Kurt Tohermes. AK 60 +
- Schwimmen, Deutsche Kurzbahnmeisterschaften in Hannover
  - Gerhard Hole, AK 80 über 100 m Rücken und 100 m Lagen
  - Ute Hole AK 70 über 200 m Freistil
  - Dieter Lochner AK 70 über 200 m Freistil
  - Margret Hanke AK 70 über 100 m Rücken
  - 4 x 50 m Freistil und 4 x 50 m Lagen der Damen, AK 280 Jahre mit Ingrid Segschneider, Maike Schramm, Margret Hanke und Monika Warnusz

## 2015

- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecke in Köln:
  - Gerhard Hole, AK 80, 100 m Freistil, 200 m Rücken, 400 m Freistil
  - Ute Hole, AK 70, 800 m Freistil, 400 m Freistil
  - Bärbel Hundsdörfer, AK 50, 200 m Brust
  - Vera Hundsdörfer, AK 25, 200 m Brust
  - Margret Hanke, AK 70, 200 m Rücken
  - 4 x 100 m Lagen männlich AK 200 mit Sven Leopold, Tom Schürmann, Georg Wambach und Bernd Fischer
  - 4 x 100 m Lagen weiblich AK 280 mit Ulla Held, Monika Warnusz, Maike Schramm und Bärbel Binder
  - 4 x 100 m Lagen weiblich AK 240 mit Brigitte Oberfell, Ute Hole, Ines Marlow und Sabine Sielke
  - 4 x 200 m Freistil weiblich, AK 280 mit Brigitte Oberfell, Bärbel Binder, Monika Warnusz und Margret Hanke

- 4 x 200 m Freistil weiblich, AK 240 mit Monika Zilliken, Ute Hole, Sabine Sielke und Birgit Behl
- 4 x 100 m Lagen mixed, AK 200 mit Tom Schürmann, Elke Schmitz, Georg Wambach und Ines Marlow
- 4 x 200 m Freistil mixed, AK 280 mit Hans Möser, Bärbel Binder, Maike Schramm und Dieter Lochner
- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Kurze Strecke in Regensburg:
  - Gerhard Hole, AK 80, 50 m Rücken, 100 m Rücken, 50 m Freistil, 100 m Freistil, 200 m Freistil
  - Ute Hole, AK 75, 100 m Brust, 50 m Freistil, 100 m Freistil, 200 m Freistil
  - Elke Schmitz, AK 50, 50 m Brust, 100 m Brust
  - 4 x 100 m Freistil mixed AK 240 mit Georg Wambach, Ute Hole, Margret Hanke und Sven Leopold
  - 4 x 50 m Lagen mixed AK 200 mit Sven Leopold, Elke Schmitz, Georg Wambach und Ines Marlow
  - 4 x 50 m Freistil mixed AK 280 mit Gerhard Hole, Margret Hanke, Ute Hole und Bernt Dittrich
  - 4 x 50 m Lagen weiblich AK 240 mit Margret Hanke, Elke Schmitz, Ines Marlow und Ute Hole
  - 4 x 50 m Freistil weiblich AK 240 mit Elke Schmitz, Ute Hole, Ines Marlow und Margret Hanke
  - 4 x 100 m Freistil weiblich AK 280 mit Monika Warnusz, Ulla Held, Ingrid Segschneider und Brigitte Oberfell
  - 4 x 50 m Brust weiblich AK 280 mit Monika Warnusz, Ute Hole, Ingrid Segschneider und Brigitte Oberfell
- Triathlon
  - Dieter Lochner, AK 65, Sprintdistanz
- Biathle
  - Ingrid Segschneider, Masters 70 +
  - Kurt Tohermes, Masters 60 +

## 2014

- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecke:
  - Ute Hole, AK 70, 200 m Brust, 400 m Freistil, 800 m Freistil
  - Gerhard Hole, AK 75, 200 m Rücken, 400 m Freistil
  - Margret Hanke, AK 65, 200 m Rücken
  - 4 x 200 m Freistil mixed, AK 280, Gerhard Hole, Ute Hole, Margret Hanke, Dieter Lochner (Europarekord)
  - 4 x 100 m Lagen mixed; AK 200, Sven Leopold, Elke Schmitz, Georg Wambach, Ines Marlow (Europarekord)
  - 4 x 100 m Lagen mixed, AK 280, Gerhard Hole, Ute Hole, Margret Hanke, Dieter Lochner
  - 4 x 100 m Lagen weiblich, AK 240, Margret Hanke, Ute Hole, Christine Klütemeyer, Monika Warnusz
  - 4 x 200 m Freistil weiblich, AK 200, Vera Hundsdörfer, Christine Klütemeyer, Elke Schmitz, Ines Marlow
- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Kurze Strecke:
  - Dr. Gerhard Hole – AK 75, 100 m Rücken,
  - Elke Schmitz – AK 50, 50 m Brust, 100 m Brust
  - Ulla Held – AK 80, 50 m Rücken
  - 4 x 100 m Freistil mixed - AK 280 mit Bernt Dittrich, Margret Hanke, Ute Hole, Gerhard Hole

- 4 x 50 m Lagen weiblich – AK 240 mit Margret Hanke, Elke Schmitz, Ines Marlow, Ute Hole
- 4 x 50 m Freistil Mixed - AK 280 mit Bernt Dittrich, Gerhard Hole, Ute Hole und Margret Hanke
- Schwimmen, Deutsche Kurzbahmeisterschaften:
  - Dr. Gerhard Hole - AK 75, 50 m und 100 m Freistil, 50 m und 100 m Rücken, 50 m Brust, 50 m Schmetterling, 100 m Lagen, Mehrkampf
  - Ute Hole - AK 70, 50 m und 100 m Brust
  - 4 x 50 m Freistil mixed - AK 280 mit Gerhard Hole, Monika Warnusz, Ute Hole und Dieter Lochner
- Triathlon:
  - Nils Dehne, Altersklasse männlich 3 (30 - 34 Jahre)
  - Bruno Hoenig, Altersklasse männlich Senioren 5 (60 - 64 Jahre)
- Biathle:
  - Leo Großer, Masters 60 +
- Triathle:
  - Leo Großer, Masters 60 +
  - Hans-Jörg Kuck, Masters 50 +

## 2013

- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Lange Strecke:
  - Silke Lübbert, AK 35, 200 m Rücken
  - Gerhard Hole, AK 75, 200 m Rücken
  - Christine Klütemeyer, AK 30, 200 m Schmetterling
  - 4 x 200m Freistil Frauen, AK 280-319 mit Margret Hanke, Ingrid Segschneider, Monika Warnusz, Ute Hole
- Schwimmen, Deutsche Mastersmeisterschaften Kurze Strecke:
  - Elke Schmitz, AK 45, 50 m Brust, 100 m Brust
  - Gerhard Hole, AK 75, 100 m Rücken, 200 m Lagen
  - 4 x 100 m Freistil Mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Ute Hole, Margret Hanke, Dieter Lochner
- Biathle:
  - Leo Großer, Master 60+
  - Ingrid Segschneider, Master 70+
- Schwimmen, Deutsche Kurzbahnmeisterschaften der Masters:
  - Gerhard Hole, AK 75, 100 m Lagen, 100 m Rücken, 100 m Freistil, 50 m Rücken, 5-Kampf-Wertung
  - Ute Hole, AK 65, 100 m Freistil
  - 4 x 50 m Freistil Mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Ute Hole, Margret Hanke, Dieter Lochner
  - 4 x 50 m Lagen Mixed, AK 280 mit Gerhard Hole, Ute Hole, Margret Hanke, Dieter Lochner

## 2012

- Schwimmen, Langbahnmeisterschaften:
  - Ulla Held, AK 80, 200 m Rücken
  - Gerhard Hole, AK 75, 200 m Rücken, 100 m Rücken,
  - Margret Hanke, AK 65, 200 m Rücken, 50 m Rücken, 100 m Freistil
  - Elke Schmitz, AK 45, 50 m Brust, 100 m Brust

- Tom Schürmann, AK 40, 200 m Brust
- Schwimmen, Kurzbahnmeisterschaften:
  - Gerhard Hole AK 75, 100 m Rücken, 100 m Lagen, 50 m Rücken, 50 m Freistil und 5-Kampf
- Schwimmen, Staffeln:
  - 4 x 200 m Freistil Frauen, AK 280 mit Ulla Held, Monika Warnusz, Bärbel Binder und Margret Hanke
  - 4 x 200 m Brust Frauen, AK 280 mit Margret Hanke, Monika Warnusz, Ingrid Segschneider und Bärbel Binder
  - 4 x 50 m Brust Herren, AK 280 mit Henning Drebenstedt, Bernt Dittrich, Gerd Frorath und Gerhard Hole
  - 4 x 50 m Lagen Frauen, AK 240 mit Margret Hanke, Brigitte Obergfell, Ines Marlow und Ute Hole
  - 4 x 100 m Lagen mixed, AK 240 mit Gerhard Hole, Elke Schmitz, Andreas Seidel und Margret Hanke
- Biathle:
  - Leo Großer, AK 60
  - Ingrid Segschneider, AK 70
- Moderner Fünfkampf:
  - Manfred Hüb, Altersgruppe 45 - 60 Jahre

## 2011

- Dieter Lochner, AK 65, Triathlon
- Elke Schmitz, AK 45, Schwimmen, 50 m Brust
- Tom Kochalski, AK 20, Schwimmen, 200 m Brust
- Ulla Held, AK 80, Schwimmen, 50 m Rücken, 100 m Rücken, 200 m Rücken, 50 m Freistil, 100 m Freistil

## 2010

- Elke Schmitz, AK 45, Schwimmen, 50 m Brust, 100 m Brust
- Monika Warnusz, AK 65, Schwimmen, 200 m Lagen
- Tom Kochalski, AK 20, Schwimmen, 200 m Brust
- Carsten Herboth, Biathle Seniorenwertung
- Hans-Jörg Kuck, Biathle, AK 40
- Schwimmen, Staffeln:
  - 4 x 200 m Freistil, AK 240, mit Monika Warnusz, Brigitte Obergfell, Margret Hanke, Maïke Schramm (Weltrekord)
  - 4 x 200 m Brust, AK 240, mit Uschi Schemuth, Bärbel Binder, Monika Warnusz, Michaela Steinfels
  - 4 x 50 m Lagen, AK 200, mit Margret Hanke, Elke Schmitz, Ines Marlow, Marion Freundel
  - 4 x 50 m Lagen mixed, AK 160, mit Sven Leopold, Elke Schmitz, Tom Schürmann, Silke Lübbert

## 2009

- Martha Richter, AK 60, Triathlon Mitteldistanz
- Paria Mahrokh, Biathle, Seniorinnen
- Elke Schmitz, Schwimmen, AK 45, 50 m Brust, 100 m Brust
- Schwimmen, Staffeln



- 4 x 100 m Lagen mixed, AK 160, mit Sven Leopold, Elke Schmitz, Tom Schürmann, Silke Lübbert
- 4 x 100 m Lagen mixed, AK 240, mit Ingeborg Seidel, Henning Drebenstedt, Uwe Klotzowski, Margret Hanke
- 4 x 50 m Lagen mixed, AK 160, mit Sven Leopold, Elke Schmitz, Tom Schürmann, Silke Lübbert

## 2008

- Katja Braschoß, AK 25, 200 m Brust und 400 m Freistil
- Corinna Richter, AK 20, 200 m Brust
- Margret Hanke, AK 60, 50 m Rücken
- Ulla Held, AK 75, 100 m Rücken und 200 m Rücken
- Ingeborg Seidel, AK 60, 200 m Rücken
- Staffeln:
  - 4 x 200 m Freistil, AK 240-279, mit Margret Hanke, Bärbel Binder, Brigitte Oberfell, Monika Warnusz
  - 4 x 200 m Brust, AK 240-279, mit Ingeborg Seidel, Uschi Schemuth, Brigitte Oberfell, Bärbel Binder
  - 4 x 200 m Brust, AK 120-159, mit Corinna Richter, Elke Schmitz, Michaela Steinfels und Katja Braschoß
  - 4 x 200 m Freistil, AK 120-159, mit Corinna Richter, Katja Braschoß, Elke Schmitz, Michaela Steinfels

## 2007

Schwimmen: Deutsche Meisterschaften kurze Strecke in Regensburg

- Ulla Held, AK 75, 100 m und 200 m Freistil, 100 m und 50 m Rücken
- Elke Schmitz, AK 40, 100 m und 50 m Brust
- Corinna Richter, AK 20, 200 m Lagen, 100 m und 50 m Brust, 100 m und 50 m Schmetterling, 100 m Freistil
- Ingeborg Seidel, AK 60, 100 m Brust
- Margret Hanke, AK 60, 50 m Rücken
- Karsten Grote, AK 35, 100 m und 50 m Brust, 50 m Schmetterling
- Staffeln: 4 x 50 m Brust, Frauen, AK 200: Ingeborg Seidel, Elke Schmitz, Michaela Steinfels, Monika Warnusz

## 2006

- Martha Richter, Triathlon, Mitteldistanz, AK 55
- Hans Jörg Kuck, Biathle, Ü 40

Schwimmen

- Elke Schmitz, AK 40, 100 m und 50 m Brust
- Ulla Held, AK 75, 100 m und 200 m Freistil
- Katharina Mendel, AK 20, 100 m Freistil
- Ingeborg Seidel, AK 60, 200 m Rücken und 200 m Schmetterling
- Staffeln:
  - 4 x 200m Brust, Frauen, AK 240: Ingeborg Seidel, Ingrid Segschneider, Maike Schramm,

Ulla Held

- 4 x 50 m Freistil, Frauen, AK 200: Margret Hanke, Elke Schmitz, Birgit Behl, Brigitte Oberfell
- 4 x 50 m Brust, Frauen, AK 200: Monika Warnusz, Ingeborg Seidel, Elke Schmitz, Michaela Steinfels

## 2005

- Isolde Feiland, AK 85, 50 m Freistil und 50 m Rücken
- Erika Nestler, AK 75, 50 m Brust, 50 m Schmetterling, Springen vom 1-m-Brett
- Margret Hanke, AK 60, 50 m Rücken, 50 m Freistil, 50 m Schmetterling, 200 m Rücken
- Elke Schmitz, AK 40, 100 m und 50 m Brust
- Monika Warnusz, AK 60, 200 m Lagen und 200 m Brust
- Ingeborg Seidel, AK 55, 200 m Brust
- Jürgen Arck, AK 50, 1500 m Freistil
- 4 x 50 m Lagen mixed, AK 100: Juliane Wernecke, Axel Klemeit, Alexandra Riehl, Dirk Hulbert
- 4 x 50 m Freistil Männer, AK 100: Michael Siegmund, Nils Bühner, Volker Bodenwein, Dirk Hulbert
- 4 x 50 m Brust Frauen, AK 280: Ingrid Segschneider, Erika Nestler, Isolde Feiland, Monika Warnusz
- 4 x 50 m Freistil mixed, AK 28: Jochen Schondorf, Erika Nestler, Ulla Held, Wolfgang Ewald
- 4 x 200 m Freistil Frauen, AK 200: Brigitte Oberfell, Margret Hanke, Birgit Behl, Susanne Ende
- 4 x 200 m Freistil Frauen, AK 240: Ingeborg Seidel, Monika Warnusz, Bärbel Binder, Birgit Veil
- 4 x 200 m Brust Frauen, AK 200: Brigitte Oberfell, Monika Warnusz, Ingeborg Seidel, Elke Schmitz
- 4 x 200 m Brust Frauen, AK 240: Birgit Veil, Bärbel Binder, Erika Nestler, Susanne Ende

## 2004

- Ingeborg Seidel - 4-x-50-m-Lagen-Staffel (AK 200), 4-x-200-m-Freistil-Staffel
- Elke Schmitz - 50 m Brust, 100 m Brust, 4-x-50-m-Lagen-Staffel (AK 200)
- Margret Hanke - 4-x-200-m-Freistilstaffel, 50 m Rücken, 4-x-50-m-Lagen-Staffel (AK 200)
- Iris Gatzen - 4-x-50-m-Lagen-Staffel (AK 200), 4-x-200-m-Freistil-Staffel
- Susanne Ende - 4-x-200-m-Freistil-Staffel
- Jürgen Arck - 5 km Langstreckenschwimmen, 1500 m Freistil (AK50)

## 2003

- Ingeborg Seidel - 200 Schmetterling, 200 Rücken, 400 Lagen, 4-x-200-m-Bruststaffel, 4-x-50-m-Bruststaffel, 4-x-200-m-Freistilstaffel
- Ulla Held - 100 m Freistil, 100 m Rücken, 4-x-200-m-Freistilstaffel
- Monika Warnusz - 200 m Lagen, 5 km Langstrecken, 4-x-50-m-Bruststaffel, 4-x-200-m-Bruststaffel
- Elke Schmitz - 100 m Brust, 50 m Brust, 4-x-50-m-Bruststaffel
- Margret Hanke - 50 m Rücken, 4-x-200-m-Freistilstaffel
- Brigitte Oberfell - 4-x-200-m-Bruststaffel, 4-x-50-m-Bruststaffel
- Susanne Ende - 4-x-200-m-Bruststaffel
- Bärbel Binder - 4-x-200-m-Bruststaffel

## 2002

- Wilfried Bessel, Theo Bremekamp, Gerd Peter Güssen, Jan Kleisl, Horst Kuttler, Rüdiger Nikolaus, Peter Szuek, Ottfried von Lüdinghausen - Volleyball Senioren IV
- Ingeborg Seidel (AK 55) - 200 m Delphin, 4 x 50 m Brust (AK 200)
- Ulla Held (AK 70) - 50 m, 100 m, 200 m und 400 m Freistil (AK 70), 4 x 200 m Brust (AK 240)
- Monika Warnusz - 4 x 200 m Brust (AK 240), 4 x 50 m Brust (AK 200)
- Ingrid Segschneider - 4 x 200 m Brust (AK 240)
- Brigitte Obergfell - 4 x 200 m Brust (AK 240), 4 x 50 m Brust (AK 200)
- Elke Schmitz - 4 x 50 m Brust (AK 200)

## 2001

- Brigitte Obergfell (AK 45) - 4 x 200 m Brust (AK 200), 4 x 50 m Freistil (AK 200)
- Monika Warnusz (AK 55) - 5 km, 4 x 200 m Brust (AK 200), 4 x 50 m Freistil (AK 200)
- Ingeborg Seidel (AK 55) - 4 x 200 m Brust (AK 200), 200 m Schmetterling, 4 x 50 m Lagen (AK 280), 4 x 50 m Lagen mixed
- Petra Bertling - 4 x 200 m Brust (AK 200)
- Ulla Held (AK 70) - 4 x 200 m Freistil (AK 240), 100 und 200 m Freistil, 4 x 50 m Lagen 8AK 280)
- Maike Schramm (AK 45) - 4 x 200 m Freistil (AK 240)
- Erika Nestler (AK 70) - Springen vom 1, 3, 5 m-Brett und Turmspringen, 4 x 200 m Freistil
- Bärbel Binder (AK 60)- 4 x 200 m Freistil (AK 240), 4 x 50 m Freistil (AK 200), 4 x 50 m Freistilmixed
- Isolde Feiland (AK 80) - 50 m Rücken, 4 x 50 m Lagenstaffel (AK 280)
- Margret Hanke (AK 55) - 50 m Freistil, 4 x 50 m Freistilmixed
- Alexandra Riehl (AK 30) - 100 m Freistil
- Ruth Henschel (AK 70) - 4 x 50 m Lagen (AK 280)
- Ute Michaelis - 4 x 50 m Freistil (AK 200),
- Jochen Schondorf (AK 55) - 4 x 50 m Freistilmixed, 4 x 50 m Lagen mixed
- Wolfgang Ewald (AK 65) - 4 x 50 m Freistilmixed, 4 x 50 m Lagen mixed
- Hans-Jörg Kuck - Biathle AK 40

## 2000

- Isolde Feiland, Ruth Henschel, Erika Nestler, Monika Warnusz - 4 x 50 m Brust, 4 x 50 m Lagen (AK 280)
- Isolde Feiland, Ruth Henschel, Erika Nestler, Bärbel Binder - 4 x 50 m Freistil (AK 280)
- Margret Hanke (AK 55) - 200 m Rücken und 50 m Brust
- Erika Nestler (AK 70) - 50 m Schmetterling, Springen vom 1, 3, 5 m-Brett und Kombination
- Alexandra Riehl (AK 30) - 200 m Freistil
- Monika Warnusz - 5 km Schwimmen
- Winfried Traub (AK 35) - Triathlon über die Olympische Distanz

## 1999

- Alexandra Riehl (AK 30) - 100 m Freistil, 200 m Freistil
- Bärbel Binder, Margret Hanke, Monika Warnusz, Brigitte Obergfell - 4 x 200 m Brust (AK 200)
- Isolde Feiland, Ulla Held, Ruth Henschel, Erika Nestler - 4 x 50 m Freistil (Deutscher Altersklassenrekord, AK 280), 4 x 50 m Lagen, 4 x 50 m Brust in der AK 280
- Ulla Held (AK 65) - 400 m Freistil (Deutscher Rekord), 100 m Freistil
- Erika Nestler (AK 70) - 100 m Schmetterling, 200 m Lagen, Springen: 1 m, 3 m, 5 m , Kombination

- Monika Warnusz (AK 55) - 5 km Schwimmen
- Jürgen Arck (AK 45) -5 km Schwimmen

## 1998

- Ulla Held (AK 65) – 400 m Freistil
- Monika Warnusz, Bärbel Binder, Brigitte Obergfell, Margret Hanke (AK 200) – 4 x 200 m Brust
- Erika Nestler, Ruth Henschel, Isolde Feiland und Ulla Held (AK 280) – 4 x 50 m Freistil (Deutscher Altersklassenrekord), 4 x 50 m Lagen, 4 x 50 m Brust
- Erika Nestler (AK 65) – 100 m Schmetterling, Springen: 1 m, 3 m, 5 m , Turm
- Monika Warnusz (AK 55) - 5 km Schwimmen
- Frantisek Babka, Gerd-Peter Güssgen, Wilfried Bessel, Jan Kleisl, Theo Bremekamp, Horst Kuttler, Helmut Burkhardt, Prof. Dr. Dieter Naber, Klaus Peter Gerlach, Peter Nickel, Ottfrid von Lüdinghausen - Volleyball Senioren III (ab 48 Jahre)
- Monika Krämer - Deutsche Kendo-Einzelmannschaft
- Roland Niewerth (U40) - Deutsche Kendo Einzelmeisterschaft

## 1997

- Ottfrid von Lüdinghausen, Theo Bremekamp, Nicolaus Rüdiger, Bernd Laufmann, Gerd-Peter Güssgen, Peter Szük, Wilfried Bessel, Jan Kleisel, Peter Nickel, Horst Kuttler, Helmut Burkhardt - Volleyball Senioren III (ab 48 Jahre)
- Bärbel Binder - 4 x 200 m Brust (AK 200)
- Margret Hanke - 400 m Freistil (AK 50), 4x200 m Brust (AK 200), 50 m Rücken
- Erika Nestler - 100 m Schmetterling (AK 65), Springen 1, 2 und 5 m-Brett, 4 x 50 m Freistil und 4 x 50 m Lagen (AK 280)
- Ulla Held - 50m, 100 m und 200 m Freistil, 4 x 50 m Freistil und 4 x 50 m Lagen (AK 280)
- Brigitte Obergfell - 4 x 200 m Brust (AK 200)
- Monika Warnusz - 4 x 200 m Brust (AK 200)
- Isolde Feiland - 4 x 50 m Freistil und 4 x 50 m Lagen (AK 280)
- Ruth Henschel - 4 x 50 m Freistil und 4 x 50 m Lagen (AK 280)

## 1996

- Jörg Zander, Thomas Lockenwitz, Ulrich Neumann-Fröhlich, Horst Wurm, Christoph Baerecke, Robert Effler, Kay Sankowsky, Jörg Brügge, Rolf Ries, Ullrich Pohlmann, Manfred Kaiser - Volleyball Senioren I (ab 36 Jahre)
- Erika Nestler - 1, 2 und 5 m-Brett, Turmspringen, 50 und 100 m Delphin (AK 65)
- Helmut Böttcher - 50 und 100 m Freistil (AK 80)
- Ulla Held - 100 m Rücken, 200 m Freistil, 400 m Kraul (AK 65)

## 1995

- Helmut Böttcher - 50 m und 100 m Freistil, 4 x 50 m Freistil Mixed (AK 80)
- Dr. Klaus Reichelt - 4 x 50 m Freistil Mixed, 4 x 50 m Brust, 4 x 200 m Brust (AK 55)
- Dr. Hennig Derbenstedt - 4 x 50 m Brust, 4 x 200 m Brust (AK 55)
- Wolfgang Ewald - 4 x 50 m Brust, 4 x 200 m Brust (AK 55)
- Kirscha Eschmann - 50 m Freistil und Delphin (AK 25)
- Margret Hanke - 400 m Freistil, 4 x 50 m Freistil Mixed (AK 50)
- Bärbel Binder - 4 x 50 m Freistil Mixed, 4 x 200 m Freistil (AK 55)
- Ulla Held - 4 x 200 m Freistil (AK 60)

- Maike Schramm - 4 x 200 m Freistil (AK 35)
- Margit Flamm - 4 x 200 m Freistil (AK 40)

## 1994

- Bärbel Binder - 4 x 50 m Freistil Mixed (AK 55)
- Margret Hanke - 4 x 50 m Freistil Mixed (AK 45)
- Ulla Held - 50 m, 100 m, 200 m Freistil (AK 60),
- Erika Nestler - 50 m Delphin, Kunstspringen 1, 3 und 5 m-Brett, Turmspringen (AK 65)
- Helmut Böttcher - 400 m, 50 und 100 m Freistil, 4 x 50 m Mixed (AK 75)
- Dr. Henning Drebenstedt - 4 x 50 und 4 x 200 m Brust (AK 55)
- Wolfgang Ewald - 4 x 50 und 4 x 200 m Brust (AK 55)
- Helmut Kober - 4 x 50 m Brust (AK 65)
- Bernd Lochmann - 4 x 200 m Brust (AK 30)
- Dr. Hans Reichelt - 4 x 50 und 4 x 200 m Brust, 4 x 50 m Freistil Mixed (AK 55)

## 1993

- Ulla Held - 4 x 50 m Freistil (AK 60)
- Margret Hanke - 4 x 50 m Freistil (AK 45)
- Tilly Berger - 4 x 50 m Freistil (AK 65)
- Erika Nestler - 4 x 50 m Freistil, 50 m Schmetterling (AK 65)
- Hanne Schwarz - 1500 m Freistil (AK 80)
- Erika Nestler - Kunstspringen 1 und 3 m-Brett, Turm (AK 65)

## 1992

- Ulla Held - 400 m und 800 m Freistil (AK 60)
- Ruth Henschel - 50 m Brust (AK 65)
- Hanne Schwarz - 1500 m Freistil und 200 m Rücken (AK 80)
- Klaus-Peter Gerlach, Otfried von Lüdinghausen, Dr. Ivan Tresnak, Gerd-Peter Güssgen, Nicolaus Rüdiger, Jan Kleisl, Theo Bremekamp, Joachim Floßdorf - Volleyball Senioren II (ab 42 Jahre)

## 1991

- Ulla Held, Ruth Henschel, Isolde Feiland und Margret Hanke - 4 x 50 m Freistil (AK 240)
- Ulla Held - 400 m Freistil (AK 60)
- Erika Nestler - Kunstspringen 1 und 3 m-Brett, Turm, Kombination (AK 65)
- Helmut Burkhardt, Jürgen Förster, Klaus Peter Gerlach, Gerd-Peter Güssgen, Fritz Hacke, Hans Hacke, Leo Kehl, Bernd Laufman, Otfried von Lüdinghausen, Kamran Nadjmabadi, Dr. Ivan Tresnak, Gerd Westphal - Volleyball Senioren II (ab 42 Jahre)

## 1990

- Volleyball Senioren II (42 Jahre und älter) mit Jürgen Förster, Gerd Peter Lüssgen, Fritz Hacke, Hans Hacke, Bernd Laufmann, Otfried von Lüdinghausen, Leo Kehl, Kamran Nadjmanbadi, Ivan Tresnak, Gerd Westphal, Helmut Burkhardt
- Volleyball Senioren IV (54 Jahre und älter) mit Karl-Heinz Brandt, Johannes Wandt, Franz-Josef Vellmer, Horst Funk, Hans Saalberg, Hans Peter Wehrmann, Werner Hellwig, Jürgen Theuerkauff und Heim Watdubiel

- Erika Nestler - Kunstspringen, 1 m Brett, 3 m Brett und 5 m Brett (AK 60)

## 1988

- Kerstin Klier - 50 m Rücken, 100 m Rücken, AK 45
- Tilly Berger, Gerti Nobe, Ruth Hentschel, Ulla Held - 4 x 50 m Freistil und 4 x 50 m Lagen (AK 55 und älter)
- Hedi Schlitzer, Gerti Nobe, Ruth Hentschel, Ulla Held - 4 x 50 m Brust (AK 55 und älter)

## 1987

- Hanne Schwarz - 100 m Rücken, 200 m Rücken (Weltrekordzeit 3:33,08 min), 400 m Freistil, 1500 m Freistil, (AK 75)
- Tilly Berger, Isolde Feiland, Ruth Henschel und Ulla Held - 4 x 50 m Lagen und 4 x 50 m Freistil (AK 55 und älter)

## 1986

- Hanne Schwarz - 100 m Rücken (AK 70)
- Bodo Schlag - 50 m Schmetterling, 50 m Rücken (AK 30)

## 1985

- Hanne Schwarz - 1500 m Freistil, 50 m Rücken, 100 m Rücken (AK 70)

## 1984

- Fritz Hacke, Hans Hacke, Bernd Laufmann, Alfred von Lüdinghausen, Klaus Schürmann, Gerd Westphal, Kamran Nadjmabadi, Tonda Mozr - Volleyball Senioren II (ab 42 Jahre)
- Jürgen Theuerkauff, Heinz Rolfs, Horst Frunk, Franz Vellmer, Franz Schlenker, Peter Wehrmann, Johannes Wandt, Erich Brandt, Karl-Heinz Brandt - Volleyball Senioren III (ab 48 Jahre)

### Deutsche Seniorenmeisterschaften im Schwimmen in Berlin

- Hanne Schwarz - 100 m Rücken
- Tilly Berger - 100 m Rücken

## 1983

- Karl-Heinz Brandt, Fritz Hacke, Hans Hacke, Bernd Laufmann, Alfred von Lüdinghausen, Klaus Schürmann, Gerd Westphal, Kamran Nadjmabadi, Tonda Mozr - Volleyball Senioren II (ab 42 Jahre)

### 1. Deutsche Seniorenmeisterschaften im Schwimmen in Wuppertal

- Ruth Hentschel - 50 m Schmetterling (AK 7)
- Hanne Schwarz - 100 m Rücken und 400 m Freistil (AK 10)

## 1982

#### 14. Deutsche Senioren-Bestenkämpfe in Wetzlar

- Hanne Schwarz - 400 m Freistil, 100 m Freistil und 100 m Rücken
- Ruth Henschel - 50 m Brust

### **1981**

#### 13. Deutsche Senioren-Bestenkämpfe in Aachen

- Hanne Schwarz - 100 m Rücken, 100 m Freistil, 200 m Freistil

### **1980**

#### 12. Deutsche Senioren-Bestenkämpfe in Heidelberg:

- Hanne Schwarz - 100 m Rücken, 100 m Kraul (AK 9)
- Ruth Henschel - 50 m Schmetterling

### **1979**

#### Schwimmen: Internationale Deutsche Meisterschaften in Schwäbisch Gmünd:

- Hanne Schwarz - 50 m Rücken (AK 9)

#### Schwimmen: 11. Deutsche Senioren-Bestenkämpfe in Köln

- Hanne Schwarz 50 m Rücken (AK 9)
- 4 x 50 m ? Damen mit Marianne Kurth, Hedi Schlitzer, Tilly Berger und Ruth Henschel

### **1978**

- Volleyball Senioren II mit Franz Schlenker, Jürgen Theuerkauff, Erich und Karl-Heinz Brand, Dieter Pech, Ernst Heimlich, Rolf Henneberger, Hans Müller und Johann Thomas (ab 42 Jahre)

#### Deutsche Seniorenbestenkämpfe im Schwimmen im Hannover

- Hanne Schwarz - 50 m Rücken (AK 9)
- Ruth Henschel - 50 m Delphin (AK 6)
- Walter Mack - 50 m Delphin (AK 1)
- 3 x 50 m Lagen mit Ruth Henschel, Marianne Kurth und Tilly Berger
- 4 x 50 m Brust mit Ruth Henschel, Marianne Kurth, Tilly Berger und Käthe Ziertmann

### **1977**

#### Deutsche Seniorenbestenkämpfe im Schwimmen in Köln

- Ruth Henschel

### **1976**

## Deutsche Seniorenbestenkämpfe im Schwimmen in Kaiserslautern

- Ruth Henschel - 50 m Delphin (AK 5)

## **1973**

### Deutsche Senioren-Bestenkämpfe im Schwimmen in Konz an der Mosel

- Tilly Berger - 50 m Rücken (AK 4)

## **1969**

### Deutsche Senioren-Bestenkämpfe im Schwimmen in Bad Gandersheim

- 4 x 50 m Kraul der Herren mit Toni Feith, ?, ?, ?
- 4 x 50 m Lagen der Herren mit Toni Feith, ?, ?, ?
- Armin Lang - Kopfweitsprung