

Ewige Bestenliste Schleswig-Holstein
Männer 400 m Hürden (Ende 2025)



50,29	Salander, Axel	55	LG Wedel/Pinneberg	18.06.78	Köln
50,40	Kuschewitz, Henning	81	LBV Phönix Lübeck	30.06.01	Stuttgart
50,64	Zunker, Ulrich	51	LBV Phönix Lübeck	22.08.77	Sofia/BUL
51,04	Riekmann, Dirk	72	THW Kiel	02.07.99	Erfurt
51,55	Krause, Michael	59	LG Wedel/Pinneberg	24.06.83	Bremen
51,64	Sajons, Norbert	57	LG Wedel/Pinneberg	18.06.78	Köln
51,78	Hey, Luca	99	THW Kiel	09.07.23	Kassel
52,10	Thomsen, Jan	63	LG Wedel/Pinneberg	30.07.89	Berlin
52,13	Flöttmann, Jon Torben	79	Zehnkampf Welle Schl.-Holstein	27.06.98	Berlin
52,32	Krempin, Jürgen	58	LG Wedel/Pinneberg	17.06.79	Freiburg
11.					
52,35	Bieler, Torben	86	LG Elmshorn	20.06.04	Mannheim
52,3*	Riebe, Dieter	55	SV Friedrichsgabe	07.07.76	Papendal/NED
52,7*	Möller, Werner	30	Rendsburger TSV	07.08.55	Frankfurt/M.
52,94	Wolf, Eike	68	TSV Klausdorf	20.07.89	Bremen
53,07	Schönefeld, Björn	70	LBV Phönix Lübeck	16.05.98	Hamburg
53,1*	Stössel, Ingo	56	TSB Flensburg	05.07.75	Lübeck
53,26	Schmidt, Helge	70	TSB Flensburg	17.08.91	Bonn
53,45	Brockmann, Hinrich	65	LG Rönneau/Quellenhaupt	20.06.87	Lübeck
53,47	Rummelshagen, Tim	02	LG Reinbek/Ohe	23.03.24	Baton Rouge/USA
53,53	Schult, Tjark	07	LG Flensburg	11.05.24	Hamburg
21.					
53,54	Köhler, Aaron Christian	00	Bramstedter TS	29.07.18	Rostock
53,5*	Hausmann, Bernd	43	KSV Holstein Kiel	28.06.70	Eutin
53,5*	Baguhn, Rainer	62	LG Kiel	04.08.84	Ahrensburg
53,6*	Liesch, Dieter	38	Schleswig 06	24.07.60	Berlin
53,7*	Kock, Wulf	49	KSV Holstein Kiel	08.07.72	Osnabrück
53,85	Sperwien, Matthias	59	LBV Phönix Lübeck	01.09.79	Saarbrücken
53,90	Eich, Michael	75	SC Rönneau 74	13.06.93	Kiel
53,91	Stolten, Jens-Dirk	59	SC Rönneau 74	20.06.82	Kiel
54,05	Nolde, Jan	73	LBV Phönix Lübeck	01.06.96	Itzehoe
54,34	Martens, Thorsten	69	TSV Lola	24.08.86	Itzehoe
31.					
54,42	Fründt, Christian	61	Polizei-SV Eutin	05.07.81	Bremen
54,55	Elwawy, Karim	04	Bredstedter TSV	26.05.22	Flensburg
54,76	Sprengel, Jan	98	SV Friedrichsgabe	30.07.16	Mönchengladbach
54,7*	Kohlhoff, Karl	20	KSV Holstein Kiel	18.09.49	Koblenz
54,7*	Majaura, Horst	47	KSV Holstein Kiel	25.09.66	Duisburg
54,7*	Rösch, Harald	51	LBV Phönix Lübeck	16.07.77	Lübeck
54,90	Klose, Andreas	66	Kieler TB	29.07.89	Berlin
54,92	Hennig, Heiko	65	LG Wedel/Pinneberg	10.06.89	Bielefeld
54,8*	Mietzner, Manfred	35	Rendsburger TSV	25.07.59	Stuttgart
54,8*	Koch, Sigbert	47	LG Itzehoe	27.05.73	Lübeck
41.					
55,11	Feddern, Fabian	85	LBV Phönix Lübeck	09.07.05	Wilhelmshaven
55,21	Schillinger, David	07	MTV Heide	12.07.25	Bochum
55,38	Ernst, Niklas	93	SG TSV Kronshagen/Kieler TB	05.08.11	Jena
55,43	Hardy, Rafael	66	Halstenbeker TS	01.09.84	Flensburg
55,43	Fedder, Torben	74	THW Kiel	02.07.93	Dortmund
55,3*	Nerlich, Hans	47	Flensburger TB	27.08.67	Lübeck
55,3*	Thieme, Frank	51	LG Stormarn-Süd	25.06.72	Hamburg
55,3*	Meyer, Ralph	56	LG Wedel/Pinneberg	29.06.79	Hamburg
55,3*	Ohrt, Andreas	67	LG Wedel/Pinneberg	16.06.85	Geesthacht
55,47	Krog, Andreas	64	LBV Phönix Lübeck	09.08.86	Lübeck

Ewige Bestenliste Schleswig-Holstein
Männer 400 m Hürden (Ende 2025)



51.				
55,4*	Witt, Volker	59	LBV Phönix Lübeck	29.07.77 Sindelfingen
55,57	Goedejohann, Johannes	93	THW Kiel	15.06.13 Göttingen
55,68	Korte, Andreas	77	Ahrensburger TSV	08.06.96 Kiel
55,69	Heinrich, Frank	62	SV Adelby	14.07.84 Berlin
55,6*	Eisenmann, Dieter	41	ETSV Gut Heil Itzehoe	18.09.60 Hannover
55,6*	Schulz, Detlef	43	ETSV Gut Heil Neumünster	15.06.63 Neumünster
55,6*	Krieg, Michael	48	LG Wedel/Pinneberg	08.05.77 Hamburg
55,6*	Galitz, Peter	58	LG Wedel/Pinneberg	12.06.77 Mölln
55,79	Böhle, Jörn	66	SV Friedrichsgabe	24.08.86 Itzehoe
55,81	Hinrichsen, Mark	76	TSV Schönberg	17.06.95 Lübeck
61.				
55,81	Döbel, Lars	74	TSV Kronshagen	18.06.96 Hamburg
55,89	Busse, Sven	77	Kieler TB	08.06.96 Kiel
55,92	Hagemann, Sascha	79	TSV Kronshagen	03.09.00 Lübeck
55,8*	Schubach, Jörg	39	Lübeck 1876	31.07.65 Sindelfingen
55,8*	Denkewitz, Jörg	63	LBV Phönix Lübeck	22.06.80 Flensburg
55,8*	Matzen, Ingmar	85	Bredstedter TSV	06.09.03 Husum
55,96	Nölle, Dirk-Olaf	63	LG Kiel	01.06.85 Hamburg
55,99	Plump, Michael	69	LG Wedel/Pinneberg	29.08.87 Itzehoe
56,04	Tellkamp, Frederik	84	LG Schleswig/Fahrdorf	17.05.03 Husum
55,9*	Schlie, Gerhard	00	Kieler TV	15.07.28 Düsseldorf
71.				
55,9*	Dencker, Frank	61	Lübeck 1876	01.07.79 Lübeck
56,07	Dulz, Thomas	62	LBV Phönix Lübeck	20.09.80 Salzgitter
56,07	Schnoor, Jens	64	LAG Gettorf/Rieseby	30.07.82 Heidenheim
56,07	Fey, Volker	65	LG Rönneau/Quellenhaupt	01.09.84 Flensburg
56,10	Hoheisel, Thomas	61	TSB Flensburg	03.06.84 Kiel
56,14	Granzow, Marcus	70	Halstenbeker TS	02.06.90 Scheeßel
56,0*	Gompper, Wolf	40	Lübeck 1876	16.06.63 Lübeck
56,0*	Ludwigsen, Nico	54	Halstenbeker TS	25.06.72 Hamburg
56,21	Walther, Stefan	83	TSV Altenholz	17.05.03 Husum
56,21	Schulz, Arne	89	LG Tönning/St. Peter	29.06.08 Rostock
81.				
56,1*	Zunker, Eckhard	59	LBV Phönix Lübeck	23.07.78 Hamburg
56,29	Nölle, Gerald	69	LG Rönneau/Quellenhaupt	20.06.87 Lübeck
56,34	Detlefsen, Torben	77	TSV Kronshagen	21.07.96 Potsdam
56,2*	Schurbohm, Henning	72	SV Friedrichsgabe	29.08.91 Hamburg
56,41	Rohwedder, Frank	61	TSV Brunsbüttel	08.07.79 Geesthacht
56,44	Kreitlow, Markus	75	TSV Kronshagen	05.06.93 Itzehoe
56,3*	Thomann, Claus	45	KSV Holstein Kiel	13.06.65 Flensburg
56,3*	Hoyer, Bernd	47	TSV Schwarzenbek	11.06.75 Mölln
56,51	Bartilla, Sven	68	MTV Lübeck	22.06.85 Brunsbüttel
56,52	Ralfs, Karsten	61	Büdelndorfer TSV	01.09.84 Flensburg
91.				
56,61	Heyer, Ben	03	LG Flensburg	26.05.22 Flensburg
56,62	Schmidt, Stefan	71	TSV Brunsbüttel	09.06.89 Lüdenscheid
56,5*	Schmittat, Gert-Willi	42	KSV Holstein Kiel	16.06.63 Lübeck
56,70	Kamin, Norbert	63	Halstenbeker TS	03.06.84 Kiel
56,70	John, Hendrik	66	THW Kiel	31.05.97 Itzehoe
56,6*	Huppers, Jörg	69	Rendsburger TSV	17.09.89 Rendsburg
56,75	Poltrack, Julian	88	SG TSV Kronshagen/Kieler TB	24.05.08 Ratzeburg
56,79	Berndt, Ronald	70	Büdelndorfer TSV	30.05.87 Hamburg
56,7*	Erbs	09	ASC Kiel	19.06.32 Hamburg
56,7*	Siemer, Werner	32	Rendsburger TSV	05.07.53 Kiel

Ewige Bestenliste Schleswig-Holstein
Männer 400 m Hürden (Ende 2025)



101.					
56,7*	Potratz, Hans	46	LBV Phönix Lübeck	07.07.68	Neumünster
56,7*	Pförtner, Dietrich	39	LG Itzehoe	28.06.70	Eutin
56,7*	Rademacher, Ralph	72	LBV Phönix Lübeck	08.07.89	Lübeck
56,86	Jaschinski de Souza, Jannick	97	VfB Brunsbüttel	10.05.15	Kiel
56,8*	Ecker, Heinrich	25	MTSV Olympia Neumünster	05.07.53	Kiel
56,8*	Frost, Peter	30	Polizei-SV Eutin	25.07.63	Wiesbaden
56,8*	Petersen, Arno	52	Flensburger TB	19.09.70	Flensburg
56,8*	Lühr, Otto	56	LG Itzehoe	12.07.75	Bremen
56,8*	Albrecht, Dirk	62	LG Kiel	11.08.82	Kiel
57,00	Green, Andre	73	LG Wedel/Pinneberg	28.05.94	Hamburg
111.					
56,9*	Teetz, Norbert	47	Elmshorner MTV	11.05.75	Lübeck
56,9*	Kraatz, Michael	54	LBV Phönix Lübeck	09.06.77	Hamburg
56,9*	Gröning, Torsten	64	VfL Bad Schwartau	28.08.83	Neumünster
57,05	Klüver, Jan-Hendrik	83	TSV Altenholz	12.05.02	Hamburg
57,07	Timme, Hauke	90	LG Schleswig/Fahrdorf	24.05.08	Ratzeburg
57,10	Grahl, Volker	67	TSV Kronshagen	22.06.85	Brunsbüttel
57,0*	Hecht, Jürgen	36	KSV Holstein Kiel	06.07.58	Bremen
57,0*	Simm, Klaus	42	Lübeck 1876	29.04.62	Lübeck
57,0*	von Boetticher, Georg	33	KSV Holstein Kiel	16.06.63	Lübeck
57,0*	Ritter, Matthias	50	LBV Phönix Lübeck	11.09.68	Winsen
121.					
57,0*	Streit, Peter	47	Flensburger TB	29.09.68	Flensburg
57,0*	Isensee, Bernd	53	Flensburger TB	19.09.70	Flensburg
57,0*	Schultz, Harald	78	TSV Malente	06.06.98	Flensburg