
Freistil

50m	Janik, Lisa (93)	00:26,76	29.11.09	Essen
100m	Worawetz, Stephanie (75)	00:58,80	30.10.92	
200m	Worawetz, Stephanie (75)	02:09,6	20.03.93	Gelsenkirchen, Zentr
400m	Wilhelm, Melanie (93)	04:36,47	19.09.09	Zentralbad Gelsenkir
800m	Delzig, Dunja (82)	09:36,12	06.02.99	Gelsenkirchen
1500m	Kendziorra, Carina (84)	10:31,90	29.01.00	Siegen
4*50m	1. Mannschaft	01:58,56	18.10.08	MAXIMARE
	Wilhelm, Melanie (1993)	00:29,23		
	Kirchhoff, Lena (1994)	00:31,19		
	Hanek, Natalie (1995)	00:29,81		
	Janik, Lisa (1993)	00:28,33		
4*100m	1. Mannschaft	04:08,19	14.11.09	Gelsenkirchen
	Janik, Lisa (1993)	00:59,98		
	Dimanski, Isabel (1992)	01:03,70		
	Hanek, Natalie (1995)	01:04,45		
	Wilhelm, Melanie (1993)	01:00,06		
4*200m	1. Mannschaft	09:45,10	03.03.91	

Rücken

50m	Worawetz, Stephanie (75)	00:29,95	31.10.93	
100m	Worawetz, Stephanie (75)	01:03,82	11.03.94	
200m	Worawetz, Stephanie (75)	02:21,80	01.01.78	
4*100m	1. Mannschaft	04:54,67	10.02.07	Gladbeck
	Holz, Johanna (1992)	01:12,50		
	Pyrdok, Ivette (1993)	01:12,28		
	Kasperczak, Janine (1993)	01:16,78		
	Wilhelm, Melanie (1993)	01:13,11		

Brust

50m	Hünermund, Isabell (93)	00:36,69	15.11.09	Gelsenkirchen
100m	Wlodarek, Martina (75)	01:17,60	01.03.90	
200m	Wlodarek, Martina (75)	02:45,40	01.02.90	
4*50m	1. Mannschaft	02:44,74	26.10.96	Castrop Rauxel
	Ralle, Katharina (1981)	00:40,9		
	Worawetz, Stephanie (1975)	00:41,26		
	Poggi, Jennifer (1979)	00:41,65		
	Böhr, Kathrin (1979)	00:40,93		
4*100m	1. Mannschaft	05:28,5	01.03.89	

Schmetterling

50m	Janik, Lisa (93)	00:28,72	27.11.09	Essen
100m	von den Benken, Renate	01:07,20	01.01.78	
200m	Wilhelm, Melanie (93)	02:26,00	14.11.09	Gelsenkirchen
4*50m	1. Mannschaft	02:38,83	27.09.98	Gladbeck
	Eisner, Sarah (1987)	00:43,20		
	Komenda, Patrizia (1987)	00:38,68		
	Wozniak, Miriam (1987)	00:40,45		
	Hein, Anna (1987)	00:36,50		
4*100m	1. Mannschaft	04:52,02	02.03.08	Remscheid
	Janik, Lisa (1993)	01:09,53		
	Chigri, Alina (1994)	01:17,97		
	Kasperczak, Janine (1993)	01:15,03		
	Wilhelm, Melanie (1993)	01:09,49		

Lagen				
100m	Delzig, Dunja (82)	01:10,83	14.11.98	Recklinghausen
200m	Wilhelm, Melanie (93)	02:27,82	20.09.09	Zentralbad Gelsenkir
400m	Wilhelm, Melanie (93)	05:19,60	25.10.08	Schwimmleistungszent
4*50m	1. Mannschaft	02:12,11	19.10.08	MAXIMARE
	Holz, Johanna (1992)	00:33,78		
	Wilhelm, Melanie (1993)	00:38,15		
	Janik, Lisa (1993)	00:30,46		
	Hanek, Natalie (1995)	00:29,72		
4*100m	1. Mannschaft	04:47,34	08.02.09	Recklinghausen
	Kasperczak, Janine (1993)	01:13,55		
	Phan, Linh (1993)	01:24,81		
	Wilhelm, Melanie (1993)	01:08,47		
	Janik, Lisa (1993)	01:00,51		
8*50m	1. Mannschaft	04:30,7	21.03.93	Gelsenkirchen, Zentr

Freistil

50m	Anstipp, Jens (77)	00:24,26	16.11.96	Recklinghausen
100m	Bechmann, Marcel (93)	00:53,17	26.09.09	Oberhausen
200m	Ollesch, Lars (71)	01:56,90	19.11.89	
400m	Ollesch, Lars (71)	04:12,40	04.03.90	
800m	Hennigfeld, Bernd (74)	09:00,30	29.09.91	
1500m	Hennigfeld, Bernd (74)	16:50,70	29.09.91	
4*50m	1. Mannschaft	01:39,53	19.11.94	
4*100m	1. Mannschaft	03:38,90	07.11.92	
4*200m	1. Mannschaft	08:43,20	12.03.89	

Rücken

50m	Bechmann, Marcel (93)	00:28,57	13.09.08	Zentralbad Gelsenkir
100m	Hennigfeld, Bernd (74)	00:59,70	03.12.94	Recklinghausen, Haup
200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:10,09	08.12.96	Hallenbad Marl
4*100m	1. Mannschaft	04:23,3	12.03.89	

Brust

50m	Spinner, Oliver (80)	00:31,90	10.12.00	Recklinghausen
100m	Hennigfeld, Bernd (74)	01:08,70	03.12.94	Recklinghausen, Haup
	Hennigfeld, Marco (69)	01:08,70	04.03.90	
200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:30,30	04.12.94	Recklinghausen, Haup
4*50m	1. Mannschaft	02:17,88	04.10.97	Castrop Rauxel
4*100m	1. Mannschaft	04:47,1	12.03.89	

Schmetterling

50m	Bechmann, Marcel (93)	00:26,07	31.10.09	Hattingen-Holthausen
100m	Hennigfeld, Bernd (74)	00:57,25	08.12.96	Hallenbad Marl
200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:05,6	05.03.94	Oberhausen, Hallenba
4*50m	1. Mannschaft	02:46,60	25.09.94	Gladbeck, Hallenbad
	Spinner, Frank (1984)	00:40,60		
	Koch, Christian (1983)	00:41,2		
	Meissner, Daniel (1984)	00:46,1		
	Klein, Björn (1983)	00:38,7		
4*100m	1. Mannschaft	04:07,75	06.10.96	Gladbeck
	Hennigfeld, Bernd (1974)	00:58,95		
	Jazy, Stefan (1975)	01:04,3		
	Jazy, Andreas (1972)	01:04,96		
	Anstipp, Jens (1977)	00:59,54		

Lagen

100m	Hennigfeld, Bernd (74)	00:59,60	16.10.94	
200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:09,80	10.10.93	
400m	Hennigfeld, Bernd (74)	04:37,38	24.02.96	Aachen
4*50m	1. Mannschaft	01:55,78	23.09.01	Hauptbad Recklinghau
	Heppelmann, Martin (1988)	00:29,09		
	Spinner, Oliver (1980)	00:32,10		
	Kaptur, Andreas (1973)	00:27,75		
	Jazy, Andreas (1972)	00:26,84		
4*100m	1. Mannschaft	04:11,50	01.03.90	

Freistil

50m	Worawetz, Stephanie (75)	00:27,20	11.06.94	Haltern, Freibad
100m	Worawetz, Stephanie (75)	00:58,80	07.07.94	Hannover
200m	Worawetz, Stephanie (75)	02:11,02	04.07.92	
400m	Worawetz, Stephanie (75)	04:36,84	21.06.92	
800m	Wilhelm, Melanie (93)	09:43,62	29.03.09	Landesleistungszentr
1500m	Poggi, Jennifer (79)	19:28,38	23.03.96	Bochum
4*50m	1. Mannschaft	01:58,49	25.04.98	Warendorf Hallenbad
4*100m	1. Mannschaft	04:13,44	17.05.98	LZ Köln
	Delzig, Dunja (1982)	01:02,61		
	Kendziorra, Carina (1984)	01:05,22		
	Delzig, Linda (1984)	01:03,62		
	Ralle, Katharina (1981)	01:01,99		
4*200m	1. Mannschaft	09:17,23	17.05.98	LZ Köln
	Delzig, Dunja (1982)	02:13,96		
	Kendziorra, Carina (1984)	02:20,60		
	Ralle, Katharina (1981)	02:21,66		
	Delzig, Linda (1984)	02:21,01		

Rücken

50m	Janik, Lisa (93)	00:32,97	27.06.09	Parkbad Oelde
100m	Worawetz, Stephanie (75)	01:04,90	08.07.94	Hannover
200m	Worawetz, Stephanie (75)	02:26,20	24.04.94	Hamm, Jahnbad

Brust

50m	Lehmann, Vanessa (93)	00:38,76	27.04.08	Südbad Dortmund
100m	Wlodarek, Martina (75)	01:18,05	01.01.80	
200m	Wlodarek, Martina (75)	02:48,69	01.01.80	
4*50m	1. Mannschaft	02:43,39	26.04.98	Warendorf Hallenbad
4*100m	1. Mannschaft	06:10,10	29.05.94	Recklinghausen, Süba
	Pieper, Astrid (1979)	01:29,00		
	Müller, Jennifer (1979)	01:36,4		
	Pawlowski, Daniela (1979)	01:36,6		
	Macak, Marie (1979)	01:28,1		

Schmetterling

50m	Janik, Lisa (93)	00:29,47	22.05.09	Kassel
100m	Janik, Lisa (93)	01:08,07	18.05.08	Schwimmoper Paderbor
200m	Wilhelm, Melanie (93)	02:28,02	13.06.08	Berlin, Europasportp

Lagen

200m	Delzig, Dunja (82)	02:32,95	15.05.98	LZ Köln
400m	Wilhelm, Melanie (93)	05:21,99	28.03.09	Landesleistungszentr
4*50m	3. Mannschaft	02:29,71	01.06.97	Herten Freibad
	Worawetz, Stephanie (1975)			
	Kühlkamp, Andrea (1976)			
	Huhn, Sandra (1975)			
	Palicki, Simone (1976)	02:29,71		
4*100m	1. Mannschaft	04:49,72	14.06.97	Südbad Dortmund
	Worawetz, Stephanie (1975)	01:11,62		
	Delzig, Dunja (1982)	01:25,56		
	Poggi, Jennifer (1979)	01:10,79		
	Ralle, Katharina (1981)	01:01,75		

Freistil

50m	Anstipp, Jens (77)	00:24,80	11.06.94	Haltern, Freibad
100m	Bechmann, Marcel (93)	00:55,62	23.05.09	Kassel
200m	Ollesch, Lars (71)	02:01,62	14.03.92	
400m	Ollesch, Lars (71)	04:20,07	15.03.92	
800m	Hennigfeld, Bernd (74)	09:15,6	23.02.92	
1500m	Hennigfeld, Bernd (74)	17:39,40	09.09.90	
4*50m	1. Mannschaft	01:45,35	14.07.91	
4*100m	1. Mannschaft	03:52,04	19.01.92	
4*200m	1. Mannschaft	09:00,80	11.06.94	Haltern, Freibad
	Anstipp, Jens (1977)	02:07,9		
	Hüser, Markus (1977)	02:20,9		
	Pust, Jürgen (1975)	02:18,3		
	Ollesch, Lars (1971)	02:13,7		

Rücken

50m	Bechmann, Marcel (93)	00:29,35	25.03.06	Essen
100m	Follmann, Markus (64)	01:00,18	22.06.83	Hannover
200m	Follmann, Markus (64)	02:09,50	20.06.83	Recklinghausen

Brust

50m	Spinner, Oliver (80)	00:32,36	22.05.99	Hagen-Hohenlimburg
100m	Meissner, Stefan (80)	01:12,58	27.05.95	Dortmund, Südbad
200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:34,78	29.05.93	Herten
4*50m	1. Mannschaft	02:26,93	26.04.98	Warendorf Hallenbad
4*100m	1. Mannschaft	05:33,30	29.05.94	Recklinghausen, Süba
	Hettermann, Tim (1981)	01:27,3		
	Schäpertöns, Carsten (1981)	01:22,8		
	Spinner, Oliver (1980)	01:16,0		

Schmetterling

50m	Bechmann, Marcel (93)	00:26,44	10.05.09	Südbad Dortmund
100m	Hennigfeld, Bernd (74)	00:57,57	04.07.93	
200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:06,49	06.06.93	Potsdam

Lagen

200m	Hennigfeld, Bernd (74)	02:10,45	03.07.92	Dortmund
400m	Hennigfeld, Bernd (74)	04:50,30	10.03.91	
4*50m	1. Mannschaft	01:58,0	14.07.91	
4*100m	1. Mannschaft	04:19,84	10.06.95	Köln, Leistungszentr